



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Pedagogická fakulta  
Katedra psychologie  
Ateliér arteterapie

Bakalářská práce

# Obrazy ženství v artefaktech žen

Vypracovala: Bc. Silvie Novotná  
Vedoucí práce: PhDr. Yvona Mazehóová, Ph.D.

České Budějovice 2024

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

Datum

Podpis studenta

## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala vedoucí práce, PhDr. Yvoně Mazehóové, Ph.D., za vedení a za podnětné připomínky, které mi pomohly práci dovést do její finální podoby.

Rovněž bych chtěla poděkovat všem pedagogům Ateliéru arteterapie za všechny znalosti a dovednosti, o které se s námi studenty během tohoto neobyčejného studia dělili.

V neposlední řadě děkuji všem respondentkám za jejich nadšenou a ochotnou spolupráci a za to, že mi umožnily použít jejich výtvary pro účely této práce.

## **Abstrakt**

Bakalářská práce se zabývá ztvárněním obrazů ženství v jeho různých aspektech ve výtvarných artefaktech žen. Teoretická část se zaměřuje na teoretická východiska, která jsou následně uplatňována v kvalitativním výzkumu. Tato teoretická východiska se opírají především o feministické přístupy v psychoterapii a arteterapii. Jejich podstatnou součástí je stanovení témat, která jsou sledována v Praktické části, tj. výzkumné části, ve výtvarných pracích respondentek. Analýza sebraných dat, tj. artefaktů, je provedena v souladu s postupy projektivně-intervenčního přístupu v arteterapii, který je vyučován v Ateliéru arteterapie na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích s podstatným zapojením feministické perspektivy do interpretačních postupů.

**Klíčová slova:** arteterapie, feminismus, žena, mateřství, sexualita, body-image, stárnutí

## **Abstract**

The bachelor thesis deals with the representation of images of femininity in its various aspects in artefacts of women. The Theoretical part focuses on theoretical background, which is then applied in qualitative research. These theoretical foundations are mainly based on feminist approaches in psychotherapy and art therapy. An essential part of them is the determination of the topics that are pursued in the Practical part, i.e. the research part in the respondents' artworks. The analysis of the collected data, i.e. artefacts, is carried out in accordance with the procedures of the projective-interventional approach in art therapy, which is taught in the Art Therapy Studio at the Faculty of Education of the University of South Bohemia in České Budějovice, with a substantial involvement of the feminist perspectives in the interpretative procedures.

**Key words:** art therapy, feminism, woman, motherhood, sexuality, body-image, aging

## Obsah

I. ÚVOD .....	7
II. TEORETICKÁ ČÁST .....	9
1. Základní pojmy .....	9
1.1. Pohlaví.....	9
1.2. Biologické rozdíly mezi ženami a muži.....	9
1.3. Gender.....	10
1.4. Genderová socializace.....	11
1.5. Genderová identita.....	13
1.6. Genderová role .....	13
1.7. Feminita (ženství) a maskulinita (mužství) .....	13
1.7.1. Psychoanalytická teorie ženské pohlavní identity .....	14
2. Feministická psychoterapie a arteterapie .....	16
2.1. Feminismus, gender, psychologie a psychoanalýza.....	16
2.2. Feministická psychoterapie .....	18
2.3. Feministická arteterapie .....	19
2.4. Východiska feministického přístupu v psychoterapii.....	20
2.5. Principy feministicky zaměřené psychoterapie .....	21
2.5.1. Genderová analýza .....	21
2.5.2. Rovnostářské vztahy .....	22
3. Témata feministické psychoterapie a arteterapie.....	23
3.1. Partnerství, rodina a související témata .....	23
3.1.1. Mateřství .....	23
3.2. Tělo .....	24
3.2.2. Body image .....	24
3.2.3. Imperativ krásy .....	25
3.2.4. Kontrola prostřednictvím hmotnosti .....	26
3.2.5. Těhotenství a porod.....	27
3.3. Stárnutí a menopauza.....	28
3.3.1. Patologizace menopauzy .....	29
3.3.2. Přejchod a menopauza jako období životní transformace .....	31
3.4. Sexualita .....	31
3.4.1. Psychoanalytická teorie ženské sexuality .....	31
3.4.2. Kulturní podmíněnost sexuálního chování .....	32

3.5. Mocenské a zneužívající vztahy mezi pohlavími .....	33
3.5.1. Mocenské vztahy v sexuálním životě.....	33
3.5.2. Domácí (partnerské) násilí.....	35
3.5.3. Znásilnění.....	36
III. PRAKTICKÁ ČÁST .....	39
4. Výzkumné cíle .....	39
5. Metodologie.....	41
5.1. Arteterapeutické skupiny .....	41
5.2. Nestrukturované rozhovory .....	43
6. Výběr dat ke zpracování.....	44
6.1. Respondentky .....	44
7. Rozbory artefaktů .....	45
7.1. Mateřství .....	46
7.1.1. Sóló mateřství v bouři zvenčí i zevnitř .....	46
7.2. Tělo a body image .....	48
7.2.1. Zakázané tělo.....	48
7.3. Sexualita .....	52
7.3.1. Sexualita kulturně konstruovaná – nabízet se jako objekt.....	52
7.4. Těhotenství a porod, násilí .....	55
7.4.1. Dvojí setkání s násilím – bití v dětství a porodnické násilí.....	55
7.5. Stárnutí a menopauza.....	59
7.5.1. Krize středního věku.....	59
7.5.2. Období životní transformace.....	60
8. Kazuistika.....	64
IV. DISKUZE.....	76
V. ZÁVĚR .....	82
VI. PŘÍLOHY .....	83
Seznam literatury .....	83
Obrazová příloha.....	87

# I. ÚVOD

Předložená práce si klade za cíl nahlédnout témata spjatá s ženskou zkušeností, a to, jak jsou ztvárňována ve výtvarných artefaktech žen v rámci arteterapeutických aktivit. Pozornost je věnována jak tomu, jak se tato témata promítají do symbolického jazyka obrazů ve výtvorech žen, tak i tomu, jak jsou jimi samotnými reflektována, komentována a pojmenována. Zároveň bylo snahou při spolupráci s ženami, jak ve skupinách, tak při té individuální, zapojit do procesu principy feministicky zaměřené terapie.

Zájem zpracovat toto téma vyplynul z mého dlouhodobého zájmu o feministické teorie, přístupy a témata. Stejně tak se zakládá na mých profesních zkušenostech v krizové intervenci, poradenství a lektorování. Jedná se zejména o spolupráci s ženami a rodiči, při níž se často setkávám s tématy domácího násilí (jak fyzického, tak psychického), utlačujících a mocensky nerovných partnerských vztahů, traumatizujících či zraňujících porodních zkušeností, poškozujícím chováním ze strany zdravotnických zařízení, diskriminací na základě genderu, mateřství či věku.

Záměr předložené práce motivovala pak i moje vlastní zkušenost z arteterapeutických skupin sestávajících z žen, kde jsem pravidelně zaznamenávala, že témata vyplývající z životních zkušeností žen v patriarchálně uspořádané společnosti se spontánně objevují při reflexích a diskuzích nad artefakty, avšak obvykle nejsou reflektována v sociokulturním kontextu. Připadalo mi důležité přistupovat k nim s perspektivou, která zohledňuje toto společenské a kulturní pozadí, a tím ženám umožnit zasadit svoje prožitky a mnohdy utrpení do širšího rámce a umožnit jim prožít, že se jedná o zkušenost sdílenou.

Další motivací pracovat s ženami při arteterapii i ve feministickém rámci pro mě je současný společenský kontext, ve kterém ženy (a tedy i já) prožívají své životy, a který formuje jejich sebepojetí, v němž se ženy snaží definovat samy sebe, prosadit se, v němž hledají a prožívají vlastní hodnotu či znehodnocení.

Žijeme ve společnosti, kde stále vládou muži. „Nedostatečné zastoupení žen v politice představuje demokratický deficit, jelikož ženám není umožněno

podílet se na rozhodnutích, která dopadají i na jejich životy. V současné době se tak do politiky promítají převážně životní zkušenosti a zájmy mužů“ (Šprincová, 2021 in Jelínková & Radvanovičová (ed.), 2021). Je to společnost, kde v řadě oblastí nerovnost mezi ženami a muži přetrvává, a v některých je i kvantifikovatelná: rozdíl v průměrných mzdách žen a mužů v České republice je jedním z nejvyšších v Evropské unii, ale i ve srovnání s dalšími zeměmi, „a to i pokud srovnáváme stejnou práci na stejném pracovišti“. V období 2016 až 2020 se pohyboval na úrovni 22% (Stelzerová, 2021 in Jelínková & Radvanovičová (ed.), 2021).

Česká republika je země, kde stále nebyla ratifikována tzv. Istanbulská úmluva o prevenci a potírání násilí vůči ženám a domácího násilí, debata kolem definice znásilnění je stále živá a kontroverzní, stejně tak debata o přijetí/nepřijetí rovného manželství pro stejnopohlavní svazky, ve veřejné debatě je na ženy stále vyvíjen tlak, aby zůstávaly v domácnosti s dětmi do tří let bez ohledu na další okolnosti - to jsou jen příklady skutečností, které spoluvytvářejí společenské klima, které se promítá do životů a postojů všech, kdo v něm žijí.

Proto považuji za důležité podílet se na vytváření takových prostředí, kde ženy mohou svobodně sdílet svoje zkušenosti, prožitky a potřeby, zkoumat otevřeně a bez předsudků sdílenou zkušenost a hledat nové strategie pro život. Jednou z platforem, kde toto zkoumání, tematizování a hledání strategií, jak nově uchopit svoje životní podmínky, může probíhat, je i arteterapie.

Teoretická část tohoto textu si klade za cíl podat stručný přehled o východiscích a principech feministických přístupů v psychoterapii a arteterapii a o tématech, kterým se ve své teorii a praxi věnují. Důraz je zčásti kladen na psychoanalytické teorie, jelikož právě Freudovy koncepty (a koncepty jeho následovníků) byly významným podnětem pro feministické bádání, výzvou, která poháněla rozvoj psychoanalytického feminismu.

Praktická část se věnuje vlastním artefaktům žen z hlediska témat diskutovaných v teoretické části, a to jak z perspektivy žen samotných, na základě jejich autentických výpovědí, tak i prostřednictvím rozborů, v nichž hledá další možné roviny obsahů a souvislostí.



## II. TEORETICKÁ ČÁST

### 1. Základní pojmy

#### 1.1. Pohlaví

Pojem pohlaví se z feministického úhlu pohledu týká výhradně biologických rozdílů. Dle Oakleyové (2000) a Janošové (2008) pohlaví označuje biologické rozdíly mezi samcem a samicí určitého druhu. Pohlaví je tedy to, co zakládají rozdíly v samčích a samicích pohlavních orgánech a související rozdíly v reprodukčních funkcích. Pojem *pohlaví* by tedy měl být užíván v souvislosti s *biologickými* rozdíly mezi mužem a ženou. Pohlavní rozdíly mezi muži a ženami jsou z hlediska společnosti a kultury neměnné (na rozdíl od kategorie genderu, který je proměnlivý).

#### 1.2. Biologické rozdíly mezi ženami a muži

Co se týká biologických rozdílů mezi muži a ženami, je tendence je pokládat za jednoznačně dané, Oakleyová (2000) však upozorňuje, že z biologického hlediska nejsou rozdíly mezi muži a ženami tak striktně oddělitelné. Poukazuje na to, že při nitroděložním vývoji jsou vnější pohlavní orgány plodů obou pohlaví po nějakou dobu stejné, přičemž základní podoba pohlavního orgánu je ženská, a až působením kombinace chromozomů (pro mužské pohlaví XY, pro ženské XX) dojde k diferenciaci, a to tím, že se k ženské formě “něco přidává”. Zajímavé z tohoto hlediska je rovněž to, že míra fyzické odlišnosti mužů a žen se může lišit podle etnicity (Oakleyová, 2000).

Oakleyová (2000) problematizuje tvrzení o odlišnostech v chování žen a mužů na základě jejich biologických odlišností. Jedním z příkladů je vyvozování citové lability žen z hormonálních výkyvů během menstruačního cyklu. Poukazuje, že “sociální izolace během mateřství a péče o domácnost... může být stejným zdrojem stresu a úzkosti jako hormonální stresy spojené s menstruací” (str. 42).

Machovcová (2011) rovněž upozorňuje, že ženské tělo je patologizováno v souvislosti s reprodukčními cykly a tato patologizace je dále používána k potvrzení přesvědčení o méněcennosti žen. Kolísání emocí v souvislosti s biologickými změnami může být rovněž způsobováno sociálními faktory, např. nedostatečnou podporou ze strany druhých.

Hogan (1997) uvádí, že ženy byly a nadále jsou popisované jako bytosti ovládané biologickými procesy, na rozdíl od mužů. Historicky se ženám připisoval ohrožující vliv na morálku a stabilitu společnosti. Koncem 19. století s rozvojem institucionální psychiatrie převládla diskurz opírající se o biologický determinismus, který vychází z přesvědčení, že behaviorální vzorce jsou zděděné. Ženy byly vnímány jako podřadná forma evoluce, mající blíže dětem a „divochům“ než k dospělému civilizovanému muži, jako nestálé a neschopné logického myšlení. Podřízená role ženy byla vysvětlována na základě biologie a ospravedlňována medicínskými poznatky. Omezení politických práv žen se tak považovalo za žádoucí pro zachování stávajícího řádu, to samé platilo i pro zamezování ženám v přístupu k vyššímu vzdělání (dokonce existovaly teorie o tom, že vzdělávání žen ohrožuje jejich reprodukční funkce) (Hogan, 1997 in Hogan (ed.), 1997).

Oakleyová (2000) vyjadřuje názor, že odlišnosti, které lze pozorovat na základě rozdílného chování žen a mužů v běžném životě, je potřeba vnímat především jako výsledky sociálního učení, než jako důsledek biologických rozdílů.

### 1.3. Gender

Pojem gender, rovněž označovaný jako rod, není totožný s pojmem (biologického) pohlaví. Je to termín, který zohledňuje kulturní a společenské hledisko týkající se společenských norem a očekávání od žen a mužů v daném sociokulturním a dobovém kontextu. Oakleyová (2000) uvádí: “Zda je člověk biologicky mužem či ženou, lze odhadnout podle jeho vzhledu. Je-li však mužem či ženou vzhledem k genderu, odhadnout nelze, protože kritéria této klasifikace jsou určena kulturou a mění se v závislosti na čase a místě” (Oakleyová 2000, str. 20). Podle Janošové (2008) gender označuje “rozdíly mezi muži a ženami, jejichž podstata spočívá v kulturních a sociálních vzorcích chování“, jedná se tedy o „sociální pohlaví“.

Obsah pojmu gender je proměnlivý, reaguje na společenský vývoj. V osobní rovině tvoří gender součást naší identity.

Hogan (1997) gender definuje jako sociálně odvozenou sadu významů, které se připisují fyzickému tělu.

#### 1.4. Genderová socializace

Genderová socializace, respektive socializace do genderové či pohlavní role je proces, při kterém se individuum učí sociokulturní normy spojené s daným pohlavím a zároveň je internalizuje. Je to proces, v němž se individuum učí, co to znamená být v dané společnosti ženou nebo mužem. Worrel a Remer (1992) upozorňují, že ačkoli vývoj posledních desetiletí přinesl změny v sociálních rolích a pole působnosti žen se rozšířilo, patriarchální nastavení sociálních struktur přetrvává. Tak je i nadále na ženy vyvíjen tlak – v rodinách, ve vzdělávacím systému, v médiích, v pracovním prostředí či politických institucích, aby se přizpůsobovaly očekáváním genderově typického chování.

Výchova k genderovanému chování začíná v rodině. Worrel a Remer (1992) ukazují, na jakých přístupech ze strany rodičů se socializace do pohlavní role zakládá. Kupříkladu při výchově předškolních dětí jsou genderové stereotypy vštěpovány tím, jaké oblečení a hračky dětem rodiče poskytují, jaké aktivity podporují u dětí odlišného pohlaví, k čemu je povzbuzují – chlapce spíše k plnění úkolů a dosahování cílů, dívky spíše k vztahovosti a hře napodobující sociální vztahy. Rovněž dětem komunikují očekávání pro jejich budoucí životní role. Tím tyto vzorce u dětí posilují a pěstují u nich vědomí toho, co je a co naopak není z hlediska pohlaví a genderu žádoucí.

Worrel a Remer (1992) připouštějí, že v současnosti již mnoho rodin projevuje snahu poskytnout dětem rovné vzory rolí a učí děti o rovných příležitostech. Nicméně sociální instituce a kultura prostřednictvím televize, tisku, literatury a dalších médií nadále předává poselství o „tradičních“ genderových očekáváních.

Einchenbaum a Orbach (1982) uvádějí, že učení se genderové roli začíná již při narození dítěte. Již tehdy je v rodině stanovena jeho role a jeho místo ve světě na základě jeho pohlaví. Poukazují, že ve všech kulturách je dominujícím principem

princip rozdělení mužského a ženského. V důsledku toho lidé nejsou vnímáni pouze jako lidské bytosti, ale vždy už skrze kategorie ženství a mužství. Charakteristiky spojované s mužstvím a ženstvím nejsou shodné a mnohdy ani rovné. Jako příklady uvádějí následující vlastnosti: “silný“, „robustní“, “schopný“, “sebejistý” jsou obvykle ceněné jako maskulinní vlastnosti, zatímco “útlá“, “slabá“, “bezbranná“, “dávající“, “pěkná“, “půvabná“, “ostýchavá” jsou oceňované jakožto feminní vlastnosti (Einchenbaum & Orbach, 1982).

Myšlenku, že genderové role jsou z velké části sociálně a kulturně konstruované, opírají Einchenbaum a Orbach (1982) mimo jiné o výzkumy Money a Erhardt, kteří prováděli výzkumy s osobami s hermafroditismem. Z nich vyplývá názor, že se osoby nerodí s maskulinní a feminní psychologií, ale atributy, které vedle těch biologických (menstruace, početí, porod a laktace) spojujeme s mužstvím a ženstvím, jsou kulturně konstruované.

I Janošová (2008) upozorňuje na odlišnou výchovu dívek a chlapců, která se zakládá na odlišných očekáváních vyplývajících z přetrvávajících společenských a kulturních stereotypů. I ona zastává názor, že genderová socializace začíná již okamžikem narození. Již v tu chvíli se k dítěti rodina začne chovat určitým, genderovým očekáváním podmíněným způsobem. To přináší riziko, že se u dětí obou pohlaví rozvinou některé vlastnosti a schopnosti jen v omezené míře.

V současnosti se sice v některých oblastech stírají rozdíly mezi mužskou a ženskou rolí, což platí zejména pro svět práce, to však nic nemění na tom, že ženy mají ve společnosti stále minimální podíl na rozhodování, tj. na moci. “Příčinou, proč jsou ženy znevýhodněny při rozdělování podílů na moci, je především jejich odlišná socializace: ženy jsou obecně méně vychovávány k tomu, aby se u nich vytvořily vlastnosti, které jsou pro dosažení lukrativních profesí důležité. (...) Vlastnosti jako ctížádost, soutěživost, zaměření na výkon, dominance a tendence k sebeprosazení, jsou obecně považovány za typicky mužské.“ (...) Postoj, v němž jsou rysy a činnosti, které jsou obecně považovány za mužské, hodnoceny jako společensky důležitější, se zdá být takřka celosvětový” (Janošová, 2008, str. 18).

Očekávání od žen jsou v řadě aspektů odlišná, než očekávání od mužů, což vyplývá zejména ze společenského důrazu na jejich roli matek a pečovatelek. Patří mezi ně vedle mateřství a péče o blízké vlastnosti jako zaměření na pomoc a poskytování podpory druhým. “Očekávání tohoto druhu dívkám zároveň předává poselství o tom, že jejich identita a hodnota se utváří ve vztahu k mužům, že by

tedy měly být takové, jak to vyhovuje jejich sociálnímu okolí, především mužům. Pokud se ženy těmto požadavkům přizpůsobí, bývá jim povětšinou přisuzován nárok na ochranu před sociálními a ekonomickými nesnázemi” (Janošová, 2008, str. 18).

## 1.5. Genderová identita

Genderová identita označuje atributy spojené s pohlavím, které jedinec vnímá jako své vlastní a zahrnuje prvky genderové role, které korespondují s vnitřním prožíváním jednotlivce. Některé prvky genderové identity nemusí být patrné navenek, na rozdíl od genderové role, která zahrnuje i vnější projevy, s nimiž se jedinec nemusí zcela ztotožňovat, například pro zachování sociální konformity. Genderová identita může být jedinečná a specifická pro každého jednotlivce. Je ovlivňována zejména rozdílnou socializací chlapců a dívek (Janošová, 2008, str. 42).

## 1.6. Genderová role

Genderová role je sociálně konstruovaný model, který definuje, jak by se jednotlivci měli chovat vzhledem k jejich pohlaví. Představuje vnější projev genderové identity. Zahrnuje představy o tom, jací by *měli* muži a ženy být a společenská přesvědčení o tom, jak by se muži a ženy měli chovat či jak by měli vypadat (Janošová, 2008). Termín „genderová role“ je zaměnitelný s termínem „pohlavní role“, a stejně tomu je případně i v tomto textu.

## 1.7. Feminita (ženství) a maskulinita (mužství)

Feminita a maskulinita jsou kulturně podmíněné pojmy. To znamená, že v různých společnostech existují různá pojetí feminity a maskulinity. Meadová (cit. podle Oakleyové, 2000) popsala kultury, kde jsou koncepty feminity a maskulinity zcela odlišné než v naší (západní) kultuře, a to jak kultury, kde obě pohlaví vykazují

vlastnosti, které v naší kultuře označujeme jako ženské, tak kultury, kde obě pohlaví vykazují vlastnosti, které v naší kultuře pokládáme za mužské a dokonce i takové, ve kterých jsou ženské a mužské vlastnosti pojímány ze západního úhlu pohledu zcela obráceně. K podobným závěrům při studiu jiných kultur došli podle Oakleyové i Kaberryová, Henry, Albertová a další. V této souvislosti poukazuje i na výsledky výzkumů, které ukazují, že různé kultury přistupují k výchově dívek a chlapců odlišně, a důsledkem této odlišné genderové socializace je pak jiné chování žen a mužů, než je stereotypně očekáváno v západní kultuře (Oakleyová, 2000).

### 1.7.1. Psychoanalytická teorie ženské pohlavní identity

Podle této teorie, která vychází z psychoanalýzy, se pohlavní identita vyvíjí prostřednictvím identifikace s rodiči. Po narození je vztah dítěte a matky symbiotický. Postupně si však dítě začíná uvědomovat, že je od matky oddělené. Když se matka (nebo pečující osoba) vzdálí, dítě představu této pečující osoby internalizuje, díky čemuž nachází uspokojení svých přání v symbolické rovině. Z toho vyplývá přání "být jako ona", v psychoanalýze nazývané "anaklitická identifikace". Tato identifikace se projevuje napodobováním chování matky (Janošová, 2008).

Důležitá fáze v tomto vývoji nastává, když si dítě uvědomí, že je (v případě dívky) či není (v případě chlapce) základně totožné s mateřskou osobou a že v budoucnu se stane (v případě dívky) anebo nestane (v případě chlapce) někým jí podobným. Tato fáze je u chlapců obdobím rozčarování a citového traumatu, a jejich znejištění vede k nastolení odstupu od matky, čímž pro ně začíná fáze deidentifikace.

Chlapci i dívky se tak diferencují ve vztahu k matce (ženě). K tomu Benjamin (2016) dodává, že jelikož se chlapci nemohou matkou stát, mohou ji pouze *mít*. Odtud pochází model, který identifikuje chlapce jako subjekty a dívky jako objekty. Tento ústřední vývojový model psychoanalýzy je přijatým ideálem v naší kultuře, která jej stále reprodukuje v podobě komplementarity dominance a podřízení ve společenském uspořádání (Benjamin, 2016).

U dívek tedy "identifikace dcery s matkou je vesměs kontinuální a často ústí do koaliční vazby" (Janošová 2008, str. 106). Dívky tak prožívají menší míru

separace a zároveň zůstávají více závislé na postojích svých matek. Na rozdíl od chlapců je matky nejsou tolik ochotné podporovat v nezávislosti (Janošová 2008).

