

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

SPOLEČNÁ CESTA POROZUMĚNÍ:
METAFORICKÉ ASOCIAČNÍ KARTY
V PRAXI PSYCHOLOGŮ A DALŠÍCH
PŘÍBUZNÝCH PROFESÍCH

SHARED PATH OF UNDERSTANDING: METAPHORIC
ASSOCIATION CARDS IN THE PRACTICE OF
PSYCHOLOGISTS AND RELATED PROFESSIONS



Bakalářská diplomová práce

Autor: **Mgr. Hana Klíčová**
Vedoucí práce: **Mgr. Klára Machů Ph.D.**

Olomouc

2024

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala účastníkům výzkumu, za jejich ochotu podělit se o své zkušenosti a tipy do praxe. Díky nim jsem se já sama mohla naučit mnoho nových věcí. Děkuji Martinovi, že mě po celou podporoval, a nakonec Veru, za to, že je stále mojí mentorkou, i když už dávno nejsem její studentkou.

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma: „*Společná cesta porozumění: Metaforické asociační karty v praxi psychologů a dalších příbuzných profesích*“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Brně dne 28.3.2024

Podpis

OBSAH

Číslo	Kapitola	Strana
OBSAH		3
ÚVOD		5
TEORETICKÁ ČÁST		6
1	Metafora	7
	1.1 Obecné vymezení metafory	7
	1.2 Využití metafory v psychoterapii	7
2	Metaforické asociační karty	11
	2.1 Obecné vymezení	11
	2.2 Kde a s kým: Příležitosti využití a cílová skupina	12
	2.3 Kdo: Průvodce	13
	2.4 Proč: Výhody a přínosy	14
	2.5 Jak: Tipy do praxe	17
	2.6 Další psychologické mechanismy při práci s kartami	19
	2.6.1 Metaforické asociační karty jako projektivní metoda	19
	2.6.2 Identifikace s postavami	21
	2.6.3 Symbolická řeč	21
VÝZKUMNÁ ČÁST		24
3	Výzkumný problém, cíle práce, výzkumné otázky	25
	3.1 Výzkumný problém	25
	3.2 Cíle výzkumu a výzkumné otázky	26
4	Typ výzkumu	27
5	Metody získávání dat a výzkumný soubor	28
	5.1 Ohnisková skupina	28
	5.2 Výzkumný soubor	30
	5.3 Etické otázky	31
6	metoda zpracování dat	32
7	Výsledky výzkumu	33
	7.1 Kdo: Průvodce	34
	7.2 Proč: Teoretické ukotvení.....	38
	7.3 S kým: Cílová skupina.....	41
	7.4 Kde a proč: Možnosti praktického využití	44
	7.5 Jak: Tipy konkrétních karet	48
	7.6 Odpovědi na výzkumné otázky	50
8	Diskuze	53
	8.1 Diskuze nad výsledky	53

8.2	Limity a přínosy výzkumu.....	58
9	Závěr.....	59
10	Souhrn.....	60
LITERATURA.....		64
SEZNAM PŘÍLOH.....		68

ÚVOD

Předkládaná práce se zaměřuje na bližší seznámení čtenáře s využitím metaforických asociačních karet v praxi různých lidí. Označení těchto karet nabývá různých podob. Některí je nazývají projektivní, jiní emoční, asociační, nebo např. narativní. Hlavní je, že se jedná o karty s obrázky, které člověku nabízejí mnoho podnětů k zamyšlení.

Toto téma jsem si vybrala z toho důvodu, že sama sebe označuji za velkého fanouška a sběratele těchto karet. Vždy mě tento nástroj svojí podstatou fascinoval a ráda jej využívám jako lektor na zážitkových kurzech. V roce 2020 jsem absolvovala kurz Intenzivní kurz práce s terapeutickými kartami COPE, KARTY S PŘÍBĚHY, MOŘE EMOCÍ, MYTHOS od b-creative. Od tohoto okamžiku ráda vyhledávám i další příležitosti, kde s kartami pracovat, a doporučuji tento nástroj i dalším přátelům. Často se setkávám s reakcí, kdy moje okolí považuje tuto metodu za atraktivní, ale nedokáží si představit, jak ji využít ve své praxi při práci s lidmi. Nejenom kvůli těmto lidem jsem se rozhodla tuto práci věnovat tématu metaforických asociačních karet. Čtenáři zde mohou najít odpovědi na své otázky jako pro koho jsou karty určeny. Zaměřuji se zde na člověka, který s nimi pracuje (v této práci jej jednotně označuji jako průvodce) a na cílovou skupinu, kterou jsou klienti/pacienti/studenti/účastníci. Dále se čtenář dozví, proč a při jakých příležitostech karty použít, a také zde najde několik praktických tipů – jaké otázky zvolit, jaké konkrétní aktivity, aj.

Teoretická část práce tvoří podhoubí k části výzkumné. Přibližuji blíže pojetí samotné metafory, jak funguje a jak se využívá v terapeutickém procesu. Druhá kapitola je věnována projekci, a třetí kapitola se zaměřuje již na samotné karty (pro koho jsou určeny, čím a čemu pomáhají, jak je používat).

Výzkumná část pak detailně představuje cíle výzkumu, jeho uchopení, a konkrétní zpracování výstupů získaných v rámci kvalitativního šetření prostřednictvím ohniskové skupiny se sedmi odborníky, kteří ve své praxi karty používají.

TEORETICKÁ ČÁST

1 METAFORA

1.1 Obecné vymezení metafor

„Jsme zásadně metaforičtí tvorové ve způsobu, jakým myslíme, jednáme a komunikujeme; v metaforách hovoříme, sníme, a dokonce i zpíváme” (Tyrrell, 2019, s. 182).

Jeden ze základních principů, jenž se využívá při práci s kartami, se opírá o používání metafor při jejich výkladu. S cílem hlubšího porozumění metafoře samotné nabízíme nejdříve prozkoumání knihy *Metafory, kterými žijeme* od Lakoffa a Johnsona, jež byla vydána v roce 1980 a stala se průlomovou v oblasti kognitivní vědy.

Dle Lakoffa a Johnsona (2002), nám metafory pomáhají organizovat naše zkušenosti a utřídovat jednotlivé pojmy. Používání metafor je součástí našeho každodenního života. Nejenom v jazyce, ale i činnosti a procesech lidského myšlení. Pro všechny profese pracující s lidmi je důležité pochopit, jak druzí lidé rozumí své zkušenosti. Autoři proto pohlížejí na jazyk jako zdroj údajů, jenž nám pomůže k pochopení obecných principů porozumění. Tyto principy jsou často metaforické, a jde u nich o *„porozumění jednoho druhu zkušenosti na základě jiného druhu zkušenosti“* (Lakoff & Johnson, 2002, s.132). Metafora je více než chytrý způsob mluvení. Je to reprezentace toho jak přemýšlíme. Ovlivňujeme ostatní, aby sdíleli naše obrazy světa, a nasloucháním metaforám druhých upravujeme své vlastní představy a vytváříme nové (Latvia University of Life Sciences and Technologies & Racene, 2021). Důležité také je, že metafory jsou nejen formou vyjádření, ale také způsobem strukturování myšlení. Znázorňují realitu v důvěrně známých termínech a umožňují jedinci vidět události z určité perspektivy (Jigāu et al., 2006). Dle Lakoffa a Johnsona (2002, s. 17): *„podstatou metafor je chápání a prožívání jedné věci z hlediska jiné věci.“*

1.2 Využití metafor v psychoterapii

V procesu psychoterapie mají metafory své nezastupitelné místo. Často jsou používány ze strany klienta i terapeuta. Lakoff a Johnson (2002) uvádějí, že metafory mohou hrát důležitou roli při snaze uchopení toho, co se uchopuje nejobtížněji, a zároveň je to pro člověka, zdá se nejdůležitější.

(Трунов, 1997) popisuje čtyři hlavní funkce metafor v poradenství v následujících odstavcích.

Vyjadřovací funkce je jedním z klíčových aspektů klientovy komunikace v terapii, kde pomocí metafor často vyjadřuje zážitky, které je obtížné verbalizovat. Řadí se sem nálady, pocity i dojmy. Úspěšně vytvořená metafora je v tomto smyslu úsporná, neboť umožňuje klientovi sdělit složité myšlenky a emoce efektivněji a s menším množstvím slov, čímž šetří čas a zjednodušuje proces vysvětlování.

Diagnostická funkce, další důležitý prvek terapeutické práce, spočívá v tom, že klientova volba určitého obrazu nebo metafor odráží jak vědomé, tak nevědomé motivy. Tento mechanismus je často využíván při používání projektivních technik, které umožňují terapeutovi lépe porozumět klientově psychickému stavu.

Disociační funkce zahrnuje proces zachycení problému a jeho přenesení z vnitřního psychického pole klienta do vnějšího pole, což umožňuje klientovi nahlížet na své problémy z odstupů a nalézt nové způsoby jejich řešení. Tento přístup rovněž umožňuje terapeutovi provádět různé terapeutické aktivity, jako jsou například techniky Gestalt terapie.

Vysvětlující funkce spočívá v nahrazení abstraktních psychologických pojmů konkrétními a hmatatelnými obrazy či metaforami. Tímto způsobem je možné snadněji přiblížit klientovi složité psychologické koncepty a usnadnit mu jejich porozumění a osvojení.

Metafora, která sice nepůsobí přímo, ale jde přímo k cíli a v jejím prožívání lidé skutečně žijí, se stává prožitkem (Popova & Miloradova, 2014). Pomáhá terapeutovi při napojování se na klientovo téma a zejména pak při snaze pochopit jeho práci s jazykem a klíčovými slovy. Terapeut spolu s klientem mohou prozkoumávat pojetí metafor a její porozumění. Jak konkrétně vypadá, jaký s ní má klient spojené myšlenky a pocity? Jak je možné ji dále rozvinout při představě budoucnosti? V závěrečné fázi je vhodné metaforu ukotvit v životě klienta. Jaká je její paralela v klientově životě a co přesně znamená? (Zatloukal & Žákovský, 2016).

Kopp (1995) a Battino (2002, citováno v Zatloukal & Žákovský, 2016) popisují tři způsoby ukotvení metafor. Jedním z nich je **konkretizace metafor**, což zahrnuje detailní analýzu toho, co daný obraz znamená a jaké nové možnosti přináší. Dále může být metafora využita pro **experimentální účely**, kdy poskytuje bezpečnou formu uchopení a manipulace s problémem. To zahrnuje předvídaní změn, realizaci malých kroků nebo trénink nových

dovedností. Navíc se může zaměřit na **nevědomé učení**, kdy terapeut nechává metaforu působit bez snahy o vysvětlení nebo vědomého porozumění ze strany klienta, čímž umožňuje subtilní a hlubší procesy sebeléčení a transformace. Takový přístup umožňuje klientovi integrovat poznatky a zkušenosti získané z metafory do svého života.

Při nabízení metafor terapeutem musíme mít na paměti několik souvislostí. Zejména by metafory měly vždy vycházet z jedinečnosti klienta. Terapeut přitom může vycházet z klientovy zkušenosti (co klienta baví, co mu dělá radost, co je pro něj důležité, co umí, aj.), rovněž může vycházet i z předložené nabídky podnětů, které metaforu vyvolají (obrázky/kartičky) a poté tento podnět více prozkoumat. Ve všech případech musí mít terapeut ujasněné s jakým záměrem metaforu nabízí. Od toho se odvíjí i její podoba, která může nabývat formy jednoduchého symbolu, složitějšího příběhu nebo rituálu (Zatloukal & Žákovský, 2016). Metafory by však neměly být posuzovány jen podle toho, jak přesně se jeví, že popisují realitu, kterou mají představovat, ale také podle toho do jaké míry umožňují nové a produktivní myšlení (Latvia University of Life Sciences and Technologies & Racene, 2021). Nakonec je důležité metaforu vždy prezentovat tak, aby byla pro klienta nabídkou, kterou může odmítnout, nikoliv závazným stanoviskem vyřčeným odborníkem. Proto stejně jako je důležité umět metaforu nabídnout, je ji umět zavčas opustit, pokud užitečná není (Zatloukal & Žákovský, 2016).

Při použití metafory či analogie namísto doslovného popisu přispíváme k uvědomění daného spojení klientem samotným, ať už v daném okamžiku, či později. V některých případech se jedná o vědomé pochopení, jindy o nevědomé. Ať už je to jakkoliv, oba závěry jsou mnohem mocnějším nástrojem pro změnu chování, udělá-li si klient příslušné spojení sám (Tyrell, 2019).

Jedním z hlavních účelů využití metafory v terapii je tzv. přerámování klientovi situace. Metaforické uchopení nabízí klientovi všimnout si dalších souvislostí a nahlížet na svůj „problém“ z jiné perspektivy. Tyrell (2019, s. 21) uvádí například příběh ženy, jež se cítí méněcenná kvůli jejím špatným vzpomínkám z období dětství. Tyrell vypráví klientce příběh indiánské popelky, která byla zanedbávaná rodiči a šikanovaná ze strany sester. Krom toho tato dívka vidí to, co jiní nevidí – jednotu stromů, hvězd a jezera, i to, jaký vztah mají k jejímu osudu. Z opomíjeného dítěte vyroste moudrá a naplněná žena částečně *díky* nejenom *navzdory* tomu, čím předtím trpěla. Tento příběh nabízí nový význam životních zkoušek, aniž by zlehčoval něčí utrpení. Tak či tak se jedná o snazší uchopení, a hlavně možnost zpracování na nevědomé úrovni, která je zdrojem trvalých změn perspektivy, než

kdybychom použili věty typu: „*No, možná vás vaše utrpení posílilo nebo jste díky němu pokornější v porovnání s těmi, kdo něčím podobným neprošel.*”

Nakonec považuji za důležité si uvědomit, že metafory „*si zaslouhují ústřední pozornost a je to možná klíč k náležitému výkladu porozumění*“ (Lakoff & Johnson, 2002, s. 9).

2 METAFORICKÉ ASOCIAČNÍ KARTY

2.1 Obecné vymezení

Metaforické asociační karty (dále v textu už jenom jako MAK) jsou obrázky velikosti hracích karet bez pevně daných trvalých hodnot nebo interpretací. Fungují jako multimodální smyslová stimulace, která pracuje s metaforickými obrazy, asociacemi a umožňuje nahlédnout na danou situaci zvenčí za pomoci procesů disociace od problému a identifikace s postavami na kartách (Popova & Miloradova, 2014). Karty si můžeme představit i jako karetní hru, která stimuluje kreativitu a komunikaci. Jsou nástrojem i hrou a nabízejí velmi pestrou škálu možností (Passard et al., 2023). Kořeny MAK (konkrétně OH Cards) byly přejaty z principů Gestalt terapie, humanistické psychologie a práce Carla Gustava Junga a Josepha Campella o archetypech a mýtech (Gatineau, 2010). Nestandardnost této metody, její rozmanitost, barevnost a jednotlivé symboly vzbuzující zvědavost, dodávají terapeutickému vztahu hravý rozměr, podněcují člověka k hlubší práci, a usnadňují verbalizaci (Passard et al., 2023; Taras Shevchenko national University of Kyiv et al., 2023). Použití MAK je ekonomické (z hlediska času i úsilí) a umožňuje klientovi zajistit bezpečné prostředí (Popova & Miloradova, 2014).

Výzkum komplementárních funkcí obou stran mozku přisuzuje logické, sekvenční, analytické a verbální myšlení levé mozkové hemisféře. Cítění, intuici, zobrazování a kreativitu je naopak práce pravé hemisféry. Levá hemisféra používá slova k udržení našeho vnímání reality, zatímco pravá hemisféra je na realitě méně závislá a je otevřenější změnám a kreativitě. Obrazy jsou jazykem pravé mozkové poloviny. Setkání s obrazem může samo o sobě probudit jakoukoli škálu pocitů a dotknout se vnitřního světa jedince. Kombinace slovního významu s obrazovými metaforami přiřazující slovní význam obrazovým metaforám přemostuje rozpory a protichůdné vnitřní prožitky (Ayalon & Siso-Ayalon, 2006).

Typů jednotlivých karet je v dnešní době opravdu velké množství. Princip jejich práce je stejný – umožňují propojení s duševními obsahy a vzájemné propojení klienta a průvodce, nicméně každá sada karet má svůj jedinečný „pocit“ a „příchuť“ (Atkinson & Wells, 2000). Pro potřeby této práce rozdělujeme karty pouze do dvou základních kategorií – karty s popisky a karty bez popisků. Na kartách se slovy jsou klíčová slova bez obrázků

(např. Karty hodnot) ale i s obrázky (např. Karty ctností; pozn. doplněno autorkou práce). Tato slova, která jsou součástí naší slovní zásoby mají silnou sugestivní sílu, poskytují široký prostor pro jejich interpretaci a vyvolávají reakce, jež jsou více emocionální než racionální. Karty bez popisků obsahují pouze motivy a vzory, které působí na naše pocity a intuici. Každý klient je může popsat dle svých vlastních zkušeností a vidění světa. Odráží se v nich jeho vztahy, potřeby, radosti, touhy, události, fantazie, sny, traumata, obavy, emoce, řešení atd. Obrázky jsou otevřené jakékoliv interpretaci, promlouvají na podvědomé úrovni a vyvolávají reakce, které je jindy obtížné vyjádřit slovy (Gatineau, 2010).

2.2 Kde a s kým: Příležitosti využití a cílová skupina

MAK je možné využít při práci s rodinou, v psychodramatu, gestalt terapii, arteterapii, transakční analýze a psychosyntéze. Využívají se pro řešení problémových vztahů mezi rodiči a dětmi, manžely, řešení konfliktů obecně, vztahy v týmu, budování týmu, osobní růst. Dále při léčbě klinických poruch (např. deprese, neurózy, různé formy chemických závislostí) a k překonání strachu ze sebeodhalení. Umožňují bezpečné vyjádření emocí a prožitků, jejich zvládnání a v případě potřeby dovolují nadhled situace pomocí disociace od problému, což pomáhá činit konstruktivnější rozhodnutí. Analyzují dopad traumatické (krizové) události na člověka. Formulují a rozvíjí osobní zdroje, jsou prostředkem k nalézání vlastní identity, formování určitého chování, pocitů, myšlení a rovněž mohou být zdrojem kolektivního nevědomí (Taras Shevchenko national University of Kyiv et al., 2023; Горобченко & Евменчик, 2011).

S kartami lze pracovat při individuální i skupinové práci, s dětmi i dospělými. Jsou mezinárodní, proto jsou vhodné i pro různé kategorie lidí dle náboženských, národnostních, profesních, intelektuálních, pohlavních i věkových kritérií (Taras Shevchenko national University of Kyiv et al., 2023).

Jedná se o jedinečný vzdělávací nástroj. Jsou důvodem k zahájení konverzace ve skupině, a to i v případě, že účastníci předtím neměli žádná společná témata. Pomocí karet je možné demonstrovat základní principy respektu a spolupráce ve skupině jako společenství. Lze je využít jako startovací prostředek pro rozvoj tvůrčího potenciálu a hledání alternativ u každého z účastníků skupiny (například psaní slohu či eseje výběrem karty naslepo (Горобченко & Евменчик, 2011)).

2.3 Kdo: Průvodce

Karty jsou hojně využívaným nástrojem ze strany terapeutů, psychologů, pečovatелů, kineziologů, alternativních lékařů, ergoterapeutů, arteterapeutů, trenérů, koučů, učitelů, mediátorů a mnohých dalších, (pozn. autorky – dále v textu tyto role označujeme jednotným názvem „průvodci“). Každý klient představuje pro průvodce svoji vnitřní dynamikou jedinečnou výzvu. Nejdůležitější je pečlivě naslouchat, oceňovat klienta, nechat vést jeho Self, pozorovat neverbální projevy těla (řeč těla, výrazy tváře, změny v hlase) a ptát se na vhodné otázky, které klienta vhodně provedou směrem k sebeuvědomění (*How to Use the Cards*, 2012). Používání karet nevyžaduje žádné dlouhodobé školení a mezi jejich hlavní výhody se řadí to, že se s nimi člověk může naučit rychle a snadno pracovat. Nejedná se o žádnou soutěž, pravidla jsou velmi jednoduchá a snadno přizpůsobitelná. Pro ty, kteří chtějí karty používat v profesionálním kontextu, je vhodné zvážit účast na některém ze seminářů, které se zaměřují na pochopení jejich použití (Gatineau, 2010). Tyto semináře v rámci České a Slovenské republiky nabízí např. firma b-creative.

Musíme však zůstat obezřetní. Použití jakékoliv metody nenahradí práci průvodce, karty jsou a zůstávají pouze nástrojem k dosažení určitého cíle (Passard et al., 2023). Důležitý vykřičník zdůrazňují i autoři stránek webových Inner Active Cards, který upozorňuje na hrozbu odkrytí tzv. Vyhnance (= vytěsněná, či nepřijatá část), který s sebou může přinést intenzivní psychickou bolest a behaviorální hrozbu na straně klienta. Někteří průvodci mohou být v pokušení dostat se k jádru problému co nejrychleji, což může zapříčinit zaplavení klienta negativními emocemi, na něž nebude jeho ego dostatečně silné. V tomto případě může následovat terapeutické zhroucení. Klient si uvědomí, že je pro něj terapie příliš nebezpečná, příští sezení zruší nebo v extrémních případech může hledat únik ve škodlivém chování nebo dokonce spáchat sebevraždu, aby vzniklý stres potlačil. Tytéž autoři uvádějí, že dříve, než dojde k odkrytí vyhnance je důležité pojmenovat a přizvat na pomoc tzv. Ochránce a Manažery. Горобченко a Евменчик (2011) doplňují, že při popisu karet ctíme vzájemnou integritu. Nevyvrácíme žádné výklady ani se o ně nepřeme. Snažíme se mít na paměti, že neexistují žádné „správné“ nebo „nesprávné“ interpretace obrázků, žádné špatné čtení slov. Každý z nás odráží stejnou obrazovou situaci svým vlastním způsobem.