Kamber (2016) u Freuda vyzdvihuje, že problematizoval přímou spojitost mezi biologickým pohlavím, sexualitou a pohlavními rozdíly. Nepohlížel na sexuální problematiku dualisticky a sexuální pud v jeho podání překračuje duševní a tělesný aspekt. Podle Freuda je po narození rozdíl mezi dětmi minimální, do odpovídajících sociálních rolí je rozdělí až oidipický komplex. Jedním z výsledků tohoto vývoje je, že dívka (žena) se dostane do role podřízené chlapci (muži). Freudova teorie se tedy především zaměřuje na psychické rozdíly a méně se odkazuje k biologii.

Dle Freudovy identifikační teorie určuje vývoj pohlavní identity u dívek kastrální komplex založený na závisti penisu. Ten je způsoben uvědoměním dívky, že nemá penis, což prožívá jako ztrátu, pocit nedostatečnosti a vnitřní konflikt. Z absence penisu viní svoji matku, což vede k oslabení citového pouta k ní a k přimknutí k otci, který se stává symbolickým poskytovatelem penisu. Touha po vlastnictví penisu se postupně transformuje do touhy po dítěti. Ta motivuje akceptaci ženství a přijetí matky jako vzoru (Janošová, 2008).

Freud ženství považoval za záhadu, a oidipický komplex u dívek pokládal za složitější, druhotný proces, který je spuštěn přetržením předoidipické vazby s matkou. Na rozdíl od chlapce kastrace pro dívku nepředstavuje řešení oidipického komplexu, ale spíše ji nutí do tohoto komplexu vstoupit. U žen tak tento komplex nikdy není zcela vyřešen, což má za následek oslabené superego a sníženou schopnost sublimace (Kamber, 2016). “Děvčátko v něm setrvává neurčitě dlouho, odbourává ho teprve později a i potom jen neúplně. Tím nezbytně trpí formování Nadjá, Nadjá nemůže dosáhnout oné síly a nezávislosti, v nichž tkví jeho kulturní význam – a feministé neradi slyší, poukazuje-li se na to, jak se tento moment projevuje na průměrném ženském charakteru” (Freud, 1991, cit. podle Barša, 2002). “Výsledná ženská identita, jak vyplývá z Freudova výkladu vytváření rodové difference, je charakterizována třemi navzájem provázanými rysy - masochismem, pasivitou a nakonec omezeným smyslem pro spravedlnost, jehož druhou stranou je narcismus, marnivost a žárlivost” “Ženství je (...) z Freudova patriarchálního hlediska zkomolenou, náhražkovitou identitou - je ctností z nouze, výrazem defektu.“ “Žádné z pohlaví nechce přijmout ženskou identitu, ale absence penisu způsobuje, že děvčátku nic jiného nezbyvá” (Barša, 2002).

## 2. Feministická psychoterapie a arteterapie

### 2.1. Feminismus, gender, psychologie a psychoanalýza

Vztah feminismu a psychologie je dosud v jistých ohledech napjatý. „Zřejmě hlavním bodem zdánlivě nepřeklenutelných rozdílů mezi psychologii a feminismem je zaměření psychologie na jednotlivce a jeho prožívání, zatímco feminismus se primárně orientuje na analýzu společenských struktur a podmínek“ (Taylor, 1995, cit. podle Machovcová, 2011, str. 55). Základní kritika feminismu směrem k psychologii se týká toho, že místo aby se ujala odpovídající role při transformaci diskriminujících a zneužívajících sociálních struktur, mnohdy k sociální či ekonomické marginalizaci přispívá, tím, že ji zaměňuje za emocionální poruchy. „Důraz na individuální odpovědnost a možnost změny zastírá vliv společenských podmínek na prožívání jednotlivých osob“ (Machovcová, 2011, str. 56). Přesto však probíhá snaha o propojení feministických přístupů s psychologii. Feministická psychologie vnímá „spolupůsobení či prolnutí individuální a společenské roviny a jejich aktivní zahrnování a využívání“ (Machovcová, 2011, str. 58). „Není možné dále vytvářet psychologii, která opomíjí společenský kontext, a tím pádem je náchylná k zdeformovaným interpretacím“ (tamtéž, str. 59). Takto pojatý vědecký přístup by měl brát v úvahu principy rovnosti a spravedlnosti, neměl by diskriminovat žádnou skupinu, a měl by upustit od misogynních ideologií. Současně by měl podporovat společenské změny. Důležitým cílem feministické psychologie je rovněž zkoumání vztahů mezi dominancí a podřízením (Machovcová, 2011).

Janošová (2008) argumentuje vůči Freudově identifikační teorii např. tím, že při pozdějších výzkumech s dětmi se u větší části z nich neprokázaly žádné z jím popsaných jevů. Rovněž poukazuje na to, že jeho teorie vychází z automatického předpokladu přítomnosti obou rodičů, nicméně mnoho dětí vyrůstá s jedním rodičem, je tedy sporné, jak k těmto dětem vztáhnout popsaný proces. Také upozorňuje, že Freud do svých úvah nezahrnul možnost, že děti se identifikují i s rodičem opačného pohlaví, případně dalšími osobami.

Feministky nicméně shledaly Freudovo dílo užitečným jako odrazový můstek pro svoje bádání. Došly k poznání, že Freud v teorii o oidipském komplexu de facto lokalizuje psychickou reprodukci patriarchátu a vysvětluje strukturu pohlavních rolí v západní kultuře. Freudovy teorie sexuality a nevědomí se tak dotýkají nejen



individuální psychologie, ale i společenského uspořádání. Sociální vztahy jsou formovány vývojem, který se odehrává uvnitř rodiny (Kamber, 2016).

Feminismus psychoanalýzu kritizoval, a zároveň si kladl otázku, zda je možné překonat její převládající vliv, anebo zda je nezbytné pohybovat se v jejím rámci, kde jsou teorie ohledně dvou pohlaví považovány za fixní. Pokud v něčem psychoanalytický feminismus vychází z Freudova učení, pak je to teorie o nevědomí. Velká část psychoanalytické feministické teorie je zaměřena na revizi Freudova narativu o oidipském komplexu (Kamber, 2016).

Pro ilustraci lze zmínit některé z myšlenek feministických psychoanalytiček, jak je prezentuje Kamber (2016). Horney problematizovala dopad závidění penisu na pocity méněcennosti u žen. Došla k názoru, že tyto pocity méněcennosti jsou spíše následkem uvědomění sociální podřízenosti mužům než důsledkem vnímané kastrace. Beauvoir podobně argumentovala, že ženy závidí mužům jejich společenskou moc a privilegia, nikoli anatomickou nadřazenost. Dívka si tedy podle této teorie nejdříve všímá toho, že se nachází v sociální nevýhodě a teprve z tohoto zjištění následně vyplývá pocit kastrace.

Benjamin přesunula pozornost od oidipské fáze vývoje k fázi předoidipské a jednou ze zásadních otázek, kterou se zabývala, byl rozvoj vlastního já (self) a sebeúcty. Přesunula důraz ze zkoumání intrapsychického života na interpsychický život. Stěžejním pojmem její teorie je *intersubjektivita* (Barša, 2002). Kladla tedy důraz na společenskost lidských bytostí, na to, že dítě je sociální bytost. Jednou ze základních potřeb při rozvoji self je *uznání* druhým, tj. od primární pečující osoby. Obvykle jde o osobu matky. Je však potřeba, aby uznání přišlo od matky, která má dostatečnou subjektivitu, nikoli od závislé a podmaněné bytosti. Upozorňovala, že psychoanalýza zavedla pokřivený pohled na matku jako na zdroj plnění potřeb dítěte a upřela jí tak její subjektivitu. "Klasický ideál mateřství - model zřeknutí se sebe samé - je pouze zkrášením tohoto nedostatku" (Benjamin, 2016, str. 85). Žena, která se identifikovala s matkou s nedostatečnou subjektivitou, má sama nedostatečnou subjektivitu (Benjamin, 2016).

Významnou problematikou, kterou Benjamin zkoumala, byla dominance a podřízení, jak v rodině a partnerských/erotických vztazích, tak na úrovni celé společnosti. Tvrdila, že dominance je zakotvená v srdcích podřízených. Rovněž poukazovala, že ženy se podílejí na své vlastní podřízenosti. Za udržováním patriarchálního uspořádání stojí udržování konceptu genderové komplementarity,

který je ve společnosti hluboce zakořeněný. Tuto komplementaritu doporučovala nahradit vzájemností (Benjamin, 2016).

## 2.2. Feministická psychoterapie

Pojem *feministická psychoterapie* neoznačuje jeden konkrétní směr psychoterapie, ale spíše definuje *přístupy*, které by měly být zahrnuty do různých psychoterapeutických postupů, aby se taková terapie mohla označovat pojmem "feministická". Vývoj feministické terapie je nesourodý, vyznačuje se důrazem především na praxi spíše než na teoretická východiska a vychází z různorodých terapeutických a filosofických škol. V základech feministických přístupů v terapii je kritika vůči „tradičním“ terapeutickým přístupům, které reprodukuje genderově zaujaté stereotypy, a mohou tak být značně sexistické. Takové modely vycházejí z přesvědčení, že ženy a muži se mají chovat podle stereotypizovaných rolí a přizpůsobení se těmto rolím je jedním z kritérií duševního zdraví. Zcela pak opomíjejí podíl sociálních, kulturních, ekonomických a politických vlivů na problémech zakoušených klienty/kami<sup>1</sup> (Machovcová, 2011; Worrel & Remer, 1992).

Feministická terapie není založena na konkrétních technikách, ale lze na ni pohlížet jako *hodnotový systém*, v jistém ohledu i jako na etickou praxi. Jednou ze zásadních hodnot, ze kterých vychází, je pohled, že primární zdroj patologie je sociální, tj. zdroje patologií klientů/ek je třeba hledat spíše v prostředí, než v oblasti intrapsychické a osobní (Machovcová, 2011; Worrel & Remer, 1992).

Einchenbaum a Orbach (1982) stejně jako Machovcová (2011) označují za místo zrodu feministického přístupu v terapii hnutí za osvobození žen, jehož jádrem byly tzv. "consciousness-raising groups" (skupiny rozvoje sebe-vědomí), které se formovaly v 60. letech 20. století. V těchto skupinách se ženy setkávaly u diskuzí nad svými zkušenostmi z rodin, ze školy, ze zaměstnání, práce, v sexuálním životě či ve zdravotnickém systému. Ženy si díky těmto diskuzím stále více uvědomovaly propojení svých osobních zkušeností s širším společensko-politickým kontextem, to, jak jsou tlačeny do určitých rolí a činností, zjišťovaly, že jsou diskriminovány.

---

<sup>1</sup> V textu tam, kde to považuji za relevantní, uvádím tvar „klient/ka“ a kde to považuji za relevantnější, uvádím tvar „klientka“

Rovněž přicházely na to, jak jsou omezovány v projevech sexuality a v dalších oblastech života a rozvoje. Postupně se vynořovalo uvědomění, jakým způsobem společnost z žen dělá občana druhé kategorie a že individuálně zakoušený útlak vyvěrá ze společenského základu.

Prvek sdílení se stal později součástí feministické terapie. Pomáhá ženám uvědomit si, že zdrojem potíží, který prožívají, nejsou ženy samotné, ale že tyto potíže mají souvislost s širším společenským a politickým kontextem. Zároveň jim umožňuje zjištění, že nejsou s podobnými prožitky samy (Machovcová, 2011).

### 2.3. Feministická arteterapie

Východiska feministických přístupů v arteterapii se v podstatě překrývají s východisky feministických přístupů v psychoterapii. Dle Hogan (2019) si feministicky orientovaná arteterapie všímá reprezentací genderových stereotypů a problematizuje je. Hogan (2019) trvá na tom, že i arteterapie by měla zahrnovat kulturní a společenská hlediska. Obhajuje tzv. „sociální arteterapii“, která přesahuje zaměření na individuální psychopatologii.

Arteterapie by při zvyšování uvědomění podílu sociálních a kulturních faktorů na individuálních prožitcích či potížích mohla mít specifickou pozici, jelikož normativní role a samotná konstrukce genderových rozdílů jsou předávány a udržovány právě prostřednictvím obrazů, které nás obklopují v běžném životě. Arteterapeuti/ky<sup>2</sup> mají tak dobrou výchozí pozici pro zkoumání těchto formujících a často rozporupných zpráv. Jsme obklopeni vizuální kulturou, a obrazy tudíž ovlivňují naše vnímání skutečnosti a pocity vlastní hodnoty. Právě metaforické vyjádření prostřednictvím výtvarné tvorby může ženám pomoci lépe konceptualizovat a vyjádřit jejich situaci (Hogan, 1997; 2013; 2019).

Arteterapie by tedy měla integrovat přístup, který bere v potaz nerovnost a sociokulturní a ekonomické postavení žen a měla by jim umožňovat tyto skutečnosti nahlédnout a díky tomu se rozhodnout, jak se k nim nadále vztahovat. Rozhovor klientky s arteterapeutkou nad artefaktem by tak mohl a měl být prostorem, který umožňuje nejen reflexi osobních obsahů klientky, ale také je

---

<sup>2</sup> V textu tam, kde to považuji za relevantní, uvádím tvar „terapeut/ka“ a kde to považuji za relevantnější, uvádím tvar „terapeutka“

nahlédnout ve společenském a kulturním kontextu. I v arteterapeutickém rozhovoru by měl být prostor pro uvědomění marginalizace žen v západní společnosti, nebo to, jak kultura konstruuje feminitu a maskulinitu a lidské tělo (Lupton, 1997, in Hogan (ed.), 1997).

Hogan (1997) upozorňuje, že pokud se arteterapie zaměřuje pouze na individuální osobnost, může být utlačující. V tu chvíli reprodukuje sociokulturní nastavení, ve kterém vzniklo individuální utrpení. A naopak může ženám nabídnout posilu a osvobození, když jim umožní zpochybnit neměnnost jejich údělu a postavit se kriticky k jejich pozici ve společnosti.

Jones (1997, in Hogan (ed.) 1997) uvádí, že arteterapie klientce umožňuje přístup k osobnímu jazyku, který požaduje reflexivnější uvažování a méně předpojatosti než verbálně založená komunikace. Arteterapie tak může být pro ženy opravdovějším osobním vyjádřením, které může být v bezpečném prostředí vystaveno pohledu někoho jiného. Nabádá však k opatrnosti při nabízení interpretací obrazů ze strany terapeutky a upozorňuje, že jakákoli interpretace obrazů vyžaduje prozíravost, která bere ohledy jak na osobní, tak na širší kontext, a respektuje jazyk použitý k popisu. Potenciál arteterapie dle ní spočívá v možnosti, že vyjádření osoby je validní samo o sobě a že prostřednictvím bezpečného kontaktu s terapeutkou a obrazy se může tento jazyk rozvíjet. Doporučuje umožnit obrazu, aby mluvil sám za sebe. Tím se otvírá možnost poznávat pravdu toho, co chce být vyjádřeno (Jones, 1997, in Hogan (ed.), 1997).

## 2.4. Východiska feministického přístupu v psychoterapii

Feministické přístupy se dle Einchenbaum a Orbach, 1982; Worrel a Remer, 1992 a Machovcové, 2011, opírají o následující *východiska*.

„*Osobní je politické.*“ Každému osobnímu příběhu je přiznána důležitost a zároveň je třeba u tohoto příběhu zkoumat, jak se na něm podílí struktura stávající společnosti.

*Zaměření na rodinu a na důležitost rodiny ve formování individua.* Feministky zkoumaly typ rodiny, který se stal druhem mýtu po druhé světové válce. V takové rodině je otec živitelem a pracuje mimo domov, zatímco matka pracuje v domácnosti, vychovává děti a poskytuje emocionální zázemí. Pokud rodina

neodpovídala striktně tomuto modelu, byla tak jako tak organizována prostřednictvím jasně definovaných genderových rolí a úkolů. Dějiny rodiny však ukazují, že rodina v její současné podobě je výsledkem teprve nedávného vývoje. Vývoj od feudální ekonomie k modernímu kapitalistickému státu zapříčinil změny v rodinné jednotce, které vedly k rozdělení prací v rodině podle pohlaví a degradaci žen do podřízené role coby manželky a matky (Worrel & Remer, 1992).

Rodina je rovněž prvním sociálním prostředím, ve kterém se naučíme své genderové roli. Feministická psychoterapie se zajímá o to, jak jsou sociální praktiky dané kultury přenášeny na její členy a jak individuum zvnitřňuje mocenské vztahy, genderové role a psychodynamiku rodiny (Einchenbaum & Orbach, 1982).

*Zaměření na emocionální život individua.* Důležitou součástí psychoterapeutického procesu u feministického přístupu terapeutek je rovněž objevování a vyjadřování tabuizovaných emocí žen. Takovou tabuizovanou emoci u žen je zejména vztek (ev. hněv) coby emoce, od které jsou ženy odrazovány již od útlého dětského věku při genderové socializaci (Einchenbaum & Orbach, 1982; Schmale-Riedel, 2019; Worrel & Remer, 1992).

Jedním z důležitých východisek feministických přístupů nejen v psychoterapii je otevření *tématu ženské sexuality* a jejího politického aspektu (Einchenbaum & Orbach, 1982; Gannon, 1999; Greer, 1991; Worrel & Remer, 1992).

## 2.5. Principy feministicky zaměřené psychoterapie

Worrel a Remer (1992) shrnují *principy*, které jsou společné feministicky zaměřené psychoterapii a poradenství, přestože feministicky zaměřené terapeutky vycházejí z mnoha různých teoretických východisek a terapeutických směrů a používají řadu různých strategií a specifických intervencí. Podobně tyto principy definuje Machovcová (2011). Tyto principy jsou následující.

### 2.5.1. Genderová analýza

Machovcová (2011) uvádí: „feministická terapie vychází z kritiky společnosti a institucí, sleduje vliv sexismu na individuální životy, identifikuje konflikty týkající se

především žen a podporuje kolektivní sdílení zkušeností a zdrojů“ (str. 85). Genderová analýza umožňuje ženám uvědomit si, jaké politické a sexistické společenské struktury ovlivňují jejich život. Předmětem zkoumání je zejména genderová role a společenská očekávání od ní (Worrel & Remer, 1992).

### 2.5.2. Rovnostářské vztahy

Feministicky zaměřené terapeutky zastávají zásadu, že je třeba usilovat o co možná nejrovnější mezilidské vztahy. Z feministických postojů vůči nerovnosti a mocenským rozdílům povstává kritika vůči tzv. tradičním směrům terapie, kde terapeut/ka je vůči klientovi/ce v pozici moci. V těchto tradičních přístupech rovněž může docházet k využití této moci na straně terapeuta/ky k podporování adaptace žen na prostředí, které se podílí na vzniku jejich potíží. S takovým přístupem se pak terapeut/ka stává agentem/kou patriarchální sociální kontroly. Z toho důvodu by měl být samozřejmostí rovnocenný, rovnostářský a partnerský vztah mezi terapeutem/kou a klientem/kou. Terapeutický vztah by neměl reprodukovat mocenskou nerovnováhu, kterou klienti/ky zažívají ve společnosti a měl by být vzorem pro rovné vztahy obecně (Machovcová, 2011; Worrel & Remer, 1992).

V terapeutickém vztahu by tedy nemělo být patrné nastavení role “odborníka/ce” a “nemocné/ho”. Terapie je považována spíše za proces spolupráce, ve kterém je klientk/a odborníkem/cí sám/a na sebe. Tento proces podporuje otevřenost terapeuta/ky a edukace klientek/ů ohledně terapeutických postupů, které jsou tak záměrně demystifikovány. Stejně tak je důležité, aby terapeut/ka na začátku terapie informoval/a o vlastních hodnotách a přesvědčeních o společnosti. Těmito postupy se minimalizuje riziko, že svoje hodnoty bude klientovi/ce podsouvat, a poskytne tak klientovi/ce svobodu buď je přijmout, nebo odmítnout. Dalším prvkem může být sebeodhalení na straně terapeuta/ky (Machovcová, 2011). Sdílení informací o sobě může napomoci minimalizaci mocenských rozdílů v terapeutickém vztahu. V případě terapeutky a klientky se například ukáže, že jako ženy zakoušejí stejné sociální podmínky.

### 3. Témata feministické psychoterapie a arteterapie

#### 3.1. Partnerství, rodina a související témata

Mezi tato témata patří

- Rodinné a partnerské vztahy
- Mateřství
- Sólo mateřství
- Péče o blízké osoby
- Sladňování práce, rodinného a osobního života
- “Singleness” (osoby, které dlouhodobě žijí bez partnera)

Patří sem rovněž témata vztahových a rodinných potřeb lesbických a bisexuálních žen (Einchenbaum & Orbach, 1982; Greer, 1991; Hogan, 1997, 2013, 2019; Worrel & Remer, 1992).

##### 3.1.1. Mateřství

Hogan (2019) poukazuje, že způsob, jakým je mateřství ve společnosti konceptualizováno a napadáno, je potenciálně destabilizující pro duševní zdraví žen. Upozorňuje na “mother blaming” (matky obviňující) jazyk, používaný v psychologických teoriích opírajících se o teorii attachmentu, který může vyvolávat u žen obavy a pocity viny, pokud od dítěte odcházejí či naopak, pokud neodcházejí. Mohou se cítit omezované a rozmrzelé, avšak nesmějí tyto pocity vyjádřit, aby se nechovaly “nemateřsky”.

Hogan (2019) uvádí, že redukcující teorie attachmentu (tzn. “pouze matka”) má stále vliv a vytváří společenský tlak na těhotné a novopečené matky. K tlaku, kterému ženy čelí kolem porodu a počátečního mateřství, je třeba přičíst i dopady přístupu, kterému ženy čelí ve zdravotnictví. Proto je dle ní důležité i témata spjatá s mateřstvím neklasifikovat primárně jako problém jednotlivkyně a individuální zkušenost, ale jako kulturně podmíněná.

Greer (1991) je názoru, že v konzumní společnosti matce náleží role obětního beránka. Psychoanalýza je směrem, o kterém je známo, že často vychází z předpokladu, že za velkou část psychických potíží klientů mohou matky, které

však terapeutickému procesu nejsou přítomné a nemohou se tak obhájit nebo alespoň vyjádřit. Greer na tento předpoklad reaguje poněkud kontroverzním názorem, že hostilita vůči matce je v naší společnosti ukazatelem duševního zdraví. Na matky se pohlíží buď jako na majetnické a příliš protektivní, anebo naopak jako na chladné a emočně nedostupné (Greer, 1991).

Pro ženu přivést na svět dítě znamená stát se terčem protichůdných rad a informací. Žena je v období těhotenství, porodu a raného mateřství podrobována morální cenzuře, která se zaměřuje na podstupování genetických testů, na otázky nakolik být či nebýt morálně připravena potratit vážně postižený plod, zda cvičit, jak hodně/málo a jakou stravu jíst, jak uzpůsobit sexuální život, zda pít či nepít alkohol, zda mít u porodu dluhu, zda podstoupit domácí porod či naopak plánovaný císařský řez, zda se stresovat, zda číst odborné knihy o mateřství, zda chodit či nechodit do zaměstnání, zda mít porodní plán, epidurální anestezii či porod bez medikace atd. Pro mnoho žen představuje tato situace silnou emocionální zátěž. Navíc jsou pak ženy hodnoceny a kritizovány, pokud po náročném porodu neprojevují mateřskou lásku tak, jak je to popisováno v knihách o mateřství (Hogan, 2013).

## 3.2. Tělo

Tělo je ve feministicky zaměřené psychologii a psychoterapii velmi významným tématem. Do oblasti těla spadají témata jako body image a kontrola hmotnosti, která jsou úzce spjata se společensky zakotvenými nároky na ženské tělo, patří sem i problematika poruch příjmu potravy a dalších poruch stravování. Rovněž sem patří témata zdravotní, jako příklady lze uvést mastektomii, potíže spojené s menstruací, reprodukční témata včetně těhotenství a neplodnosti. K tématům patřícím do oblasti těla se přiřazují i závislosti na návykových látkách a lécích (Worrel & Remer, 1992).

### 3.2.2. Body image

Jedná se o problematiku, pro kterou se i v českém prostředí ujal termín „body image“ a zahrnuje problémy s obrazem vlastního těla. Ty vedou například k nedostatku sebevědomí, depresi či již zmiňovaným poruchám příjmu potravy.