2.4 Proč: Výhody a přínosy

Metaforické obrazy poskytují vizuální podněty pro projekci jednotlivých jevů, což je jeden ze základních a důležitých principů používání karet. Obrázková karta jako symbol či metafora je samostatný výtvarný formát, který má emocionální a alegorický význam, v němž jsme schopni spojit objektivní význam s našimi smysly a zkušenostmi (Горобченко & Евменчик, 2011).

Ayalon a Siso-Ayalon (2006) uvádějí, že karty slouží jako terapeutický most mezi pravou hemisférou pečujícího i pečovaného. MAK jsou zprostředkovatelé nevědomých pocitů a metaforické ilustrace umožňují neverbální vazbu a terapeutickou intervenci. Krom toho napomáhají k budování důvěrného prostředí, vazby a bezpečné komunikace mezi terapeutem a klientem.

MAK pomáhají vytvořit bezpečné prostředí, v němž se klient cítí volně a může se v relativně krátké době pohybovat od oblastí bolesti k oblastem uzdravení. Tento prostor může být konkrétní nebo imaginární. Klienti si mohou vybrat, zda budou sami sebou, nebo budou zastupovat postavy zachycené na obrázcích. Používání karet poskytuje příležitost k uchopení osobních vzpomínek na traumatizaci. Metaforické příběhy vyvolané vizuálními obrazy karet jsou o krok dál od úzkostné reality. Tento tvůrčí odstup usnadňuje vzpomínání a zpracování traumatické události. Využití obrazu a představivosti slouží jako ochrana před zahlcením intenzivními emocemi. Když se vzpomínky stanou příliš těžkými, člověk se vždy může vrátit k imaginárnímu příběhu nebo vyhledat jiné karty, které slouží jako kotvy pro pocit vzkvétání, přežití a uzdravení (Ayalon & Siso-Ayalon, 2006). Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektiv (2023) využívají karty při terapii s ukrajinskými vojáky ve fázi zotavení a rehabilitace. Díky práci s metaforami se nemusí obávat další retraumatizace. Nežádá se, aby klient nebyl připraven říct vše o svých „kostlivcích ve skříni“ nebo nedokáže ani uchopit jeho vnitřní děje. V těchto případech je možné pracovat tzv. bez obsahu a požádat klienta, aby si vybral karty, které odrážejí jeho problém nebo stav, a pak hledat paralely s jeho situací. Lze i volně mluvit o negativních jevech na obrázku, aniž by je klient spojoval se sebou samým, lze skládat příběhy o hrdinech, zkoumat jejich problémy, a hledat východiska z obtížných situací (Popova & Miloradova, 2014).

Ruku v ruce s bezpečným prostředím vystupuje narativní terapie, která je založena na myšlence, že identita člověka (představa o tom, kdo jsem) je konstruována ve formě příběhů (vyprávění). Během narace se objasňují významy, hodnoty a záměry snů a

příležitostí, jakožto i historie jejich vzniku a vývoje. V důsledku toho se v člověku utváří identita „bezpečného prostoru“. Stává se schopným podívat se na svůj život z pozice zdroje, distancovat se od přímých (často traumatických) zkušeností, učinit volbu a změnit svůj život žádoucím směrem (Popova & Miloradova, 2014).

MAK otevírají okno do vnitřního světa člověka. Asociativní reakce na kartách umožňují reflektovat vzpomínky z dětství, vybavit si potlačené zážitky a uvolnit zablokované pocity. Stačí jen pár vteřin, aby se v mysli spustily volné a spontánní asociace a odhalila se síla našich vnitřních obrazů, čímž se zviditelní přítomnost archetypů a energií v nás. Metaforický jazyk přitom umožňuje lidem obejít jejich obranné mechanismy, které jsou syceny rutinou, společenskými konvencemi, aj. Tím, že klient přisuzuje obrazu na kartě určitý smysl, odkrývá (projektuje) své nevědomí. Nevědomí je považováno za sklad zkušeností, vzpomínek a potlačených emocí. Obsah nevědomí lze odkrýt pomocí nabídky různých podnětů, interpretací příběhů nebo obrazů. Obrazy člověka vyzývají, aby se obrátil ke svým latentním zdrojům představitosti a mobilizoval své vizuální, smyslové a intuitivní způsoby myšlení (Ayalon & Siso-Ayalon, 2006; Gatineau, 2010; Popova & Miloradova, 2014).

Dalším ze základních principů práce s kartami je hledání vlastních zdrojů k překonání problému (Passard et al., 2023). Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektiv (2023) doplňují, že pomocí karet spouští vnitřní procesy „samoléčení“ vojáka, se kterými pracují jako s podněty k hledání vlastní cesty k překonání krizových situací. Průvodce klienta pouze provází na jeho cestě a vhodnými otázkami ho stimuluje. Na základě výše zmíněného zahrnuje práce s MAK podporu zdrojů v samotném klientovi a zaměřuje se na klientovu sílu, schopnosti a možnosti, nikoli na hledání jeho patologie. Dle Popove a Miloradove (2014) naše podvědomí vždy ví, co je správné udělat, jak najít východisko z nepříjemné situace a jakou volbu učinit. Je důležité se jen naučit mu naslouchat. Metaforické asociační karty jsou v tomto případě nepostradatelným průvodcem a pomocníkem. Nakonec si Havlíková (2015) pokládá otázku, zda mohou karty měnit budoucnost. Její odpověď je jasná a stručná. *„Těžko. Budoucnost měníme jen my sami. V čem nám ale karty mohou pomoci, je uvědomit si, jaký význam pro nás mají věci, které se nám dějí, co je pro nás v životě důležité a jakou cestou se chceme vydat.“*

Metafora, jakožto jazyk pravé hemisféry, umožňuje rozbít bludné kruhy negativního myšlení a chování a napomoci k zamyšlení nad změnou. Když se zdá, že logické porozumění, vůle a záměr konflikty řešit nepomáhají, může nový úhel pohledu pomoci

dosáhnout nového konstruktivního řešení. Díky MAK vnímá klient problémy s odstupem, disociovaně, což snižuje odpor a umožňuje obejít psychologické obrany (Ayalon & Siso-Ayalon, 2006).

Kivisaar (2018) uvádí, že MAK jsou v terapiích skvělým nástrojem, který pomáhá proniknout k jádru problému mnohem rychleji, než by to bylo možné v rozhovoru. Stále žasne nad tím, jak rychle jsou pacienti schopni pomocí metafor rozpoznat své vlastní problémy a najít způsob, jak je řešit.

Používání karet ve skupinách se záměrem spolupráce podporuje princip aktivity, protože každý účastník programu je jejím aktivním činitelem, a to nejen prostřednictvím naslouchání, porozumění, poznávání a studia lidí, ale také prostřednictvím vlastní činnosti a pomoci lidem (Горобченко & Евменчик, 2011).

Karty, jako metaforické projekční nástroje, podněcují naši fantazii. Vracení se ve fantazii zpět ke svobodnému dětskému chování bez odsuzování a kritiky je účinná léčebná metoda. Mohou se vytvářet imaginární světy, a posiluje se naše kreativita. Karty pomáhají vytvořit prostor, v němž si dovolíme vymýšlet, věřit a snít, přičemž po celou dobu víme, že fantastická realita má sloužit našim schopnostem zvládat problémy, a nikoliv tomu, aby nás odřízla od reality (Lahad, 2003, citováno v Ayalon & Siso-Ayalon, 2006). Naše asociační schopnosti jsou stimulovány kombinací slov a obrazů nebo používáním pouze obrazů, což nabízí formu tréninku, která představuje skutečnou práci na našem nitru. Spojování úrovní myšlenek, které jsou nám zprvu zcela cizí, podporuje naši tvořivost. Náhodně vybrané karty někdy klienty ihned katapultují k zásadnímu uvědomění, zejména pokud jde o vliv projekcí (Gatineau 2010). Dalším hlavním důvodem k využití karet je využití klientova potenciálu pomocí kreativní metody bez obav z odsouzení, jako je tomu u jiných projektivních technik (např. kresby aj.; Bezic, 2018).

V tomto odstavci shrnujeme hlavní přínosy používání MAK nejenom v terapeutické praxi a odpovídáme na otázky, v čem všem nám mohou pomoci. Pomáhají navázat psychologický kontakt mezi terapeutem a klientem a vytvářet přátelskou atmosféru ve skupině. Dále mohou sloužit k oslabení obranných reakcí, odhalení cest k prozření a nadhledu a uvědomění potlačených informací. Umožňují měnit emoční stavy, snižovat psychickou zátěž, podporovat odolnost vůči stresu a neutralizovat negativní psychické stavy. Jsou užitečné k zpracování citlivých témat a přerámování obtížných situací, k hledání řešení a zdrojů problémů, strukturování myšlenek a přehodnocení cílů a způsobů jejich dosažení.

MAK mohou rovněž sloužit k prozkoumání hodnot a motivací, rozšíření pohledu na svět, poskytnutí metaforické zpětné vazby, zvýšení úrovně motivace k práci a urychlení terapeutického procesu, čímž přinášejí úsporu času a efektivní podporu v různých aspektech osobního rozvoje (Ayalon & Siso-Ayalon, 2006; Gatineau, 2010, Passard et al., 2023; Popova & Miloradova, 2014; Taras Shevchenko national University of Kyiv et al., 2023).

Jak vidíme, MAK má rysy projektivních metod zkoumání osobnosti, nicméně Popova a Miloradova (2014) připomínají, že se nejedná o ověřený postup, jehož výsledkem by mohlo být stanovení psychologické diagnózy.

2.5 Jak: Tipy do praxe

Rozložené karty fungují jako zrcadlo naší psychiky. Jsou odrazem toho, co se děje uvnitř nás. Karty nabízejí téměř neomezené možnosti využití, záleží jen na kreativitě a intuici průvodce. Ovšem, jako neexistují dva stejní jedinci, tak není jisté, že tatáž technika bude fungovat u všech klientů (Havrlíková, 2015).

V okamžiku, kdy je průvodce obeznámen s důvodem, jenž klienta přivádí, může jej nechat vybrat karty, jež znázorňují hlasy v jeho hlavě, pocity, které prožívá, nebo osoby, se kterými se setkává a jsou pro něj důležité (např. partner/partnerka, nadřízený). Karty je možno rozložit na stole (ideálně všechny), nebo, je-li to proveditelné, je vhodné si sednout na zem, kde je více prostoru pro jejich rozložení. Důležité je klientovi připomenout, že karty nemají žádný předem daný význam, ale jsou to oni (klienti), kdo jim ho přisoudí. Můžou si vybrat tolik karet, kolik potřebují, a uspořádat je takovým způsobem, který jim bude vyhovovat (*How to Use the Cards*, 2012). Dovolme klientům být spontánní a umožněme jim tak v sobě objevovat skryté významy, rozvíjet se a tvořit. Díky spontánnosti v metaforické asociativní činnosti jako je tomu u karet, používáme více představivosti než logiky (Горобченко & Евменчик, 2011).

Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektiv (2023) uvádí následující možný postup při práci s kartami:

1. určení směru požadavku (problému) klienta,
2. navázání psychologického kontaktu,
3. výběr vhodných metaforických karet, vizualizace karet klientem/osobou, se kterou průvodce pracuje,
4. samostatná analýza emocí, myšlenek a prožitků, které jsou příčinou použití karet,

5. analýza a shrnutí průvodcem.

V souladu s výše zmíněným jsou dalšími hlavními nástroji při práci s kartami vhodné komunikační techniky – objasňování, parafrázování, naslouchání, shrnování, kladení otázek různého typu v závislosti poradenského procesu (Popova & Miloradova, 2014). Několik návodných otázek uvádí na svých internetových stránkách např. Zdeňka Havrlíková (2015).

- *Jaký je tvůj příběh? (Jaké důležité události ho tvoří? Kterí lidé jsou v něm důležití? Co vidíš, když se ohlédneš zpátky?)*
- *Které karty nejlépe symbolizují tyto události/lidi/situace/prožitky/zkušenosti?*
- *Kde se nacházíš ty? Jaká karta tě nejlépe vystihuje?*
- *Je příběh úplný? Jsou zde všechny důležité karty?*
- *Jak se karty vzájemně doplňují? Kam bys je nejraději umístil/a? Překáží ti některá z nich?*
- *Chceš některou z nich vyměnit? Kde je tvé místo mezi nimi?*
- *Co tě na tomto obrázku zaujalo? Co tě napadlo, když sis ho vybral/a?*
- *Jaké pocity v tobě karty vyvolávají? Co všechno na nich vidíš? Říká ti některá z nich něco?*
- *Jaký význam pro tebe mají? Co o tvé situaci vypovídají? Co ti radí?*
- *Které karty jsou pro tebe nejdůležitější? Jak ti pomáhají v tvém životě? K čemu jinému ti ještě mohou být užitečné?*
- *Které karty už ti nic nedávají? Které karty můžeš opustit?*

Obecná rada praví, že: „při kladení otázek je lépe dvakrát se zhluboka nadechnout a vydechnout, než položíte klientovi další otázku. Hledání významů a prožívání (staro)nových pocitů vyžaduje svůj čas. A pokud jej klientovi dáte, může pro něj být taková cesta zcela novým prožitkem.“ (Havrlíková, 2015)

2.6 Další psychologické mechanismy při práci s kartami

2.6.1 Metaforické asociační karty jako projektivní metoda

Metaforické asociační karty se řadí mezi verbální projektivní techniky. V následujících odstavcích věnujeme pozornost samotnému termínu projekce a projektivním technikám obecně.

Projekci přinesl do psychologické literatury Sigmund Freud v roce 1894, který ji vnímal jako jeden z nevědomých obranných mechanismů. Dle jeho názoru klienti připisovali své negativní pocity a potřeby jiným lidem, což jim pomáhalo se chránit před nepříjemnými pocity vlastní úzkosti (Morávek, 2009). C.G. Jung, Freudův žák, projekci již chápal spíše jako obecný psychologický mechanismus, který přenáší vlastní subjektivní obsahy jakékoliv podoby na vnější objekt (Jung & Patočka, 2003).

Za autora termínu projektivní metody je považován psycholog Lawrence K. Frank (1939). Jeho tzv. projektivní hypotéza vykládá, že lidé při hledání odpovědi na nestrukturovaný materiál, nevědomě pátrají ve svém vnitřním světě (mezi jehož vlastnosti patří dynamické charakteristiky osobnosti – potřeby, zájmy, postoje, názory, konflikty, problémy, interpersonální vztahy, aj.), a tyto podněty poté promítají do svých odpovědí (Morávek, 2009). Projektivní techniky pomáhají odhalovat nejniternější myšlenky a pocity člověka, tj. ty aspekty, které jsou pro něj jedinečné. Dává nám nahlédnout do jeho vnitřního světa a to, jak se v něm chová. Dá se říct, že nám pomáhají odhalit jeho individualitu (Donoghue, 2010). Reakce odpovídajícího je idiomatická, což znamená jemu vlastní. Odpovídá tomu, jaký vyšetřovaný doopravdy je, a diagnostické úsudky se mohou o tento fakt opírat (Urban 1972, citováno v Šípek, 2000).

Oproti jiným metodám (dotazníky či výkonové testy) se při interpretaci výsledků nahlíží i na samotný proces řešení problémů. Jak daný člověk reaguje a přemýšlí. Psycholog se soustředí také na dynamiku osobnosti, její celkový obraz a zejména na nevědomé a latentní obsahy psychiky (Morávek, 2009). V kontextu této práce je vhodné uvést, že projektivní techniky pomáhají v komunikaci a překonávání bariér nevědomých obran na poli vyšetřovaného (Šípek, 2000).

Sám Frank uvádí elegantní metaforu, kdy projektivní techniky přirovnává k rentgenovému paprsku. Pomocí průchodu stimulu/podnětu skrze vyšetřovanou osobu máme možnost nahlédnout do jejího vnitřního světa. Výsledkem je nám obraz, matně reflektující

vnitřní stav, jehož vysvětlení se vždy musí ujmout zkušený profesionál (citováno v Šípek, 2000).

Morávek (2009, str. 253) uvádí širší pochopení projektivních metod v dnešním užívání. Jedná se o *“proces vnímání objektivního podnětu ve shodě s osobními přáními, úzkostmi, či očekáváním”*.

Projektivní techniky lze vnímat jako hru s neznámou a nepřehlednou situací. Důležité je, aby se tázaný jedinec neostýchal „otevřít“ svému nevědomí. Toto lze trénovat i na běžných denních činnostech, jako je snění, hledání něčeho v málo strukturovaných podnětech (např. oblacích, kachličkách, skvrnách, aj.; Šípek, 2000).

Projektivní metody si kladou za cíl poznávat celou osobu zkoumaného jedince. Nestrukturovaný materiál nabízí možnost nespočtu různých odpovědí. Právě výběr jedné či pár konkrétních vede k větší individualizaci nálezu. Jedná se o přirozenou techniku, která nevyvolává atmosféru zkouškové situace jako jiné metody. Zkoumaný jedinec se může díky tomu více uvolnit a otevřít (Svoboda et al., 2022). Projektivní metody svou atraktivitou přispívají i k vtažení klienta do úkolu a snížení jeho únavy (Najbrtová et al., 2017). Mezi další výhody patří minimální možnost záměru zkreslení výsledků. Zkoumaná osoba dopředu neví, co test sleduje, a neví, jak „správně“ odpovídat (Svoboda et al., 2022). Krom toho Donoghue (2000) dodává, že vyšetřující i doufá v promítnutí nevědomých pocitů tázaného jedince. Projektivní metody se uplatňují i u generování pracovních diagnostických hypotéz, diferenciální diagnostice, či jako další nástroj k pochopení komplexního obrazu vyšetřovaného (Najbrtová et al., 2017).

Oponenti projektivních metod (zejména psychometricky orientovaní psychologové) zdůrazňují nedostatky validity a reliability mnoha testů. Přidávají i argumenty zastaralé teorie a neujasněnosti toho, co a jak vlastně testy měří, nehledě na subjektivnost hodnocení a možnost zkreslení. Nároky na interpretační činnost, zkušenost a schopnost klinického usuzování jsou opravdu vysoké a není těžké sklouznout k etickým dopadům nesprávných závěrů posudků (Morávek, 2009). Reliabilita testů je významná zejména v okamžiku, kdy tentýž test vyhodnocují dva rozdílní psychologové. Ve většině případů nedojdou ke stejným závěrům, právě z důvodu výše zmíněných odlišných zkušeností a délky praxe. Najbrtová a kolektiv (2017, s.31-32) proto doporučují, aby psychologové své výsledky konzultovali s kolegy a posílali výsledky svého šetření vč. jejich záznamových archů. Co se validity týče, tytéž autoři uvádí, že *“výsledek nemůže být nikdy lepší, než je psycholog sám.”* To v praxi

znamená, že všude tam, kde se používají projekční metody, dochází k procesu projekce u vyšetřované osoby a posléze při interpretaci i u examinátora. *“Proto by měl být diagnostik osobou sobě dobře znalou, aby tak předešel výraznějšímu zkreslení danému jeho osobnostními charakteristikami.”*

2.6.2 Identifikace s postavami

Jeden z hlavních principů, který se uplatňuje při práci s kartami, je identifikace s postavami. Pro porozumění tohoto termínu nám pomůže definice Murrayho (1972, cit dle Svoboda et al., 2022), autora Tematického apercepčního testu. Dle jeho názoru ve veškeré literární tvorbě (koneckonců v jakékoliv tvorbě, nejen literární) autor čerpá z vlastních zkušeností a ať už na vědomé či nevědomé rovině popisuje své city a potřeby v postavách svých hrdinů. Hlavní hrdinové příběhů, jejich zkušenosti a potřeby, jsou ve finále odrazem tvůrcovi osobnosti. V našem případě odrazem vypravěče, který našel svůj příběh v jedné z postav předložených obrázků. Popova a Miloradova (2014) uvádějí, že na základě identifikace a projekce se klientovi objeví soubor asociací, které jsou spojeny s jeho vnitřním světem a jeho nevědomými částmi. Asociace, které u klientů vznikají při pohledu na obrázky, slouží jako mechanismus identifikace.

Proces identifikace s kartou probíhá dle Popove a Miloradove (2014) v těchto úrovních:

- porozumění obrazu (identifikace obrazů);
- rozpoznávání souvisejících problémů na obrázcích (disociovaná identifikace problémů);
- pochopení problémů, jejich částí, příčin a možných způsobů řešení na metaforické úrovni (strukturování a pochopení osobních problémů);
- přenos metaforických výsledků práce do života (rozhodnutí na úrovni reálného života). K tomuto rozhodnutí dochází často náhle a je vnímáno jako magické poselství nevědomí – náhlé prozření.

2.6.3 Symbolická řeč

Vzhledem k tomu, že karty hovoří na symbolické úrovni, věnujeme několik následujících odstavců popisu toho, co to symboly jsou a jak se projevují nejenom v terapeutickém procesu.

Hartl a Hartlová (2015, s. 578) uvádějí, že symbol je:

„...něco konkrétního, co slouží jako konvenční znak pro něco abstraktního; symbol zastupuje určitý předmět, skupinu, vztah aj.; určující podmínkou podobnost, i vzdálená a historicky či kulturně podmíněná; může mít silný emoční náboj (např. vlajka, erb); je výsledkem mezilidských vztahů.“

Symbol odkazuje k nadřazenému cíli, k něčemu, co ho překračuje. Působí výstižně a uvádí vnitřní energii do pohybu. Při interpretaci hledáme neviditelnou realitu, která se skrývá za viditelnou realitou (zástupným předmětem/symbolem), a hledáme spojení mezi nimi. Vznikají na základě podnětů, nejčastěji obrazových, vizuálních, ale i tónů, slov, gest, vůní a tělesného vjemu (doteku). Setkáváme se s nimi hlavně ve snech, fantaziích, básnických obrazech, pohádkách, mýtech, umění a dalších. Díky mnohoznačnosti symbolů může být zachycena komplexnost života „jasněji než nejjasnější pojem“, na druhou stranu musíme mít na paměti, že se jedná pouze o náznaky, které na něco poukazují, a mohou být často zavádějící. Netvoří žádné nové učení a jsou jen odrazem naší zkušenosti (Kast, 2014; Müller & Müller, 2006, s.396).

Symbyly oslovují naše celkové zaměření, spojení s neviditelnou skutečností, spíše než náš intelekt. Svoji podstatou působí na myšlení, cítění, vnímání, intuici, fantazii, potřeby a pudy, na vědomí i nevědomí. Rovněž přispívají k rozšíření vědomí a rozvoji psychického potenciálu. Mohou se stát „transformátory energie“, nadchnout a motivovat, ale také varovat a omezovat. Aby byl jejich potenciál naplno využit, musí zůstat živoucí, což znamená neurčovat a nevykládat jejich význam příliš rychle (Kast, 2000; Müller & Müller, 2006).

Carl Gustav Jung se řadí mezi průlomové psychology a psychoterapeuty, jimž vděčíme za poznání důležitosti symbolů v našem vnitřním světě. Symboly definuje jako:

„...výrazy, pojmenování a obrazy, které mohou být důvěrně známé z všedního života, pod svým běžným a zřejmým významem však skrývají další, zcela zvláštní významy. Vyjadřují cosi neurčitěho, skrytého a neznámého. Symbol se utváří z nevědomí jako bezděčné vyjádření nějaké hluboké vnitřní síly, kterou si uvědomujeme, ale nedokážeme ji vyjádřit slovy. Jako takový se symbol stává stálou výzvou pro naše myšlenky a pocity.“ (citováno v Fontana, 1994, s. 8-9)

Verena Kast (2000, s. 39-40) uvádí, že pokud klienti v terapeutickém procesu pracují a „zažívají“ symboly, pak prožívají stav, kdy se cítí živější a plní emocí, což značí, že

dochází ke kontaktu mezi vědomím a nevědomím. V symbolu se odráží aktuální obtíže, ale také jedinečné životní a vývojové možnosti. Nutno podotknout, že právě v obtížích se nacházejí i možnosti vývoje. Na tomto předpokladu stojí i práce se symboly. Na jedné straně v nich člověk spatřuje to, co jej brzdí, co mu překáží, často i v souvislosti s nepříjemnými zážitky, které jsou právě symboly vyvolány. Na druhé straně se v symbolech probouzí i témata, která směřují do budoucnosti. „*Symbol, jako ohnisko psychického vývoje, je v terapeutickém procesu nositelem děje.*“

VÝZKUMNÁ ČÁST

3 VÝZKUMNÝ PROBLÉM, CÍLE PRÁCE, VÝZKUMNÉ OTÁZKY

3.1 Výzkumný problém

Tato práce se zabývá praktickým využitím metaforických asociačních karet v různých profesních odvětvích. Zejména popisují záměr, s nímž jsou karty používány, jakou úlohu plní a v čem nám mohou pomoci. Na stranu druhou si kladu i za cíl popsat možné hrozby při práci s kartami a vytyčit kompetence jednotlivých pracovníků.

Cíle práce se vynořili z pilotního setkání, které proběhlo s terapeutkou, která ve své praxi karty používá, při hledání společných témat, která by pro tuto práci byla nejvhodnější. Přes prozkoumávání konkrétních případových studií, prohledávání nejrůznějších balíčků karet, jsem dospěla k otázce, že nejvíce by mi přišlo užitečné zjistit, za jakým účel karty ve své praxi využívá?

Další podnět této práci přidala Magda Shymon, autorka karet b-creative, která byla rovněž k výzkumu a účasti na ohniskové skupině přizvána. Svoji účast bohužel odmítla, ale vnesla důležité doporučení, a to sice výstrahu před hrozbou projekce, které by se mohl dopustit nezkušený průvodce, který by se rozhodl s kartami pracovat. Na základě tohoto podnětu jsem se rozhodla ukotvit i hranice jednotlivých kompetencí při práci s kartami.

Inspirací pro tuto práci se mi stal výzkum Popove a Miloradova (2014), kde autorky popisují psychologické mechanismy, které se projevují při práci s kartami. V poli české tvorby se tímto tématem zabývala např. Šlapáková (2020), která zpracovala svoji práci na téma *Využití karet v psychoterapii*, případně i já sama (Klíčová, 2021) jsem karty využila v rámci své diplomové práce *Reflexe traumatické zkušenosti v podobě získaného zranění v období mladé dospělosti* na předchozím studiu, kde mi karty sloužily jako pomocný nástroj ke zpracování těchto náročných témat.

3.2 Cíle výzkumu a výzkumné otázky

Na základě výzkumného problému byly stanoveny 4 výzkumné cíle:

- Zjistit, za jakým účelem účastníci výzkumu využívají při své praxi metaforické asociační karty.
- Shromáždit tipy dobré praxe a možné praktické využití karet napříč různými profesemi.
- Pojmenovat možné hrozby při práci s kartami.
- Ukotvit hranice kompetencí jednotlivých profesí při práci s kartami.

Z výše zmíněných cílů vznikly čtyři výzkumné otázky.

VO1: Za jakým účelem účastníci výzkumu využívají metaforické asociační karty ve své praxi?

VO2: Jakými mechanismy karty přispívají k efektivitě a úspěšnosti výkonu pracovních činností účastníků výzkumu?

VO3: Jaké potenciální rizikové faktory a hrozby mohou vyplynout z užívání metaforických asociačních karet v profesním prostředí, a jak by měly být tyto aspekty řešeny či minimalizovány?

VO4: Kde se nacházejí etické a profesionální hranice pro využívání metaforických asociačních karet v pedagogickém, lektorském, terapeutickém a dalším relevantním kontextu, a jak by měly být tyto hranice respektovány a dodržovány?

4 TYP VÝZKUMU

Na základě povahy typu výzkumu a stanovených cílech jsme se rozhodli pro kvalitativní výzkum.

Kvalitativní přístup v psychologických vědách zdůrazňuje jedinečnost a kontext zkoumaných fenoménů. Tento přístup klade důraz na procesy a dynamiku a podporuje reflexivní přístup k psychologickému výzkumu. Jeho cílem je popsat, analyzovat a interpretovat nekvantifikovatelné vlastnosti psychologických jevů, jak z interního, tak z externího hlediska, přičemž se opírá o kvalitativní metody (Miovský, 2006).

Mezi hlavní výhody kvalitativního výzkumu patří zkoumání hlavního fenoménu v přirozeném prostředí, pozorování jeho vývoje, umožňuje navrhování nové teorie a zejména jeho flexibilita. Tato vlastnost nabízí možnost měnit původní cíl dle aktuálních výzkumných podmínek a potřeb. Na stranu druhou je dobré mít na paměti i několik nevýhod tohoto výzkumu. Mezi ty se řadí častá chybovost při zobecňování výzkumu na širší populaci a jiné prostředí z důvodu nižšího počtu účastníků výzkumu než u výzkumu kvantitativního. Výsledky mohou být zkresleny subjektivními pohledy výzkumníka a pouze v malém množství případů lze výzkum replikovat (Hendl, 2008).

5 METODY ZÍSKÁVÁNÍ DAT A VÝZKUMNÝ SOUBOR

Vzhledem k tomu, že práce cílí na shromáždění tipů dobré praxe, bylo mým cílem oslovit odborníky, kteří s používáním karet mají jisté zkušenosti. Mým sekundárním cílem při tvorbě této práce bylo, aby i sami účastníci výzkumu mohli svojí účastí získat něco navíc. Tento přesah jsem se rozhodla uchopit pomocí realizace ohniskové skupiny, kam jsem přizvala celkem sedm účastníků, kde mohli hovořit o svých zkušenostech, doptávat se na jednotlivé praktiky, doplňovat se, inspirovat se a také spolu nesouhlasit.

5.1 Ohnisková skupina

Morgan (2001) uvádí, že ohnisková skupina je metodou, která ke sběru dat využívá skupinové interakce jejích účastníků. Interakce členů, srovnávání jejich zkušeností a sdílení názorů nabízí další otázky, které vznikají přirozenou cestou v průběhu jejich konverzace (Vávrová & Gavora, 2014). Vnímám, že díky zvolení této metody jsme dosáhli širšího naplnění dat, než kdybychom se rozhodli pro polostrukturované rozhovory s každým účastníkem zvlášť. Zejména z toho důvodu, že se účastníci často doptávali na otázky, na které by nás nenapadlo zaměřit svou pozornost a vzhledem k tomu, že naše zkušenosti jsou menší než jejich.

Na ideálním počtu členů ohniskové skupiny se jednotlivý autoři neshodnou. Důležité je, aby nebyla příliš malá ani moc široká (Morgan, 2001). Naše myšlenky vycházeli z Patton (2015), který uvádí ideální rozmezí šest až osm osob. Naším cílem tedy bylo zajistit, aby účast potvrdilo alespoň osm účastníků z různých profesních odvětví. Naše lektorská zkušenost nám napovídala počítat s tím, že se může stát, že klidně i dva lidé ze zdravotních či rodinných důvodů budou muset zrušit svoji účast den předem nebo v den konání.

Vzhledem k záměru práce jsme využili záměrný výběr a oslovili účastníky, u kterých je nám známo, že s kartami a jiným projektivním materiálem ve své praxi pracují. Jeden z účastníků přišel na doporučení jiného. Využil se tedy i výběr pomocí sněhové koule.

Týden před setkáním byl účastníkům zaslán informační email, kde kromě organizačních informací byli seznámeni s cíli setkání, povahou a pravidly ohniskových skupin a také s osobními medailonky dalších účastníků. Dále byli požádáni, aby na setkání přinesli karty či jiný projektivní materiál, se kterým pracují, abychom se s ním mohli osobně seznámit.

Ohnisková skupina proběhla ve všední den v podvečerních hodinách v prostorách školy (školní třídy) jednoho z účastníků. K dispozici nám bylo po celou dobu drobné občerstvení. Celá debata trvala přesně 3 hodiny. Uprostřed byla rozdělena 15 min pauzou. Rovněž jsme měli vyhrazený menší prostor pro vyskládání přinesených karet, literatury, aj., aby si je mohli účastníci navzájem prohlédnout a inspirovat se (během pauzy a na konci setkání).

Autorka práce se ujala role hlavního moderátora. Jejím úkolem byla zodpovědnost za řízení a průběh skupiny. Vnášela do debaty hlavní otázky a usměrňovala diskuzi. K ruce jí byl pomocný moderátor (Jan), který se v průběhu stal sedmým účastníkem. Ukázalo se, že jeho role pomocného moderátora nebyla potřebná, a díky svým zkušenostmi měl více zajímavých podnětů do diskuse. Naše setkání mělo povahu polostrukturované ohniskové skupiny. Bylo vydefinované téma, jemuž jsme se chtěli věnovat, a také připravené okruhy modelových otázek. Nestihli jsme pokrýt všechna připravená témata, ale vnímali jsme, že věnovat se tématům, které přinesli sami účastníci, je důležitější. Mioský (2006) uvádí, že znění ani pořadí otázek není závazné a záleží zejména na vývoji situace a průběhu skupiny, kterým okruhům se rozhodnou věnovat.

V úvodní fázi proběhlo představení výzkumníka, seznámení s prostory a seznámení účastníků s cíli výzkumu a cíli setkání. Připomněli jsme si, jaká jsou pravidla a principy ohniskové skupiny. Všichni účastníci souhlasili s nahráváním debaty a také byli informováni o dobrovolné účasti. Rovněž byli všichni ujištěni o anonymizaci dat. Následovalo představení účastníků. Dostali za úkol, aby si každý z nich vybral dixitovou kartu, která znázorňuje to, kdo jsou, odkud přichází a jaká je jejich pracovní náplň. V jádru debaty jsme prozkoumávali oblasti konkrétních případových studií, “brainstoromovali“ nápady různých praktických využití karet, rozebírali přínosy a hrozby při práci s kartami, a nakonec jsme diskutovali hranice kompetencí různých lidí, kteří při své práci karty používají. Na závěr proběhla zpětná vazba účastníků, kde sdíleli své dojmy ze setkání a jeho přínosy. Použitá osnova ohniskové skupiny je součástí přílohy této práce.

5.2 Výzkumný soubor

Celkem jsme osobně oslovili zhruba 15 osob (sociální pracovníky, pedagogy, lektory, terapeuty, klinické, poradenské a školní psychology, autorku karet b-creative Magdu Shymon). Účast potvrdilo celkem 9 z nich a na setkání dorazilo 7 účastníků (dva z nich svoji účast zrušili v den konání), z toho dva muži a pět žen.

Tabulka 1: Přehled účastníku výzkumu

Jméno: Lukáš	Věk: 46 let	Délka praxe: 18 let
Pracovní pozice & zkušenosti: Klinický psycholog, krizový intervent, psychoterapeut a lektor. Nyní pracuje v organizaci, kde se zaměřuje na práci s ohroženými dětmi, které jsou součástí hluboce konfliktního rozchodu či rozvodu svých rodičů.		
Jméno: Jan	Věk: 29 let	Délka praxe: 4 roky
Pracovní pozice & zkušenosti: Pedagog, vychovatel a lektor v soukromé škole. Jeho zkušenosti čerpá zejména z pole zážitkové pedagogiky.		
Jméno: Anna	Věk: 27 let	Délka praxe: 9 měsíců
Pracovní pozice & zkušenosti: Psycholožka ve zdravotnictví v psychiatrické nemocnici. Pracuje na oddělení závislostí na alkoholu a detoxikačním oddělení.		
Jméno: Bára	Věk: 49 let	Délka praxe: 8 let
Pracovní pozice & zkušenosti: Arteterapeutka v psychiatrické nemocnici. Pracuje s pacienty s poruchou osobnosti, pacienti se závislostí na alkoholu a na oddělení denního stacionáře.		
Jméno: Denisa	Věk: 36 let	Délka praxe: 18 let
Pracovní pozice & zkušenosti: Terapeutka (se soukromou praxí, poskytuje individuální a rodinnou terapii, a taktéž pracovala 10 let jako terapeutka v terapeutické komunitě); Pedagožka na univerzitě, kde vede osobnostní seberozvojovou přípravu pro budoucí pedagogy a lektoruje zážitkové kurzy.		
Jméno: Eliška	Věk: 27 let	Délka praxe: 1 rok
Pracovní pozice & zkušenosti: Školní psycholožka ve dvou školách. Jedna z nich je státního zřízení, druhá soukromá. Dále se věnuje i koučování a lektorování v oblasti zážitkové pedagogiky.		

Jméno: Pavla	Věk: 33 let	Délka praxe: 2 roky
Pracovní pozice & zkušenosti:		
Psycholožka, koučka, psychoterapeutka, právnička a lektorka. Má soukromou praxi, kde pracuje s klienty v individuální terapii, vede svůj pracovní tým a rovněž působí v poli pracovní psychologie (výběr nových zaměstnanců, školení, hledání firemních hodnot, aj.)		

Vzhledem k tomu, že každý z účastníků zaujímá několik pracovních rolí a během našeho sezení sdíleli zkušenosti z několika z nich napříč, jsou jejich jednotlivé citace označeny nejenom jejich zástupnými jmény, ale i pracovní rolí, za kterou zrovna hovořili.

5.3 Etické otázky

Oslovovaní respondenti byli neprodleně při prvním kontaktu podrobně informováni o tématu bakalářské práce, o cílech výzkumné části, a také o zvolené metodě získávání dat. Byli také ujištěni o tom, že jejich případná účast ve výzkumu je zcela anonymní, a kdykoli v průběhu i po skončení mohou z výzkumu odstoupit. Respondentům byl také nabídnut prostor pro zodpovězení jakýchkoli otázek.

Na začátku ohniskové skupiny byly opět představeny všechny základní informace o výzkumu a byl nabídnut prostor pro případné otázky. Následně bylo sděleno, že rozhovor je nahrávaný, data budou anonymizována a účastníci potvrdili svoji účast ve výzkumu. Vzhledem k tomu, že byl z rozhovoru pořizován audiozáznam, potvrzení informovaného souhlasu proběhlo ústně a je zaznamenáno zvukovou formou. V průběhu výzkumu ani po jeho skončení žádný z respondentů nevyužil svého práva z výzkumu odstoupit.

6 METODA ZPRACOVÁNÍ DAT

Data získána z ohniskové skupiny, která byla nahrávána a fixována v podobě audiozáznamů, byla přepsána do textové podoby, tak aby byla připravena k další analýze.

Na základě definovaných výzkumných otázek byla pro analýzu dat zvolila tematická analýza, která slouží k identifikaci, analýze a popisu vzorců či témat obsažených v datech. Mezi výhody této metody patří zejména její flexibilita a nezávanost na konkrétní teoretický rámec. Autorky této metody jsou Braun & Clarke (2006), které rovněž uvádí postup, kterým se řídit při analýze dat a ze kterého vychází i tato práce.

1. Seznámení se s daty – přepis, opakované čtení a zaznamenávání prvních poznámek.
2. Tvorba počátečních kódů – systematické kódování relevantních úryvků a přiřazování dalších úryvků k již vytvořeným kódům.
3. Hledání témat – shromažďování veškerých dat k potenciálnímu tématu a kategorizace kódů.
4. Revize témat – fáze kontroly konzistentnosti témat a relevantnosti k výzkumným otázkám.
5. Definování a pojmenování témat – generování definic a názvů pro jednotlivé tematické celky.
6. Tvorba závěrečné zprávy – fáze hledání odpovědí na výzkumné otázky pomocí výstižné deskripce jednotlivých témat a komparace zjištěných výsledků s relevantní literaturou.

V rámci celého procesu analýzy (prvotního kódování, kategorizace, hledání témat a vzorců) byl využit softwarový nástroj pro kvalitativní zpracování dat Atlas.ti. Pro vizualizaci dat byla použita internetová stránka miro.com.

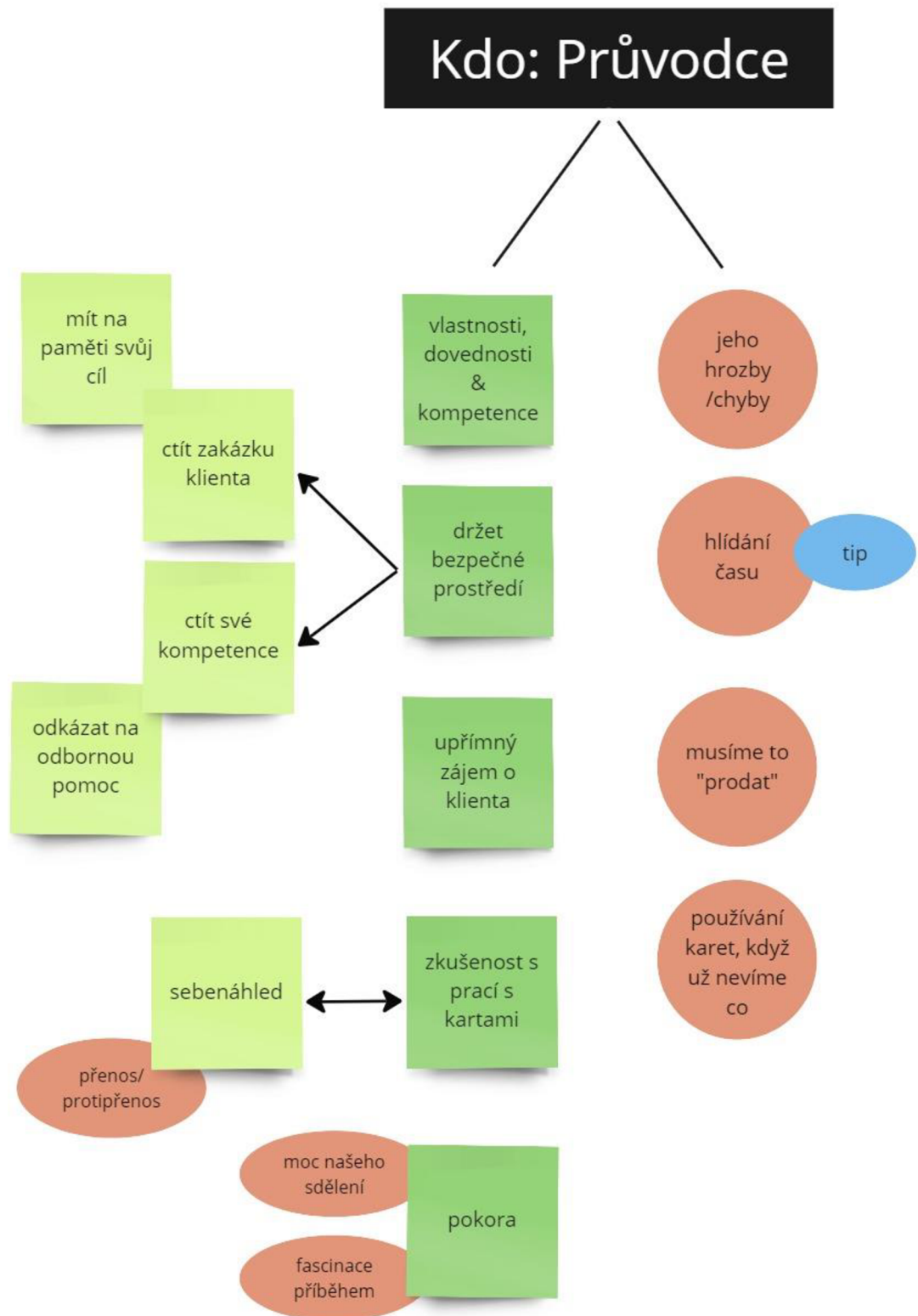
7 VÝSLEDKY VÝZKUMU

Každé téma začínáme tematickou mapou, která zachycuje provázanost jednotlivých fenoménů a slouží ke snadnější orientaci v textu. Hlavní kategorie jsou zachyceny tmavě zelenou barvou, jejich subkategorie světle zelenou. Pojmy s oranžovým podbarvením upozorňují na současně probíhající hrozby, a nakonec modré pojmy odkazují na konkrétní příklady, jak dané téma uchopit v praxi.