Velká část žen v naší kultuře má potíže akceptovat svoje tělo. Málomnohá žena nikdy v životě nepodrobovala svoje tělo kritice za to, že je příliš tlusté, příliš tenké, že má příliš malá nebo naopak příliš velká ňadra, že je příliš chlupaté, ochablé atp. Ženy, které mají ke svému tělu harmonický vztah a jsou s ním spokojené, jsou spíše výjimkou, uvádí Hutchinson (1983), která zkoumala negativní body image u fyzicky a psychicky zdravých žen s normální hmotností.

Body image je komplexní jev, který odráží organizovanou subjektivní zkušenost a mentální reprezentaci těla. Představuje to, jak psychika interaguje s tělem, když transformuje zkušenost vtělení do mentální reprezentace prostřednictvím emočně nabitého procesu. Negativní body image se může projevovat takovými způsoby, jako je úplná disociace nebo popření těla až k otevřenému konfliktu s tělem jako celkem nebo jeho částmi. Základem negativního body image je stav odtělesnění, tělo je v tomto stavu zakoušeno jako cizí, případně jako nepřátelské. Osoby s negativním body image mají tendence tělo ignorovat, popírat, nebo je deprivovat či jinými způsoby se snažit dostat je pod kontrolu. Utrpení způsobené oddělením mysli a těla se může pohybovat od tupé bolesti z umrtvení, přes depresi až k sebetrýznění. Negativní body image má nepříznivý dopad na vztahy, na schopnost intimity a sexualitu, na schopnost o sebe pečovat, způsobuje pochybnosti o sobě, sebepohrdání, depresi, stud, vinu a snížené sebevědomí (Hutchinson, 1983).

### 3.2.3. Imperativ krásy

Ženskou identitu a sebevědomí významně ovlivňují normativní standardy krásy. Tyto normy krásy vyvíjejí na ženy tlak svými nerealistickými očekáváními ohledně fyzického vzhledu. Dalším důsledkem těchto společensky konstruovaných očekávání je častá objektifikace žen, které jsou pak vnímány především jako sexuální objekty a jsou hodnocené na základě svého vzhledu a sexuální přitažlivosti. Z tohoto nastavení profituje kosmetický průmysl, který díky němu generuje obrovské ekonomické zisky. Imperativ krásy rovněž přispívá k diskriminaci na základě věku a negativnímu společenskému pohledu na stárnutí. Ženy tak procházejí životem s vědomím, že přijetí a do značné míry i životní úspěšnost jim zajistí atraktivita a adekvátnost jejich těla (Hutchinson, 1983).

Wolf (1990) představila koncept tzv. *mýtu krásy*. Ten je dle ní systémem víry, který slouží k udržování hegemonie mužů ve společnosti. Není tedy jen pouhým společenským očekáváním, je nástrojem sociální kontroly. Mýtus krásy tvrdí, že kvalita zvaná "krása" objektivně existuje. Zároveň je považován za natolik platný, že vytváří imperativ, aby ženy tuto krásu ztělesňovaly, a podsouvá mužům, že právě takové ženy mají chtít vlastnit. Mýtus krásy tak dělá z žen konkurentky. Tendence vzájemně mezi sebou soutěžit a zranitelnost vůči uznání zevnějšku ženy oslabuje a ubírá jim kapacity na vlastní seberealizaci (Wolf, 1990; Machovcová, 2011).

Wolf (1990) ukazuje, že mýtus krásy začal nabývat své masivní podoby po průmyslové revoluci, která na jedné straně ženám otevřela možnosti k větší ekonomické nezávislosti, na straně druhé rozvoj technologií umožnil plošné šíření obrazů, díky kterému se mýtus krásy mohl šířit v dosud nevídaném rozsahu. Ženské hnutí 20. století posunulo možnosti a svobodu žen ještě dále, ženy se mohly volněji pohybovat po světě a rozvíjet svou individualitu. Dle Wolf (1990) byla důsledkem tohoto nově nabytého postavení žen potřeba posílit sociální kontrolu na nimi, jejímž hlavním aktérem se stal právě mýtus krásy. Wolf je názoru, že mýtus krásy sehrává svou roli i v ekonomickém znevýhodňování žen kupříkladu tím, že bývají diskriminované na základě vzhledu i na trhu práce.

Wolf (1990) upozorňuje, že vzhledem k tomu, že ženy jsou vychovávány k tomu, aby se zaměřovaly na druhé, mají následně tendenci vycházet z vnějšího referenčního rámce a hledat vnější odpovědi na to, kdo jsou, jak mají vypadat, zda jsou adekvátní a přijatelné. Jedním z významných nosičů, který udržuje ženy v neutuchající snaze vyhovět mýtu krásy, jsou tzv. ženské časopisy, které představují masovou kulturu pro ženy. Kontext, v němž žena definuje sama sebe a svou hodnotu, vychází ze srovnávání sebe sama a svého těla s kulturními obrazy, s rodinou a vrstevnicemi. Negativní body image je kulturní fenomén v kultuře, která udržuje mýtus, že existuje jediný způsob, jak má žena vypadat, a která své příslušnice socializuje tak, aby se snažily přizpůsobit se těmto standardům (Hutchinson, 1983).

#### 3.2.4. Kontrola prostřednictvím hmotnosti

Od zápasu současných žen s body image jsou neoddělitelné problémy spojené s váhou a jídlom. Žijeme v kultuře, kde je tělesný tuk komunikován jako

veřejný nepřítel a boj proti němu prostřednictvím nejrůznějších diet je ve veřejném prostoru všudypřítomným tématem. Hutchinson (1983) vysvětluje, že v roce 1959 byly upraveny tabulky poměrů výšky a hmotnosti a lidé s normální váhou se přes noc stali osobami s nadváhou. Jakékoli množství kilogramů „navíc“ se začalo považovat za vnější důkaz charakterových vad a nedostatku péče o sebe. Upozorňuje, že stejná dynamika, jaká stojí za nárůstem případů anorexie a bulimie, působí v mírnější, avšak pervazivnější podobě u žen, které zápasí s přijatelností svých těl. Současná medicína ženám neustále podsouvá, že jejich normální váha, tj. váha, k níž jejich tělo přirozeně tíhne, je příliš vysoká. Reakcí na neustálou přítomnost těchto zpráv pak často bývá stud, vina a pocity ztráty kontroly. V důsledku toho ženy mohou naopak tíhnout k přejídání, aby otupily bolest provázející pocity selhání, anebo naopak držet diety, hladovět nebo jinak vyvíjet nátlak na svoje tělo, aby dosáhlo požadované velikosti a tvaru (Hutchinson, 1983).

### 3.2.5. Těhotenství a porod

Hogan (2013) vyjadřuje názor, že moderní nerovnost se z velké části točí kolem porodů a mateřství a že pro mnoho žen v rozvinutých zemích je porodní zkušenost zdrojem traumatu. Jedním ze znaků porodnictví v naší civilizaci je dle ní technokratické vedení porodů a vztahy moci a kontroly, které ve zdravotnickém systému panují a citelně se v porodní zkušenosti odrážejí.

Při zkoumání těchto vztahů moci a kontroly v oblasti porodnictví se používá termínu *porodnické násilí*. Vorlová (2023) uvádí, že porodnické násilí může mít různé podoby, mezi něž patří extrémní podoby jako nucená sterilizace žen po porodu, ale stejně tak nevhodné komentáře zdravotníků/ic směrem k ženám prožívajícím bolest. Porodnické násilí je definováno zneužitím moci a jedná se o „problém, který je svojí povahou strukturální a systémový, tedy formovaný kulturními a společenskými vlivy“ a „společným znakem pro všechny formy porodnického násilí jsou jejich kořeny v institucionálním násilí a diskriminaci žen“ (Vorlová, 2023).

Důležité je u tohoto fenoménu brát v potaz moc nad pacienty/kami, kterou společnost propůjčuje lékařům/kám. Porodnické násilí má kořeny v patriarchálním chápání genderových stereotypů a je zhoršováno dynamikou moci mezi zdravotnickým personálem a pacientkami. Na život žen má dlouhodobý dopad

(Bowser & Hill 2010, cit. podle Vorlová 2023). K porodnickému násilí patří takové jednání zdravotnického personálu, které nerespektuje tělesnou autonomii žen a očekává od nich podřízenost. Takové jednání se může projevit například jako používání zbytečně invazivních postupů (v České republice např. epiziotomie).

Vorlová rovněž uvádí studie, které dokládají podobnost zážitku porodnického násilí a násilí sexuálního (Beck, 2004; Elmir et al., 2010; Kitzinger, 2006; Montgomery et al, 2015, cit. podle Vorlová 2023). Spouštěčem takového prožitku je zacházení a jednání, které snižuje pocity ženiny kontroly a zbavuje ji moci. Vorlová (2023) dále uvádí, že traumatický porod zažívá podle výzkumů přibližně třetina žen. S traumatickou porodní zkušeností se pojí vysoké riziko deprese a posttraumatické stresové poruchy v poporodním období (Vorlová, 2023).

### 3.3. Stárnutí a menopauza

Hogan (2019) hovoří o tom, že ve společnosti přetrvává odlišný pohled na stárnutí mužů a žen, kdy zejména ženy jsou s narůstajícím věkem v očích společnosti znehodnocovány. To se odráží na sebepojetí a pocitu sebehodnoty žen a jejich duševním zdraví.

Greer (1991) upozorňuje, že ženy nad padesát let jsou v naší kultuře neviditelné. Poukazuje na jejich mizivou reprezentaci v kultuře. Žena v padesáti letech podle Greer nemá jinou možnost než zaznamenat změnu, která se v ní odehrává, a současně je nucena to, čím prochází, udržovat v tajnosti. Žena středního věku má povinnost pokračovat ve snaze být atraktivní, bez ohledu na to, jak ji tato záležitost už obtěžuje. Navíc neexistuje žádný přechodový rituál, který by ženu tímto obdobím provedl, musí je prostě ustát a předstírat, že se nic neděje. Na rozdíl od narození, puberty, sňatku, těhotenství a porodu, ke kterým se pojí rituály zahrnující oslavy a přítomnost dalších osob, v konzumní kultuře neexistuje veřejná oslava začátku poslední třetiny života ženy.

Staré ženy jsou v kultuře zesměšňovány. Hostilita vůči starším ženám je běžný jev, kupříkladu slovo „stará“ je součástí skoro každé urážky namířené mladší ženou vůči starší. Mládí je u žen ceněno muži, a tudíž je ceněno i ženami. V konzumní společnosti není prostor pro úvahy, že se individuum může s věkem stávat lepším a akumulovat žádoucí vlastnosti. V reklamě, která má v naší kultuře

ohromný vliv, jsou předsudky posilovány. Staré tváře a stará těla neprodávají (Greer, 1991).

### 3.3.1. Patologizace menopauzy

Z biologického hlediska je menopauza zastavení menstruačního cyklu. Průměrný věk začátku přirozené menopauzy v průmyslovém světě je 51,4 let. Tzv. přechod, perimenopauza, která předchází úplnému zastavení cyklu, je fáze, která může trvat jeden rok až dvanáct let. Běžná délka přechodu je 5,8 roku a typický věk, ve kterém začíná, je 47,5. Perimenopauza je období nejdramatičtějších mozkových a hormonálních změn v ženském těle (Bridges Johnsová, 2022).

Období přechodu a menopauzy je spojeno s řadou předsudků a negativních zpráv vysílaných směrem k ženám. V historii lékařství menopauza byla prezentována jako cosi katastrofického, jako stav, který je potřeba léčit (Bridges Johnsová, 2022). Avšak i v současnosti je toto období v životě žen silně patologizováno, zejména díky velmi vlivnému medicínskému diskurzu. Gannon (1999) ukazuje, že výzkum stárnoucích žen probíhá na přetrvávajícím ideologickém pozadí, jehož hlavními rysy jsou androcentrismus, biologický determinismus a dualismus. Androcentrická ideologie leží v základech výzkumů v medicíně a společenských vědách a je základem kultury, ve které jsou mužská těla, pocity, aktivity, chování, zájmy, touhy a zaměstnání brána jako "referenční bod", ženy jsou ignorovány, anebo charakterizovány jako odchylka. Ti, kdo jsou považováni za "standardní" lidi, jsou zároveň těmi, kdo mají moc a autoritu definovat, co je normální pro ostatní a ti, kdo nedisponují mocí, jsou uznáni za "normální", pokud se přizpůsobí svému občanství druhé kategorie.

Biologický determinismus je teorie, podle které jsou sociální a ekonomické rozdíly mezi muži a ženami (nebo rasovými a etnickými menšinami nebo osobami rozdílných sexuálních orientací) připisovány přirozeným, biologickým rozdílům s cílem legitimizovat nerovnost a učinit ji přirozeným a nevyhnutelným důsledkem lidské kultury. Biologický determinismus je používán rovněž k patologizaci žen. Medicínský přístup definuje normální ženské vývojové milníky a zkušenosti jako medicínské problémy vyžadující medicínské zásahy, což podporuje podřadné postavení žen (viz kapitolu Těhotenství a porod). Některé biologické stavy jsou za účelem zachování tohoto podřadného postavení definovány jako normální, zatímco

jiné jako abnormální, přičemž ty, které jsou spojeny s přípravou na plodnost a reprodukci jsou dobré, zdravé a ženské, zatímco menstruace, tj. známka toho, že žena není těhotná, a menopauza, tj. absence možnosti těhotenství, jsou patologizovány (Gannon, 1999).

Dualismus přetrvává a dominuje diskurzům v oblasti zdraví, medicíny a psychologie. Základní dualismus západní medicíny je “zdravý” versus “nemocný”. Je to uměle vytvořené štěpení mezi normalitou a abnormalitou. To vytváří umělou dichotomii, jelikož zhoršování stavu spojené s normálním stárnutím je nerozpoznatelné od nemoci. To se projevuje například v paradoxu, že hormonální terapie v období přechodu má pomoci ženě dosáhnout hormonálního profilu odpovídajícího dvaceti rokům věku, nikoli normálního hormonálního profilu odpovídajícího jejímu skutečnému věku. Je potřeba definovat normální stárnutí, a je to důležité zejména pro ženy, jelikož žijí déle a trpí více chronickými onemocněními než muži (Gannon, 1999).

Důsledkem těchto ideologických východisek je označování menopauzy za nemoc, což zkresluje pohled na ženy po padesáti letech věku jako na nemocné a potřebující pomoc. To je posilováno jazykem, který kupříkladu hovoří o tom, že hladiny steroidů v přechodu klesají z “normálních” na významně snížené. Zrovna tak výrazy jako “nedostatek” estrogenu a hormonální “substituční” terapie podsouvají, že normální či přirozené jsou hladiny hormonů typické pro ženy ve věku mezi patnácti a pětáctičetiletými, ačkoli ve skutečnosti ženy, které žijí do věku sedmdesáti pět let, žijí více let v tzv. “nedostatku estrogenu” než ve stavu “dostatku estrogenu”. Neexistují tedy zjevné medicínské důvody pro označování jednoho stavu jako normálního a druhého jako abnormálního (Gannon, 1999).

K označování plodných nebo těhotných žen jako normálních existují však důvody politické. Když ženy již nejsou plodné, neslouží již svému účelu v patriarchálním, androcentrickém světě (Gannon, 1999). Greer (1991) vyjadřuje názor, že muži považují menopauzu za zrušení jediných důležitých funkcí ženy, a to zejména přitahování, stimulaci, uspokojování a vyživování mužů a/nebo dětí a vzhledem k tomu, že věří, že vykonávání těchto funkcí tvoří ženské štěstí, je pochopitelné, že se snaží udržovat ženy beze změn (mj. prostřednictvím hormonální terapie).

### 3.3.2. Přejchod a menopauza jako období životní transformace

Bridges Johnsová (2022) uvádí, že od 90. let 20. století se vedle medikalizovaného, kontrolujícího přístupu začal objevovat i jiný, nový přístup k menopauze jakožto k období životní transformace díky publikacím výzkumnice Sheehyové a Northrupové. „Menopauza je mnohem víc než jen období biologické změny. Je to více než doba pro zaměření se na hormony a fyzické tělo. Je to krize, která obsahuje mnoho dimenzí, včetně psychologické a duchovní“ (Bridges Johnsová, 2022, str. 26).

V menopauze více než kdy jindy žena čelí vlastní smrtelnosti. Pokud byla celý život přesvědčována, že jejím největším přínosem jsou její reprodukční schopnosti, smrt jejích vaječníků ji hluboce zasáhne. Zármutek menopauzy se dotýká každé ženy, ať již vědomě či jinak. Uvědomění běhu času má i své výhody, mimo jiné brání nudě a přináší nové uvědomění křehkosti a vzácnosti života. Toto období ženě přináší příležitost přestat žít svůj život převážně prostřednictvím reagování na potřeby druhých, přestat potlačovat vlastní zájmy, vhledy a názory za účelem umožnit ostatním vyjádřit se, a místo toho začít rozvíjet vlastní kreativitu (Greer, 1991).

Bridges Johnsová (2022) nabízí pohled na menopauzu jako na období darů, kdy ženy prochází procesem, který je sice náročný, ale v jeho průběhu mají možnost prožít a vyjádřit svůj potlačovaný hněv, objevit svoje autentické já a začít je projevovat v životě, nalézt a procítit sebeúctu a rozvíjet svoji spiritualitu.

## 3.4. Sexualita

### 3.4.1. Psychoanalytická teorie ženské sexuality

Dle psychoanalytické školy vycházející z Freuda se koncept sexuálního vývoje dívky zakládá na konceptu závislosti penisu. Podle tohoto konceptu tato “touha po penisu, kterou trpí malé děvčátko a která se potom přetváří v touhu po dítěti”, dává „vznik pasivity, masochismu a narcismu, které formují ženskou osobnost” a “feminní osobnost a feminní sexualita jsou tedy odpovědí na to, že děvčátko nemá penis a touží po něm” a dále “tyto masochistické, narcistické a pasivní kompenzace

značně snižují její sexuální touhu a energii libida.” A “normální žena při pohlavním styku prožívá ne potěšení, ale jakousi masochistickou bolest” (Oakleyová, 2000, str. 95).

V souladu s touto teorií ženské sexuality se děvče vnímá jako podřazené chlapci a dává za vinu matce, že nemá penis, dívky závidí chlapcům penisy, ale chlapci nezávidí dívkám dělohu a mateřství. Oakleyová poukazuje, že tato Freudova teorie by stěží obstála ve společnostech, kde je naopak podceňována mužská role. Vývoj sexuality u obou pohlaví se tedy odvíjí spíše od společenských norem. “Závidět penis” pak znamená spíše závidět společenskou prestiž a ekonomické postavení (Oakleyová 2000).

#### 3.4.2. Kulturní podmíněnost sexuálního chování

Některé rozdíly mezi muži a ženami v oblasti sexuality jsou tedy spíše důsledkem učení a tlaku kultury než vrozenou záležitostí. Oakleyová (2000) poukazuje, že patriarchální uspořádání vyvíjí na ženu tlak, aby sexualitu používala jako prostředek pro získání muže, který by se o ni postaral v době, kdy pečuje o děti. Sexualita ženy tak dostává funkci prostředku k udržení muže a není zde prostor pro vlastní potřeby ženy. “V industriálních kulturách je sexuální vztah mezi mužem a ženou podřazován obecnému mocenskému vztahu mezi pohlavími” (Oakleyová 2000, str. 96).

Gannon (1999) upozorňuje na kontrolu sexuality ze strany medicíny coby mocenské struktury. Upozorňuje, že ačkoli se západní společnosti pokládají za sexuálně svobodné, sexualita je zde pod kontrolou medicíny. Většina vědeckého výzkumu v oblasti vychází z předpokladů, které nejsou zpochybňovány a zkoumány, ale automaticky pokládány za pravdivé. Jako příklad lze uvést předpoklad, že sex je fyziologická nutnost. Neexistuje však důkaz, že sex je fyziologická nutnost a lze prokázat, že osoby, které neprovozují sexuální aktivitu, ani neonemocní, ani nezemřou. Mohou se kvůli tomu cítit nešťastné, avšak to je problém sociální, nikoli biologický nebo medicínský.

Gannon (1999) uvádí, že sexualita je především sociálně konstruovaná, veškeré „vědecké pravdy“, které medicína předkládá, jsou determinovány morálkou, hodnotami, přesvědčeními a politikou stávající kultury. Poukazuje, že tradiční religiózní postoje nahradila medicínská ideologie. Následkem kontroly sexuality



religiozitou bylo potlačení, následky vědecké, medicínské kontroly jsou ty, že sex je redukován na obsah vědy, biologie, a přesvědčení, že existuje jeden jediný zdravý způsob, jak být sexuální. Důsledky jsou ideologicky konzistentní s patriarchátem. (Gannon, 1999).

*Mýtus krásy*, který definovala Wolf (1990), diktuje ženám spojení sexuality a sexuální přitažlivosti se svým vzhledem, který podléhá mužskému hodnocení. Tím se mýtus krásy podílí na potlačování ženské sexuality. Wolf hovoří o tzv. *pornografii krásy*. Jedná se o zobrazení žen např. v běžných časopisech a reklamách, která evokují erotický podtext a sexuální vzrušení. Vytvářejí spojení dokonalého obrazu ženského těla s ženským sexuálním potěšením a podsouvají, že pokud se čtenářka chce takto cítit, musí takto vypadat. Ženy ani děti se nemohou vyhnout těmto pornografickým obrazům, které jsou všudypřítomné. Tato cenzurovaná reprezentace ženského těla však nezobrazuje skutečnou ženskou sexualitu. Pornografie krásy snižuje u žen pocit vlastní hodnoty, cítí se díky ní sexuálně nepřitažlivé, srovnávají se s předkládanými vzory a v důsledku toho mohou pociťovat hluboký sexuální stud. Předává ženám a dívkám zprávu, že žena musí být krásná, aby byla sexuální (Wolf, 1990).

### 3.5. Mocenské a zneužívající vztahy mezi pohlavími

Hogan (2013) považuje vysoký výskyt zneužívajících vztahů v partnerství a v rodině za důsledek genderové normy ženy coby vyživující, nesobecké, trpělivé, flexibilní a pasivní. Poukazuje, že to, že stále žijeme ve společnosti, kde ve vůdčích postaveních v drtivé většině převažují muži, se odráží v životech žen i na osobní rovině.

Worrel a Remer (1992) upozorňují, že ženy se stále bojí říkat si o pomoc v případech domácího či sexuálního násilí a data stále ukazují, že více žen domácí násilí neohlásí.

#### 3.5.1. Mocenské vztahy v sexuálním životě

Podle Hogan (2013) jsou v současné západní kultuře děti ohroženy předčasnou sexuální pozorností. Mladé dívky jsou soustavně vystavovány

sexualizovaným a pasivním obrazům sebe sama, a to nejen v rámci všudypřítomné pornografie. Důležitým aspektem je, že pornografie posiluje nastavení mocenských vztahů, které jsou vůči ženám podmaňující, porobující a toto porobení je nazýváno erotikou. Mnohé ženy v důsledku těchto vlivů internalizují misogynní myšlenky. To není překvapivé vzhledem k tomu, jak jsou ženy zobrazovány v nejrůznějších oblastech kultury. V pop-kultuře ženy stále figurují jako dekorativní objekty pro mužského diváka. Například v kriminálních thrillerech jsou často znásilňovány, mučeny, vražděny. Obraz ženy jako pasivní, neschopné se bránit a jako sexuálního objektu je ve vyobrazení žen v "normálním životě" stále rozšířený. Samostatnou kapitolou je zobrazování žen v reklamě, za povšimnutí stojí vyobrazení pouhých částí ženských těl na plakátech (např. na budovách, dopravních prostředcích) (Hogan, 2013).

Podle Wolf (1990) je pornografie nejrozsáhlejší kategorie médií s enormními zisky, v době publikace vydělávala více než legitimní filmový a hudební průmysl dohromady. Pornografické filmy převažovaly nad jinými v poměru tři ku jedné. Podobně tomu bylo s pornografickými časopisy. Tzv. *pornografie krásy* byla diskutována výše, vedle ní Wolf definuje tzv. *pornografii masochismu*. Ta prohlašuje, že ženy jsou rády nucené k sexu a znásilňované a že sexuální násilí a znásilnění jsou stylová, elegantní a krásná. Uvádí, že souběžně s tím, jak v 70. a 80. letech 20. století ženy vstoupily do světa vzdělání a kvalifikovaných profesí, staly se běžnými filmy zobrazující sexuální násilníky, často zobrazující záběry v "první osobě", čímž divákům umožnily identifikaci s násilníkem nebo vrahem. Wolf tento fenomén spojuje s narůstajícím hněvem vůči ženám.