Na práci s kartami nahlížíme z několika úhlů pohledu. První z nich věnujeme člověku, který při své praxi karty používá. Vzhledem k zaměření této práce a práci s kartami obecně to může být téměř jakýkoliv uživatel, a proto jsme tuto roli pojmenovali obecně jako *průvodce procesem*. Zaměřujeme se zde na jeho vlastnosti, dovednosti a kompetence a také chyby, kterých se může dopustit, a nepříjemnosti, jež ho mohou potkat. Další kategorie směřují k odpovědím na základní otázky, a to sice, proč průvodci karty používají (z teoretického hlediska), kdy a při jakých konkrétních příležitostech je využívají (s konkrétními praktickými možnostmi), s kým je používají a s kým ne (zaměření na cílovou skupinu klientů/pacientů/studentů), a nakonec uvádíme několik typů jednotlivých karet, jejich hlavní výhody a nevýhody.

7.1 Kdo: Průvodce

Obrázek 1: Schématické znázornění témat – Kdo: Průvodce



Jak je již zmíněno výše, karty mohou najít uplatnění v několika profesích. V šíři této práce jsme měli možnost nakouknout pod pokličku práce krizového intervenanta, klinického

psychologa, vychovatele v družině, pedagoga, terapeuta, psychologa ve zdravotnictví, školního psychologa, lektora, kouče, pracovního psychologa, ale zastoupení by se našlo mnohem více.

Začneme s definicí Pavly (pracovní psycholožky) která uvádí *“mně přijde, že s tím můžou pracovat úplně všichni (...) fakt mě to přijde jako super nástroj; ona to není žádná raketová věda (...) když máte představu, jako co to (s klientem) může udělat ... tak to fakt jako není nic složitého, na co potřebuju školu, výcvik...”*

I přes tato slova je potřeba mít na paměti několik věcí, než se do práce pustíme.

První subkategorie definuje několik málo vlastností, dovedností a kompetencí průvodce. Základní předpoklad je držet při práci s kartami **bezpečné prostředí**. V prvé řadě ctít zakázku klienta, který přichází pro odbornou pomoc, mít na paměti i svůj cíl a také držet hranice svých kompetencí. V případě přesahu těchto kompetencí být schopen odkazu na odbornou pomoc.

V hlubším prozkoumání výše zmíněného odstavce jsme na společném setkání dospěli k názoru, že i v lektorství *„může být velmi tenká hranice toho, co ty lidi mohou odhalit (...) může být velký rozdíl v tom co otevře lektor a co terapeut...”* (Anna, psycholog ve zdravotnictví). Je důležité zmínit, že karty jsou nástrojem, který nám pomáhá dosáhnout požadovaného cíle, ale i tak je potřeba *„udržet ten kontext, že když jako lektor chci jenom, aby si to ošahali, tak končíme ošaháním, ale ne že jako půjdu a budu demonstrovat a pojď dál... ale přesně furt musím mít na vědomí ten cíl...”* (Pavla, terapeutka). Denisa (vysokoškolská pedagožka) uvádí i opačný případ, kdy v rámci předmětu osobnostní a sociální přípravy se setkává se situacemi, kdy sami studenti neznají hranice a cíle jejich setkání. *„...studenti, kteří začnou do osobnostky vnášet nějaký traumata a vlastně nerozumí moc tomu, proč tam ty traumata nemůžou řešit ... moje kompetence je v tom, říct, hele, tohleto patří jinam, pojď to jako kontraktovat, protože ten cíl je toto.”* Každý průvodce musí ctít své profesní kompetence. Pedagog ani lektor se nepouští do pronikání podstaty hlubších traumatických událostí, a v případě, že na ně narazí, odkazuje své klienty na odbornou pomoc. Nenechává se fascinovat příběhem. Úkolem každého průvodce je umět držet *„bezpečné prostředí, možná i debriefing a jakože dokončit nějakým způsobem obstarání toho člověka, aby neodcházel vlastně jako rozbitý”* (Pavla, terapeutka).

Mezi další základní atributy spadá **upřímný zájem o klienta**, vcítění se do příběhu a respektování jeho potřeb. Pavla (terapeutka) zmiňuje, že ona sama je na karty naladěná a

ráda s nimi pracuje, ale „*pak lidi, kteří s nimi pracovat nechtěj, jakože to je takový to jako ty vole, tak jako.... myslím si, že tam hodně hraje roli ta důvěra v to, že to dává smysl.*” S klienty a kolegy, se kterými karty využívá už má vybudovaný jistý vztah a ví, co si může dovolit a jak na to reagují. U nových klientů v terapii myslí především na jejich bezpečné prostředí, „*ale jako u terapeuta, tam je nechci vlastně vystavovat něčemu, aby to pro ně bylo jako vlastně trapný, divný, jakože odhadnout nějakou míru nekomfortu, kterou lidi s tím mají spojenou.*” V okamžiku, kdy již s kartami průvodce pracuje, musí trénovat sám sebe, aby si do jeho obrazů nekládal vlastní interpretace a poslouchal klientovo vyprávění jako „*divící se dítě, to je vlastně ta chvíle, kdy do toho může nejvíc těch svých projekcí cpát on (...) stalo se mi, 'aha, todlencto je jelen', 'ne, to je slon', 'dobře, oka, je to slon'. Tak jenom abych já nezabil tu tvořivou činnost toho klienta tím, že já tam dám jako interpretaci svoji*“ (Lukáš, krizový intervent).

Dle Jana (pedagoga) je důležitá **osobní zkušenost s prací s kartami**. Jeho kolegové s kartami nepracují, protože je to pro ně něco nového, s čímž se dosud nesetkali, nikdy si to sami nezažili a neví si s tím rady, „*vždycky se jasně hrozně jako diví, že ty vytáhneš prostě nějaké kartičky a vy tam najednou mluvíte o věcech, které já prostě s těma děckama se snažím řešit... říkám jo, ale to nedělám já... to se děje jako hodně tady (ukazuje na karty na stole)*”. Anna (psycholožka ve zdravotnictví) doplňuje, že pro ni je důležitá schopnost sebereflexe a poznání sebe sama. Díky tomu, že „*my sami dokážeme i jít nějak do sebe, jakože hlouběji, tak dokážeme tu hloubku věci i nabídnout těm druhým.*”

Prozkoumáme ještě hlouběji chyby a několik základních hrozeb, se kterými se průvodci mohou při své práci setkat. První z nich je moc interpretace průvodce. Všichni účastníci se shodují, že mohou být “hodně mocní” v tom, co klientovi řeknou. Po celou dobu je důležité mít k této technice **pokoru**. Objevování podstat hlubšího jádra příběhu může být velmi zajímavé (i profesně), ale i tak musí mít průvodce na zřeteli své kompetence a nenechat se fascinovat příběhem, nepronikat hlouběji, pokud klient sám problém nepopisuje „*se to objeví v tom poli a zároveň, že to nemusí mít jako úplně konkretizované, že nemusím jít do nějaké fascinace příběhem. 'Jo, a to bylo čím a kdy a kolikrát?' Jenom prostě, že tam jako je a říkám, 'OK však v pohodě. Teďka se to třeba nejde úplně bavit, tak v pohodě, můžem klidně až bude možnost.*” (Lukáš, krizový intervent)

Práce s časem je též velmi důležitá. Anna (pracovní psycholožka) zmiňuje, že její klienti při skupinové terapii se velmi rozmluví a je pro ni těžké korigovat čas, tj. rozdělit ho pro každého tak, aby všichni dostali stejně prostoru a nemuseli být náhle utínáni. Na toto

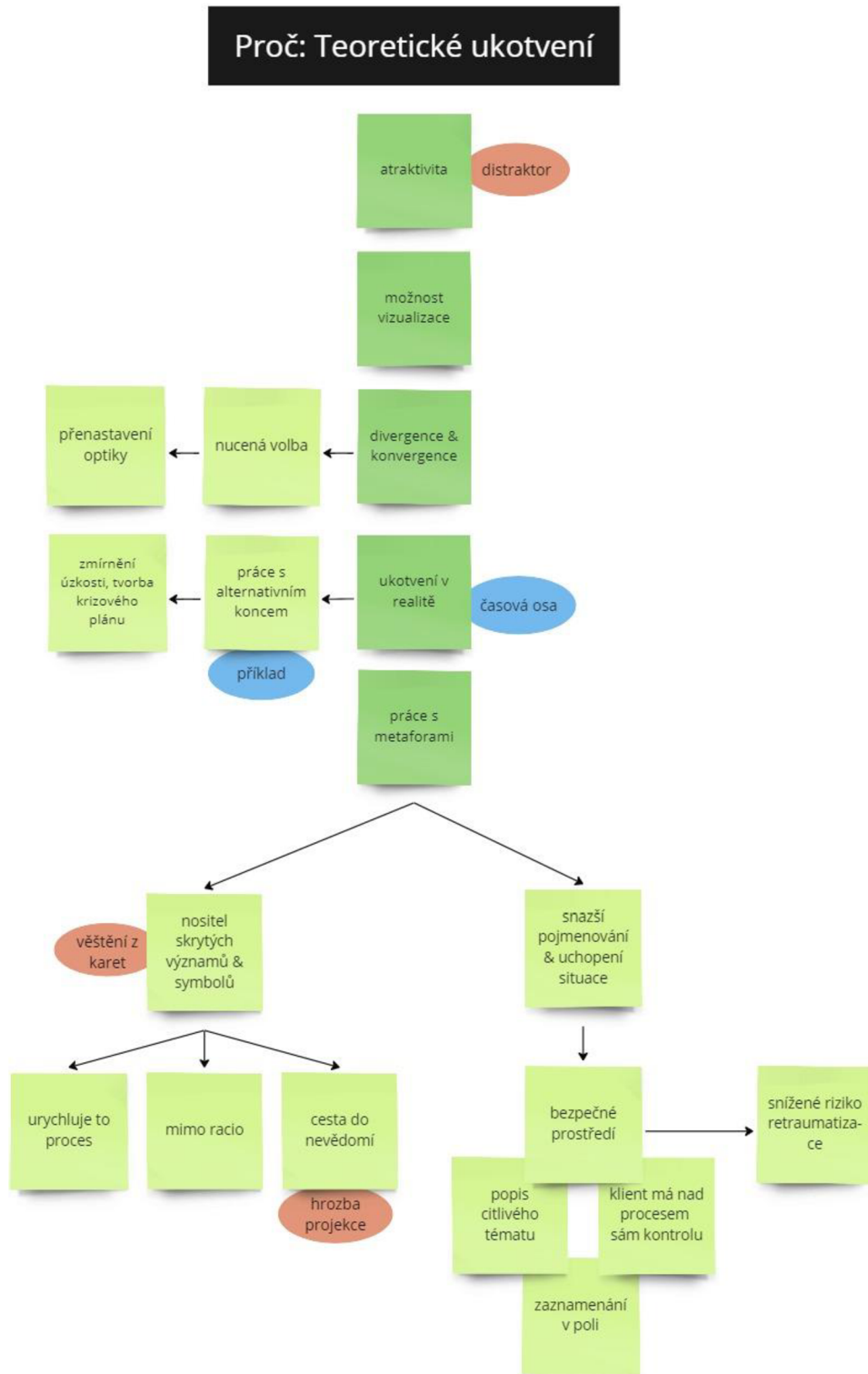
počínají reagovali Eliška (školní psycholožka) a Jan (pedagog), kteří ve své praxi používají přesýpací hodiny, které jsou vizualizací času, jež je všem dostupná a není dle jejich slov “invazivní”. Jan své studenty informuje několik minut dopředu, aby věděli, kolik času jim ještě zbývá.

Pavla (terapeutka) sděluje, že je pro ni občas obtížné tuto techniku “prodat” klientovi. “Prostá” diskuze je pro ni jednodušší a nemusí se vystavovat případnému odmítnutí ze strany klienta. Na toto reaguje Anna a Denisa, které naopak karty používají, když už je nic nenapadá a doufají, že pak “něco vymyslí”. *„...někdy to mám tak zakódovaný, když už nevím co, tak vytáhnu karty, že jo? Nebo když už jako se mi to furt nějak točí dokola to téma, a nevím, jak z něj vystoupit... možná to víc souvisí s mojí úzkostí, že se to neposouvá úplně tak rychle, jak bych chtěla, tak tam šupnu tu techniku, že se tak kryju prostě...”* (Denisa, terapeutka) Její sdělení navazovalo na varování Lukáše (krizového intervenanta), který parafrázoval svého supervizora o využívání M E T O D terapeutem, když on sám (terapeut) prožívá úzkost. *„Zároveň nás varoval vždycky, když se terapeut uchyluje k "metódě", tak to je o jeho úzkosti. Tak jenom pracujete jako s tou úzkostí, to je taky jako dobrý signál, že netahejte vždycky jakože karty, když si nebudete vědět rady jo... že někdy fakt, jako je to naopak jako velmi užitečné, prožít si to... tu bezradnost s ním.”*

7.2 Proč: Teoretické ukotvení

Druhá kategorie pokrývá odpovědi na otázku, proč volit nástroj metaforických asociačních karet?

Obrázek 2: Schématické znázornění témat – Proč: Teoretické ukotvení



Začneme-li od toho nejjednoduššího, jedná se o **atraktivní metodu**, která svojí podstatou přitahuje pozornost druhých. „...*když se ty karty ve třídě rozmístí jenom takhle dokolečka, tak já nemusím vůbec nic říkat a všechny děti jsou najednou tady i ty, co byly na opačné straně chodby hnedka jako přijdou, ta motivace tam funguje jako úplně okamžitě*” (Jan, pedagog). Na druhou stranu je zároveň i distraktorem, který může rozptylovat. Někteří jedinci mohou během skupinového sezení sklouzávat k prohlížení či manipulaci s kartami v průběhu vyprávění druhých. Hlavním přínosem metaforických karet je **možnost vizualizace**. „...*když k tomu přidáme ten vizuál, tak je to jako strašně silný (...) je to vlastně moc fajn spojit to, ty slova fakt jako s nějakým výrazivem nebo tím obrázkem*” (Pavla, terapeutka).

Velká paleta možností (obrazů) rozšiřuje nabídku témat, které lze tímto nástrojem odkrýt či obsáhnout. Je to **divergentní** materiál. Další průvodci s tím pracují naopak i **konvergentně** s cílem zaměření se na jedno konkrétní téma. „...*ve chvíli, kdy jsme to takhle jako rozložili, tak vlastně došlo spíš jako k takovému jako zúžení, že jsme to dokázali lépe pojmenovat*” (Pavla, koučka). Lukáš (terapeut) karty využívá ve smyslu nucené volby, kdy si jeho klienti musí vybrat některou z karet, která nejlépe vystihuje jejich rodičovské kompetence. Tento postup v jeho případě pomáhá k přenastavení optiky z negativního náhledu na pozitivní nebo alespoň neutrální. „*Často ti rodiče (při těžkém rozvodu) jsou chyceni něčím, čemu se říká démonizace, to je vlastně to, že vidí v tom druhém toho čerta (...) to, co rozbíjí tu démonizaci, tak je vlastně práce s tím atributem třeba té vhodné rodičovské kompetence a tady (ukazuje na karty ctností) si nevybereš nic negativního. Jo, že když bys si tady chtěla vybrat prostě nevěrnice, tak to tady jaksi není, protože to jsou karty ctností. Takže to není o tom, že by si lhali do kapsy, ale že je to vlastně jako nucená volba*” (Lukáš, terapeut).

Nejenom v terapii se pracuje s **ukotvením v realitě**. Denisa (terapeutka) a Anna (psycholožka ve zdravotnictví) tvoří se svými klienty časovou osu, která jim pomáhá zmapovat situaci jejich klientů před tím, než u nich nastal problém, který aktuálně řeší jejich současný stav a také možný budoucí. To jim pomáhá pojmenovat, že to, co se jim stalo, je součástí jejich příběhu, ale nemusí být součástí jejich přítomnosti a ovlivňovat budoucnost, tu si mohou zvolit vlastní. Denisa (terapeutka) používá metodu práce s alternativním koncem. „...*tahle část se ti nelíbí, tak kdybys mohla mávnout kouzelným proutkem, jakou kartu bys tam chtěla mít místo toho. Je to hodně o hledání toho, co jako kdybys mohla, tak bych teď upravila, ať už do tý budoucnosti nebo do tý minulosti.*” Eliška (školní

psycholožka) dodává, že její velkou zakázkou jsou nyní přijímačky u žáků 9. tříd a strach s nimi spojený, co kdyby se náhodou nedostali na svoji vysněnou školu, a tato technika by mohla pomoci ke zmírnění úzkosti a tvorbě krizového plánu.

Hlavní roli hraje samotná **práce s metaforami** a tato cesta z abstraktna do konkrétna. Obrazy a metafory umožňují klientům snazší pojmenování a uchopení situace. Mohou se skrýt za vyobrazené postavy, mluvit o nich, a ne o sobě. „*A můžou se tam toho dotknout tolik, kolik chtějí, můžou verbalizovat tolik, kolik chtějí tak, aby to bylo jako bezpečné. Můžou to taky úplně jako odmítnout. Je to bezpečná externalizace něčeho, co mají v sobě, je to temné a je to bolestivé*” (Lukáš, krizový intervent). Toto bezpečné prostředí jim umožňuje vlastní kontrolu nad tím, co budou sdílet. „*Ti lidi si můžou vybrat jakou kartu, můžou si vybrat, co k té kartě řeknou, můžou tu cenzurovat tak, aby to pro ně bylo bezpečný a já se na ně jako terapeut taky spolím, že si to můžou nějak držet*” (Denisa, terapeutka). Hlavní téma, zdroj problému, se sice může již poodkrýt ve vyprávění, objeví se v tom poli, ale jak jsme psali výše, průvodce se nemusí nechat strhnout vyprávěním, ale zaměřuje se na to, co klient chce a může sdělit. „*Ta externalizace funguje tak, že oni můžou říct, co chtějí, že to není jakoby hned celý venku. On si třeba vybere něco, co ještě pro něho je snesitelný to říct a dost to jako může pomoci tomu procesu, ty emoce to vyvolá, někdy řeknou víc, než chtěli, ale jenom tolik, kolik jim to dovoli*” (Bára, arteterapeutka).

Lukáš (krizový intervent) i Jan (pedagog) se shodují, že díky udržení tohoto bezpečného prostředí, jehož hranice si určuje sám klient/student, tak se dosud nesetkali s žádnou retraumatizací.

Obrazy a jejich pojmenovávání jsou nositeli skrytých významů a symbolů, které průvodci umožňuje nahlédnout do klientova nevědomí a obejít jejich racionální Já. Pavla (pracovní psycholožka) uvádí příklad s kolegy-právníky, se kterými pracuje: „*...oni moc jako nejsou sdílní a je to fakt jako mimo jejich komfortní zónu a úplně mimo, jako takovou tu jejich logiku, ale když je prostě vystřelíte z té logiky, tak oni dokážou nacházet strašně moc jako zajímavých věcí.*” Díky tomu dochází k rychlejšímu uchopení a proniknutí k jádru podstaty problému, což může být první krok k jeho vyřešení.