I v jiných médiích se šířilo zobrazování sexu ve spojitosti s násilím. Wolf (1990) je vidí jako reprodukování mocenské nerovnosti, kterou zpochybnily tehdejší společenské změny, to jest mužské dominance a ženské podřízenosti. Poukazuje, že tato nerovnost se odráží i v legislativě týkající se pornografie - obscénností je přítomnost ztopořeného mužského penisu, zatímco zobrazení ňader a vulvy nikoli. Jde tedy o zjevný dvojitý standard, a pokud se zobrazování sexuality pojme jako jazyk, pak je to takový jazyk, který je významně upraven, aby chránil mužskou sexuální, a tím i sociální, sebejistotu, zatímco tu ženskou podrývá (Wolf, 1990).

### 3.5.2. Domácí (partnerské) násilí

Za domácí násilí jsou v oblasti pomáhajících profesí považovány všechny druhy fyzického, sexuálního a psychického násilí ve všech typech intimních vztahů (Ošancová, 2002). Feministická definice operuje spíše s pojmem „násilí na ženách“ a zdůrazňuje kulturní příčiny vzniku násilných vzorců chování ze strany mužů. „Konceptualizuje násilí jako koercivní kontrolu mužů nad ženami v patriarchální společnosti – ta může být jak fyzická, tak sexuální nebo psychická (Gelles, 2003, cit. podle Pikálková, 2015, in Pikálková et al., 2015). „Násilí na ženách je považováno za jednu z hlavních překážek dosažení rovnosti žen a mužů ve společnosti a jednu z nejrozšířenějších forem porušení lidských práv“ (Marvánová Vargová & Nyklová, 2021 in Jelínková & Radvanovičová (ed.), 2021).

Charakteristickými rysy domácího násilí jsou opakování, dlouhodobost, téměř každodenní přítomnost, bezbrannost a dostupnost oběti, intimní a specifické místo činu. Násilí je pro násilníka bezpečné a většinou je iracionální. Společností je domácí násilí značně tolerováno a policie ani opakované případy zvláště neeviduje a řeší je většinou domluvou. Opakované incidenty domácího násilí zanechávají na oběti trvalé následky (Ošancová, 2002).

Feministické autorky zaměřují pozornost především na násilí na ženách a vidí jej jako specifický a unikátní fenomén, který je důsledkem patriarchálního uspořádání společnosti, které se projevuje ve všech společenských institucích, tedy i v rodině. Patriarchální řád vede k podřízenosti žen a jsou v něm udržovány společenské vzorce násilí na ženách. V takových případech lze hovořit o tzv. intimním terorismu, kde jsou aktéry téměř výhradě muži, a jde tedy o násilí patriarchální, zastřešené kontextem moci, ovládnutí a kontroly. Pachatel často oběť přesvědčuje, že si takové zacházení zaslouhuje a že ona sama je jeho příčinou. Co se týká dat o četnosti tohoto jevu, nelze je považovat za nikterak spolehlivá, jelikož velká část obětí čin nenahlásí, ani nevyhledá odbornou pomoc. Důvodem bývá strach z útočníka, stud, obavy z reakcí rodiny, strach z osamění či chudoby (Pikálková, 2015, in Pikálková et al., 2015).

Pikálková (2015) na základě výzkumu provedeného v roce 2013 u reprezentativního souboru českých žen uvádí, že s fyzickým násilím se ve svém životě setkala 36,2 % žen. Z výzkumu vyplynulo, že vyšší riziko fyzického napadení je pro ženy uvnitř vlastní rodiny, respektive ze strany vlastního partnera. Marvánová

Vargová a Nyklová (2021) uvádějí, že zkušenost s fyzickým a sexuálně motivovaným násilím má více než pětina žen. Dodávají však, že tato data vzhledem k nízké míře nahlašování zachycují pouze zlomek skutečného množství incidentů.

Vedle fyzického násilí existuje ve vztazích psychické násilí, jehož důsledky na oběti mohou být srovnatelné, ne-li horší než následky fyzického týrání (Podaná, 2015 in Pikálková et al., 2015). Psychické násilí je velmi obtížné definovat, neboť zahrnuje celou škálu různorodých praktik. Mezi tyto praktiky patří například emocionální, verbální týrání (jako např. zastrašování, výhrůžky, ponižování, manipulace, žárlivost), kontrola (včetně např. ekonomické kontroly) a izolace. Účelem psychického týrání bývá získat a udržet moc a kontrolu jednoho partnera nad druhým, obvykle muže nad ženou. Jedná se o velmi rozšířený fenomén, alespoň občasné psychické násilí zažívá ze strany partnera většina žen, přičemž každá šestá uvádí minimálně jednu z jeho forem jako častou. Marvánová Vargová a Nyklová (2021) uvádějí, že některou z forem psychického násilí zažilo 47% žen. Nejběžnějším projevem je sklon přehnaně partnerku kontrolovat. Výskyt psychického násilí ve vztazích často provází násilí fyzické, avšak je běžné i ve vztazích, ve kterých fyzické násilí neprobíhá (Podaná, 2015 in Pikálková et al., 2015).

Marvánová Vargová a Nyklová (2021) upozorňují, že „násilí na ženách zatím není českou společností dostatečně vnímáno jako lidskoprávní problém v celé své šíři a projevech tak, jak je uchopují mezinárodní definice, standardy a dokumenty“. Přebývá kriminologický přístup, který „dostatečně nereflektuje jeho příčiny, strukturální a sociální kontext“.

### 3.5.3. Znásilnění

„Trestný čin znásilnění patří mezi nejzávažnější trestné činy směřující proti lidské důstojnosti, svobodě rozhodování a cti.“ Nejvyšší výskyt znásilnění je mezi osobami navzájem známými, manželi, druhy a družkami, bývalými partnery nebo ostatními příbuznými, sousedy či spolupracovníky. S ohledem na tuto skutečnost tyto skutky často nejsou oznámeny (Čacká-Pavlíková, 2001 in Dolanská (eds.), 2001). Marvánová Vargová a Nyklová (2021) uvádějí, že v letech 2016 až 2020 znásilnění zažilo 5 až 10% českých žen, přičemž naprostá většina z nich nikdy nevyhledá pomoc a neobráť se na policii.

V souvislosti se znásilněním v naší společnosti stále přetrvávají genderové stereotypy. Linková (2001) ukazuje, jak tyto stereotypy navazují na praxi uplatňovanou v naší kultuře ve vztahu ke znásilnění v průběhu historie. Jedná se například o postupy aplikované v justici, kdy znásilnění a nesouhlas se sexuálním aktem nebyly brány v potaz u žen, které měly předchozí sexuální zkušenost (tj. znásilněná nebyla pannou), pachatele znásilnění již znaly, neexistoval předpoklad manželského znásilnění. Rozhodující roli hrál sociální status poškozené, a rasová diskriminace obětí byla samozřejmostí.

Podle Worrel a Remer (1992) žijeme ve společnosti, která znásilnění často omlouvá, mylně definuje, obviňuje z něj jeho oběti, nastavuje prostředí, kde muži jsou násilníci a ženy oběti a nabízí jeho obětem neodpovídající služby. Existence znásilnění a traumatu ze znásilnění je silně ovlivněna tím, co společnost o znásilnění učí, jak společnost socializuje ženy a muže do genderových rolí a mocenskými rozdíly v postavení žen a mužů. Znásilnění se tedy odehrává v sociálním kontextu, nelze je nahlížet mimo tento kontext a ženě, která se stala jeho obětí, nelze efektivně pomoci bez porozumění tomuto kontextu. Postoje společnosti ke znásilnění jsou udržované *kulturními mýty o znásilnění*, některé z nich jsou dle Worrel a Remer (1992) a Linkové (2001) následující:

- Většina znásilnění se odehrává v “temných zákoutích” a pachatelem je cizí osoba, kterou oběť nezná. Skutečnost: velká část znásilnění se odehrává v rodinném, zejména domácím prostředí a nejméně 50% znásilnění je spácháno osobou, kterou oběť zná.
- Ženy podvědomě touží po znásilnění
- Ženy provokují znásilnění svým vzhledem nebo chováním.
- Ženy mohou zastavit znásilnění fyzickou obranou. Skutečnost: v některých případech to může vést k eskalaci násilí a větším fyzickým zraněním.
- Násilníci páchají znásilnění kvůli nekontrolovatelným sexuálním potřebám. Skutečnost: výzkumy ukazují, že primárními motivy pro znásilnění jsou agrese a potřeba ovládat a podmanit si (Groth, Burgess & Holmstrom, 1977, cit. podle Worrel & Remer, 1992)

Linková (2001) uvádí mj. ještě stereotyp, podle kterého je ženská sexualita tradičně vnímána jako pasivní a submisivní, zatímco mužská jako výbojná, agresivní

a téměř neustálá. Zdůrazňuje rovněž důležitý fakt, že znásilnění je jediným trestným činem na osobě, kdy je nutné prokazovat obranu. Žena je tedy nucena dokazovat rozumnou obranu, i když by tak riskovala svůj život. Znásilnění je v českém zákonodárství (dle § 185 trestního zákoníku) stále podmíněno použitím násilí či jeho pohrůzkou, případně zneužitím bezbrannosti, pouhé vyslovení nesouhlasu nebývá bráno v potaz.

Postoje společnosti ke znásilnění ovlivňují rovněž stereotypy o pachatelích, o kterých se zveřejňuje velmi málo informací. Dle Linkové (2001) „je (pro společnost) velice výhodné a alibistické udržovat se ve víře, že násilníky jsou sexuální devianti a psychopati, či že jde o vybití sexuální frustrace a touhy, která je vlastní všem mužům, neboť se snaží o oplodnění co největšího počtu samic.“ Odkazuje se k výzkumu Malamutha (1981, cit. podle Linková, 2001 in Dolanská et al., 2001), který zjistil, že mezi násilníky a muži, kteří neznásilnili, neexistují význačné rozdíly, avšak násilníci věří panujícím mýtům o znásilnění a zaujímají k němu značně necitlivý postoj. Linková na základě svých zjištění uzavírá, že „znásilnění není výhradně či hlavně o sexu a sexuální touze, ale o moci“, a „vyjadřuje nenávistné postoje vůči ženám“ (Linková, 2001 in Dolanská et al., 2001).

# III. PRAKTICKÁ ČÁST

## 4. Výzkumné cíle

Záměrem práce je prostřednictvím kvalitativní studie hledat odpovědi na výzkumnou otázku, zda a jakým způsobem se ve výtvarných artefaktech daného vzorku žen objevují obrazy vypovídající o tématech, která jsou specifická a typická pro feministicky orientovanou psychoterapii (arteterapii). Důležitým aspektem této výzkumné otázky je zahrnutí feministicky informovaného přístupu při následné analýze těchto artefaktů. Stejně tak je důležité, že takovýto přístup byl zapojen již při sběru dat.

Sledovaná témata zahrnují, avšak nejsou omezena na následující.

### 1) Partnerství, rodina a související témata

Mezi tato témata patří

- **Rodinné a partnerské vztahy**

Sem mimo jiné lze zařadit výchovné vlivy a stereotypy, které formovaly a formují to, jak ženy do vztahů vstupují, jaké role a postoje v nich zauímají (např. nakolik aktivní či pasivní, podřízenou, dominantní či rovnocennou roli), mocenské a zneužívající vztahy v rodině či partnerství, jak jsou v rodinných a partnerských vztazích reprodukovány patriarchální stereotypy (Einchenbaum & Orbach, 1982; Janošová, 2008; Kamber, 2016; Worrel & Remer, 1992)

- **Mateřství**

Sem mohou patřit témata týkající se toho, jak je mateřství prožíváno subjektivně a jak je prožíváno v kontextu stereotypizovaných společenských očekávání, konfliktů, které přináší mateřská role, ale i toho, jaký obraz či vzor mateřství byl ženě předáván v původní rodině.

- **Sólo mateřství**

Týká se žen, které vychovávají děti samy nebo převážně samy, často také zajišťují z velké části nebo zcela veškeré materiální zázemí jednorodičovské rodiny. Ztvárňovaná témata mohou souviset se zvýšenou emocionální i fyzickou zátěží a tlakem, který tato situace na ženy vyvíjí a rovněž se společenským tlakem spojeným s předsudky a odsudky, kterým sólo matky v naší kultuře čelí.

- **Péče o blízké osoby**

Sem se řadí témata související s péčí o další osoby v rodině, případně jiné osoby blízké anebo děti (včetně již dospělých) se zdravotním postižením. Neplacená, nedoceněná a obvykle vysilující práce, která souvisí s péčí, stále ještě doléhá hlavně na ženy a zasahuje významně do více oblastí jejich života (práce, osobní realizace, odpočinek atd.) Společenský status a i jiné formy ocenění (včetně finančního) této práce je nízký a odráží patriarchální nastavení společnosti, kde je péče považována za podřadnou práci (Hornová, M. (ed.), 2013).

- **Sladřování práce, rodinného a osobního života**

Sklobení péče o děti a profese je pro ženy výzvou a sociální podmínky stále pro tento souběh úloh nejsou nastaveny zcela příznivě. V určitém životním období to může být pro ženu poměrně zásadní tematikou, která si vyžádá mnoho psychických sil.

- **“Singleness” (ženy, které dlouhodobě žijí bez partnera)**

Téma, které stejně jako výše jmenovaná témata může mít jak individuální, tak sociokulturní aspekt v podobě stereotypů, očekávání a předsudků.

(Einchenbaum & Orbach, 1982; Greer, 1991; Hogan, 1997, 2013, 2019; Worrel & Remer, 1992).

## **2) Tělo a body image**

Vztah k vlastnímu tělu, vnímání těla a postoj k tělu, způsob jeho zobrazování. Vyjádření prožitků a představ spojených mj. s internalizovanými zprávami týkajícími se ženského těla, tělesnosti a fyzického vzhledu.



### **3) Sexualita**

Téma úzce souvisí s tématem těla. Může zahrnovat prožívání vlastní sexuality, zvnitřněné vzorce sexuálního chování, zábrany a konflikty spojené s touto oblastí.

### **4) Těhotenství a porod**

Zahrnuje veškeré prožitky spojené s těhotenstvím a porodem, jak prožitky na úrovni vlastního těla a psychiky (v intrapsychické rovině), tak ty spojené s medikalizovanými porody a zásahy zvenčí to tělesné integrity, někdy spadající do oblasti porodnického násilí (Vorlová, 2023).

### **5) Stárnutí a menopauza**

Sem spadají témata menopauzy, fyzických změn vyplývajících ze stárnutí, ztráty fyzických sil a výkonnosti, proměn mezilidských vztahů, deziluze ze vztahů či jiných životních oblastí, hledání nové životní orientace a smyslu. Důraz je kladen jak na to, jak jsou prožívána individuálně, tak v kontextu sociokulturního prostředí.

## **5. Metodologie**

Sběr dat proběhl při arteterapeutické a lektorské práci s ženami v rámci dvou arteterapeutických skupin, a část dat byla získána při individuální práci s dalšími respondentkami. Při sběru dat byly uplatňovány některé z principů feministických přístupů v terapii.

Artefakty od respondentek zařazené v praktické části textu byly vybrány především s ohledem na to, jakým způsobem se dotýkaly výše uvedených témat a rovněž podle jejich zpracování, tj. zda poskytovaly materiál vhodný k arteterapeutické interpretaci.

### **5.1. Arteterapeutické skupiny**

Arteterapeutické skupiny, při kterých byly sledovány výzkumné cíle, probíhaly jako pravidelná tříhodinová setkání vždy po dobu osmi týdnů, tj. po osmi setkáních s každou skupinou. Skupiny byly koncipovány jako zaměřené spíše na seberozvoj a na první seznámení s arteterapií a jejími možnostmi. Důležitým

faktorem, který byl prezentován při náboru respondentek, byla práce v čistě ženské skupině.

Obsahově byla setkání zaměřena tematicky a sestavena tak, aby na sebe jednotlivá setkání navazovala a tvořila smysluplný celek s tím, že byl ponechán prostor flexibilitě k přizpůsobení se potřebám skupiny a otevřenosti případným tématům, která se spontánně vynoří. Jednotlivá setkání byla zaměřena zejména na následující tematické oblasti: Identita, jak vidí ženy samy sebe, jak konstruuji svůj svět a sebe v něm. Emoce a jejich výtvarné vyjádření. Vnitřní dítě. Očekávání okolí versus autentické já. Tělo - vztah k vlastnímu tělu, paměť těla, tělesná identita. Přání a potřeby.

Byly umožněny různé techniky a aktivity z důvodu udržení zájmu účastnic a zapojení všech bez ohledu na výtvarnou pokročilost. Použity byly techniky akvarelu, kresby suchým pastelem, případně pastelkami a koláže, často byl z výše uvedených důvodů ponechán výběr techniky na účastnicích. Témata zadaných prací byla eklekticky vybrána z témat, která byla součástí vlastní sebezkušenosti lektorky v rámci arteterapeutických kurzů pod vedením kvalifikovaných arteterapeutek a v rámci studia v Ateliéru arteterapie na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity, případně z volně přístupných zahraničních zdrojů pro arteterapeuty a upravena tak, aby tvořila pokud možno konzistentní a navazující celek.

Některá témata byla uvedena imaginací pro zprostředkování hlubšího ponoru do proudu představ a možnosti intenzivnějšího kontaktu s nevědomými obsahy. Imaginace byly u účastnic velmi oblíbené z důvodu navození uvolnění a zážitku spontánního proudu obrazů, které byly výrazně bohatší, než při běžném zadání tématu.

Po jednotlivých aktivitách proběhla vždy reflexe, při níž každá z respondentek promluvila o svém artefaktu, mj. jak se jí s daným tématem pracovalo, jaké prožitky a úvahy se k němu pojí a následně se mohly do podnětů k artefaktu vedle lektorky zapojit i ostatní účastnice. Tak vznikl dialog, z nějž povstaly další nabídky a podněty, případně témata. Během reflexí byla sdělení autorek artefaktů zaznamenávána a jsou využita v další části textu v rámci rozborů artefaktů.

Skupin se účastnily ženy různého věku a s různou mírou výtvarné zkušenosti, ve věkovém rozmezí přibližně od pětatřiceti do pětadesáti let, od těch, které se k výtvarné tvorbě vrátily po dlouhé odmlce, kdy naposledy tvořily v rámci výuky na

základní škole, až po ženy, které se malbě věnovaly jako volnočasové aktivitě již více let.

Vedle sledování vyjmenovaných témat lze říci, že při vedení skupin i individuálních rozhovorů byly aplikovány přinejmenším některé z principů feministické terapie. Při diskuzích nad artefakty byly nabízeny ke zvážení feministicky a genderově informované perspektivy, například prostřednictvím zasazení popisovaných zkušeností do sociokulturního a historického rámce. Byl uplatňován princip rovnostářského, partnerského vztahu lektorky/terapeutky a účastnic. Rovněž byl zapojen přístup umožňující demystifikaci arteterapeutických postupů, mj. prostřednictvím včleňování bloků edukace za účelem lepšího porozumění probíhajícím procesům (Machovcová, 2011; Worrel & Remer, 1992).

## 5.2. Nestrukturované rozhovory

Pro rozšíření možností a způsobů práce s artefakty byla navázána spolupráce s dvěma respondentkami, které nebyly účastnicemi skupin. Jednou z výhod této doplňující výzkumné aktivity byla možnost zadat ke zpracování jiné náměty a tím pádem potenciálně rozšířit spektrum témat, objevujících se v artefaktech. Větší část námětů zadaných těmto respondentkám byla vybrána ze souboru námětů zadávaných v rámci projektivně-intervenční arteterapie vyučované v Ateliéru arteterapie na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích (Lhotová & Perout, 2018; Mazešová (ed.), 2023). Byly vybrány náměty, které nějakým způsobem tematizují ženské genderové role a identitu a nesou potenciál oslovení ženské zkušenosti, ať již vývojové, či aktuálně žité, jmenovitě Šípková Růženka, Mořská panna, Matka a dítě.

Následně proběhly nad vytvořenými artefakty podrobnější rozhovory, mapující záměry, emoce, pocity, vzpomínky a asociace evokované zpracováním a následnou komunikací s artefakty a o artefaktech s mojí osobou.

## 6. Výběr dat ke zpracování

Z artefaktů vzniklých na těchto skupinách a při individuální spolupráci s dalšími respondentkami byly v první fázi vybrány výtvořky od třinácti respondentek. Pro účely a rozsah této práce bylo poté vybráno finálních šestnáct artefaktů od šesti respondentek. Vybrané artefakty se dotýkají témat (1. – 5.) vyjmenovaných ve Výzkumných cílech. Na konci je zařazena podrobnější kazuistika jedné z respondentek, obsahující sérii sedmi artefaktů.

### 6.1. Respondentky

#### **Irena**

Žena ve věku 58 let, rozvedená, má jednoho dospělého syna. Během období navštěvování skupiny se svěřovala, že prochází náročným životním obdobím, zejména v souvislosti s nastupujícím obdobím stárnutí. Pojmenovávala při reflexích vytvořených artefaktů svoje prožitky související s tímto procesem a měnící se vztahy s okolím a světem. Hovořila o hledání nové životní orientace a perspektivy, o potřebě nalezení harmonie. Je možné konstatovat, že procházela významným procesem změny a zřejmě i osobní transformace.

#### **Nina**

Jedna z respondentek, se kterými probíhala spolupráce individuálně. Věk 47 let, svobodná, sólo matka, má jednu dospívající dceru, od dceřina roku věku žije bez partnera. Profesně působí na manažerské pozici na úrovni středního managementu v korporátu. V anamnéze má poruchu příjmu potravy ve věku 19 až 25 let. Sama sebe popisuje jako perfekcionistku, je na sebe náročná, má sklon k úzkostem, které se s věkem zhoršují.

#### **Karolína**

Žena ve věku 49 let. Rozvedená, má dospělé děti, jedno vnouče. Elegantní, vstřícná, zapálená pro svoje zaměstnání ve státní správě („získala jsem práci snů“). V době navštěvování skupiny zpracovávala zármutek z úmrtí matky.

### **Jitka**

Žena ve věku 54 let, povoláním právnička, rozvedená, dvě dospělé děti. Právo vystudovala na přání rodičů, nyní se ve volném čase intenzivně věnuje zpěvu a výtvarné tvorbě, což jsou zájmy, které jí vždy byly bližší.

### **Iveta**

Žena ve věku 48 let, vdova více než deset let. Jedno z pro ni určujících témat, které ve skupině otevřela a sdílela, byl přetrvávající zármutek nad ztrátou manžela. Má vysokoškolské vzdělání, pracuje v managementu zdravotnického zařízení. Důležitým prvkem v jejím životě jsou zvířata, vlastní jich několik.

### **Petra**

Žena ve věku 57 let. Působila introvertním dojmem, moc toho o svém soukromí neprozradila (a nebyla k tomu tlačena). K artefaktům se vyjadřovala obvykle úsporně (až na Obrázek 8).

## **7. Rozbory artefaktů**

Rozbory artefaktů jsou v následujícím textu uspořádány podle jednotlivých témat, uvedených ve Výzkumných cílech. V textech k jednotlivým artefaktům jsou zahrnuty zaznamenané ty výpovědi respondentek, částečně parafrázované, které byly relevantní k daným tématům. Větší část textů tvoří návrhy možných interpretací obrazů a jejich prvků v daném kontextu s přihlédnutím k feministickým hlediskům diskutovaným v teoretické části. Rozbory jsou provedeny v souladu s postupy projektivně-intervenčního přístupu v arteterapii, který je vyučován v Ateliéru arteterapie na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích (Lhotová & Perout, 2018; Mazehóová (ed.), 2023); níže již jen jako Ateliér arteterapie.

## 7.1. Mateřství

### 7.1.1. Sólo mateřství v bouři zvenčí i zevnitř

#### **Nina: Matka a dítě**

Nina je jedna ze dvou respondentek, které byly osloveny mimo účastnice skupin, a s kterými proběhly podrobnější individuální rozhovory nad vytvořenými artefakty na předem zadaná témata. Její ztvárnění zadaného námětu **Matka a dítě** (Obrázek 1) je na první pohled překvapivé, jelikož zobrazuje zvířecí motiv. Obraz je vyveden na neobvykle velkém formátu A1, je největším nejen z výtvorů Niny, ale i ze všech artefaktů od ostatních respondentek.



Obrázek 1 - Nina: Matka a dítě

Nina k volbě motivu tučňáků podala svoje vysvětlení. Motiv ji napadl vzápětí po zadání tématu – vzpomněla si na dokument o tučňácích, který ji kdysi velmi zasáhl. Dokument pojednával o tom, jak se samice tučňáků oddaně starají o mláďata v enormně drsných podmínkách. Samička chrání mládě v nehostinné, zamrzlé krajině s těžkými povětrnostními podmínkami vlastním tělem. „I kdyby měla zmrznout, tak se nehne“, popisovala Nina. Byl to pro ni příklad „absolutní rodičovské oddanosti“.

Společně jsme prozkoumávaly, co může obrázek vypovídat o jejím vnímání mateřství. Nejprve si jej Nina spojila s prožitkem vlastní matky, když byla malá,

přibližně do svých šesti let věku. Výjev jí evokoval vzpomínku na „absolutní bezpečí. Jako dítě jsem věřila, že když se schovám k mámě, ona má všechny prostředky k zajištění bezpečí. Je to intenzivní vzpomínka, jak pro mne jako úzkostné dítě byla máma bezpečná zóna, měla jsem dojem, že má celý svět pod kontrolou.“

Na vzpomínku bezpečí, které Nina zažívala u matky jako dítě, navázala vzpomínkou, vážící se k jejímu vlastnímu mateřství a bezpečí své vlastní tehdy malé dcery, které vnímala jako ohrožené v souvislosti s nevyzpytatelností svého bývalého partnera, dceřina otce, který vykazoval více druhů rizikového chování. S tím se pojilo vleklé opatrovnické řízení o svěření dcery do její péče, které pro ni bylo enormní emocionální zátěží, a navzdory podpoře rodiny se v něm cítila sama, podobně jako matka tučňáčka na obraze. „Permanentně jsem se bála, že její bezpečí bude narušeno zvenčí. Ale k ní jsem to nemohla pustit.“ Nina popisuje, že matka s mládětem na obrázku se nachází ve strašlivé sněhové bouři, ale mládě bouři v přitulení k matce nevnímá, což symbolizuje zelená tráva kolem něj. Být v roli matky chránící mládě pro ni bylo „strašně závažné. Úkol zajistit dcerce bezpečí ve světě byl nejvíc.“ Opatrovnické řízení bylo pro Ninu zdrojem silné úzkosti, a ačkoli věděla, že instituce nemají důvod do její péče o dceru zasahovat, pociťovala strach, že o dceru přijde. Popsala toto období slovy: „Nejhrůznější hrůza, jakou jsem prožila. Cítila jsem, že jestli o ni přijdu, nedovedu si představit žít.“

Obrázek tedy zahrnuje dvě časové vrstvy – dětskou zkušenost Niny a zároveň i její zkušenost mateřskou. Nina shrnuje, že bezpečí poskytované její matkou v raném dětství jí dalo vzor, „čerpala jsem z toho pro svoje mateřství.“ To ukazuje na zkušenost z dětství s bezpečnou citovou vazbou, kterou pak díky tomu Nina jako matka samozřejmě navázala se svou dcerou. Rozměrný formát, na který Nina výjev namalovala, navozuje dojem veliké důležitosti tématu pro ni, je to veliké, „strašně závažné“, jak se vyjádřila Nina. V porovnání s jejími dalšími výtvy je obrázek vyveden dynamičtějšími tahy štětcem, což prozrazuje emoční náboj, který při jeho zpracování vstoupil do procesu. Obzvláště dynamicky působí bouřková mračna, která zároveň vyvolávají dojem těžkosti, až pevné látky, jako by se spíše jednalo o balvany, které mohou každou chvíli spadnout a zavalit samici s mládětem. Jako by jen tak tak držely na místě.

Obraz je vyvedený ve formátu na výšku, tudíž navozuje i intrapsychická témata, kterých se výjev dotýká. Nina sama hovořila o silné úzkosti, a ta je vskutku z celého výjevu a provedení patrná. Ukazuje nemožnost mít cokoli z vnějšího

a metaforicky i vnitřního dění pod kontrolou – bouřkové mraky-balvany, bouří samotnou, povrch země působí, jako by praskl a travnatý ostrůvek v prasklině nepůsobí dojmem pevné půdy pod nohama, prosvítá jím vzduchoprázdno, do kterého možná hrozí pád. Tráva pod postavami je spíše tmavě zeleného odstínu, který se pojí s perspektivní úzkostí (Lhotová & Perout, 2018). Jediné, co má samička pod kontrolou, je to, jak pevně stojí a vytváří štít pro svoje mládě.

Nina na základě těchto pozorování připouští, že jako matka zůstala od tohoto náročného období poněkud úzkostnější, má o bezpečí dcery v jejích sedmnácti letech stále obavy, což se odráží například v tom, že se zdráhá ji pouštět večer ven s vrstevníky za zábavou obvyklou pro její věk. Dále by se s obrazem dalo pracovat například otázkou, co by matka tučňáčka potřebovala k tomu, aby již uvolnila svůj soustředěný stisk a umožnila mu vzdálit se. Možností by bylo také navrhnout Nině namalovat nový obrázek, kde by již scenerie byla posunutá k přívětivějším podmínkám a případně zde zkusit namalovat matku s mládětem v trochu jiné konstelaci.

## 7.2. Tělo a body image

### 7.2.1. Zakázané tělo

#### **Jitka a Iveta: Mapa těla**



Obrázek 2 - Jitka: Mapa těla



Již dříve jsem při účasti na arteterapeutických aktivitách (ať již na seminářích či v rámci studia) zaznamenala, že ženy s výrazně korpulentním tvarem těla, pokud na obrázek umístí postavu, kterou výslovně označí jako svoji osobu, zobrazují se často podstatně štíhlejší, někdy dokonce jako vysloveně hubené. Toto zkreslení reality při reprezentaci vlastního těla ve výtvarném artefaktu jsem pozorovala i v rámci skupin, z nichž vzešly artefakty pro tuto práci. Toto pozorování vyvolává otázky, jaké motivy k němu vedou. Následující rozbor se budou věnovat artefaktům Jitky a Ivety.

Prvním artefaktem, který dokumentuje výše popsanou zkušenost, je obrázek Jitky s názvem **Mapa těla** (Obrázek 2). Jitka obrys svého těla sice zakreslila jako poněkud statnější postavu, nicméně tělesný objem kreslené postavy zdaleka neodpovídá realitě. Zkreslení nelze, a to ani u jedné z autorek, vysvětlit nedostatkem výtvarné zkušenosti, obě jsou relativně výtvarně zkušené, navíc požadavek na realističnost obrysu postavy byl podpořen jednoznačným zadáním „obrys vlastního těla“ včetně demonstrace kresby neidealizované postavy na tabuli. Z Jitčiny kresby postavy je patrná schopnost zachytit proporce relativně anatomicky správně. Je tedy možné, že jí její osobní cenzura dovolila nakreslit pouze takové tělo, jak pokládá (ještě) za přijatelné. Z odlišné barvy vlasů, než měla autorka v době vzniku kresby, je možné odhadovat, že sebe ztvárnila v mladším věku, tomu by mohla nasvědčovat i výrazně štíhlejší postava.

Se ztvárněním vlastního těla v idealizované, podstatně štíhlejší podobě se setkáme i u Ivety na jejím obrázku **Mapa těla** (Obrázek 3). Iveta rozdíl mezi realitou a zobrazením posunula ještě dále než Jitka.



Obrázek 3 - Iveta: *Mapa těla*

Co nutí ženy zobrazovat samy sebe ve výtvarné produkci hubené, ačkoli v realitě tomu tak není? Při hledání odpovědí se nabízí poznatek, že ve vizuálním obsahu, který nás obklopuje a je všudypřítomný, jsou jako norma předkládány téměř výhradně výrazně štíhlá ženská těla (Hutchinson, 1983; Wolf, 1990). Tyto obrazy nám nejen sdělují, co je žádoucí, ale svojí všudypřítomností jako by i popíraly možnost existence jiných těl. Zobrazit svoje tělo s realistickým objemem a proporcemi by v tomto případě mohlo znamenat přihlásit se k nenormálnosti, nenormativitě a de facto se tím vyčlenit. Pochopitelnou příčinou těchto zábran přihlásit se alespoň na obraze ke svému tělu může být stud. „Současná žena, již medicína soustavně podsouvá, že její normální váha, tj. váha, k níž její tělo přirozeně tíhne, je přílišná, pocituje vinu, stud a ztrátu kontroly (Hutchinson, 1983).

V delším časovém horizontu by arteterapie mohla být vhodným nástrojem, který by postupně podpořil ženy prozkoumat vztah k tomuto aspektu svého těla a hledat cesty k jeho akceptaci v jeho reálně podobě. Zkoumané artefakty však vznikly v situaci seznamování se s možnostmi arteterapie a nebylo tak na místě pouštět se hlouběji do těchto citlivých spojitostí a nabourávat obranné mechanismy, které pravděpodobně stojí za zkreslením reality v zobrazování. U respondentek šlo o první setkání s tematizací vlastního těla jako zranitelného a zasluhujícího si porozumění, a vyvolalo viditelné emoce. Další postup v tomto směru by proto musel probíhat s jemností a opatrností.

Iveta zopakovala zobrazení svého těla v idealizované podobě v koláži na téma **Po jakém životě toužím** (Obrázek 4). Jedním z největších prvků na koláži je torzo nahého těla mladé ženy. „To jsem já, když jsem ještě byla kočka“, komentovala torzo Iveta. Je umístěné v levé části obrazu, tj. dalo by se usuzovat, že náleží spíše minulosti. Mohlo by jít o vzpomínku na to, kdy se respondentka cítila krásná, jako „kočka“, ze které dnes již zbylo pouhé torzo. Je zároveň možné, i vzhledem k zadání koláže, že torzo zbylo i z přání, aby její tělo opět odpovídalo kulturnímu standardu krásy.



Obrázek 4 - Iveta: Po jakém životě toužím

Určitě by stálo za to prozkoumat další možné vrstvy obrazu torza v kontextech, ve kterých je na koláži k vidění. Je bez končetin, bez hlavy, de facto rozervané. Zároveň je umístěno na(d) vodní plochu. Ohledně čeho se Iveta cítí rozervaná a co je „na vodě“? Nebo by si přála témata spojená s jejím rozervaným tělem (koneckonců ve fyzické rovině zmiňovala četné úrazy) již „nechat plavat“?

Absence hlavy může rovněž napovídat o oddělení mysli a těla. Je to něco, co Iveta už zná, anebo si přeje se od svého těla mentálně odpojit? Nabízí se propojení s názorem Hutchinson (1983), že utrpení způsobené oddělením mysli a těla typickým pro negativní body image se může pohybovat od tupé bolesti z umrtvení, přes depresi až k sebetrýznění. I tak by se dalo dívat na torzo s „usekanými“ končetinami a hlavou, jako na symbol plný bolesti, případně i sebetrýznění.

Torzo těla je zde ve stínu, spoře osvětlené, a to nepřírozeným (možno říci i nezdravým) tónem světla. Mohlo by to napovídat, že i témata, ke kterým to ukazuje, jsou skryta ve stínu, přinejmenším v polostínu, tj. nejsou plně vědomá, ale o vstup do vědomí se do nějaké míry hlásí. Zraněné, neúplné tělo vyvolává otázku, *kdo* mu ublížil. Červený květ umístěný v místě klínu torza navozuje otázky směřující k sexualitě. Tělo zbavené končetin evokuje i pohádku Zlatý kolovrat, v níž lze spatřovat téma negativního mateřského komplexu. Pokud by na něj bylo možné usuzovat, pak jakou má spojitost s přijetím vlastního ženství, tělesnosti a sexuality u Ivety? A když se vrátíme k rudému květu – může kvést i v podmínkách rozervanosti a nedostatku světla?

Mohou obrazy, kde ženy svoje tělo ztvární jako splňující normativní očekávání společnosti sloužit i jako chvilková úleva od zatížení pocitu marginalizace a znehodnocení, které život v nenormativním těle může přinášet? Na zde prezentovaná zobrazení lze v jedné z rovin pohlížet i jako na vyjádření (skrytých nebo skrývaných) přání, týkajících se body image.

## 7.3. Sexualita

### 7.3.1. Sexualita kulturně konstruovaná – nabízet se jako objekt

#### **Nina: Mořská panna a Šípková Růženka**

Následující rozbor se bude věnovat dvěma výtvorům Niny, první z nich je **Mořská panna** (Obrázek 5). Námět jí byl zadán s myšlenkou, že by se mohl stát nosičem pro témata spojená s ženskou genderovou identitou a sexualitou.



Obrázek 5 - Nina: Mořská panna

Na obraze s dominující mořskou pannou nejsou žádné další postavy, ani loď, která by mohla někoho přivážet, otázka tedy zněla, kdo mořskou pannu vidí? Nina na to odpověděla, že pozorující „jsou za kamerou, mořská panna má ‚main character moment‘, ona je tam ta krásná.“ Konstatovala jsem, že její pozice působí poněkud napjatě, zajímalo mne, co tu napjatost způsobuje. „Potřebuje vypadat dobře, i když to není pohodlné“, byla odpověď Niny.

Nápadné je, že pod rybím ocasem prosvítá klín, to je u mořské panny neobvyklé, dolní polovina těla je zpravidla rybí. Tady ocas působí spíše jako převlek. Nina sdělila, že nechtěla, aby její mořská panna byla asexuální, tj. chtěla, aby bylo

patrné, že má sexuální potřeby. K čemu je tedy dobré schovávat v převleku, že ty potřeby má? Na to Nina reagovala: „Je to společenská hra, ženy se tak tváří, cudně. A zároveň to prosvítá. Je to tam, ale každému se to neukáže. Takhle jsme byly vychované, dávat dvojznačný signál, nechat se lovit, ale být u toho cudné, skrývat ženskou sexualitu, jako by ženy neměly touhu. Kluci dobývali a holka měla „podržet“, dávat najevo aktivní touhu bylo nežádoucí. V tu chvíli jsi byla ‚děvka‘. Je za tím vlastně stud, překrýt klín a zároveň jej neskrýt, aby nezůstala ‚na ocet‘. Nesla jsem si v mládí pocit studu, že jsem ‚nemrava‘“. Tento popis zážitku z dospívání, tj. jaká očekávání ohledně postoje k vlastní sexualitě byla Nině předávána v první řadě vlastní rodinou, odpovídá konceptu, že patriarchát je prvotně reprodukován v rodině a odtud se přenáší na další společenské struktury (Kamber, 2016).

Zde ztvárněná pozice nabízejícího se objektu odkazuje i k teoriím Benjamin (2016) v souvislosti s vývojem sexuální identity ženy. Benjamin vysvětluje nedostatečnou subjektivitu ženy nikoli tím, že jí schází penis, ale nedostatečnou subjektivitou matky, s níž se identifikuje. V tomto kontextu není ženě umožněno vnímat samu sebe jako sexuální subjekt, aktivně toužící po něčem pro sebe, a tak jí zbývá role objektu. Benjamin (2016) upozorňuje, že „ani alternativní obraz femme fatale neznamena nějakou aktivní subjektivitu“. A „femme fatale“ je právě typ mořské panny na obrázku Niny. Taková žena je sice „sexy“, ale jako objekt, účelem je vyvolávat touhu v druhém, tj. v muži. Dle Benjamin (2016) ve stávajícím nastavení komplementárních rolí muž (subjekt) – žena (objekt), není ženě přiznána vlastní touha, je odkázána na touhu muže.

Mořská panna má nápadně ztvárněné ruce, Nina upozornila, že jsou pro ni důležité. „Přecházejí do rybí formy, jsou šupinaté, trochu slizké, nelidské, zvířecí“, popsala je. Pro Ninu tyto ruce symbolizují nevyzpytatelnost, na jednu stranu něco tajemného a přitažlivého, na stranu druhou odrazujícího, mohou i strašit. Otázkou je, k čemu je dobré strašit? „Dodává to pocit síly, udržet si odstup, udržet si někoho ‚na distanc‘.“ Konstatovala jsem možnou obrannou funkci. Nina přitakala, díky nim nevypadá příliš zranitelně. Upozornila jsem, že to ale může zároveň protějšku bránit se přiblížit. Nina vysvětlila: „Jí o tu blízkost ani nejde, nemůže si to dovolit. K čemu jí to bude? Nikdo s ní nehupne do té vody, nikdo jí nebude blízký. Všechny vodní víly, které vylezly za mužem na souš, splakaly nad výdělkem.“ Zde se patrně propisují prožitky z dřívějších partnerských vztahů, které byly zklamáním, a důsledkem mohou být i obavy z intimity (ochranné šupinaté „rukavice“ na rukou).

Ostatně, jak se Nina svěřila, tato ztráta ochoty důvěřovat stojí za tím, že po náročném rozchodu s otcem své dcery již do žádného trvalého partnerského vztahu nevstoupila a posledních osm let se možnosti navázání nového partnerského vztahu zcela uzavřela.

Pokud pro účely tohoto textu zůstaneme pouze u vrstvy ženské (sexuální) identity a sexuality, je v obraze patrná ambivalence. Ta je vyjádřena na jedné straně potřebou poutat pozornost svým vzhledem, svádět, flirtovat a potvrzovat si tím svoji atraktivitu, a de facto hodnotu jako ženy, protože, jak vyjádřila Hutchinson (1983): „Osud ženy zpečetuje adekvátnost a atraktivita jejího těla, právě ta zajišťuje její budoucí přijetí a zajištění a do jisté míry diktuje úroveň její spokojenosti nebo nespokojenosti v průběhu života.“ Na druhé straně je patrná potřeba ochránit se před zklamáním, rizikem, které vyplývá z možnosti „pustit si někoho k tělu“, z intimity.

V rozhovoru jsme se mimo jiné dotkly i témat předvádění, performance, výkonu (otcovská úhlopříčka je zdůrazněna pozicí ocasu směřujícího k slunci v pravém horním rohu), což jsou další tlaky vyvíjené na současné ženy – měly by být krásné a k dispozici jako sexuální objekty a zároveň profesně kompetentní (Wolf, 1990). Pokud se k tomu připojí ještě mateřská role, může být výsledné napětí stěžejí zvládnutelné.



Obrázek 6 - Nina: Šípková Růženka

Další výtvořem Niny, který zčásti nese stejná témata, je **Šípková Růženka** (Obrázek 6). Nina si vybrala část příběhu, ve které Růženka spí po píchnutí o trn. Na první pohled zaujme, že je zde Růženka vyobrazena nahá. Jak na Ninu Růženčina nahota působí? Nina sděluje, že Růženka se tak „narafičila“ úmyslně, v očekávání prince. To, že princ přijde, Růženka dle Niny považuje za danost, za „předpřipravený scénář.“ Růženka je „nahá, aby nebyla přehlédnutá.“ Jde

o podobný princip jako u obrázku s mořskou pannou, ženská postava je částečně nahá, odhalená, a částečně skrytá, zde pro změnu pod peřinou. Obraz je vyveden třpytivými, stříbřitými metalickými akvarely, zajímalo mne, zda to má nějakou funkci. „Půvab, třpyt, má to být hezoučké. Když má být Růženka zachráněna, musí to být atraktivní. I to prostředí by mělo lákat.“ Opět se zde setkáváme s pozicí sexuálního objektu, který láká a zároveň zčásti maskuje účel své „narafičené“ odhalenosti – nejde o touhu ženské aktérky, jde o to vyvolat touhu v muži, subjektu. Jde tedy i o jakási naučená, převzatá pravidla svádění. Nina potvrzuje, že to je zpráva, kterou dostala v dospívání, prezentovat nevinnost i svůdnost zároveň.

V dolním pravém kvadrantu, blízko podpisovému místu, jsou umístěny lodičky na jehlovém podpatku. Nina to komentuje: „Je to erotický symbol, lodičky jsou fetiš. Je to byznysový doplněk a zároveň sexuální věc. Podobně jako u asijských kultur nepohodlné botičky či dřeváky u gejš – dělají ženu bezbrannou, neuteče v nich.“ Motiv bezbrannosti posouvá koncept svádění a erotiky do oblasti dominance a podřízenosti, moci a bezmoci. Je to pornografický prvek, který zdůrazňuje ženinu bezmoc („neuteče v nich“) a nabízí mužům podtext ovládnutí objektu, potvrzuje patriarchální nastavení mocenských vztahů (Hogan, 2013; Wolf, 1990).

## 7.4. Těhotenství a porod, násilí

### 7.4.1. Dvojí setkání s násilím – bití v dětství a porodnické násilí

#### **Karolína: Mapa těla**

V obrázku Karolíny na téma **Mapa těla** (Obrázek 7) došlo k prolnutí dvou témat, jejichž souvislost není na první pohled patrná. Jejich propojení může však spočívat v zážitku bezmoci a v naučené reakci na násilí ze strany někoho, kdo je v pozici autority, kterou nelze zpochybnit a jejíž počínání je společensky legitimizováno.



Obrázek 7 - Karolína: Mapa těla

Zadání k výtvorům na téma Mapy těla bylo následující. Ženy nejprve měly nakreslit, případně namalovat obrys svého těla. Následná instrukce zněla do tohoto obrysu zaznamenat libovolným způsobem (tj. pomocí barev, tvarů, symbolů) a libovolnou technikou různá zranění, traumata, místa, kde bylo do jejich těl zasahováno, místa, kde prožívala utrpení, bolest, ale i místa, skrze která byla jejich těla objektifikována, znevažována, znehodnocována či kritizována. Případně i místa, ke kterým samy nemají dobrý vztah.

U žen, které prodělaly porod/y, toto zadání vyvolávalo vzpomínky na porodní zážitky (v některých případech prožitý jako porodní trauma).

Karolína při následné reflexi vypočítávala zraňující zážitky, které zahrnovaly tělesnou bolest. Ty byly spojené zejména s násilím, uplatňovaným na ní v původní rodině a se zásahy ve zdravotnických zařízeních. V oblasti hlavy symbolicky zakreslila intenzivní migrény, na které v současnosti trpí.

Karolína popisovala časté bití ze strany rodičů. „Otec nás třískal lískovkou, ještě jsme si ji musely samy přinést, lehnout si na postel a čekat na něj, pak si počítat rány. Život se s vámi taky nebude mazlit, říkával.“

V oblasti břicha a prsou respondentka zvýraznila traumatizující porodní zkušenost zapříčiněnou invazivním vedením porodu a necitlivým, hrubým chováním zdravotnického personálu v porodnickém zařízení, které odpovídá definici porodnického násilí (Vorlová, 2023). Když popisovala svoji porodní zkušenost, přidaly se k ní s podobnou zkušeností další dvě ženy podobného věku ze skupiny, Jitka (její obrázek Mapa těla je zde uveden jako Obrázek 2) a Alena (její artefakty



zde nejsou zastoupeny). Ženy se s otevřením tématu negativního porodního zážitku Karolínou pustily do živé a emotivně nabitě diskuze. Popisovaly svoje zkušenosti s nerespektujícím přístupem, znekompetetňováním a dehumanizací ze strany zdravotnického personálu, s tím, že jim nikdo nepodal potřebné informace a nepomohl ve chvíli, kdy si o pomoc říkaly. „Nikdo mi nic nevysvětlil, ani kolem porodu, ani jak kojit. Pak mi nadávali, že to dělám špatně.“

Karolína vyprávěla, že k tomu se přidalo utrpení zánětu prsů, které rovněž vyznačila na obrázku. Vzpomínala, že podpory se nedočkala nejen od zdravotních sester, ale ani ze strany manžela, který jí v době, kdy byla oslabená po porodu a zánětech prsů a velmi potřebovala pomoc, oznámil: „Já jdu s klukama na motoriky.“ Respondentka však připustila, že takové chování manžela de facto akceptovala jako normu. To opět přivádí ke konceptu reprodukce patriarchy na úrovni rodiny (Kamber, 2016). A její akceptace postoje manžela a tím potažmo patriarchálního řádu je o to méně překvapující, pokud vezmeme v potaz násilí, kterého se na ní dopouštěl otec pod záminkou „výchovy“. Při jiných příležitostech Karolína popisovala chování současného partnera, které bylo v podstatě totožné s tímto modelem.

„Naučila jsem se, že musím všechno vydržet“, komentovala svoje líčení nejruznějšího utrpení Karolína. V původní rodině byla učena vše vydržet a podřídit se přes tělo a tělesné tresty. Vzpomínala také, že byla učena neříkat si o pomoc či podporu („nikoho neotravovat“) a naopak podporovat ostatní a být stále k dispozici (viz např. Janošová, 2008). Toto téma vyvstávalo během skupinových setkání u Karolíny opakovaně jako stěžejní a ukazovalo se, že je pro ni náročné z této polohy vystoupit.