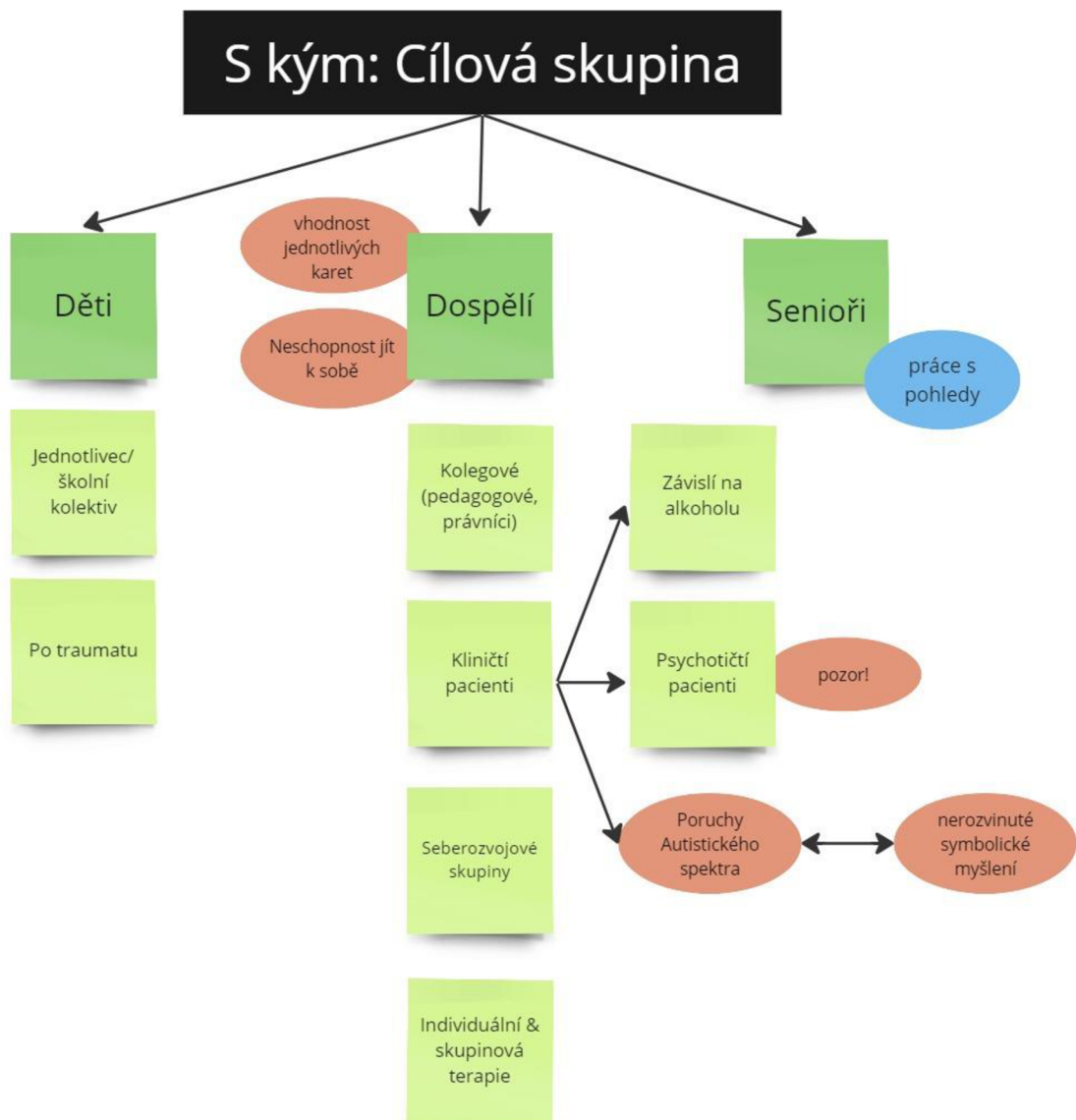
Při práci s kartami, odhalováním skrytých obsahů, je potřeba si dávat pozor na hrozbu nevyžádané projekce, která se může objevit. Lukáš (krizový intervent) například nepracuje s projektivními kartami v okamžiku, kdy je jeho klient v hluboké krizi, aby nepřivodil více škody než užítku. „*...kdybych mu dal tohle (ukazuje na dixitové karty), tak si najde třeba*

tohle (ukazuje na chlapce se švihadlem) ... jo a už si shání špagát na kterým se oběsí.” Bára (arteterapeutka) dodává, že její klientky s poruchou osobnosti pracují se skrytými symboly pro ni nežádoucím způsobem, kdy jej sobě navzájem “vykládají jako věštbu”. Významy jednotlivých symbolů si vymýšlejí nebo studují z neověřených zdrojů a podstata jejich vlastní symboliky je pro ně nedůležitá.

7.3 S kým: Cílová skupina

V rámci následujících odstavců se zaměříme na popis a specifika některých cílových skupin, se kterými lze s kartami pracovat.

Obrázek 3: Schématické znázornění témat – S kým: Cílová skupina



Toto téma otevíráme citací od Lukáše (krizového intervenanta), který sděluje: „...*kromě vlastně jako slepých lidí jsem to používal jako dost, jako všude.*” Cílové publikum může být opravdu velmi široké a níže se zaměříme pouze na skupiny, které byly debatovány v rámci ohniskové skupiny.

S **děťmi** lze s kartami pracovat na několika polích. Eliška s nimi pracuje jako školní psycholožka a využívá je při individuálních konzultacích s dětmi, které potřebují rozmluvit nebo neví, jak mluvit o tématu, se kterým přišly. Rovněž je využívá i se skupinou dětí k podpoře edukace (např. výuka o emocích) a skupinových rozvojových programech aj. Jan (pedagog) karty se školními dětmi využívá k řešení konfliktů, což mu usnadňuje vyřešení dané situace. „...*pomáhá to budovat tu diskuzi i mezi těma dětma, že oni najednou nemluví k sobě, neříkají si prostě, tys něco zkasil nebo tys něco udělal špatně. Ale jo, já to tady na té karty vidím tak a tak, že hnedka jako do toho spíš jako co oni prožívají, než aby šli jako do té konfrontace s tím druhým člověkem.*“ Lukáš (krizový intervenant) pracuje s dětmi v rámci hlubokého traumatu, který prožívají při komplikovaném rozvodu/rozchodu svých rodičů. Karty vytahuje v okamžiku, kdy se baví o citlivém tématu nebo jsou ve stavu “zamrznutí” a nejsou schopni “verbalizace”. Karty lze použít i v rámci volnočasových aktivit, zážitkových a seberozvojových kurzech pro děti.

S **dospělými** klienty mají rovněž zkušenosti většina z našich účastníků. Pavla (pracovní psycholožka) je využívá se svými kolegy právníky při mapování firemních hodnot, pojmenovávání firemní vize, aj. Eliška (školní psycholožka), karty vytahuje i při práci se svými kolegy-pedagogy v rámci prozkoumávání jejich vzájemných vztahů ve skupině. V oblasti klinické terapie hovoří účastníci o zkušenostech s využíváním karet s klienty závislými na alkoholu, kde společně tvoří časovou osu a hledají zdroj jejich problémů a výhledů do budoucna. Bára (arterapeutka) pracuje v psychiatrické nemocnici s psychotickými pacienty (např. s poruchou osobnosti) a krom karet využívá i jiné projektivní metody, např. kresbu. Zde přidává velký vykřičník u akutních psychotických pacientů, které hodně pestrý materiál (např. i karty) mohou velmi rozladit. „*Určitě jako velká hrozba s kartama jsou jako nějaký psychotický, zvláště akutně psychotický lidi, protože je to prostě rozbíjí (...)* jakmile bylo něco moc barevného moc podnětného, tak ty, vogo, to byl fičák to se nedalo zastavit a oni se hrozně mohli rozjet.” U klientů, kteří nemají správně vyvinuté symbolické myšlení, též není vhodné karty používat. Denisa (terapeutka) uvádí příklad klienta s podezřením na Aspergerův syndrom, který nebyl schopen se identifikovat s žádnou ze 70ti předložených karet, a museli zvolit k jejich práci jinou techniku (konkrétně práci

s rozestavováním kamenů, která pro něj byla uchopitelnější). Poslední zmíněné využití při práci s dospělými zaznělo v kontextu seberozvoje. Ať už na poli individuálních konzultací (terapie, koučink), tak seberozvojových skupin (např. vysokoškolský předmět Osobnostní a sociální příprava, zážitkové kurzy pro dospělé, aj.)

Bára (arteterapeutka) vyzdvihuje, že pro věkovou kategorii dospělých jsou karty velmi vhodným nástrojem, jelikož většina z jejích dospělých klientů se necítí komfortně v jiných projektivních metodách, jako je třeba tvorba vlastního obrazu a malování obecně. Je záhodno si pouze dávat pozor na to, jaké typy karet s jednotlivými dospělými klienty využíváme. Např. karty “Moře emocí” od b-creative (pozn. Dětské kresby rybiček s různými emocemi) nejsou tím nejvhodnějším nástrojem ke koučování CEO firmy. Rovněž Denisa (vysokoškolská pedagožka) upozorňuje, že i někteří její studenti nejsou ochotni / schopni jít do hlubších témat, a i to k tomu patří. *“...stává (se mi) často se studentama na vysoký, že se na něco ptám a on vlastně řekne ‘jo tahle karta symbolizuje můj dnešní dobřej oběd’ a vlastně vůbec jako nejdou k sobě a celej semestr třeba nejdou k sobě, což k tomu jako nějak patří, to není jako není úplně pro mě problém, ale někdy je to výzva to vlastně usedět a říct si, jo, ty jo, tak, tak se zase budem bavit o obědě, protože je jedna odpoledne.”*

Poslední věkovou kategorii, **seniorů**, jsme otevřeli jen velmi okrajově. Bára (arterateputka) a Pavla (terapeutka) sdělovaly, že i senioři, se kterými pracovali, velmi pěkně na karty reagují. Zejména na pohledy, kde společně vzpomínali, od koho naposledy dostali pohled, co na něm bylo napsáno, komu by jej chtěli zaslat v tomto okamžiku, aj.

7.4 Kde a proč: Možnosti praktického využití

Odstavce níže se zaměřují na popis toho, kde a proč zrovna při této této příležitosti jsou karty vhodným aplikačním nástrojem.

Obrázek 4: Schématické znázornění témat – Kde a proč: Možnosti praktického využití



První hlavní oblastí je **terapie**. V kontextu individuální terapie pracuje několik z našich účastníků. Karty používají ve chvílích, kdy mají klienty, kteří potřebují “rozmluvit” nebo nejsou schopni mluvit/pojmenovat své téma. Eliška (školní psychologka) na toto téma velmi vhodně doplňuje, že by ráda vyzkoušela pomoc umělé inteligence. Nyní je v kontaktu s introvertním chlapcem, u kterého se jí nedaří zjistit příčinu jeho úzkostí. Tento chlapec je zároveň velkým fanouškem Harryho Pottera, proto by ráda vyzkoušela využít AI, která by ji mohla vykreslit emoční karty na toto téma a míru danému klientovi. Denisa (terapeutka) karty vytahuje, když má u svých klientů podezření na sexuální zneužívání, a je to i pro ni

(terapeutku) bezpečná cesta k tomu, jak téma otevřít. „... *uvědomuju si, že jak je to pro mě hodně křehký, tak ty karty jsou bezpečný prostor, kde vím, že ten člověk mi to jako vlastně v těch kartách rozkryje, pojmenuje nějak elegantně anebo vlastně ne. A tak to je taková moje ochrana toho, abych moc jako rychle nehupsla do žumpy (...)* napadá mě konkrétní klientka, která se 15 let prodávala, měla desetiletého syna a vlastně se jako ukázalo v jak útlým dětstvím ji nevlastní otec zneužíval. A ona to teda velmi pěkně dokázala přes ty karty popsat, aniž by musela se dosta k tomu traumatickému.”

Při skupinové terapii využívá karty s klienty závislími na alkoholu Anna (psycholožka ve zdravotnictví) a Denisa (terapeutka) s drogově závislími. Anna je využívá při “rozlučce”.

př.: „...*používám dixitové kartičky na rozlučku, když jdou domů a zvládli celou tu léčbu, tak na konci skupiny rozdáme na zem dixit a mají vybrat kartičku, která vyjadřuje přání tomu člověku, který odchází. A ještě k tomu vlastně ten, kdo odchází, tak přeje skupině a své kartičky (co dostal) si vezme a nafotí si je. Takže on, jak kdyby má někde zaznamenaný ten zážitek, co mu kdo přál.*”

Jan (pedagog) sice není terapeut, ale i on, dá se říct, pracuje se skupinovou terapií v okamžiku, kdy řeší konflikty svých žáků za pomoci využití karet.

Denisa (terapeutka) využívá karty v soukromé praxi i při rodinné terapii s cílem zmapování jednotlivých vztahů. „... *nedaří se mi tam ty věci až tak zjišťovat fakticky, ale daří se ty lidi v těch různých generacích obsazovat téma obrázkama, s téma klientama. Protože oni vlastně jako dost často tam kus rodiny vůbec nemaj (...)* Ale dokážou jako říct z nějaký dávný zkušenosti, že ten táta jim připomíná toto a toto mě vlastně jako hrozně pomáhá (...) Oni třeba pak jako sami říkají, ty jo, to je strašně zajímavý a sami hledají vlastně jako metafory v těch barvách.”

Na terapii navazující je téma **osobnostního rozvoje**. V koučinku a terapii využívá Pavla karty při popisu silných stránek klienta. V obrazech zvířat hledají metafory jejich předností a poté hledají paralely těchto silných stránek s osobním životem klienta. Níže uvádíme několik příkladů možného použití karet v oblasti osobnostního rozvoje.

Prostředek k poskytnutí zpětné vazby:

„...v bezpečných skupinách dělááme to, že si studentni natajno vyberou svoji kartu, pak ji dají doprostřed, já je zamíchám a vykládám je, aniž by věděli, koho to je a pak ostatní mluvěj o té kartě, co je napadá, když tu kartu viděj; a jen ten jeden člověk ví, že ty asociace jsou o něm; v tý skupině říkají, co je napadá, když to vidí, jakej ten člověk (na kartě) pro ně je. A ten člověk, o kterém se mluví, tak si z toho vytahá to svoje... ” (Denisa, lektorka)

„My jsme ve skupině dělali tzv. šeptandu, že ostatní se baví o vás, jako co si všímaj, že jsou vaše silný stránky. A právě k tomu dávali na pomoc karty. Potom to vykládali, a když by mluvili o mně, tak já jenom sedím a vlastně jenom je poslouchám a přilétají mi tam ty karty. Do teďka si hodně pamatuji, kdo vidí jako jaký mám silné stránky a mám tam i ty zvířata, že jsou takový vtipný a je to silný vlastně v tomhle to slyšet od ostatních... ” (Pavla, lektorka)

Trénink práce s chybou:

„...postupné tahání těch karet, že se tam vždycky jakoby jenom rychle podíváš a hnedka to popíšeš a dáváš do nějaké řady, nevím, příběh o sobě, o někom, nebo popsat kulinářský festival v Casablance ... tím (se) učíš jako pracovat s chybou, s tím, aby tě to neparalyzovalo jo, například trénink nějaké sociálních kompetencí, třeba u úzkostných děcek, jako může být vlastně jako super a jako relativně bezpečné. Maximálně nevíš a akorát jdeš dál. ” (Lukáš, lektor)

Dále je možné karty rozehrávat a přejímat postavení figury do svého těla:

„...stavějí sochu té karty, sami to ztělesnění; pak se rozejdou a ty karty oživi tím, že je převezmou do svého těla, a třeba interagují jako ta socha s tou jinou sochou. Můžu je dát do prostoru a můžou se postavit k té kartě, která je mi nějak blízka, a pak jako vlastně řeknu, tak teď to pojd' nějak ztělesnit to, co ty v tom máš, v tý kartě. Najdi sochu, najdi nějakou větu, která jde tý soše hlavou, nebo název té sochy, jakože kdybysme byli v galerii, jak by se jmenovala... ” (Denisa, lektorka)

Ve vzdělávacím procesu lze karty využít k **podpoře edukace**. Eliška (školní psychologka) a Jan (pedagog) s kartami pracují v rámci tréninku soft skills, např. při učení se o tom, jak vypadají jednotlivé emoce a jak je pojmenováváme. Bára (arteterapeutka) je

používá při zpracovávání konkrétního tématu (nyní např. sny) s jejími psychotickými pacienty.

Při **práci se skupinou** účastníci též pracují s kartami různými způsoby. Pavla (pracovní psycholožka) je využívá k vedení pracovních týmů. Nejenom s jejími kolegy ji pomáhají mapovat firemní hodnoty a tvořit firemní vizi.

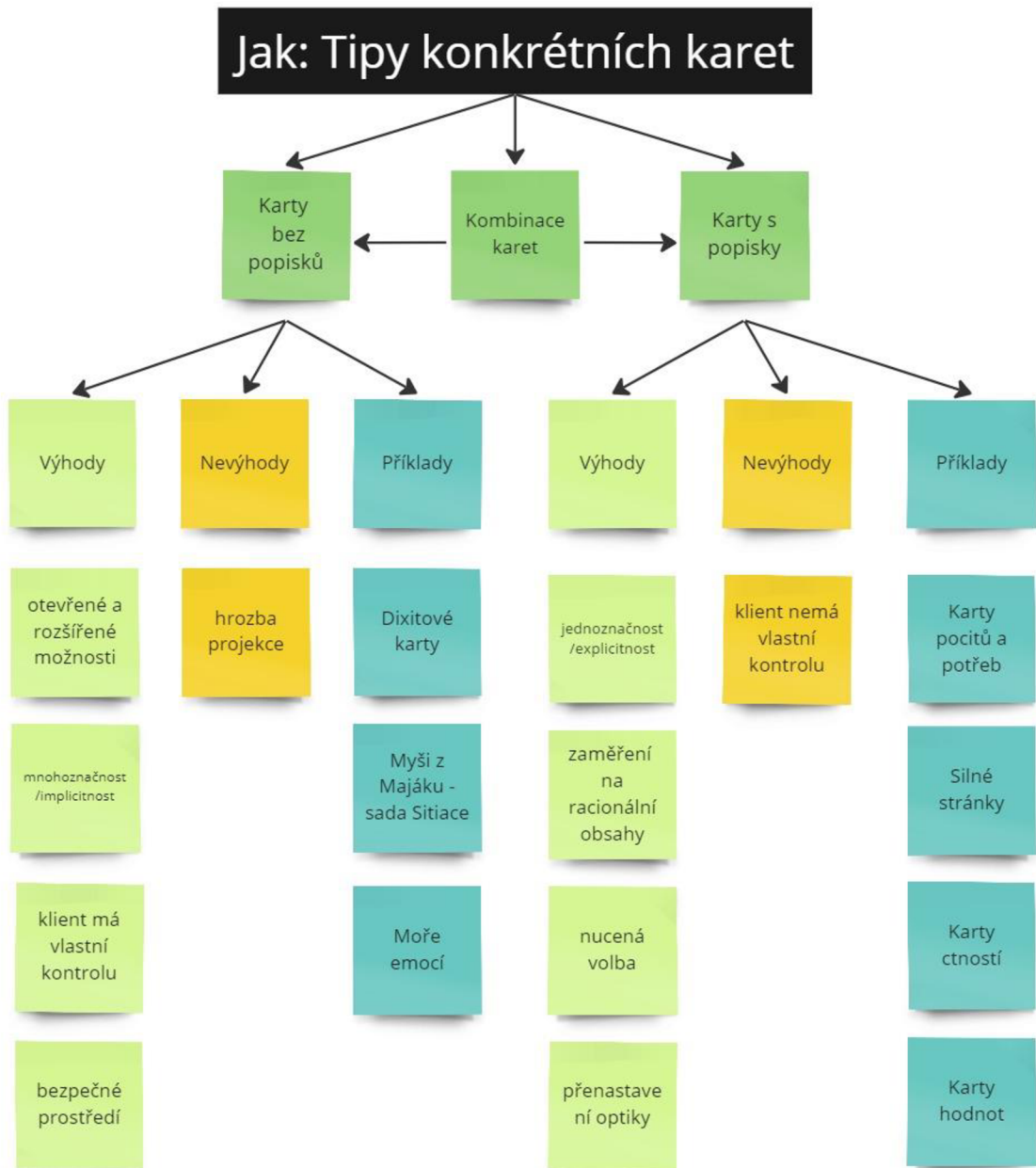
„... (určujeme) kam jdeme, co je náš cíl, co je vize našeho oddělení, jak to vlastně vnímáme, kde jsme teď, kde chceme být potom a pak si vybíráme z toho třeba jednu kartu, kam nějak všichni směřujeme, a vlastně to mi pomáhá to poladit z toho celého týmu, protože všichni vidíme tady jeden obrázek, když se o něčem rozhodujem.“ Pavla (pracovní psycholožka)

Lektoři zážitkových programů (i pedagogové a školní psychologové) používají karty jako prostředek úvodních aktivit jejich programů, zejména k seznámení členů skupiny, naladění se na sebe navzájem (např. sdělují, jak se zrovna cítí, s čím přicházejí), slouží i k rozproudění diskuse a vplouvání do konkrétního tématu. Zároveň mohou pomáhat při ukončování programu, např. při skupinové reflexi.

7.5 Jak: Typy konkrétních karet

V poslední kapitole představujeme konkrétní typy karet, se kterými lze pracovat. Rovněž popisujeme některé jejich výhody a nevýhody v praxi.