Na obrázku postavu ztvárnila s výrazně širokými rameny, ačkoli ve skutečnosti jde o štíhlou ženu s útlou tělesnou konstitucí. Široká ramena mohou metaforicky korespondovat s nakládáním si mnoha břemen, a rovněž s připraveností hodně toho unést. Rovněž lze vzít v potaz rčení „dělat ramena“ – Karolína se v životě naučila působit velmi kompetentně a vyvolává dojem, že vše zvládne. Ta ramena pak vyvolávají dojem, že na ně lze bezmezně nakládat a Karolína popisovala, že lidé v okolí to skutečně činí, respektive jim to umožňuje.

Ačkoli postava na obrázku je nositelkou četných zranění a bolesti, na tváři má zakreslený úsměv, což koresponduje s požadavkem snášet utrpení

a nestěžovat si, a motiv rozporu úsměvu a tématu utrpení se Karolíně opakoval i v dalších obrázcích.

Postava na obrázku může působit i dojem bojovnice. Je zde převaha syté červené barvy, evokující agresi a připravenost k akci. Paprskovitá aura kolem hlavy připomíná indiánskou čelenku s pery, páska kolem hlavy by mohla být podobným bojovnickým atributem. Široká ramena a silně působící stehna vyvolávají dojem fyzické síly. Oproti tomu má postava neúměrně malé ruce a nohy, ruce a chodidla malého dítěte (při jiné příležitosti se Karolína svěřila: „Cítím se jako ztracená malá holčička“).

Z výše uvedeného, tj. nápadného monochromatického provedení v červené barvě či z kontrastu mezi postojem bojovnice a neukotveností na dětsky malých nožkách vyplývá i možné téma potlačené agrese. I z příběhu Karolíny, kdy byla jako bezmocné dítě objektem násilí v rodině, lze předpokládat naučené potlačování agrese a vzteku. To přivádí pohled k hlavě, z které jakoby cosi vyzařovalo, nabízí se souvislost s popisovanými migrénami – v hlavě je přetlak a něco chce ven. Karolína zdůraznila i krk, zřejmě i zde se hromadí něco, co potřebuje být vyjádřeno.

Když Karolína otevřela téma bití v dětství a porodnického násilí, Jitka připojila svůj příběh násilí v dětství a porodnického násilí. „Byla jsem bita jako žito. Z dnešního pohledu jsem byla týrané dítě.“ Jitka ve skupině ve spojitosti s dalšími artefakty otvírala téma emočně chladné autoritativní výchovy v původní rodině, vyžadující od ní podřízení a kladoucí na ni neúměrnou zátěž vyrovnávání emočně napjaté atmosféry v rodině. Jednalo se o dvě ženy ze stejné generace s podobnou zkušeností, což navozuje otázku, nakolik by bylo smysluplné prozkoumat, zda se jedná do jisté míry o generační téma, spojující tvrdé až násilné zacházení s dítětem v rodině spojené s bitím, výchovou dívek k vyhovění potřebám a očekáváním druhých (Bridges Johnsová, 2022; Einchenbaum & Orbach, 1982; Greer, 1991; Janošová, 2008) a podřizováním se domnělým či konsensuálně ustaveným autoritám v pozdějším životě.

## 7.5. Stárnutí a menopauza

### 7.5.1. Krize středního věku

#### **Nina: Růženka a Mořská panna podruhé**

Při rozhovoru nad obrázkem **Šípková Růženka** (Obrázek 6) začala být Nina v určitý moment rozladěná, podrážděná. Oslovila jsem změnu rozpoložení, kterou jsem zpozorovala. Nina na to zareagovala: „Už nejsem Růženka. Nejsem nejhezčí, nejlepší, ani na trhu práce už nejsem ‚top‘. Moje úzkost zčásti pramení z krize středního věku, z otázky ‚co dál?‘. Co teď jsem? Očekává se ode mne výkon, ale tělo už to nezvládá. Chce odpočívat. Mám strach, že přestanu stíhat, už nebudu nikoho zajímat. A tělo se mění. Od matky, když byla v tomto věku, jsem se naučila, že o přechodu se nemluví, že to byla ostuda. Ale zároveň jsem ta stejná osoba, jako když jsem byla Růženkou. Jenže Růženka je na začátku, čeká, až to začne, až život nabere grády.“

Obrázek Růženky je vyveden v pastelových tónech. Ty by mohly poukazovat k hraní rolí - bílá barva je obsažena ve velké míře ve všech přítomných barvách a celkově na obrázku převládá. O nasazené roli jsme hovořily i ve spojitosti s **Mořskou pannou** (Obrázek 5). Tomu by nahrávala i skutečnost, že Nina dlouhé roky působí v manažerské pozici, tj. v roli autority. Pastelové tóny zároveň mohou svědčit o „maskování“ emocí. Role Niny vyžaduje, aby nedala najevo svou emoční zranitelnost. Zároveň však připustila, že s rolí natolik srostla, že si nedokáže svou zranitelnost a úzkostnost odpustit ani v soukromí a stále je vnímá jako selhání.

Růženka nás ještě jednou vrátila i k tématu sexuality, tentokrát v souvislosti se zráním. Nina u Růženky pojmenovává symboly koketerie a vzpomíná, že ve věku Růženky taková byla ona. Pak dodává: „Nyní už mě to nezajímá. Ale mám pocit tlaku, například z médií, že bez sexu nejsem v pořádku, že nemít tu potřebu je chorobné.“ To je v souladu s tvrzeními Gannon (1999), která upozorňuje na to, že osoby, které nevykazují sexuální, nejlépe heterosexuální, aktivitu a zájem o ni, jsou dnešní medicínou patologizovány. Nina uvažovala nahlas: „A co teprve zralá žena, která *má* touhy? Je to vnímáno jako anomálie. Veřejně se prezentuje, že společnost už udělala posun, ale je to jen ‚na oko‘, v hlavách lidí se to nezměnilo, společenský obal se přepsal, ale uvnitř to zůstává, to posunuté vnímání je jen minoritní.“ Tyto úvahy odrážejí to, jaké Nina ve svém okolí a ve společnosti vnímá postoje

k stárnoucím ženám a jak je to pro ni a obecně pro ženy v období, kdy končí jejich reprodukční tělesné funkce, zraňující. Těmto tématům se níže věnuje i kazuistika Ireny.

Když vrátíme pozornost k obrázku **Mořská panna** (Obrázek 5), nabízí se zde v nejistých vodách krize středního věku maják jako (zatím nenápadný) ukazatel cesty. Zobrazení majáku se nachází v pravé polovině obrazu, blízko podpisovému místu, jde zřejmě tedy o něco, co Nině patří, co má k dispozici sama o sobě, případně v sobě. Maják je vzdálený a Mořská panna je k němu otočena zády. Otázka zněla, co by mořská panna potřebovala, aby svůj pohled mohla otočit směrem k (vnitřnímu) majáku? “Předvádí se, že je tam nejhezčí a nejhodnější. Potřebovala by se odpoutat od toho předvádění, aby se konečně mohla otočit k majáku“, odpověděla Nina.

#### 7.5.2. Období životní transformace

##### **Petra: Vnitřní žena a Kněžka**

U rozboru následujících dvou artefaktů Petry si dovolím zvážit hypotézy o stárnutí jako o období životní transformace a případně i navázání či prohloubení vztahu se spirituální rovinou lidského života (Bridges Johnsová, 2022). Prvním artefaktem Petry je **Vnitřní žena** (Obrázek 8).



Obrázek 8 - Petra: Vnitřní žena

Téma a postup zadání jsou převzaté od arteterapeutky Kamily Ženaté, tak, jak byly zaznamenány na jejím arteterapeutickém semináři. Jedná se o modifikaci tématu „anima“ původně popsáno v publikaci *Obrazy z nevědomí* (Ženatá, 2005). Při imaginaci se imaginující potká s ženskou postavou a prožitek poté zaznamená

výtvarně. U postavy se předpokládá, že půjde o obraz z nevědomí, který pro danou osobu nese některá aktuální témata.

Po nakreslení obrázku Petra sdílela, že v imaginaci ji jako první upoutal motýl. Na obrázku je motýl nejnápadnějším a největším objektem, díky tomu by mohl reprezentovat důležité téma, a tím, že se v představě objevil jako první, by mohlo jít o téma, které celé dění na obrázku nějak otvírá, mohlo by to být to, o co tu jde. Dále vyprávěla, že viděla neupravený sad. Poté se zde mihla dlouhovlasá mladá žena a zmizela. Objevila se paní s šedivým drdolem, stařena. Petra sdělila, že tato paní se s ní nebavila a nechtěla jí nic dát. Při loučení v závěru imaginace jí však věnovala klíč.

Na celý výjev nebo krátký příběh by se dalo pohlížet kupříkladu následovně. Motýl je spojujícím motivem děje, odehrávajícího se v nekultivovaném, volně rostoucím sadu, v němž se mladá ženská postava mihne a zmizí a k němuž stařena, která zde prodlévá, předá klíč. Motýl v naší kultuře bývá často používán jako symbol transformace (housenka – kukla – motýl), Aeppli (2001) označuje motýla za symbol psychického vývoje člověka a naděje, že se „jednoho dne dokáže vymanit z tíživé pozemské existence“. Spojujícím tématem by tedy mohla být (nejen) psychická transformace.

Mladá žena se ve výjevu jen mihne, a na obrázku je otočena zády, je na odchodu, stejně jako mládí, které ze současné pozice může působit jako pomíjivá vzpomínka. Důležitější je zde postava zralé ženy, stařeny. Stařena je v řadě kultur a mytologií velmi důležitou postavou, reprezentující mimo jiné poslední etapu života ženy. Byla spojována s moudrostí a kontaktem se světem, který přesahuje pozemský život, její nejzazší podobou je smrt. Aeppli (2001) k symbolice starých lidí uvádí: „Starcům bylo v dřívějších dobách v mnoha společnostech vyhrazeno poslední slovo při důležitém rozhodování“ (str. 131). Staří lidé byli vnímáni jako nositelé užitečných rad na životní cestě, což dokládají četné postavy moudrých starců a stařen v pohádkách.

„Neupravený“ sad může korespondovat s tematikou růstu, „strom anebo rostlina symbolicky představují růst a vývoj psychického života“ (Henderson, 2017 in Jung et al., str. 149). Nicméně je zajímavé, že zatímco v imaginaci byla sadu spíše ponechána volnost růstu, na obrázku stromy působí v poměru k postavám zakrsle – mohou tedy volně růst, nebo jim byl vzrůst předurčen? Nositelkou klíče, který si respondentka může odnést jako dar do bdělého života, je stará žena na

lavičce. Ta se nachází na protějškové straně, bylo by možné se tedy zeptat, na koho by se respondentka mohla v životě obrátit pro získání klíče, např. ve smyslu „klíč k pochopení“ nebo prostě předání něčeho „klíčového“. Případně na koho z minulosti by se mohla obrátit v představě. Možností je, vzhledem k umístění v obrázku, mateřská postava. Byla v minulosti respondentky přítomna starší žena, která by takový klíč mohla mít a (symbolicky) předat?

Druhým výtvozem Petry je **Kněžka** (Obrázek 9), tedy jakýsi ideální obraz ženství. K tomuto výtvoru nebyla Petra sdílná, podělila se pouze o asociaci s bohyní Kálí a o představu světla prorážejícího skrze mrak. Zajímalo mne, zda jsou zobrazení hadi ve vztahu k postavě přátelští, odpověděla, že ano. Bohyně Kálí je spojena se smrtí a zánikem, je též vládkyní času a změn, tato asociace a aspekty bohyně by obrázek mohly spojovat s předchozím obrázkem v tématu změny a smrtelnosti.



Obrázek 9 - Petra: Kněžka

Fialový šat postavě zároveň propůjčuje aspekt mateřskosti, což je v souladu s danou symbolikou, zrození a smrt bývaly pokládány za dva póly téhož a často bývaly spojovány s ženským, mateřským božstvem (kupříkladu v symbolice spojené se zemí – dává zrodit se novému, a když nadejde čas, pojme to, co zemřelo). Dva hadi jsou společníci ústřední postavy. Symbolika hadů v kulturním a mytologickém kontextu je hluboká, široká a archetypální. Pro účely tohoto výkladu ji velmi omezím. Dle Hendersona (in Jung et al., 2017) je had „snad nejčastějším snovým symbolem transcendence“. Transcendenci spojuje s významnými životními obdobími, kdy je třeba projít (zejména v duchovním, psychickém smyslu) iniciací jakožto počátkem

přechodu k novému, změněnému stavu. Mohlo by tedy pro respondentku být výhodné klást si otázku, jak se s hady, kupříkladu coby prostředníky spojení mezi dvěma světy, nebem a zemí (Henderson, 2017 in Jung et al.), spřátelit, jakou pomoc by od nich mohla chtít.

Obraz ženské postavy s hady jako spojenci může být výrazem přání opřít se o kvality, které přesahují běžnou životní zkušenost. Mohou být obsahem kolektivního nevědomí, a díky tomu silnou vnitřní oporou v transformujícím životním období. Postava ve fialovém šatu ale může ukazovat i k ženské autoritě, která by mohla mít představitelku v životě či vzpomínkách respondentky (stejně jako stará žena na předchozím obrázku) a stát se jakousi průvodkyní pro dané životní téma či oblasti.

## 8. Kazuistika

### Stárnutí a menopauza v kontextu osobní historie, kulturních podmíněností a hledání nové životní perspektivy (Irena)



Obrázek 10 - Irena: Bohyně

Na Irenině obrázku **Bohyně** (Obrázek 10) je ztvárněna vize bohyně, obrazu ideálního ženství, jak si jej Irena představila v daném čase a kontextu své osobní situace. Zadání, na základě kterého byl vytvořen tento artefakt, bylo následující. Na stůl v ateliéru bylo rozloženo velké množství obrázků (karet) s výtvarně ztvárněnými mytologickými postavami žen, zejména bohyň různých kultur. Ženy ve skupině byly vyzvány, aby si rychle vybraly jeden až tři obrázky, které jako první upoutají jejich pozornost. Následně měly v asociaci na vybrané obrazy písemně zaznamenat několik slov, které je při pohledu na ně napadly. Poté kreslily, případně malovaly, vlastní představu ženské postavy.

Vidíme tančící ženu s rozpuštěnými šedivými vlasy, ozářenou slunečními paprsky. Komentář Ireny zněl: “žena, bohyně, která je schopna vstřebávat štěstí a hojnost, pokud jí je někdo poskytuje. Ty rozhojňuje a mění pustiny ve vzkvétající místa. Ženy dělají prostředí krásnější. Šťastná žena se dokáže bavit, tančit s hrdostí, s hlavou vzhůru, s lehkostí. Ale potřebuje energii odněkud dostávat – „od mužů, kdyby se chovali k ženě s náležitostí“. Slunce pro Irenu reprezentuje lásku, ale nejen erotickou”, vysvětluje, “takovou eternální”. Zdůrazňuje úctu, kterou si žena zaslouží. Sděluje, že na obrázku jsou důležité šedivé vlasy, za něž se žena nestydí. Ve svém



komentáři oslovuje téma neakceptace a neúcty ke stárnoucím ženám, které přitom mají co nabídnout. Místo toho jsou pod tlakem požadavku konstantního výkonu, rovnajícího se výkonu mladších.

Témata, která Irena pojmenovala v komentáři k obrázku, jsou témata, ke kterým se vracela v průběhu celého setkávání. Byla to pro ni aktuální témata - stárnutí, pocíťované nepřijetí svého stárnoucího já okolním světem, cítila se hodnocená na základě svého výkonu, který již zákonitě nemůže být stejný jako výkon mladších žen. Rovněž se opakovaně vracela k lince zklamání z mužů, partnerských vztahů, z vlastního rozvodu, ale i ze vztahů obecně. Z obrázku i komentáře k němu vyplývá potřeba cítit se jako žena přijímaná a milovaná, vnímat projevy úcty, která bude reflektovat i její životní zkušenost. Hrdost na šedé vlasy má reprezentovat její potřebu být autentická, nemuset podléhat tlaku společenských konvencí formovaných kultem mládí a imperativem krásy, vyžadujících barvení vlasů a zastírání známek stárnutí.

Byť se Irena ve svých výpovědích dotkla tématu měněního se těla v důsledku nevyhnutelných proměn a zde chtěla vyjádřit ženu autenticky se hlásící ke svému skutečnému věku a nepodléhající nárokům na věčné mládí a tomu odpovídající výkon, znázornila ženské tělo nerealisticky štíhlé s vosím pasem a pevnými ňadry.

Tento paradox navádí k zamyšlení, jak to Irena skutečně má s akceptací svého těla v jeho aktuálních proměnách. Ve své výpovědi zdůrazňovala potřebu vyjádření úcty ze strany mužského protějšku. Mohla by v tom být skryta informace, že ve skutečnosti k tomu přijetí potřebuje nejprve projevy uznání od muže/mužů? U dalšího z artefaktů (níže) pak zmiňovala, že takovéto projevy uznání měla do svých padesáti let, zatímco nyní je pro muže neviditelná. Byla by tedy viditelná a hodna uznání pouze pokud by splňovala takto přísný ideál tělesných proporcí? U postavy vedle nepřírozeně úzkého pasu upoutá nepřírozeně dlouhý a úzký krk. Poloha krku působí poněkud křečovitě. Krk jako spojující prvek hlavy (a mentálního světa) a těla (které je i oblastí prožitků, emocí, sexuality) zde působí nestabilně a ztuhle. To navádí k tématu vztahu k tělu, spojení s ním, nakolik je přijímá respondentka za své.

V obrázku je zdůrazněna mateřská úhlopříčka umístěním slunce do levého horního rohu a směrem jeho paprsků. U následujících artefaktů pak respondentka hovořila o vlivu matky na její život nejen v dětství, ale i v současnosti. Aktuálně má matka tendence vystupovat vůči ní v roli někoho, kdo kontroluje, zda se chová tak,

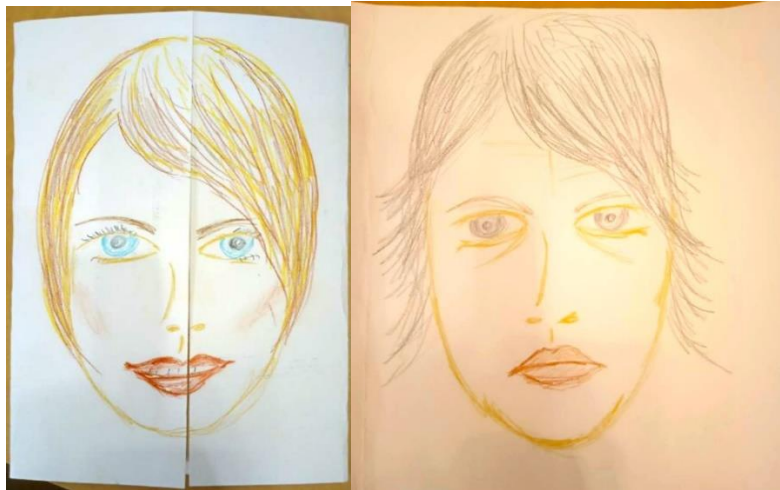
aby to bylo pro okolí akceptovatelné (ve smyslu „co by si pomysleli lidi“). To by i vcelku odpovídalo postavení žlutého slunce (žlutá – jeviště, jak se to jeví navenek, jak se projevuje), které k ní shlíží, resp. tedy na postavu na obrázku dohlíží. Postava pak spíše, než jako by tančila slunci vstříc, působí svým napjatým postojem, jako by šla proti (ne naproti) paprskům a pohybovala se jim navzdory.

Vzhledem k umístění formátu na výšku by se rovněž dalo uvažovat, že se jedná spíše o intrapsychický konflikt se zvnitřněnou autoritou, která dohlíží a diktuje, jak by respondentka měla vypadat a chovat se. Pozice slunce by mohla odkazovat k mateřské autoritě, nicméně matka je tou, kdo předává dívce očekávání a normy vztahující se k genderové roli, tj. může při vývoji identity reprezentovat stereotypní postoje společnosti.

Z feministicky informovaného úhlu pohledu by se dalo u tohoto artefaktu ptát, zda se skutečně jedná o vyjádření hrdého ženství stárnoucí ženy či spíše o idealizovaný obraz ženy, která zůstává mladá, a jediným atributem věku jsou u ní dlouhé bohaté šedivé vlasy. Nejde tedy spíše o vyjádření přání zůstat mladá, krásná a těšit se obdivu, který je naučeným zdrojem potvrzení vlastní hodnoty?

Žena jednou nohou vkračuje na půdu, kterou Irena označila jako „pustinu“, kterou by žena měla proměnit ve vzkvétající krajinu. Dalo by se na to pohlížet i jako na aktuální vývojový úkol Ireny – životní období, které vnímá jako to, které ji o mnoho důležitých věcí připravilo, tu dosud neoranou půdu, proměnit v místo (čas) rozkvětu, jak jej naznačují červené květy v pravé dolní části. Je však možné to dokázat i bez energie nabízené ze strany mužů? Opět, stejně jako například u artefaktů Niny (Obrázky 5 a 6) se setkáváme s naučenou pozicí objektu, která velí spojovat svoji hodnotu oceňováním (sexuální) přitažlivosti ze strany mužů. To Irena vyjadřuje i spojením fyzického zevnějšku a sexuální přitažlivostí, jak se s tím setkáváme například u Hutchinson (1983) nebo Wolf (1990) například výrokem „do padesáti se po mně muži otáčeli“ (níže). Jak uvádí Kaschak (1992), sexualita ženy je tvarována neurčitým mužským pozorovatelem, stejně jako jeho konkrétními představiteli v jejím životě, včetně jejího otce a dalších pro ni významných dospělých mužů, a mužů z vrstevnické skupiny.

Témata vlastního stárnutí a tlaku na vytváření dojmu mladistvosti a síly Irena vyjádřila i v dalším obrázku na téma **Maska a pod maskou** (Obrázek 11).



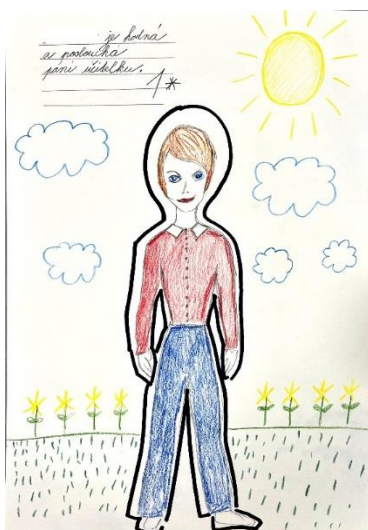
Obrázek 11 - Irena: Maska a pod maskou

Na obrázku znázorňujícím metaforicky masku, kterou si nasazuje při kontaktu se světem, Irena nakreslila sebe, přizpůsobenou požadavkům společnosti a okolí. Ve svém komentáři sdělila, že zde má na tváři nasazený věčný až křečovitý úsměv, je nalíčená, má obarvené vlasy a celkově se snaží udržet dojem pokračujícího mládí tak, jak od ní společnost požaduje. To ukazuje k poznatkům ohledně očekávání na fyzické atributy spojené s genderovou rolí, na (péči o) vzhled a udržování mladistvosti diskutovaným v Teoretické části (Greer, 1991; Hutchinson, 1983; Wolf, 1990).

Uvnitř přeložené čtvrtky je naopak kresba, znázorňující to, co se nachází "pod maskou". Irena sdělila, že zde může být autenticky sama sebou a nezastírat, jak se cítí. Popisuje, že se cítí unavená a někdy je i smutná. Ve skutečnosti má šedivé vlasy a obtěžuje ji pravidelné barvení. Přála by si moci být autentická i v kontaktu se světem (např. v zaměstnání), ale vnímá to jako nemožné. Rovněž opakovala, jak ji vyčerpává tlak na výkon, ač cítí, že se v něm již přirozeně a zákonitě nemůže vyrovnat mladým kolegyním.

To nabádá k nabídce pro Irenu: hledat sama stopy, odkud ve skutečnosti tyto imperativy přicházejí. V souvislosti s tím by šlo Ireně nabídnout i otázku, kdo má tu moc tento imperativ udržovat a kdo jej má moc zrušit.

Tento obrázek sdílí společná témata s obrázkem předchozím (Bohyně, Obrázek 10), pohybujeme se zde v oblastech ideálu versus touhy po autenticitě a není jasné, co z toho si Irena skutečně přeje ztělesňovat, ideál nebo autenticitu? Sděljuje, že to autentické ztělesňuje, když ji nikdo nevidí, možná když není přítomno kontrolující slunce z předchozího obrázku?



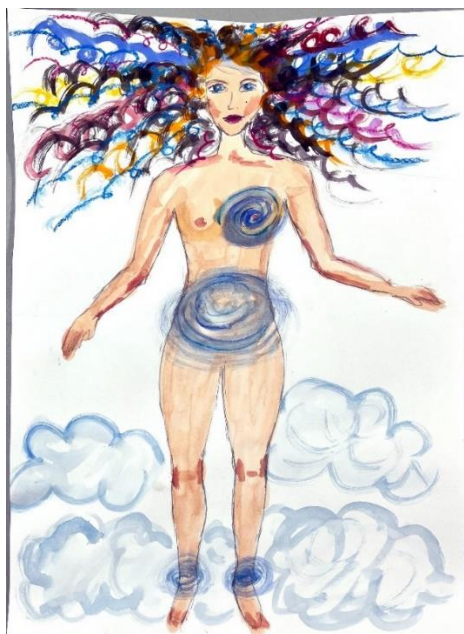
Obrázek 12 - Irena: Jakou mne chtěli rodiče

Výše uvedené obrázky 10 a 11 byly zasazeny spíše do společenských a kulturních kontextů formujících Irenina zvnitřněná přesvědčení, postoje k ženství a k sobě samé, svému tělu a naučeným rolím. Obrázek 12 na téma **Jakou mne chtěli rodiče** nás uvádí spíše do kontextu osobní historie a socializace v původní rodině.

Irena zde samu sebe ztvárnila v dětském věku. Její komentář k tomuto obrázku byl zajímavý i z toho důvodu, že do té chvíle svoje dětství a vztahy v primární rodině popisovala jako “ideální”, vřelé a láskyplné, rodiče popisovala jako “moc hodné”. Obrázek vytvořila energicky a rázně a při jejím hlasitém komentáři bylo patrné rozhořčení. Když jej popisovala, uvedla, že ji rodiče formovali podle “šablony” (na obrázku ji symbolizuje obrys vyvedený silným černým fixem), “z té šablony nebylo možné vylézt”. Dále vypovídala, že “musela poslouchat a nemít vlastní názor”. Vzpomínala, jak pod dohledem matky musela desetkrát přepisovat písanku, “dokud to nebylo jako natištěné.” “Před třídními schůzkami jsem jektala zuby.”

Vzezření postavy na obrázku Irena komentovala: “dělali ze mě kluka”. Zde by asi bylo na místě více se věnovat této zkušenosti a prožitku z toho, že rodiče respondentku stylizovali do chlapecké podoby. Nebo i do chlapecké role? Co za tím mohlo být, přáli si původně chlapce? Pokud se jednalo o etapu, která respondentku silně ovlivnila, mohla by mít další znejišťující vliv na její vnímání vlastního ženství, vlastní hodnoty ve smyslu: nebyla jsem pro ně dobrá taková, jaká jsem skutečně byla. To může být dalším, velmi osobním, podnětem k nasazování masky při kontaktu se světem.

Téma tlaku na výkon, které Irena opakovaně zdůrazňovala u předchozích artefaktů, že jej silně vnímá ze strany společnosti a v zaměstnání, se zde objevuje už ve spojitosti s dětstvím ze strany primárních pečujících osob. Tudíž tento tlak na výkon u Ireny může být zvnitřněným tlakem ze strany rodičů, a zprávy zprostředkované kulturně jej mohou posilovat a potvrzovat. Zároveň toto první setkání s požadavkem co nejlépe hodnoceného výkonu mohlo u Ireny zvýšit citlivost na takového signály z okolí.



Obrázek 13 - Irena: Mapa těla

Dalším artefaktem Ireny je **Mapa těla** (Obrázek 13). Irena obraz doprovodila sdělením, že ke svému tělu měla dobrý vztah zhruba do padesáti pěti let, má “dobré geny”, byla ve svém těle spokojená. Na obrázku znázornila “chlad v srdci”, který si vypěstovala, aby ji nezraňovaly všechny bolestné události, které v posledních letech zažila - rozvod, ztráta milovaného koně, domu, úmrtí dvou psů. Dále znázornila “chlad v ženských orgánech” - pociťuje, že po přechodu již “nemá jiskru”, přitom do padesáti let se po ní “muži otáčeli”. Nyní je neviditelná, vnímá někdy až opovržení, zejména od mužů. U tohoto artefaktu Irena pokračuje ve zpracovávání tématu tabuizovaného stárnutí versus imperativ krásy, mladistvosti a výkonu.

Dále symbolicky vyjádřila nestabilní kotníky (při józe padá). Nohy umístěné v mracích komentuje tak, že se cítí nyní v životě neukotvená. Spirály kolem hlavy mají vyjadřovat, jak se jí vše “tlačí do hlavy”, má v ní mnoho myšlenek, chaos, nespí kvůli tomu. Ale zároveň hlava obsahuje i mnoho vzpomínek na zdrojové zážitky.

Při pohledu na postavu je opravdu přítomen dojem, že hlava je z celé postavy nejvíce vytižená. Nicméně při odhlédnutí od komentáře Ireny působí z celé postavy nejvitálněji, nejenergičtěji. Spirály vycházející z hlavy (byť autorka popisovala opačný směr) evokují bujné vlasy, které bývají spojovány s výraznou vitální energií. Jsou různě zbarvené, na rozdíl od symbolů umístěných jinde na těle, což naznačuje, že zde probíhá nejvýraznější prožívání. Je velmi pravděpodobné, že to velké množství myšlenek probouzí velké množství emocí. Spirály „vlasů“ jsou provedeny energicky, ve výjevu je patrné mnoho energie a v kontrastu s usmívající se tváří působí až hrozivě.

Vzhledem k Irenou popisovaným pocitům devalvace a zneuznání coby ženy po padesátém roku života by mohlo být vhodné v souvislosti s těmito divokými spirálami otevřít téma agrese. Není právě agrese jednou z kvalit, které se autorce „tlačí do hlavy“? Výraz „tlačit“, který autorka použila, je možný propátrat v kontextu potlačování. S tématem ženské agrese a jejím vyjadřováním souvisí téma využívané v arteterapii vyučované v Ateliéru arteterapie, a sice námět Medúzy. Medúzu tato hlava silně připomíná, spirálovité útvary z ní vycházející by mohly být její hadi. Pokud by měla moc Medúzy, jak by ji autorka použila? A jak by bylo možné, všechno to, co symbolizují hadi/spirály vyjádřit?

Dynamika je však patrná nejen v oblasti hlavy. Byť Irena pojmenovala „chlad v srdci“ a „chlad v ženských orgánech“, namalovala v těchto místech, stejně jako v oblasti kotníků, které označila jako nestabilní, spirály, které působí, že jsou v pohybu. Tudíž navzdory Irenině dojmu vyhaslosti se v daných oblastech něco děje, probíhá tam dynamika. Spirály vyvolávají dojem pohybu, jde o nějaký proces. Mohlo by být přínosné jej prozkoumat. V oblasti kotníků to označuje destabilizaci, dalo by se ptát, zda i v ostatních dvou místech to tak autorka vnímá. Vír působí vzdušně, zejména díky zbarvení, jakési malé tornádo. To nabízí například téma převratné změny, vzdušný vír může vše převrátit, nicméně poté je nastolen nový stav.

Vzhledem k věku Ireny i tomu, jak sama hovořila o „chladu v pohlavních orgánech“ by se dalo hovořit o menopauze a s ní spojených změnách. Ty mohou pro ženu být šokující a v našich sociálních podmínkách není dostatek příležitostí toto významné přechodové období adekvátně zpracovat. Místo toho se dle Ireny očekává, že žena bude pokračovat ve svém dosavadním výkonu a nedá na sobě nic znát (což koresponduje např. s názorem Greer, 1991). V kontrastu s oním „chladem v pohlavních orgánech“ se lze zaměřit na oblast hlavy a „vlasů“, která srší

energií a lze se rovněž ptát, kam se přesouvá energie po ukončení reprodukčního cyklu a jak by ji šlo dobře distribuovat a využít, aby v novém nastavení Ireně dařilo co nejlépe. O jakou energii však jde?

Reminiscence hlavy plné dynamických spirál (hadů) na Medúzu navozuje téma ženské agrese a s ní spojené téma potlačeného nebo vytěsněného hněvu. Hněv deroucí se na povrch v období menopauzy považuje za zásadní fenomén v celkovém přechodu do nového způsobu bytí v tomto období života například Bridges Johnsová (2022). Uvádí, že ženy hněv ve svém životě potlačují celá desetiletí, aby dostály úkolu zachovat harmonii ve vztazích. „Nemůžeme dozrát do druhé poloviny života, aniž se změním, a někdy se musíme dostatečně rozhněvat, aby se věci změnil“ (Lernerová, 2005, cit. podle Bridges Johnsová, 2022).

S tímto tématem by nás mohl propojit prvek na Irenině koláži na téma **Já a můj svět** (Obrázek 14).



Obrázek 14 - Irena: Já a můj svět

Pro účely této kazuistiky z výrazně zaplněné koláže vyzvednu prvek ženské postavy se zelenou kůží, nacházející se nalevo od středové postavy. Irena na ni sama záhy upozornila, čímž podtrhla její důležitost, slovy: „Před rokem mi do života vstoupila čarodějnice, jsem začarovaná, všechno jde špatně, vždy je to na dosah a ona to svým kouzlem zkáží.“ Nejedná se dle Ireny o konkrétní osobu, její popis odkazuje spíše k postavě vnitřní, která by například mohla ztělesňovat

aktualizované vnitřní obsahy, které se dostávají na povrch a „všechno svým kouzlem zkazí“.

V jungiánsky zaměřené terapii bývá období druhé poloviny života obdobím, kdy je třeba nejpozději integrovat potlačené, skryté, pro nás samotné nepřijatelné části osobnosti, nazývané Stín. „Ve snech a mýtech se stín projevuje v podobě osoby stejného pohlaví, jako je snící“ (Franz, 2017, in Jung et al., 2017). Postava zelené čarodějnice by mohla zčásti poukazovat na tuto „stínovou“ část respondentky, která se nyní hlásí o pozornost. Integrace stínu je ovšem velmi náročný psychický proces a odtud může přicházet pocit, že čarodějnice všechno kazí. Určitě by bylo na místě pokračovat ve zkoumání tohoto obrazu oslovením zkušeností Ireny – co konkrétně a jakým způsobem čarodějnice zkazila? To by mohlo být nápomocné jejímu zvědomění, jak a jaký proces u ní probíhá a pomoci najít další vhodné otázky, které by podpořily proces integrace Stínu (čarodějnice) do Ireniny osobnosti a života funkčnějším způsobem.

Postava má emočně vypjatý výraz i gesto rukou, to svědčí o jejím emočním náboji. Přínosné by bylo prozkoumat, jak se daná postava cítí, jaké emoce dle respondentky prožívá. Co pro Irenu znamená zelená barva? Pokud zelená vyjadřuje nějakou emoci, pak jakou? Čarodějnice se nachází na mateřské úhlopříčce a může rovněž odkazovat k minulosti. Tudiž by mohlo být plodné prozkoumat ji z tohoto hlediska: Připomíná nějakou skutečnou osobu z minulosti? Byla i v minulosti respondentky přítomná osoba, která dokázala „všechno zkazit“?

Čarodějnice stojí v cestě k vysněnému „teplu domova“ symbolizovanému krbem, jak tento obraz ztotožnila Irena. „Teplu domova“ může být i symbolem pro hledání pocitu domova sama v sobě. Zároveň se krb nachází na mateřské úhlopříčce a na místě odpovídajícím kvalitám spojeným s mateřskou postavou/autoritou, v levém horním rohu k němu dokonce přiléhá ženská hlava. Hlava možné mateřské autority a „stínová“ čarodějnice krb obklopují ze dvou stran na ose úhlopříčky, dalo by se ptát kdo, případně co (jaké chování, kvalita) v minulosti má takový dosah, aby bránil/a/o přístupu k metaforickému „teplu domova“ i nyní?

Irena se svěřovala, že sní o domově, o domě v přírodě, o který kdysi přišla. Mohla ale o domov přijít i v symbolické rovině, o pocit ukotvenosti v životě, o pocit, že je doma sama v sobě. Dům v přírodě je na koláži umístěn hned dvakrát, jednou v letní scenérii, jednou v zimní. Obě podoby domu se na koláži topograficky



nacházejí spíše v oblasti přání. Mohla by si tedy přát cítit se doma jak v období tepla a hojnosti, tak v období zimy a hibernace, opět symbolicky vyjádřeno.



Obrázek 15 - Irena: Vnitřní žena

Toto přání domova se objevuje i následujícím Irenině obrázku na téma **Vnitřní žena** (Obrázek 15). Pozoruhodné je, že u tohoto obrázku Irena vyprávěla, že žena, s níž se v imaginaci setkala, byla ona sama a nějak se zmocnila *klíče*, zřejmě od toho domu. K tomu Irena dodala, že se jí symbol klíče poslední dobou často objevuje v myšlenkách. Lze zde spatřovat podobnost s obrázkem Petry na téma **Vnitřní žena** (Obrázek 8), kde hrál klíč rovněž důležitou roli. Obě ženy se nacházejí ve stejném věku (Ireně je 58, Petře 57), tj. ve stejném období života a jejich nevědomí jim nabídlo symbol klíče ve stejně vedené imaginaci. Respondentky se nikdy vzájemně nepotkaly, byly každá v jiné skupině.

Na nepochybně mnohovrstevnatou symbolikou klíče by se tedy dalo pohlížet i v kontextu daného životního období a ve spojitosti s vývojovým úkolem nalézt (k němu) klíč. U Ireny kupříkladu výjev naznačuje, že jej již nějak má k dispozici a toto uvědomění si postupně nachází cestu i do jejího bdělého života, jak sama sdělila. Dalo by se to propojit i se symbolikou Stínu/čarodějnice – najde-li Irena klíč k potlačeným, ztraceným částím své psyché, otevře se jí cesta k celistvosti, která by mohla být spojena se symbolikou vytouženého domova, bude se cítit celistvá, v míru a doma sama v sobě.



Obrázek 16 - Irena: Matka a dítě

Další obrázek je kresba suchým pastelem na téma **Matka a dítě** (Obrázek 16). V tomto případě byla před samotným kreslením/malováním provedena úvodní relaxace s imaginací se záměrem zprostředkovat respondentkám přístup k spontánnějším představám a obsahům z hlubších vrstev nevědomí.

Irena zážitek při imaginaci popisovala jako příjemný. Vyprávěla, že viděla spěchající matku, která rychle tlačí kočárek. Děti v kočárku se rychle střídaly vizuální vjemy rušného nočního velkoměsta. Dítě je radostné, nadšené, zvědavé. Matka děťátku slibuje, že toho uvidí ještě mnoho zajímavého, sděluje mu, kam všude se podívají. Tento prožitek respondentka komentovala, že v imaginaci zažila překvapivý opak toho, co si myslí, že si přeje, a totiž klid a ústraní v přírodě.

Pohyb, znázorněný na obrázku, vede směrem od minulosti k budoucnosti. Obrázek a prožitek při imaginaci mohou přinášet nabídku znovu si dovolit být tím dítětem v kočárku a vidět svět jako nový a plný zajímavostí. To by mohlo korespondovat s tématem nové etapy života.

Obrázek by mohl navozovat témata vztahu a nakládání s komplexem vnitřního dítěte. Dospělá postava (zralá část respondentčiny osobnosti) mu zprostředkovává poznávání světa z nového úhlu pohledu. Autorka samu sebe prezentovala jako osobu nastavenou na vstřebávání zážitků - popisovala mnoho cestování a dobrodružství ve svém životě. Stimulující a zvědavost budící prožitek při imaginaci by mohl přinášet nabídku, že není třeba na takový způsob prožívání života a světa rezignovat ani nyní ve vyšším věku, je k tomu však potřeba obnovit pohled dítěte.

Může jít také o vyjádření touhy ještě něco prožít, nějaké dobrodružství, objevování. Zároveň nelze přehlédnout to, že matku na obrázku (i v imaginaci) respondentka na prvním místě označila jako spěchající. To může být i připomínkou

neúprosně ubíhajícího času v druhé polovině života a potřeby ještě něco vzrušujícího, radostného v životě stihnout. Kočárek je červený, může být nositelem vitality, pronikání do světa, akorát ve více chráněném módu, který zajišťuje dospělá (vnitřní) postava.

Denní doba imaginace a obrázku je večer, den se chýlí k závěrečné fázi, to může být paralela s životem, který se ubírá svou druhou polovinou. Zároveň je zde však i mnoho světla - vše může být ozářené, pokud se na to díváme nadšeným pohledem tak, jako radující se dítě v pohybujiícím se kočárku. „Slunce stahuje své paprsky, aby ozářilo samo sebe, poté co promrhlo své světlo na svět“ (Jung, 1993, str. 103).

Pohyb vpřed, směrem ke konci cesty, stejně jako konec dne, je nevyhnutelný, ale může být plný prožitků, zaujetí a nových objevů. „Odpoledne života nemůžeme prožít podle téhož programu jako dopoledne, neboť toho, čeho je ráno dostatek, se začíná večer nedostávat a to, co bylo ráno pravda, večer pravda nebude“ (Jung, 1993, str. 102).

### **Shrnutí kazuistiky**

Kazuistika Ireny mapovala zejména její výtvarnou i slovní reflexi vyrovnávání se s životní fází „odpoledne života“, jak je pojmenoval C. G. Jung. Rozbory jejích artefaktů ukázaly patrné jak rodinné vlivy z období genderové socializace, tak vlivy společensko-kulturní na to, jak prožívá změny, provázející tuto životní etapu. Pro Irenu by mohlo být přínosné nabídnout jí v další terapii způsoby, jak mj. vyjádřit potlačovaný hněv a agresi.

## IV. DISKUZE

Cílem kvalitativního výzkumu bylo odpovědět na výzkumnou otázku, zda a jakým způsobem se ve výtvorech oslovených žen projevují témata vyjmenovaná v kapitole 4 Výzkumné cíle, a to v kontextu feministických přístupů v terapii. Jednalo se o témata vytipovaná na základě prostudované literatury, taková, která vyzdvihují přístupy v terapii, opírající se o nebo zohledňující feministická hlediska.

To, že jsou daná témata v artefaktech žen zpracovávána, se projevilo již u původního vzorku třinácti žen, z nichž pak bylo pro účely a rozsah práce vybráno šest respondentek a do výsledné práce byly zařazeny rozborů šestnácti artefaktů. Témata, s kterými jsem se v průběhu spolupráce s respondentkami při společných reflexích a rozbořech setkávala, spadala do všech pěti kategorií stanovených v kapitole 4 Výzkumné cíle. Konkrétněji se jednalo o témata související s oblastmi partnerství, rodiny, mateřství, sólo mateřství, sladřování práce a osobního života, života bez partnerských vztahů, se vztahem a vnímáním vlastního těla a body image, se sexualitou, porody, stárnutím a menopauzou. To samo o sobě není nikterak překvapivým zjištěním vzhledem k tomu, že jde o témata spojená s obvyklým během života žen. Za **přínosná** tedy považuji zjištění, která byla u jednotlivých respondentek a artefaktů učiněna při jejich analýze optikou feministického přístupu a při srovnávání těchto zjištění a reflexí a komentářů samotných respondentek s koncepty nalezenými při studiu příslušné literatury.

**Přínosy výzkumu.** Níže uvedu příklady z Praktické části, kdy feministicky, případně lze říci i genderově, informovaný a citlivý přístup je přínosem při uchopení daného tématu. Jak již bylo diskutováno v Teoretické části, feministický přístup mimo jiné zasazuje osobní zkušenost do sociálního, kulturního a mocenského kontextu dané doby a společnosti, a tím umožňuje posunout se z roviny individuálně prožívaných potíží či utrpení k rozpoznání společenských a kulturních faktorů, které se na něm podílejí, a k prožitku sdílené zkušenosti s osobami v podobné situaci. Toto však poskytuje jako součást terapeutické nabídky, jejíž nedílnou a podstatnou součástí je samozřejmě práce s individuálním prožíváním a zkušeností klientů/ek a jejich plné respektování, a tak tomu bylo i při spolupráci s respondentkami v rámci tohoto kvalitativního výzkumu.

U tématu **mateřství** bylo u autorky Obrázku 1 důležité vedle možnosti vyjádřit pomocí výtvarného ztvárnění a při následném rozhovoru prožitky a emoce spojené s mateřstvím rovněž propojit její zkušenost sólo mateřství s dobovým kontextem, v němž jako sólo matka musela a musí svoji roli zvládat. Znalost problematiky sólo rodičovství, předsudků, stereotypů a očekávání, která se k němu váží i zkušeností mnoha sólo rodičů na straně terapeutky jí pomohlo nahlédnout individuálně prožívané těžkosti v širším rámci a uvědomit si, že není sama, kdo podobné věci prožívá, a to včetně zvýšené rodičovské úzkosti.

Rozbor artefaktů (Obrázky 2, 3 a 4) dvou respondentek, které tematizovaly **tělo** a problematický **body image**, se opírá zejména o feministickou perspektivu. Vyplývá z něj návrh podobný úhel pohledu brát v potaz, kdykoli arteterapeut/ka zaznamená u klientek/ů diskrepance ve ztvárnění obrazu vlastního těla. Jedná se o obzvláště citlivé téma, a proto dle mého názoru není vhodné tento postřeh předložit ihned a přímo, nicméně lze jej vzít v potaz jako vodítko naznačující, že pro danou klientku je vhodné věnovat se v rámci terapie tématu jejího vztahu k vlastnímu tělu.

V oblasti **sexuality** (Obrázky 5 a 6) se na analyzovaných artefaktech potvrdilo, že řada internalizovaných očekávání a pravidel týkajících se sexuality mají původ v kulturně podmíněných normách a stereotypech a že tyto normy jsou často předávány při socializaci do genderové role v rodině. Ukázalo se rovněž, že model muž (subjekt) – žena (objekt) je v našem nevědomí zakořeněný. Pro další práci s náměty a artefakty dotýkajícími se oblasti sexuality vnímám zapojení feministické perspektivy jako rozhodně přínosné, ne-li nezbytné. Vedle objasnění původu těchto zažitých modelů nabízí i možnost individuálně přehodnotit, zda jsou pro dané individuum funkční, a otvírá možnost zvolit si jiný přístup, pokud je shledá jako nefunkční a omezující. Tím by feministicky informovaná arteterapie mohla nabízet cestu k uvolnění tlaků, které na tuto oblast vyvíjejí internalizovaná očekávání a předsudky, a tudíž k svobodnějšímu prožívání vlastní sexuality.

Téma **porodu** (např. Obrázek 7) jako takové považuji za vysoce důležité s ženami otvírat a ve skupině, kde jsem v rámci zadání k jeho uchopení pobídla, se opět ukázalo, nakolik toto téma je pro ženy, které rodily, intenzivní a emočně obsazené. Zároveň je důležité se ptát i po zkušenostech s vedením porodu ze strany zdravotnického zařízení. Sdílení porodní zkušenosti v ženských skupinách, a zejména pokud byla zraňující nebo přímo traumatizující, pokládám za velmi nosné

a jsem názoru, že takto sdílená zkušenost má pro ženy s negativní porodní zkušeností terapeutický potenciál.

Témata spojená se **stárnutím** pokládám za obzvláště důležitá. Jejich otevření rozproudilo ve skupinách emočně nabitě sdílení a diskuze. Ženy středního a vyššího věku dle mého názoru a v souladu s prostudovanou literaturou běžně nemají přístup k bezpečnému prostoru, kde by tato témata a emoce s nimi spjaté mohly bezpečně ventilovat a zároveň o nich i konstruktivně diskutovat. Právě arteterapie jim může takový prostor nabídnout. Témata, o nichž se nehovoří snadno, jejich zpracování nejprve expresivní a kreativní formou může pomoci oslovit a otevřít. Edukace o sociálním a kulturním pozadí předsudků vůči stárnoucím ženám, ageismu, patologizaci menopauzy a feministických perspektivách na dané fenomény může ženám dát možnost stereotypy spojené se stářím odmítnout. To je krokem k hledání nových, optimističtějších pohledů na dané životní období a k svobodnějšímu hledání nové životní perspektivy. To zčásti dokládá kazuistika Ireny. Tématu obav ze stárnutí se dotýká i diskuze k Obrázkům 5 a 6.