Obrázek 5: Schématické znázornění témat – Jak: Typy konkrétních karet



Prakticky jsme si metaforické asociační karty rozdělili na dvě kategorie. Karty s popisky (např. obraz ženy starající se o své dítě + pojmenování ctnosti “vřelost”) a karty bez popisků (např. pouze obraz ženy starající se o své dítě).

Karty bez popisků, tedy pouze obrazové, rozšiřují jejich aplikační možnosti a jsou mnohoznačné (tzv. implicitní). Díky tomu, že klient sám má kontrolu nad tím, co k dané kartě řekne a jak ji pojmenuje, jsou i zdrojem bezpečného prostředí. Ovšem tyto “široké” možnosti mohou skrývat i potenciální hrozby v podobě nechtěné projekce (např. u psychotických pacientů nebo u klientů v hluboké krizi). Mezi diskutované zástupce těchto karet v širší této práci spadají dixitové karty, Myši z Majáku – sada Situace a Moře emocí.

Mezi hlavní výhody **karet s popisky** se řadí jejich jednoznačnost (tzv. explicitnost). Dovolují se zaměřit naopak na racionální obsahy, nabízejí přímé pojmenování různých témat (hodnot, ctností, pocitů, potřeb) a klient si vybírá odpověď na otázku z předem připraveného a pojmenovaného materiálu. To umožňuje práci s nucenou volbou a potažmo i možné přenastavení optiky od negativních obsahů k pozitivním. Explicitnost těchto karet se může jevit i zároveň jejich nevýhodou. Problém je již pojmenovaný a klient může ztratit kontrolu nad tím, co řekne a co už ne. Denisa (terapeutka) více tuto problematiku vysvětluje: „*Co nechtěj říct, tak můžou přejít, kdežto, když jako tady vypláznu kartu jako znechucení, když se bavíme o mámě, tak už mu jako nejde moc zatajit, že jo? Nebo už jako náročnější z toho vybruslit ...*” Mezi tyto karty se řadí Karty pocitů a potřeb¹, Silné stránky, Karty Ctností, Karty hodnot.

Eliška (školní psychologka) uvádí, že při své práci **karty kombinuje**. Při edukaci žáků o pocitech a potřebách jí pouze slovní pojmenování na kartičkách Pocitů a Potřeb nestačí, proto je doplňuje i obrazem. Naopak Pavla a Denisa (terapeutky) užívají Karty hodnot k dokreslení významů některých pouze obrazových karet a pomáhají jim více ukotvit probírané téma. Nakonec Anna (psychologka ve zdravotnictví) a Jan (pedagog) připomínají, že je vhodné karty měnit při práci se stejnými klienty, jelikož se po čase začnou ohrávat a pro klienty/žáky už nemusí být atraktivní s nimi pracovat.

¹ Karty pocitů a potřeb lze zdarma stáhnout na stránkách Nenásilné komunikace (<https://nenasilnakomunikace.org/stahnete-si-cviceni-s-kartickami-potreb-a-pocitu/>)

7.6 Odpovědi na výzkumné otázky

V následujících odstavcích krátce věnujeme prostor odpovědím na jednotlivé výzkumné otázky.

VO1: Za jakým účelem účastníci výzkumu využívají metaforické asociční karty ve své praxi?

Na tuto výzkumnou otázku nejlépe odpovídá kapitola v tematické analýze KDE a PROČ: Možnosti praktického využití. Z výpovědí účastníků vyplývá, že karty využívají v okamžiku, kdy pracují s klienty/studenty, kteří se nacházejí ve stavu “zamrznutí”, potřebují “rozmluvit” a nejsou schopni “verbalizace”. V kontextu práce se skupinou karty pomáhají k naladění skupiny, vzájemnému seznámení a rozprůdění diskuse. Dále se využívají k uzavření programu/spolupráce, např. při skupinové reflexi nebo poskytování zpětné vazby. Několik účastníků karty používá jako pomocný materiál při edukaci, ať už školní (např. učí se pojmenovávat emoce) nebo rozvojové (práce na konkrétním tématu, např. sny). V koučinku karty pomáhají vizualizovat budoucí směr, kam klienti chtějí jít, a v terapii jsou pomocným nástrojem k otevírání a zpracování citlivých témat.

VO2: Jakými mechanismy karty přispívají k efektivitě a úspěšnosti výkonu pracovních činností účastníků výzkumu?

Na druhou výzkumnou otázku nejlépe odpovídá kapitola PROČ: Teoretické ukotvení. Karty jsou hojně využívaným materiálem pro svoji atraktivitu, širokou nabídku podnětů a možnost vizualizace probíraných témat. Několik našich účastníků karty využívá pro tvorbu časové osy, která umožňuje klienty ukotvit v realitě a tvořit alternativní část/konec jejich cesty. Tento postup zmírňuje úzkost a pomáhá přemýšlet nad alternativním pokračováním jejich života.

Práce s metaforami přispívá k tvorbě bezpečného prostředí. Klient se může “skrýt” za popis postav na kartě a nemusí přímo popisovat svůj vlastní příběh. To umožňuje odkrytí citlivého tématu a zachování bezpečných hranic, které si hlídá sám klient. Hlavní problém se nemusí odkrýt celý. Cenné je, i když se už jenom objeví „v tom poli“, a může se na něm dále postupně pracovat. Tento postup snižuje riziko retraumatizace. Metafory jsou nositeli skrytých významů a symbolů, pomáhají otevírat brány do nevědomí a obcházejí naše racionální já. Jsou urychlovači terapeutického procesu.

VO3: Jaké potenciální rizikové faktory a hrozby mohou vyplynout z užívání metaforických asociačních karet v profesním prostředí, a jak by měly být tyto aspekty řešeny či minimalizovány?

Odpovědi na třetí výzkumnou otázku se prolínají všemi tématy. Vydefinovali jsme několik chyb, nedostatků a hrozeb, kterých se může dopustit průvodce osobně. První z chyb je práce s kartami, když už průvodce neví, co jiného má dělat nebo se mu nad tím nechce přemýšlet. Zároveň může být i těžké tuto techniku “prodat” svému klientovi. Ten v ní hlavně musí mít důvěru a vidět smysl. V každém ohledu je potřeba respektovat přání a potřeby klienta. Nechat ho vyprávět jeho příběh, který na kartách vidí. Tj., nevnášet své vlastní interpretace (hrozba vlastní projekce) a nenechat se fascinovat příběhem (zbytečně neprozkoumávat citlivá témata, pokud je klient sám neotevře). V neposlední řadě je důležité mít po celou dobu pokoru k projektivním technikám a být si vědom své moci při vlastní interpretaci klientových problémů. Svým sdělením může být průvodce velmi mocný.

Hrozby na úrovni karet se týkají jejich mnoho-podnětovosti. Jsou atraktivní, ale zároveň i díky tomu k nim často sklouzává pozornost zúčastněných osob na úkor jiné činnosti (např. naslouchání vyprávění příběhu jiných). Vzhledem k této vlastnosti mohou podnitit i nechtěnou projekci (např. u klientů v hluboké krizi nebo u psychotických pacientů). Karty rovněž nejsou vhodným materiálem pro klienty, kteří nemají rozvinuté symbolické myšlení (např. klienti s poruchou autistického spektra). Jiní klienti mohou při práci se symboly sklouzávat k alternativní interpretaci ala „věštění z karet” nebo k prostému popisu karty bez schopnosti jít hlouběji k sobě a dalším skrytým významům, které obraz nese.

V neposlední řadě je důležité mít na mysli, že používání stejných karet se může časem “ohrát” a přestanou být pro klienty atraktivní. Proto je důležité je obměňovat nebo kombinovat. Stejně tak ne všechny karty (např. s dětskými obrázky) jsou vhodné pro všechny klienty (např. CEO firmy).

VO4: Kde se nacházejí etické a profesionální hranice pro využívání metaforických asociačních karet v pedagogickém, lektorském, terapeutickém a dalším relevantním kontextu, a jak by měly být tyto hranice respektovány a dodržovány?

Odpověď na tuto otázku se nepodařilo přesně určit. Možná i proto, že přesná definice neexistuje. Dospěli jsme k názoru, že karty jsou vhodným nástrojem takřka pro každého průvodce, přičemž každý z nich si musí být vědom svých vlastních kompetencí a zkušeností. Při práci s kartami je vhodná jakákoliv vlastní zkušenost (tj. průvodce sám byl v pozici

klienta) a také již jednou zmiňovaná pokora k projektivním technikách. Po celou dobu práce s kartami je důležité mít na paměti svůj cíl (proč karty používám v konkrétním případě), své kompetence (např. lektor volnočasových aktivit neotvírá témata, které patří do jiného oboru, např. terapie) a vždy je úkolem průvodce téma laskavě uzavřít, pohladit a zaobalit tak, aby klient neodcházel více „rozbitý“ než přišel. Je vhodná i znalost odkazu na další odbornou pomoc (např. výše zmiňovaná terapie).

8 DISKUZE

Cílem této práce bylo zjistit, za jakým účelem účastníci výzkumu při své praxi využívají metaforické asociační karty, shromáždit tipy dobré praxe a možné praktické využití karet napříč různými profesemi, pojmenovat možné hrozby při práci s kartami a ukotvit hranice kompetencí jednotlivých profesí v práci s tímto nástrojem. Za těmito účely byl proveden kvalitativní výzkum, jehož výsledky jsou odprezentovány ve výzkumné části této práce a v následující kapitole jsou tyto výsledky diskutovány.

8.1 Diskuze nad výsledky

Níže se zaměřuji na porovnání výsledků výzkumu s informacemi, které byly přejaty z odborných zdrojů v teoretické části práce a na interpretaci těchto výsledků v kontextu stanovených výzkumných otázek.

První z analyzovaných témat se týkalo člověka, který ve své praxi karty využívá. Pro výzkumnou část této práce se nám podařilo sesbírat zkušenosti od sedmi odborníků, kteří s kartami ve své praxi pracují. Většina z nich zastává zároveň několik rolí. Nahlédli jsme proto do práce krizového intervenanta, klinického psychologa, vychovatele v družině, pedagoga, terapeuta, psychologa ve zdravotnictví, školního psychologa, lektora, kouče a pracovního psychologa. Pro potřeby této práce všechny tyto profese označujeme jednotným názvem *průvodce*. Autoři příspěvku *How to Use the Cards* (2012) doplňují, že zástupců nejrůznějších profesí může být ještě více. Např. pečovatelé, kineziologové, alternativní lékaři, ergoterapeuti, trenéři a mnozí další.

Účastníci výzkumu dospěli k názoru, že s kartami, co by projektivním materiálem, může pracovat téměř každý. Práce s nimi je jednoduchá a rychle naučitelná. Morávek (2009), který se zabývá obecně projektivními technikami, by s tímto tvrzením možná lehce nesouhlasil, jelikož píše, že nároky na interpretaci, zkušenost a schopnost klinického usuzování jsou opravdu vysoké. Ovšem i Gatineau (2010) podporuje názor účastníků a tvrdí, že se nejedná o žádnou náročnou metodu, není nutné absolvovat dlouhé školení, pouze je potřeba si být vědom několika souvislostí a hrozeb. První z nich je vědomost, že karty jsou pouze nástrojem, který nám napomáhá k dosažení určitého cíle, ale nenahrazují práci průvodce (Passard et al., 2023). Několik účastníků výzkumu se shodlo, že často využívají

tuto metodu v okamžiku, kdy už neví, co jiného mají dělat nebo se jim nechce nad jinými metodami přemýšlet. Jeden z účastníků vhodně upozorňuje, že využívání jakékoliv metody v terapeutickém procesu může vypovídat spíše o úzkosti terapeuta, který se uchyluje k jejímu využití, aby se vyhnul nepříjemným a těžko uchopitelným situacím. Dle našeho názoru jsou karty vhodným nástrojem pro jakéhokoliv průvodce, ale nikoliv pro každou příležitost či klienta. Tyto dvě složky více rozebíráme v odstavcích níže.

Po celou dobu práce s kartami je nejdůležitější držet pro klienta bezpečné prostředí v němž může pracovat. To pro průvodce zejména znamená, být si vědom svých kompetencí v rámci dané profesní role. Je nutné si s klientem vytvořit zakázku a cíl, ke kterému budou chtít směřovat, a tohoto se také držet. Nenechat se tzv. fascinovat příběhem a zabrušovat do hlubších témat, které průvodce nebude schopen opečovat. V takovém případě je vhodné klienta odkázat na odbornou pomoc. Autoři příspěvku *How to Use the Cards* (2012) upozorňují, že průvodci takto mohou odkrýt vytěsněnou, či nepříjatou část, která s sebou přináší velkou psychickou bolest, na jejíž zpracování nemusí být klient ještě dostatečně připravený a silný. V krajních případech toto odhalení vede i k ukončení terapie nebo dokonce k sebevražedným pokusům. Předpokládáme, že tato výstraha platí zejména pro málo zkušené průvodce, kteří by se mohli nechat strhnout „zajímavým“ vyprávěním a také vlastní mocí při odhalování hlubokých témat. Ostatně, jak zmiňují i účastníci výzkumu, průvodce, v tom co řekne a jak to bude interpretovat, může být opravdu hodně mocný. Proto považujeme za více než důležité, stále mít na paměti velký metaforický vykřičník u tohoto nástroje.

Vlastní zkušenost s jakýmkoliv projektivním materiálem je mocným hybatelem. Za prvé, průvodce ví, jak se daná technika používá, jak působí na klienta a také si dokáže představit, jak může klienta poškodit. Souhlasíme s tím, že délka praxe při interpretaci projektivních technik určitě hraje jednu z hlavních rolí. Горобченко a Евменчик (2011) doplňují, že při popisu karet nevyvracíme žádné výklady ani se o ně nepřeme. Snažíme se mít na paměti, že neexistují žádné správné nebo nesprávné interpretace obrázků, žádné špatné čtení slov. Dva účastníci se v tomto kontextu shodují, že v okamžiku, kdy již s kartami průvodce pracuje, musí trénovat i sám sebe, aby si do klientových obrazů nevkládal vlastní interpretace a poslouchal jeho vyprávění jako „*divící se dítě*“ a nepoškodil tvořivou činnost klienta tím, že do ní bude vkládat vlastní interpretace. Najbrtová a kolektiv (2017, s.31-32) doplňují, že „*výsledek nemůže být nikdy lepší, než je psycholog sám.*”

Druhé z analyzovaných témat pokrývalo odpověď na otázku, proč a čím jsou MAK vhodným nástrojem do praxe. Krom toho, že se jedná o vizuálně atraktivní metodu, která svým pojetím přispívá k vizualizaci tématu samotného, se karty hlavně opírají o práci s metaforou. Účastníci výzkumu uvádějí, že pomocí karet a jejich obrazů se jejich klienti mohou svého příběhu dotknout tak moc, jak chtějí, a zároveň mohou říct pouze tolik, aby to pro ně bylo bezpečné. Díky tomuto bezpečnému prostředí mají vlastní kontrolu nad tím, co budou sdílet. Externalizace hlavní problém zachytí, objeví se v poli příběhu, ale není nutné jej hned dopodrobna rozebírat a zajímat se o něj. Hlavní je, že o něm víme a můžeme se k němu vrátit později, až na jeho odkrytí a zpracování nabere klient například více síly. V tomto případě nám ovšem zůstává stále viset ve vzduchu otázka, kde se nachází hranice toho, kdy klient jen brousí po povrchu svého příběhu a neví, jak odkrýt další vrstvy (a zásah průvodce by zde byl na místě), nebo naopak, když z jakýchkoliv důvodů klient do těchto vrstev jít nechce nebo nemůže, a průvodce by se těmito tématy také hlouběji zaobírat neměl. Vyplývá nám z toho, že nejenom vlastní trénink a mnoho zkušeností zde hrají hlavní roli, ale zejména je důležitá vysoká míra empatie.

Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektiv (2023) užívají karty při terapii s ukrajinskými vojáky. Stejně jako dva účastníci výzkumu i oni sdílejí, že se díky této metodě ještě nesetkali s žádnou retraumatizací. Lakoff a Johnson (2002) uvádějí, že metafory mohou hrát důležitou roli při snaze uchopení toho, co se uchopuje nejobtížněji a zároveň je to pro člověka, zdá se nejdůležitější. Трынов (1997) uvádí několik funkcí metafory, mezi něž se řadí vyjadřovací funkce (popis toho, co je obtížné vyjádřit slovy), diagnostická funkce (volba obrazu je určována vědomými i nevědomými motivy), disociační funkce (možnost nahlédnout na problém s odstupem) a vysvětlující funkce (symbolické nahrazení abstraktních pojmů). Dle Ayalon a Siso-Ayalon (2006) metafora pomáhá vytvořit bezpečné prostředí a také Tyrell (2019) popisuje, že při použití metafory terapeutem, namísto doslovného popisu, přispíváme k uvědomění klientem.

Obrazy a jejich pojmenovávání jsou nositeli skrytých významů a symbolů, které průvodci umožňují nahlédnout do klientova nevědomí a obejít jejich racionální Já. Symbol odkazuje k nadřazenému cíli. K něčemu, co ho překračuje a je v terapeutickém procesu nositelem děje (Kast, 2014; Müller & Müller, 2006). Pracovní psycholožka uvádí příklad s jejími kolegy, kteří jsou velmi analyticky a logicky založení, a popisuje, že práce s kartami jí umožňuje tyto lidi „*vystřelit z té jejich logiky a tam nacházet strašně moc zajímavých věcí*“.

Jako velmi důležité téma nám přišla konkrétní technika při práci s kartami, která průvodcům umožňuje ukotvovat jejich klienty v realitě. Pomocí časové osy, kterou spolu tvoří, mapují jejich životní příběh. Prozkoumávají, co se jim stalo, kde jsou nyní a kam by chtěli směřovat. Pomocí této techniky demonstrují, že problém, se kterým přicházejí, je součástí jejich příběhu, ale nemusí nutně ovlivňovat i jejich přítomnost a budoucnost. Krom tohoto Kivisaar (2018) i účastníci zmiňují, že díky kartám jsou schopni proniknout k jádru problému mnohem rychleji, než by to bylo možné v prostém rozhovoru. Také klienti nemusí mít strach z odsouzení jejich schopností, jako je tomu např. u jiných projektivních technik, jako je třeba tvorba vlastní kresby (Bezic, 2018).

Třetí téma je věnováno cílové skupině, se kterou lze s kartami pracovat. Terapeut z naší ohniskové skupiny zmiňuje, že „...*kromě vlastně jako slepých lidí jsem to používal jako dost, jako všude*”. V ohniskové skupině se nám podařilo zachytit několik málo příkladů, kdy účastníci sdíleli své zkušenosti s prací s dětmi, ať už ve školním prostředí, při individuálních sezeních u školní psycholožky nebo ve skupinových aktivitách během edukace. Jan (pedagog) karty s dětmi používá při řešení jejich konfliktů a Lukáš (krizový intervent) sdílel několik příběhů traumatizovaných dětí, se kterými pracuje během vysoce konfliktního rozvodu jejich rodičů. S dospělými klienty lze též s kartami pracovat. V tomto případě je důležité vhodně vybírat dané karty a jejich obrázky (např. dětské kresby pro ně nejsou nejvhodnějším materiálem). Dozvěděli jsme se o zkušenostech s kolegy z práce, klienty v terapii i účastníky v seberozvojových skupinách. Krom toho účastníci studie zmiňují, že ne u všech klientů je používání metaforických asociačních karet vhodné. Zejména u lidí, kteří jsou v hluboké krizi a široká škála obrazů by u nich mohla vyvolat nevyžádanou negativní projekci (např. v chlapci se švihadlem mohou vidět provaz, na kterém by se chtěli oběsit). Ani u silně psychotických pacientů hodně barevné a podnětné karty nedoporučují, jelikož jim spouští halucinace a bludy, nebo lidé s nevyvinutým symbolických myšlení (např. klienti s poruchou Autistického spektra) též nejsou, dle účastníků, vhodnou cílovou skupinou pro práci s kartami. Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektiv (2023) souhlasně zmiňují, že s kartami lze pracovat při individuální i skupinové práci s dětmi i dospělými. Jsou mezinárodní, proto jsou vhodné i pro různé kategorie lidí odlišných, ať už v náboženských, národnostních, profesních, intelektuálních, pohlavních, či věkových aspektech.

Dále jsme prozkoumávali příležitosti, při kterých lze s kartami pracovat. Naši účastníci je využívají zejména při terapii, ať už individuální, skupinové nebo rodinné. Jsou

jim pomocníkem při práci na osobnostním rozvoji. Dvě účastnice, koučky, je používají při popisu silných stránek účastníků a hledání vlastních zdrojů pomoci. Školní psycholožka a pedagog je užívají při edukaci tzv. soft skills. Obrazy emocí a k nim přidružená slova jim pomáhají budovat jazyk, jak se dané emoce projevují a jak o nich můžeme hovořit. Arteterapeutka je využívá při práci s konkrétním tématem. V ohniskové skupině sdílela svou zkušenost, kdy s psychotickými pacienty touto cestou zpracovávala téma snů. Pracovní psycholožka je využívá při práci s vizí a hodnotami firmy, vytahuje karty pro snazší uchopení abstraktního tématu a hlavně pro pomoc s vizualizací, kam chce tento pracovní tým směřovat. V neposlední řadě je lektori i Горобченко a Евменчик (2011) využívají k zahájení konverzace ve skupině, jako startovací prostředek pro rozvoj tvůrčího potenciálu, demonstrují pomocí nich základní principy respektu a spolupráce nebo je například využívají při ukončování zážitkových programů. Dle odborníků z teoretické části je možné karty využít i v psychodramatu, gestalt terapii a transakční analýze. V obecné rovině pak při řešení problémových vztahů, vztahů v týmu, budování týmu, pro práci na osobním růstu atd. V neposlední řadě se dají využít i při léčbě klinických poruch, například u deprese, neurózy, různých forem chemických závislostí, aj. (Taras Shevchenko national University of Kyiv et al., 2023).

Poslední téma bylo věnováno tipům do praxe. Pro účastníky ohniskové skupiny se stalo jedno z největších témat, zda upřednostňují karty s popisky nebo bez nich. Téměř bychom mohli říct, že se skupina rozdělila na dva tábory, kde každý z nich zastával jejich výhody, příp. nevýhody druhých karet. Proto je poslední kapitola výzkumné části věnována rozdílu karet s popisky a bez nich. Karty bez popisků (pouze obrazové) dle nich nabízejí širokou paletu možností, o kterých lze hovořit, a tím, jak je zmíněno výše, zůstává oblast sdílení v rukou klienta. Nevýhoda této široké palety s sebou nese hrozbu nevyžádané projekce, tak jak je rovněž zmíněno výše. Na straně druhé, karty s popisky jsou jednoznačné, zaměřují se více na racionální obsahy a mohou pomoci k přenastavení optiky. Jejich výhodou a nevýhodou zároveň může být jejich již vydefinované pojmenování, za které se klientovi již těžko schovává (jako se např. může schovat za obraz, jenž pojmenuje vlastními slovy). Vhodné může být karty kombinovat spolu navzájem a hlavně je obměňovat tak, aby se práce s nimi tzv. neohrála. Několik tipů do praxe přidávají i odborníci z teoretické části. Havrlíková (2015) zmiňuje, že karty nabízejí neomezené možnosti využití, které jsou dány jen kreativitou a intuicí průvodce, ovšem pro začátečníku (i pokročilé) nabízí konkrétní otázky, kterými se lze ptát. Горобченко a Евменчик (2011) doporučují klienty vyzvat ke

spontánnosti a otevřenosti jejich fantazie. Popova a Miloradova (2014) ve své práci také shrnují několik komunikačních technik, které lze při sdílení využít.

8.2 Limity a přínosy výzkumu

V této kapitole se zamýšlím nad možnými limity a přínosy práce a také dalším možným výzkumem, kterým by bylo možno navázat na tuto práci.

Hlavní limit vnímám ve věkové a zejména zkušenostní odlišnosti účastníků výzkumu. Ohniskové skupiny se zúčastnili lidé, kteří mají zkušenost s využíváním karet v rozmezí několika měsíců až 18 let praxe. Co se týče objemu jejich výpovědí, tak byly skutečně rozličné, ale troufám si tvrdit, že nikoliv kvalitativním obsahem. Přínos lidí s menší dobou praxe vnímám především v jejich otevřeném pohledu k nespočtu možností, které lze s kartami využít. Např. Eliška (školní psycholožka) sdílela svůj nápad s využitím umělé inteligence pro tvorbu karet na míru danému klientovi a Lukáš (terapeut a krizový intervent) s dvacetiletou praxí radostně přitakával, že to je to, co teď možná potřebuje aplikovat i u svého klienta, u kterého neví, jak jej rozmluvit. Stojím si tedy za tím, že věková a zkušenostní odlišnost měla své limity, ale i přínosy.

Hlavní přínos tohoto výzkumu vnímám v odkrytí velmi zajímavého a ne moc probádaného nástroje, který lze využít v několika profesích a při nespočtu příležitostech. Během setkání s účastníky výzkumu jsme se dozvěděli, že např. Janovi kolegové (pedagogové) ve své praxi karty téměř vůbec nepoužívají, protože tento nástroj neznají nebo neví, jak jej použít. Sám Jan při zpětné vazbě komunikoval, že jej mrzí, že se setkání nemohli kolegové zúčastnit alespoň jako pozorovatelé, jelikož jsou sami laiční po věděni, ale s tímto nástrojem se zatím nesešli. Doufám proto, že tato práce bude pomocníkem všem začátečníkům i pokročilým průvodcům při práci s kartami, kde se mohou dozvědět, na jakém principu karty fungují, jak s nimi zacházet, čeho se vyvarovat a také se zde mohou dočíst několik praktických tipů, jako jak např. získat odkaz na karty ke stažení zdarma, aj.

Další navazující výzkum, by mohl být zaměřen na setkání s klienty, kteří s kartami pracují, a prozkoumat jejich část pohledu. V čem jim tento nástroj práci ulehčuje a v čem je možná i naopak brzdí nebo v čem jim nevyhovuje.

9 ZÁVĚR

V této bakalářské práci jsem se zabývala metaforickými asociačními kartami a prozkoumávala zkušenosti z praxe sedmi odborníků, kteří s kartami pracují. Cílem této práce bylo zjistit, za jakým účelem účastníci výzkumu při své praxi MAK využívají, shromáždit tipy dobré praxe a možné praktické využití karet napříč různými profesemi, pojmenovat možné hrozby při práci s kartami a ukotvit hranice kompetencí jednotlivých profesí v práci s tímto nástrojem. Zjištěné výsledky pomocí kvalitativního výzkumu lze shrnout do následujících bodů:

- Karty je vhodné použít v případě, kdy pracujeme s klienty, kteří se nachází ve stavu zamrznutí, nejsou schopni verbalizace a potřebují rozmluvit.
- Karty jsou užitečné při seznamování, naladění skupiny, rozproudění diskuse a také pro uzavření programu/spolupráce, např. formou skupinové reflexe.
- V koučinku karty pomáhají vizualizovat budoucí směr a v terapii jsou užitečným nástrojem k otevírání a zpracování citlivých témat.
- Práce s kartami, potažmo časovou osou, umožňuje klienta ukotvit v realitě a přemýšlet nad alternativní částí/koncem jejich cesty. Tento postup pomáhá ke zmírnění úzkosti.
- Práce s metaforou přispívá k tvorbě bezpečného prostředí. Umožňuje klientovi se skrýt za postavy vyobrazené na kartách, přičemž si sám určuje hranice příběhu, který bude vyprávět. Tento postup urychluje terapeutický proces a snižuje riziko retraumatizace.
- S kartami může pracovat jakýkoliv průvodce, ovšem musí si být vědom několika skutečností. Zejména musí ctít své kompetence a neměl by se pouštět do prozkoumávání citlivých témat, které nebude schopen s klientem vhodně uzavřít a opečovat. V těchto případech musí hlídat svůj a klientův cíl a případně jej odkázat na odbornou pomoc.
- Karty jsou sice užitečným nástrojem, ale nenahrazují práci průvodce. Neuchylujme se k používání karet, když už nevíme, co jiného použít.

10 SOUHRN

Hlavním tématem této bakalářské práce jsou metaforické asociační karty a jejich možnosti užití v praxi různých profesí. Metaforické asociační karty (MAK) jsou obrázky velikosti hracích karet a fungují jako multimodální smyslová stimulace, která pracuje s metaforickými obrazy, asociacemi a umožňuje nahlédnout na danou situaci zvenčí za pomoci procesů disociace od problému a identifikace s postavami na kartách (Popova & Miloradova, 2014).

V první kapitole se zabýváme vymezením pojmu metafora, kde vycházíme z průlomové knihy v oblasti kognitivní vědy *Metafory, kterými žijeme* (2002) od Lakoffa a Johnsona. Popisujeme, jak metafory fungují a v čem nám pomáhají. Její součástí je specifická kapitola, která ukotvuje využití metafory v psychoterapii. Citujeme její funkci v tomto odvětví od Трунов (1997), její užitek pro terapeuta i klienta a možnosti práce s metaforou samotnou od Zatloukala a Žákovského (2016). Doplnujeme i jeden z hlavních účelů metafory, který je dle Tyrella (2019) tzv. přerámování klientovi situace.

Druhá hlavní kapitola popisuje samotné metaforické asociační karty. Úvod této kapitoly je věnován obecnému vymezení MAK, a je představeno, jak ve zkratce fungují. Aylon a Siso Aylon (2006) zde pomáhají pochopit, jak funguje zpracování obrazu a slov na úrovni mozku. Následuje několik menších podkapitol, které se zaměřují na cílovou skupinu, se kterou lze s kartami pracovat. Ta se dle Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektivu (2023) pohybuje od dětí až po dospělé a napříč různými kategoriemi lidí nehladě na náboženské, národnosti nebo intelektuální rozdíly. Горобченко a Евменчик (2011) doplňují několik málo tipů, při jakých příležitostech lze s kartami pracovat, např. při práci s rodinou, v psychodramatu, gestalt terapii, arteterapii, transakční analýze a psychosyntéze a mnohých dalších.

Třetí podkapitola je zaměřena na člověka, který s kartami pracuje. Pro potřeby této práce ho označujeme jednotným pojmem *průvodce*. Článek *How to use the cards* (2012) představuje několik možných profesí, které s kartami pracují, a zaměřují se na hlavní vlastnosti a dovednosti, kterými by tento průvodce měl disponovat. Passard a kolektiv (2023) i *How to use the cards* (2012) doplňují několik málo chyb, kterých se průvodce může vědomě i nevědomě dopustit.

Obsáhlá čtvrtá podkapitola se věnuje tomu, proč a čím konkrétně jsou karty užitečné. Dozvíme se, že se jedná o atraktivní a multimodální nástroj, který slouží jako most mezi pravou hemisférou pečujícího i pečovaného. MAK pomáhají tvořit bezpečné prostředí, které si zakládá na práci s metaforou a potažmo využívá možnosti identifikace s postavou na obrázku a disociace od problému. Díky tomu je možné klientův problém přesunout z vnitřního do vnějšího pole, aniž by přitom docházelo k retraumatizaci. Bezpečnému prostředí rovněž pomáhá i forma narativní terapie. MAK otevírají okno do vnitřního světa člověka, pomáhají obejít obranné mechanismy a tím odkrývají klientovo nevědomí. Terapeutický proces se díky tomu zrychluje. Dalším ze základních principů práce s kartami je hledání vlastních zdrojů k překonání problému a podněcování fantazie a kreativity (Ayalon a Siso-Ayalon, 2006; Горобченко & Евменчик, 2011; Passard et al., 2023; Popova & Miloradova, 2014).

Pátá podkapitola velkého tématu MAK se věnuje konkrétním tipům do praxe. Taras Shevchenko national University of Kyiv a kolektiv (2023) uvádí možný postup, jak krok za krokem pracovat, Havlíková (2015) nabízí několik možných otázek, které lze v procesu využít a Popova a Miloradova (2014) odkrývají komunikační techniky, které se standardně využívají.

Šestá podkapitola vymezuje pojmy projekce, projektivních technik, identifikace s postavami a samotnou symbolickou řeč.

Cílem této práce bylo zjistit, za jakým účelem účastníci výzkumu při své praxi MAK využívají, shromáždit tipy dobré praxe a možné praktické využití karet napříč různými profesemi, pojmenovat možné hrozby při práci s kartami a ukotvit hranice kompetencí jednotlivých profesí v práci s tímto nástrojem. Na základě těchto cílů byly stanoveny čtyři výzkumné otázky. **VO1:** Za jakým účelem účastníci výzkumu využívají metaforické asociační karty ve své praxi? **VO2:** Jakými mechanismy karty přispívají k efektivitě a úspěšnosti výkonu pracovních činností účastníků výzkumu? **VO3:** Jaké potenciální rizikové faktory a hrozby mohou vyplynout z užívání metaforických asociačních karet v profesním prostředí, a jak by měly být tyto aspekty řešeny či minimalizovány? **VO4:** Kde se nacházejí etické a profesionální hranice pro využívání metaforických asociačních karet v pedagogickém, lektorském, terapeutickém a dalším relevantním kontextu, a jak by měly být tyto hranice respektovány a dodržovány? Pro výzkum byl zvolen kvalitativní přístup, který umožňuje podrobný popis a vhled do jednotlivých případů.

Pro výběr respondentů byla zvolena metoda prostého záměrného výběru. Na základě stanovených kritérií bylo vybráno sedm účastníků výzkumu – ve výzkumném souboru bylo pět žen a dva muži. Několik z těchto účastníků pracuje nebo má zkušenosti z několika oblastí, proto nahlížíme pod pokličku práce krizového intervenanta, klinického psychologa, vychovatele v družině, pedagoga, terapeuta, psychologa ve zdravotnictví, školního psychologa, lektora, kouče a pracovního psychologa. Data byla získána prostřednictvím ohniskové skupiny za použití předem připravené osnovy s návrhy okruhů otázek. Data byla fixována v podobě audiozáznamu, který byl následně přepsán do textové podoby. Pro analýzu dat byla zvolena metoda tematické analýzy, pro kódování a další práci s daty byl využit softwarový nástroj pro kvalitativní analýzu Atlas.ti a pro vizualizaci dat internetová aplikace miro.com.

Z tematické analýzy vyplynulo celkem pět témat, které jsou zpracovány v jednotlivých kapitolách. První z nich se věnuje opět průvodci, coby člověku, který s kartami pracuje. Účastníci výzkumu popisují, jaké vlastnosti a dovednosti by tento člověk měl mít. Zejména vyzdvihují udržení bezpečného prostředí pro klienta a nepřekračování hranic svých kompetencí.

Druhé téma pokrývá odpovědi na otázku, proč volit nástroj metaforických asociačních karet. Dozvíme se, že se jedná o atraktivní metodu s možností vizualizace. Je to konvergentní i divergentní materiál, který pomáhá klienty ukotvovat v realitě. Hlavní roli hraje samotná práce s metaforou, která je nositelem skrytých významů a symbolů, které usnadňují vstup do nevědomí. Druhou důležitou složkou práce s metaforou je bezpečné prostředí, díky němuž je citlivé téma snáze uchopitelnější.

Třetí téma se opět zaměřuje na cílovou skupinu, se kterou lze karty použít. Popisujeme několik málo příkladů práce s dětmi ve školním i terapeutickém prostředí, práci s dospělými, ať už kolegy, klinickými pacienty, seberozvojovými skupinami nebo klienty v terapii. Nakonec lehce nastiňujeme i práci se seniory.

Kapitola *Kde a proč: Možnosti praktického využití* se věnuje konkrétním praktickým příkladům a jejich ukotvení ve specifických oblastech. Naši účastníci uváděli příklady z terapie (individuální, skupinové i rodinné), z pole osobnostního rozvoje, koučinku, edukativního prostředí i obecné práce s lidmi, např. při vedení týmu nebo organizování zážitkových programů.

Poslední téma, *Jak: Typy konkrétních karet*, krátce popisuje rozdíl mezi kartami s popisky a bez nich a vymezuje jejich výhody, nevýhody a příklady.

Hlavním limitem této práce je realizace ohniskové skupiny s účastníky různé délky praxe. Tento jev se stal zároveň i její výhodou a přispěl alespoň k obohacení účastníků navzájem. Hlavní přínos výzkumu je seznámení čtenáře se zajímavým nástrojem metaforických asociačních karet, s uvedením teoretického podhoubí, na kterém je tento nástroj postaven, a rovněž se zde čtenáři mohou dozvědět, jak konkrétně mohou karty využít a čeho se mají vyvarovat.

LITERATURA

- Atkinson, K., & Wells, C. (2000). *Creative therapies: A psychodynamic approach within occupational therapy*. Thornes.
- Ayalon, D. O., & Siso-Ayalon, B. (2006). „Metaphoric Cards" An effective tool in therapy. *Journal Psychoactualia*. <https://www.oh-cards-institute.org/wp-content/uploads/2012/07/Ofra-Ayalon-Metaphoric-Cards-An-Effective-Tool-in-Therapy.pdf>
- Bezic, I. (2018). *A popular, creative medium in psychotherapy – OH Cards Institute*. <https://www.oh-cards-institute.org/stories/a-popular-creative-medium-in-psychotherapy/>
- Donoghue, S. (2010). Projective techniques in consumer research. *Journal of Family Ecology and Consumer Sciences /Tydskrif Vir Gesinsekologie En Verbruikerswetenskappe*, 28(1). <https://doi.org/10.4314/jfec.v28i1.52784>
- Fontana, D. (1994). *Tajemný jazyk symbolů: Názorný klíč k symbolům a jejich významům*. Paseka.
- Gatineau, C. (2010). OH: The Inner Adventure with Metaphoric Cards of Association – OH Cards Institute. *OH Cards Institute*. <https://www.oh-cards-institute.org/methods/therapy-and-counselling/oh-the-inner-adventure/>
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2015). *Psychologický slovník: Třetí, aktualizované vydání*. Portál.
- Havrlíková, Z. (2015). *Projektivní techniky | Zdeňka Havrlíková*. havrlikova.cz. <https://www.havrlikova.cz/tag/projektivni-techniky/>
- Hendl, J. (2008). *Kvalitativní výzkum* (2. aktual. vyd). Portál.
- How to Use the Cards*. (2012). Inner Active Cards. <http://www.inneractivecards.com/how-to-use-the-cards.html>

- Jigău, M., Botnariuc, P., & Tășica, L. C. (2006). *Consilierea carierei: Compendiu de metode și tehnici [Kariérové poradenství: sborník metod a technik]*. Afir.
- Jung, C. G., & Patočka, P. (2003). *Aion: Příspěvky k symbolice bytostného Já*. Nakladatelství Tomáše Janečka.
- Kast, V. (2014). *Dynamika symbolů: Základy jungovské psychoterapie*. Portál.
- Kivisaar, S. (2018). *Metaphorical maps working with the OH Cards – OH Cards Institute*.
<https://www.oh-cards-institute.org/stories/metaphorical-maps-working-with-the-oh-cards/>
- Klíčová, H. (2021). *Reflexe traumatické zkušenosti v podobě získaného zranění v období mladé dospělosti* [Masarykova Univerzita].
https://is.muni.cz/th/l6iq9/Reflexe_traumaticke_zkusenosti_v_podobe_ziskaneho_z_raneni_v_obdobi_mlade_dospelosti.pdf?zpet=https:%2F%2Ftheses.cz%2Fvyhledavani%2F%3Fsearch%3DHANA%20KL%C3%8D%C4%8COV%C3%81%26start%3D1;info=1
- Lakoff, G., & Johnson, M. (2002). *Metaforý, kterými žijeme*. Host.
- Latvia University of Life Sciences and Technologies, & Racene, A. (2021). *Applying a Metaphorical Method in Career Counselling*. 467–475.
<https://doi.org/10.22616/REEP.2021.14.052>
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada Publishing.
- Morávek, S. (2009). Projektivní metody (projektivní techniky, projektivní testy). In Baštecká, B. (2009), *Psychologická encyklopedie: Aplikovaná psychologie* (s. 252-263). Portál.

- Morgan, D. L. (2001). *Ohniskové skupiny jako metoda kvalitativního výzkumu* (Vyd. 1). Sdružení SCAN; Psychologický ústav Akademie věd: Sdružení Podané ruce; Albert.
- Najbrtová, K., Šípek, J., Loneková, K., & Čáp, D. (2017). *Projektivní metody v psychologické diagnostice*. Portál.
- Passard, A., Aresu, D., Mascarel, P., Atwan, N. A., & Gokalsing, E. (2023). Adaptation de l'Intervention Psychothérapeutique Post-Immédiate aux enfants au moyen de l'utilisation pratique d'un média dans un entretien structuré [Adaptace postmediální psychologické intervence na děti prostřednictvím praktického využití média ve strukturovaném rozhovoru]. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 71(2), 73–79. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2023.01.003>
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice* (Fourth edition). SAGE Publications, Inc.
- Popova, G., & Miloradova, N. (2014). Psychological mechanisms of the use of metaphoric associative cards in individual counseling. *Psychology and Pedagogics*, 42(5), 207–217. <https://docplayer.net/18371780-Psychological-mechanisms-of-the-use-of-metaphoric-associative-cards-in-individual-counseling.html>
- Svoboda, M., Humpolíček, P., & Šnorek, V. (2022). *Psychodiagnostika dospělých* (Vydání druhé, opravené). Portál.
- Šípek, J. (2000). *Projektivní metody* (Vyd. 1). ISV.
- Šlapáková, D. (2020). *Využití karet v psychoterapii* [Univerzita Karlova, Evangelická teologická fakulta]. <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/122747>
- Taras Shevchenko national University of Kyiv, Kravchenko, K., Kravchenko, K., Taras Shevchenko national University of Kyiv, Sokolina, O., & Taras Shevchenko national University of Kyiv. (2023). Analytical review of theoretical phase of psychological

tools development – metaphorical associational cards „masc“ for the purpose of research of servicemen (combatants) of the Armed Forces of Ukraine. *Visnyk Taras Shevchenko National University of Kyiv. Military-Special Sciences*, 1 (53), 22–26. <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2023.53.22-26>

Tyrrell, M. (2019). *Přerámování v terapii: Umění vidět jinak* (O. Fafejta, Přel.; Vydání první). Portál.

Vávrová, S., & Gavora, P. (2014). Analýza komunikace ohniskové skupiny ve výchovném ústavu. *Studia paedagogica*, 19(2), 105–121. <https://doi.org/10.5817/SP2014-2-6>

Zatloukal, L., & Žákovský, D. (2016). Dvě lekce za zahradnickéh umění-využití metafory v terapii zaměřené na řešení. *Psychoterapie*, 10, 51–63.

Горобченко, А., & Евменчик, М. (2011). Унікальні колоды метафорических асоціативних карт [Unikátní balíčky metaforických asociálních karet] | Z-Library. *Z-Library Project*, 1(19). <https://z-lib.io/book/16322577>

Трунов, Д. (1997). *Использование метафор в психотерапевтической работе [Využití metafor v psychoterapeutické práci]*. 1, 14–20. https://ab1403b3-e984-469a-88eb-607a92185a9e.filesusr.com/ugd/45e5d5_2c7783d91c6d43c6a9445be36127133d.pdf

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1: Seznam tabulek a obrázků

Příloha 2: Abstrakt diplomové práce v českém jazyce

Příloha 3: Abstrakt diplomové práce v anglickém jazyce

Příloha 4: Osnova ohniskové skupiny

Příloha 5: Ukázka přepisu rozhovoru

Příloha 6: Ukázka kódování

Příloha 1: Seznam tabulek a obrázků

Tabulka 1: Přehled účastníků výzkumu.....	30
Obrázek 1: Schématické znázornění témat – Kdo: Průvodce.....	34
Obrázek 2: Schématické znázornění témat – Proč: Teoretické ukotvení.....	38
Obrázek 3: Schématické znázornění témat – S kým: Cílová skupina.....	41
Obrázek 4: Schématické znázornění témat – Kde a proč: Možnosti praktického využití...	44
Obrázek 5: Schématické znázornění témat – Jak: Typy konkrétních karet.....	48

Příloha 2: Abstrakt diplomové práce v českém jazyce

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Společná cesta porozumění: Metaforické asociační karty v praxi psychologů a dalších příbuzných profesí

Autor práce: Mgr. Hana Klíčová

Vedoucí práce: Mgr. Klára Machů Ph.D.

Počet stran a znaků: 68 stran, 110 697 znaků

Počet příloh: 6

Počet titulů použité literatury: 33

Abstrakt: Bakalářská práce se zabývá tématem metaforických asociačních karet a zkoumá jejich možné využití napříč různými profesemi. V teoretické části jsou popsány základní témata, která s tímto nástrojem bezprostředně souvisí. Jedná se o metaforu, obecné vymezení metaforických asociačních karet, projekci, symbolickou řeč. Výzkumná část práce je vystavena na kvalitativním výzkumu, jehož cílem bylo zjistit, za jakým účelem účastníci výzkumu (kterými byli odborníci z praxe) karty využívají, shromáždit tipy dobré praxe, pojmenovat možné hrozby při práci s kartami a ukotvit hranice kompetencí jednotlivých profesí v práci s tímto nástrojem. Data byla získána pomocí ohniskové skupiny a následně zpracována pomocí tematické analýzy. Výsledky analýzy ukázaly, že karty jsou vhodným nástrojem pro jakéhokoliv uživatele i cílovou skupinu. Je třeba si pouze dávat pozor na několik hrozeb, které se projevují ve formě nechtěné projekce a fascinace příběhem mimo kompetence daného průvodce procesem. Karty, pomocí metafory, přispívají k naladění skupiny, zpracování citlivého tématu, podpoře edukace, vizualizace budoucího směru a mnohého dalšího.

Klíčová slova: Metafora, metaforické asociační karty, projekce, asociace, tematická analýza

Příloha 3: Abstrakt diplomové práce v anglickém jazyce

ABSTRACT OF THESIS

Title: Shared Path of Understanding: Metaphorical Association Cards in Practice for Psychologists and Related Professions

Author: Mgr. Hana Klíčová

Supervisor: Mgr. Klára Machů Ph.D.

Number of pages and characters: 68 pages, 110 697 characters

Number of appendices: 6

Number of references: 33

Abstract: The bachelor thesis explores the topic of metaphorical association cards and examines their potential applications across various professions. The theoretical part describes fundamental themes directly related to this tool, including metaphor, the general definition of metaphorical association cards, projection, symbolic speech. The research section of the thesis is based on qualitative research, aiming to determine the purposes for which research participants (practitioners) utilize the cards, gather best practice tips, identify potential threats when working with the cards, and delineate the boundaries of competence for each profession in using this tool. Data were collected through a focus group and subsequently analyzed using thematic analysis. The analysis results indicated that the cards are a suitable tool for any user or target group. However, caution must be exercised regarding several threats, manifested in the form of unwanted projection and fascination with the story beyond the competence of the facilitator. Through metaphor, the cards contribute to group tuning, processing sensitive topics, supporting education, visualizing future directions, and much more.

Key words: Metaphor, metaphorical association cards, projection, association, thematic analysis

Příloha 4: Osnova ohniskové skupiny

ÚVOD

- (10 min); 00:00 - 00:10
- Představení moderátorů
- Představení prostoru
- Proč je výzkum uveden a k čemu slouží
- Informovat o časovém rozložení
- Souhlas s pravidly a anonymizací dat

PŘEDSTAVENÍ ÚČASTNÍKŮ

- (10–15 min); 00:10 - 00:25
- Vybereme si kartu, která znázorňuje, kdo jsme a čemu se věnujeme
- Představ se (jak chceš být osloven; co pracovně/volnočasově děláš; kde ve své praxi MAK využíváš)

JÁDRO A HLAVNÍ TÉMATA

Otevřená diskuse o mém pracovním kontextu (25 min); 00:25 - 00:50

Účastníci sdílejí vlastní pracovní kontexty a přístupy k využívání MAK.

Otázky:

- Jak zapojujete karty do vaší práce? (obecně pojmenovat situace, kde MAK zapojují do práce, nejedeme do konkrétních zážitků)

Brainstorming nápadů (30 min); 00:50 - 01:20

Sbíráme praktické tipy na efektivní používání MAK.

Otázky:

- *Máte nějaký tip & trik, který byste rádi posdělili s ostatními?*

Prozkoumání případových studií (30 min); 01:20 - 01:50

Účastníci sdílí případové studie, kdy a jak využili MAK ve své práci.

Otázky:

- *Jaký byl účel zvolení této techniky?*

- *Jak reagoval klient?*
- *Co zajímavého jsem se dozvěděl?*

Problematika a výzvy (20 min); 01:50 - 02:10

Identifikace problémů nebo výzev spojených s využíváním MAK

Otázky:

- *Jakým výzvám/problémům jste čelili při používání karet ve své práci?*
- *Na co si dát pozor?*

Rozdíly a podobnosti v přístupech (10 min); 02:10 - 02:25

Diskuse, jak se liší využívání MAK mezi jednotlivými profesemi.

Otázky:

- *Jak se liší naše přístupy?*
- *Co můžeme vzájemně sdílet a naučit se?*

Výhled do budoucna (10 min); 02:25 - 02:35

Jak se my a využívání MAK může ještě posunout dál? Tipy pro další profese. Další zájemce.

Otázky:

- *Jak bychom mohli dále zapojit využití karet MAK ve své praxi?*
- *Co bych doporučil jiným, příbuzným oborům (psychologové, sociální pracovníci, psychoterapeuti, lektori, aj.), co bych jim chtěl vzkázat?*

ZV ÚČASTNÍKŮ

(25 min); 02:35 - 03:00

- jaké to pro Vás bylo
- co nového (pokud něco) jste se dozvěděli
- co nyní můžete uplatnit navíc ve své praxi?

PODĚKOVÁNÍ A ROZLOUČENÍ

Příloha 5: Ukázka přepisu rozhovoru

01:06:11 Denisa

Můžu se zeptat pracuješ pak hodně s tím obrázkem? Nebo.... já vlastně naprosto rozumím tomu, proč je vlastně jako užiteční a strašně mi to ladí, ale vlastně zjišťuji, že to, co mě na tom mrzí, když s tím pracuji, tak já vlastně pak moc nedokážu už vytěžit to obrazové to, co je ta to, co je tam ta přidaná hodnota a zaseknu se na tom racionálním pojmenování těch slov

01:07:11 Lukáš

Rozumím, pracuji s tím vlastně úplně jakkoli a hodně tam mám asi jako intuici, která mě tady v tom vede, jo ať už jako dítě nebo dospělý. U dospělých, jako spíš se potom zaměřuju na tydlencty jako racionální věci. Jo OK, vidím to, že ona teda má tvořivost, tak jako v čem je třeba pro ty děti jako inspiraci tvořivou jo, no ona s nima dělá keramiku a nevím něco jo, ale nejde to jako vlastně tady, potom po těch metaforách tohodle konkrétního, co se týče právě tady těch jako implicitních věcí. Tak tam ty možnosti jsou i širší, protože toto je zase jakoby konvergentní (karty ctností), že to vede k jednemu k něčemu tohleto je divergentní (dixit), že to jako nabízí mnohem.... Jo.... Aha a co tady ten jo? a co to je nebo jak vám s tím je? Jo tady je daleko jako větší šance, tady s tím fakt pracuju jakože co to je pro tebe čestnost kdo je pro tebe vzorem toho být čestný, kde to v životě používáš? Jo, je to daleko jako zdrojovější.

01:07:37 Pavla

Mě k tomu ještě napadá, že jsou jako karty, kde je popis, ale i vlastně jsou míň složitý obrázky, jakože třeba jsou zvířata a tam je to už jako jo že jsme schopný jít do těch metafor i jako těch zvířat, že to ono dokáže rozvíjet, že právě jako ty složitější, jo, někdy jo, ale vlastně tyhle ty jednodušší mi přijde, že je fajn, jakože můžu být přesně v tom settingu, co jsou přesně silné stránky, jakože, že tole se týká těch silných stránek, se kterými jsme někdy taky pracovali, když prostě ten člověk je fakt jako v tom, jako nemůžu, nevím a teď jedem po těch silných stránkách jo, a když je tam krokodýl a když je tam velbloud jo a vlastně jako se to tam tak jako popisuje, že je to jednodušší s tím obrázkem.... a že to rozvíjíme a pak to třeba pojmenujeme jinak.

01:08:28 Anna

Vlastně čím to je že?

01:08:30 Pavla

No jo, protože já třeba jako pracuju s nějakýma zdrojema a silnýma stránkama. Jakože se snažím mít na to to ucho, co se jim, jako vlastně daří a oni to často jako nevnímají, ale když jim dám přesně takovou tu volbu, hele, jako každéj z nás máme tak.... Nebo když mám tu otázku, jako co se dařilo a co jste vlastně u toho jako využil? Využila? A vlastně čím to jako je, co je tady jako ta vaše dovednost tak často jsou takový ti... ale já nemám žádný takový úplně dovednosti, nějak jakože to... říkám, kdybyste tady z toho měli, co byli, tak asi hlavní, co vám tam asi jako nějak pomohlo? Jo a už tím, že to je ta vlastně... to je hrozně jako inspirující. Já jsem takhle nijak nad tím nepřemýšlela, ale je to tak jo, že ve chvíli, kdy prostě přeladím ten mozek, na to, mám tam nějaký ty věci, něco pozitivního tam jako je jo, tak to automaticky... vlastně ano, asi vlastně možná.... a když to rozvíjíme, pak jako s tím krokodýlem, žralokem, jo, tak jo, vlastně asi mám něco z toho žraloka, to mi pomohlo, někdy umím kousnout..

01:09:41 Bára

No ještě k tomu zapadá jindy, ale dělám to, že hodně se jakoby vyberou kartu, třeba prostě to se teďka já a já jim řeknu, ať si vyberou sestru, která bude o něco lepší, třeba aby a nebo někdy to i malují tak je to...

01:09:58 Hanka

Co ten klient na to, jak to přijímá?

01:10:01 Bára

Hezky, většinou dobře, jakože nesetkala jsem se s tím, že by na to nepřistoupil. Jo nebo třeba nebo třeba dneska teďka se mám takhle, vyber si maximálně 3 karty a mají si jako si vybrat? A co tam chybí? Co mi tam ještě chybí? Tak buď jako doplnit ještě další kartu a nebo nebo jako domalovat, dosymbolizovat nějak. Ještě používám hodně knoflíky, tak to se dá taky dosymbolizovat těma knoflíkama, například.

01:10:35 Denisa

Já k těm konkrétnímu případu k využití si uvědomuju zrovna ty karty využívám cíleně tam, kde mám podezření na nějaký sexuální zneužívání a uvědomuju si, že jak je to jako pro mě hodně křehký, tak ty karty jsou bezpečný prostor, kde vím, že no jak jsme tady říkali, buď ten člověk mi to jako vlastně v těch kartách rozkryje, pojmenuje nějak elegantně a nebo vlastně ne. A tak to je taková moje ochrana toho, abych moc jako rychle nehupsla do žumpy.

A zároveň prostor pro toho člověka, jako vlastně napadá mě konkrétní klientka, která jako vlastně no 15 let se prodávala, měla desetiletého syna a vlastně se jako ukázalo, v jak útlím dětstvím ji nevlastní otec zneužíval. A ona to teda velmi pěkně dokázala přes ty karty vlastně jako popsat, aniž by musela se dostat nějak k tomu tomu traumatickému. A pak mě napadl druhý klient, kterej je úplně z jinýho kontextu, ale vlastně to je pro mě úplně opačná zkušenost, kde jsem to jako vlastně zas podobně potřebovala zmapovat a to je kluk, kterej ke mně chodí do individuálu asi 2-3 roky, vysokoškolák, dvacetiletý, nesmírně inteligentní a já si vlastně dokonce myslím, aniž bych měla nějaký diagnostický cosi, tak trošku mám pocit, že má rysy aspergerova syndromu jo že, že hodně takovej, vždycky přijde a říká, jak tak máte hezky srovnány ty poličky. Jak to máte prázdný, to to se mi tak líbí a fakt jako hrozně hezky to dává, a to se mi teda jako fakt nikdy asi s nikým jiným nestalo. On prolistoval všech 70 karet, co jsem mu dala a řekl, nic z toho není o mně, vůbec se s tím nedokážu propojit. Tak to jsem si říkala, že to není možný, nebo nikdy se mi nestalo, aby nikoho nic jako nenabrnklo, nebo aby jenom neřekl. Tohle jsem byl včera, nebo tohle bych chtěl bejt, nebo něco, to bylo úplně jako za zdí takový... jako jak kdyby fantazie se úplně zaklapla...

Příloha 6: Ukázka kódování

01:40:57 Bára

No já tam mám taky, já jsem vlastně ještě, jakože vím, že už jsou dnes dnešní době ty karty, tak já s nima třeba ještě dělám ať si vyberou od koho by dneska chtěli dostat pohled, co by na něm mělo být napsáno a někdy třeba potom pracujeme s příběhem, že oni sami jako píšou třeba příběh, co by na ten poklad napsali nějaké krátké, třeba vzkaz a komu? Jo hmm. S geronto pacientama se nám povedlo perfektně pracovat s pohledy, oni krásně vzpomínají jo nebo, nebo je prostě nechám ať si vyberou, jaké chtějí, a oni se dostanou třeba do toho, že vypráví, od koho dostaly naposledy dostanu třeba, co tam, co tam bylo.

01:41:55 Pavla

Je pravda, že když jsem byla v domově pro seniory a tam jsem vlastně s těma kartama taky pracovala a bylo to velice jakože, protože jsme se prostě o tom mohli bavit a dělalo jim to, jak vlastně jako radost, jim dělá radost, jako hodně vlastně i reminiscenční...

01:42:17 Bára

A to se dá i s dětma třeba jakoby.. já nevím tábor, nebo něco víš, jako že vzpomínka z léta...

01:42:27 Eliška

Jako nějaká jako změna, třeba přechod na jinou školu, právě jako dopis, kdo by ti psal, co by na něm bylo?

01:42:42 Denisa

Ty karty někdy kombinuju, třeba takový obyčejný, ale smíchám je z balíčku, který mám pocit, že se můžou dobře doplňovat a nebo ty ty, který jsou na mě s tím slovem takový.. jak jsme řekli zužující... tak, že jako to tím jedním slovem můžou potom téma bezeslovýma jako doilustrovat, nějak jako asociovat různé další věci k tomu. Pak někdy mě ještě napadá, že děláme to, že jako přejímají, stavějí sochu té karty, že vlastně jako sami to ztělesnění. Dají tomu třeba nějakou větu typickou nebo nějaký zvuk... A pak třeba galerie soch, takže takže prostě už se pak rozejdou a vlastně ty karty jako oživí tím, že vlastně jako to převezmou do svého těla a nějak třeba interagují jako ta socha s tou jinou sochou. Můžu je dát do prostoru a můžou se postavit k té kartě, která je mi nějak blízká, a pak jako vlastně řeknu, tak teď to pojď nějak ztělesnit, to co ty v tom máš, v té kartě, najdi sochu, najdi nějakou nějakou větu, která jde tý soše hlavou, nebo název té sochy, jakože kdybysme byli v galerii, jak by se jmenovala.... nebo i s takovým hledáním těch jako silných stránek... jsem ten, který to dokázal, nebo jsem ten, který neustoupil...

01:44:15 Pavla

To mi vlastně jako připomnělo, že my jsme to využívali v tom kontextu, když jsme vlastně jako mapovali, nebo třeba i ve firmě i jako hodnoty, jak to vnímají ti zaměstnanci, takže si právě jako měli vybrat, jak vnímají jako typického zaměstnance. Toho a toho, že se měli vlastně jakože vybrat a měli to vysvětlit PROČ, takže tam byli samozřejmě i věci typu, nemám čas, spěchám jo, a tyhle věci, ale že už se to z toho dalo vlastně jako docela dobře chytat.

01:44:51 Eliška

Myslím, že i k nějakým jako zakončování reflexe, ať už nějakých jako lektorských věcí, ale klidně jako možná k ukončování nějaké spolupráce, tak.

01:45:13 Anna

Mě přijde super, že měla jsem jednu paní v individuále a ona byla jakože taková věčně nesouhlasující a měla nějaký konflikt a vlastně jako hrnula hrnula hrnula to ze sebe, ale vlastně když jsem se jí zeptala, jak tomu rozumí, tak jsme se k tomu nemohli přiblížit, protože prostě byla taková, že to se sebe potřebuje dostat ven s tím, že mě napadlo jako jim nabídnout ty kartičky pocitů a potřeb s tím, že najdou... já jsem jim to jakože dala na zem... šli jsme k tomu a pracovali jsme s tím tak, že tak představte si jakože tu situaci, která nastala, která byla pro vás intenzivní a jak jste se v tom cítili,

The screenshot displays a coding interface with a list of activities on the left and their associated tags on the right. The activities are listed in a vertical column, and the tags are listed in a separate column to the right. The tags are organized into groups, with some groups having a title bar. The activities and tags are as follows:

- Activity 1: 1:01 ať si vyberou...
 - Tag: další projektivní metody
 - Tag: práce s pohledy
 - Tag: tip na aktivitu
 - Tag: DALŠÍ PROJEKTIVNÍ TECHNIKY
 - Tag: TIPY NA AKTIVITU
 - Tag: Tipy na aktivitu
- Activity 2: 1:02 S...
 - Tag: CÍLOVÁ SKUPINA
 - Tag: RESPONDETNÍ
 - Tag: Pro koho a kdy
- Activity 3: 1:04...
 - Tag: práce s pohledy
 - Tag: DALŠÍ PROJEKTIVNÍ TECHNIKY
 - Tag: Tipy na aktivitu
 - Tag: tip na aktivitu
 - Tag: Tipy karet
 - Tag: TIPY KONKRÉTNÍCH KARET
 - Tag: TIPY NA AKTIVITU
 - Tag: Tipy konkrétních karet
- Activity 4: 1:05 děláme to, že j...
 - Tag: další projektivní metody
 - Tag: dramka věcí, další metody
 - Tag: Oživení obrazu
 - Tag: tip na aktivitu
 - Tag: DALŠÍ PROJEKTIVNÍ TECHNIKY
 - Tag: TIPY NA AKTIVITU
 - Tag: Tipy na aktivitu
- Activity 5: 1:06 my...
 - Tag: kde / při čem s kartami pracuji
 - Tag: Mapování firemních hodnot
 - Tag: pracovní prostředí
 - Tag: tip na aktivitu
 - Tag: ČEMU TO POMÁHÁ
 - Tag: RESPONDETNÍ
 - Tag: TIPY NA AKTIVITU
 - Tag: Pro koho a kdy
 - Tag: Tipy na aktivitu
- Activity 6: 1:09 měla jsem...
 - Tag: nemluví přímo o tématu, ale...
 - Tag: snaží pojmenování & uchop...
 - Tag: ukotvení se v realitě
 - Tag: ČEMU TO POMÁHÁ
 - Tag: Čemu to pomáhá
- Activity 7: 1:0...
 - Tag: Reflexe / ukončení spolupráce...
 - Tag: tip na aktivitu
 - Tag: TIPY NA AKTIVITU
 - Tag: Tipy na aktivitu
- Activity 8: 1:08... 1:1...
 - Tag: CÍLOVÁ SKUPINA
 - Tag: RESPONDETNÍ
 - Tag: Pro koho a kdy
 - Tag: Tipy karet
 - Tag: TIPY KONKRÉTNÍCH KARET