Způsob sběru dat v čistě ženských skupinách rovněž potvrdil feministický předpoklad o důležitosti sdílení ženské zkušenosti v ženských skupinách. Ženské skupiny, samozřejmě však ve spojení s tím, jak terapeutka dokáže navodit vytvoření bezpečného prostoru, podporují vzájemnou důvěru mezi účastnicemi. Tuto důvěru posilují zjištění, kolik zkušeností a prožitků mají ženy společných. Důvěru a uvolněnost ve skupinách, ale i při individuálních rozhovorech, podpořilo rovněž zapojení principů feministického přístupu ze strany terapeutky. Mezi ně patřil rovnostářský přístup, který zahrnoval nevydělování se terapeutky ze skupiny, nevystupování z pozice moci či přílišné expertnosti a rovněž potvrzení, že moje vlastní žitá zkušenost odpovídá v mnohém zkušenosti účastnic. Věřím, že tento postoj umocňoval přátelskou atmosféru ve skupině a umožnil tak větší otevřenost při sdílení.

Dalšími uplatněnými feministickými přístupy, které se podílely na ochotě ke sdílení a diskuzi, bylo zařazení krátkých edukativních bloků osvětlujících teoretické pozadí používaných arteterapeutických postupů, nabízení možných interpretací jako nabídek, nikoli jako expertního stanoviska, vyjadřování podpory a povzbuzení jednotlivým účastnicím, jakož i důvěry v jejich vlastní potenciál a schopnosti.

**Nedostatky** takto vedeného kvalitativního výzkumu se pokusím shrnout v následujícím textu. Rozhodně lze konstatovat, že sledovaný vzorek žen není reprezentativní pro populaci žen v České republice. Prvním z nedostatků v tomto ohledu je věkové složení respondentek. Do skupin i do individuálních rozhovorů byly zapojené ženy ve věkovém rozmezí přibližně od pětatřiceti do pětasedesáti let. To znamená, že ženy pod pětatřicet let nebyly vůbec zastoupeny. V užším vzorku, vybraném pro účely této práce, jsou dokonce zastoupeny pouze ženy nad pětatřicet let a horní věková hranice je padesát osm let.

Z toho vyplývá otázka, zda zjištěné souvislosti by byly možným nálezem i u žen pod pětatřicet let. Je pravděpodobné, že zkušenosti mladších žen by byly v některých ohledech odlišné, mimo jiné z důvodu průběžně probíhajících společenských změn, které mají dopad např. na odlišnosti ve výchově, respektive v genderové socializaci. Z tohoto důvodu nelze zjištěné skutečnosti zobecňovat na ženy různého věku.

Samozřejmostí je, že výsledky výzkumu nelze zobecňovat z důvodu malého počtu respondentek ve zkoumaném souboru. Dalším nedostatkem výzkumu je velmi nízká diverzita respondentek. I v širším souboru před výběrem finálních dat do předložené práce byly zastoupeny pouze ženy, které by se daly označit jako příslušnice střední třídy, obvykle s vysokoškolským či středoškolským vzděláním. Nebyly mezi nimi zastoupeny ženy, které by vykonávaly dělnickou profesi, nekvalifikovanou práci nebo byly nezaměstnané. Domnívám se, že tyto faktory by mohly mít vliv nejenom na získaná data a jejich analýzu, ale i na průběh spolupráce.

Stejně tak zkoumaný soubor postrádal diverzitu etnickou a národnostní. Z vlastních profesních zkušeností jsem názoru, že u příslušnic jiných etnik, případně jiné národnosti, by zjištění mohla být poněkud odlišná. Tudiž ani v tomto ohledu nelze výsledky vztahovat k někomu jinému, než k ženám české národnosti.

Zobecňování výsledků provedeného kvalitativního výzkumu tedy nepřipadá v úvahu, nicméně bylo by možné vyslovit předpoklad, že naznačuje některá fakta o ženách od období středního věku do věku stárnutí, české národnosti, náležející ke střední třídě, se středoškolským a vysokoškolským vzděláním. Roli by zřejmě hrála i proměnná bydliště, kterou však u daného vzorku nemám prozkoumanou.

**Výsledky** provedeného kvalitativního výzkumu jsou platné především pro konkrétní soubor žen, daly by se však (s určitými výhradami) zobecnit na ženy

definované v předchozím odstavci. Věřím, že do určité míry platí pro velkou část žen v České republice, což už je ovšem hypotéza k ověření. Je možné je shrnout následovně.

Výsledky výzkumu potvrzují důležitost probíraných témat pro ženy a důležitost nabídnout jim podněty a bezpečný prostor k tomu, aby svoje zkušenosti vyjadřovaly. Výzkum rovněž ukazuje, že arteterapeutické postupy jsou pro to nanejvýš vhodné. Prostřednictvím uvolněné výtvarné tvorby za použití jazyka obrazů, barev a tvarů umožňují dostat se bezpečně do kontaktu s vlastními představami, emocemi, vzpomínkami či přáními, s nevědomými obsahy, a vyjádřit je nejprve neverbálně. Přes kontakt s vlastním artefaktem a osobní rovinu jeho obsahů lze pak již v dialogu s terapeutkou a případně dalšími členkami skupiny pokračovat k širším souvislostem v pozadí odhaleného tématu, které sahají do oblastí společenských a kulturních norem, očekávání, stereotypů, předsudků, k zasazení osobního prožitku do stávajícího mocenského nastavení v různých strukturách společnosti počínaje rodinou. Klientkám takový náhled může pomoci sejmout břímě pocitů méněcennosti, osobní nedostatečnosti či selhání uvědoměním, že část jejich potíží vyplývá ze společenských, mocenských, politických struktur a přesvědčení, která jsou mimo jejich přímou kontrolu. Zároveň si mohou z této genderové analýzy odnést uvědomění, že se mohou svobodně rozhodnout tyto (patriarchální) struktury, stereotypy a normy vnitřně odmítnout a hledat pro sebe autentickou cestu, která již nebude spoutaná podřizováním se.

**Doporučení pro praxi** arteterapie, která z předloženého výzkumu vyplývají, je umožnit ženám setkávat se a tvořit v ženských skupinách vedených feministicky/genderově informovanými arteterapeutkami. Věřím, společně s citovanými feministickými autorkami, že sdílená ženská zkušenost je pro ženy zásadní a nese veliký potenciál pro uvědomění, kde to, co individuum pod tlakem společnosti pokládá za vlastní selhání či přímo patologii, je ve skutečnosti snahou o adaptaci na nezdravou společnost.

Dalším doporučením je cílené sestavení arteterapeutického programu pro takové skupiny, který by daná témata zahrnul systematictěji, než tomu bylo v programu stávajících skupin. Tím by se otevřel prostor pro hlubší reflexe a diskuze nad danými tématy a uvědomění, které by si účastnice odnášely, by mohlo být díky těmto prožitkům trvalejšího rázu.



Jako cesta, která nabídne potenciálním klientkám ještě větší přínosy, se jeví vytvoření skupinových programů nebo workshopů zaměřených specificky na jednotlivá z témat. Mohlo by se jednat například o arteterapeutickou skupinu pro ženy procházející obdobím středního věku zaměřenou specificky na jejich potřeby a témata, pojící se k dané životní fázi.

**Doporučení pro výzkum.** Ze získaných výsledků vyplývá další výzkumná otázka, zda a jaká část žen podstatně většího vzorku by prostřednictvím výtvarného vyjádření ztvárnila daná témata a reflektovala je způsobem, který by umožnil i interpretaci výše uvedenou feministickou optikou. Pro ověření hypotézy, že výsledky tohoto malého kvalitativního výzkumu napovídají nějaké obecné skutečnosti o situaci a prožívání žen v ČR, by byl přinejmenším zapotřebí významně větší a rozmanitější soubor respondentek. Rovněž by takový výzkum vyžadoval mnohem strukturovanější a plánovitější přístup. Dala by se také zkoumat jednotlivá témata, a každé z nich prozkoumat u reprezentativnějšího vzorku žen. Následně vyhodnotit, v čem jsou ztvárnění podobná, zda se objevují podobné prvky a v jaké četnosti, porovnat výpovědi respondentek, v čem se shodují, zda lze doložit podobný základ zkušeností atd. Lze usuzovat, že takový výzkum či výzkumy by musely být dlouhodobé, protože sběr a analýza dat v oboru arteterapie jsou nejen časově náročné.

## V. ZÁVĚR

Když jsem se pouštěla do předložené práce, ptala jsem se nejprve, jak je možné integrovat feministický přístup do arteterapie a hledala odpovědi ve feministicky zaměřených odborných publikacích. Z nalezených teoretických poznatků jsem sestavila Teoretickou část, která by měla podávat přehled teoretických východisek, ze kterých vychází Praktická část. Podstatnou částí tohoto teoretického zázemí byla témata, na která bylo třeba se v artefaktech zaměřovat, pokud jsem při jejich rozboru měla uplatnit feministicky orientovaný přístup a odhalit v nich vlivy sociokulturního kontextu, popsané v Teoretické části.

V Praktické části jsem tedy zkoumala u vybraného vzorku žen, jak se v jejich artefaktech a následně i výpovědích daná témata objevují, vynořují, odrážejí a s jakým emočním doprovodem. Potvrdilo se, že se jedná o témata pro ženy vysoce důležitá a emočně nabitá a že jejich zasazení do společenského a kulturního rámce umožňuje práci s nimi další dynamiku a rozšiřuje možnosti pro hledání strategií, jak se k nim vztahovat na osobní, ale i kolektivní úrovni. Ukázalo se, že v tomto procesu hraje významnou roli důvěrné a bezpečné prostředí ženské skupiny. Nicméně feministické principy použité ve skupinách se dají uplatnit i v individuální spolupráci.

Pro možnost výstupy výzkumu zobecnit alespoň na část ženské populace ČR by však bylo potřeba minimálně podstatně většího vzorku respondentek. Věřím, že strukturovaný rozsáhlejší výzkum, tak jak bylo naznačeno v diskuzi, by byl pro porozumění situaci žen, jejich současným pozicím ve společnosti, chování a prožívání velmi přínosný.

## VI. PŘÍLOHY

### Seznam literatury

- Aeppli, E. (2001) *Psychologie snu*. Saggiarius.
- Barša, P. (2002) *Panství člověka a touha ženy. Feminismus mezi psychoanalýzou a poststrukturalismem*. Sociologické nakladatelství.
- Benjamin, J. (2016) *Pouta lásky: psychoanalýza, feminismus a problém dominance*. Portál.
- Bridges Johnsová, C. (2022) *Sedm darů menopauzy. Neočekávaná transformační cesta*. Maitrea.
- Čacká-Pavlíková, I. (2001) Znásilnění z pohledu trestního práva. In Dolanská, J., Dvořáková, L., Frycová, D. (eds.) *Znásilnění. Sborník přednášek 1. národní konference*. Élektra.
- Einchenbaum, L., Orbach, S. (1982) *Outside in, inside out. Women's psychology: A Feminist Psychoanalytic Approach*. Penguin Books.
- Franz, M. L. (1997). Proces individuace. In C. G. Jung et al.: *Člověk a jeho symboly*. Portál.
- Gannon, L. R. (1999) *Women and aging. Transcending the myths*. Routledge.
- Greer, G. (1991) *The Change. Women, aging and the menopause*. Penguin Books.
- Henderson, L. J. (1917). Prastaré mýty a moderní člověk. In C. G. Jung et al.: *Člověk a jeho symboly*. Portál.
- Hogan, S. (1997) Problems of identity. Deconstructing gender in art therapy. In S. Hogan (ed.): *Feminist Approaches to Art Therapy*. Taylor & Francis Group.
- Hogan, S. (2013). *Your body is a battleground: Art therapy with women*. The Arts in Psychotherapy 40(4):415–419. DOI: 10.1016/j.aip.2013.05.003. Elsevier.

Hogan, S. (2019). Gender Representation, Power and Identity in Mental Health and Art Therapy. In B. Hadley, D. McDonald (eds.): *The Routledge Handbook of Disability, Arts, Culture & Media*. Routledge.

Hornová, M. (ed.). (2013). *Pečuj a vypečeme tě: zpráva o neplacené práci v ČR*. Gender Studies, o. p. s.

Hutchinson, M. G. (1983.) Transforming Body Image: Your Body, Friend or Foe? In B. Colett, The New England Association for Women in Psychology (ed.): *Current Feminist Issues in Psychotherapy*. pp 59 - 68. Taylor & Francis Group.

Janošová, P. (2008). *Dívčí a chlapecká identita. Vývoj a úskalí*. Grada.

Jones, M. (1997). Alice, Dora and Constance from the eve of history. In S. Hogan (ed.): *Feminist Approaches to Art Therapy*. Taylor & Francis Group.

Jung, C. G. (1993). *Duše moderního člověka*. Atlantis.

Kamber, N. K. (2016). Feminism and Psychoanalysis. In N. A. Naples (ed.): *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Gender and Sexuality Studies*, First Edition. John Wiley & Sons, Ltd. DOI: 10.1002/9781118663219.wbegss471

Kaschak, E. (1992). *Engendered lives: A new psychology of women's experience*. Basic Books/Hachette Book Group.

Linková, M. (2001). Znásilnění: historický kontext a genderové stereotypy. In In Dolanská, J., Dvořáková, L., Frycová, D. (eds.) *Znásilnění. Sborník přednášek 1. národní konference*. Élektra.

Lhotová, M., Perout, E. (2018). *Arteterapie v souvislostech*. Portál.

Lupton, D. (1997). Foreword. In S. Hogan (ed.): *Feminist Approaches to Art Therapy*. Taylor & Francis Group.

Machovcová, K. (2011). *Nesamozřejmé perspektivy. Genderová analýza v psychoterapii a psychologickém poradenství*. Masarykova univerzita.

Mazehóová (ed.). (2023). *Koláž jako nástroj (arte)terapie a sebepoznání*. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta.

Oakley, A. (2000). *Pohlaví, gender a společnost*. Portál.

Ošancová, R. (2002). Specifika krizové intervence u domácího násilí. In D. Vodáčková a kol.: *Krizová intervence*. Portál.

Pikálková, S., (2015). Východiska výzkumu partnerského násilí. Fyzické násilí v partnerském vztahu. Partneri, kteří se dopouštějí násilí, a jejich oběti. In Pikálková, S., Podaná, Z., Buriánek, J. (2015). *Ženy jako oběti partnerského násilí. Sociologická perspektiva*. Sociologické nakladatelství.

Podaná, Z., (2015). Psychické násilí. In Pikálková, S., Podaná, Z., Buriánek, J. (2015). *Ženy jako oběti partnerského násilí. Sociologická perspektiva*. Sociologické nakladatelství.

Schmale-Riedel, A. (2019). *Rozhněvaná žena: objevte potenciál uvolněné energie*. Portál.

Stelzerová, H. (2021). Trh práce. In P. Jelínková a J. Radovanovičová (ed.): *Stínová zpráva o stavu genderové rovnosti v české republice v letech 2016 - 2020*. Česká ženská lobby.

Šprincová, V. (2021). Zastoupení žen v politice. In P. Jelínková a J. Radovanovičová (ed.): *Stínová zpráva o stavu genderové rovnosti v české republice v letech 2016 - 2020*. Česká ženská lobby.

Marvánová Vargová, B., Nyklová, B. (2021). Násilí na ženách. In P. Jelínková a J. Radovanovičová (ed.): *Stínová zpráva o stavu genderové rovnosti v české republice v letech 2016 - 2020*. Česká ženská lobby.

Vorlová, D. (2023). *Porodnické násilí*. Nепublikovaný článek. Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy.

Wolf, N. (1990). *The beauty myth*. Vintage.

Worrel, J., Remer, P. (1992). *Feminist Perspectives in Therapy. An Empowerment Model for Women*. John Wiley and Sons Ltd.

Ženatá, K. (2005). *Obrazy z nevědomí. Práce v arteterapeutickém ateliéru*. Portál.

## Obrazová příloha



Obrázek 1- Nina: Matka a dítě

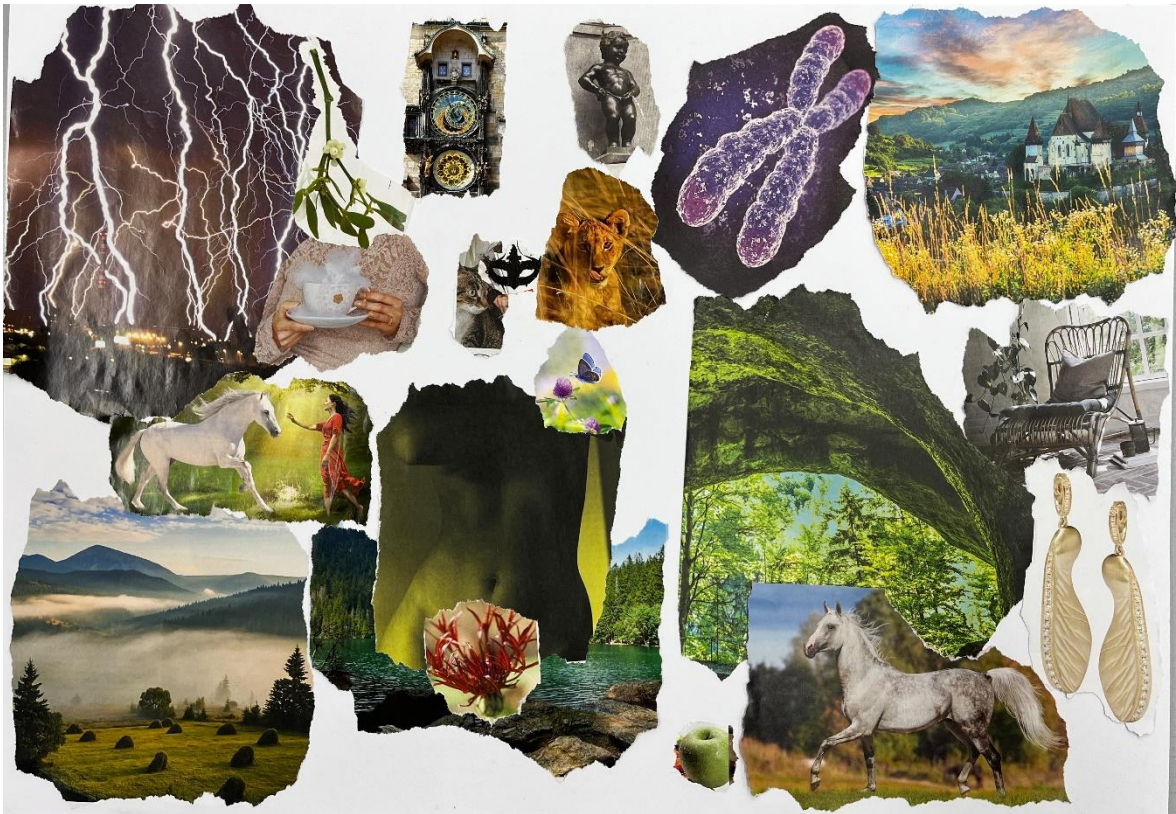


Obrázek 2 – Jitka: Mapa těla



Obrázek 3 – Iveta: Mapa těla





Obrázek 4 – Iveta: Po jakém životě toužím



Obrázek 7 – Karolína: Mapa těla



Obrázek 5 – Nina: Mořská panna



Obrázek 6 – Nina: Šípková Růženka



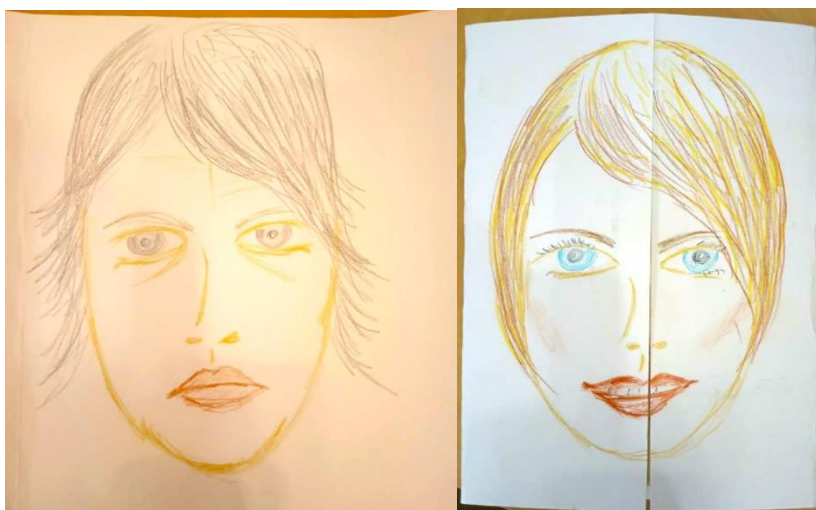
Obrázek 8 – Petra: Vnitřní žena



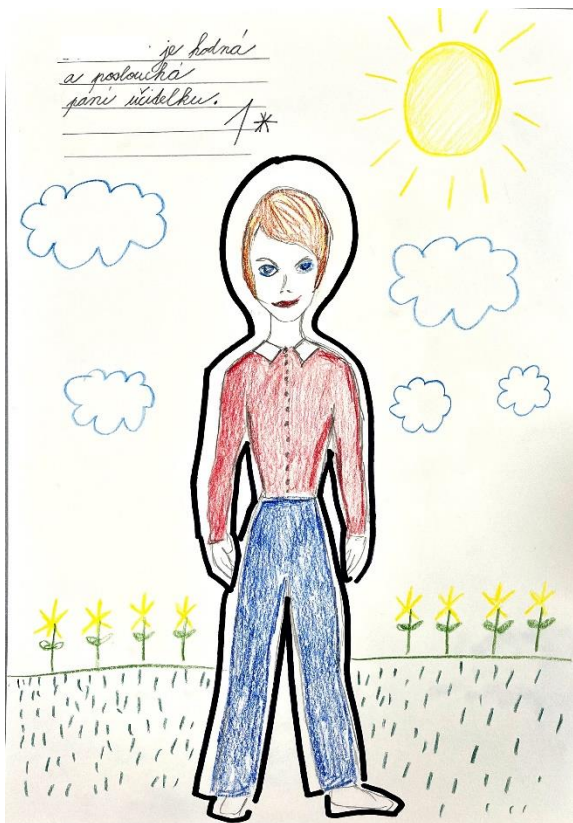
Obrázek 9 – Petra: Kněžka



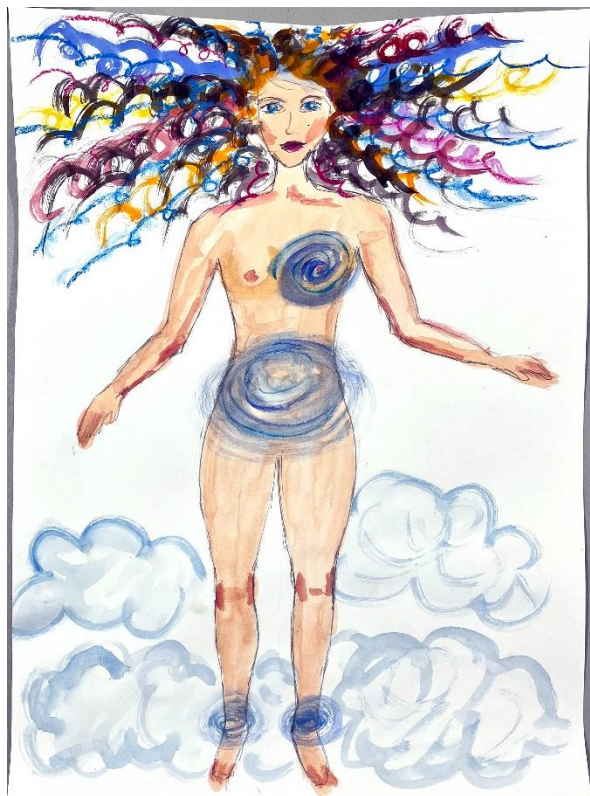
Obrázek 10 – Irena: Bohyně



Obrázek 11 – Irena: Maska a pod maskou



Obrázek 12 – Irena: Jakou mne chtěli rodiče



Obrázek 13 – Irena: Mapa těla



Obrázek 14 – Irena: Já a můj svět



Obrázek 15 – Irena: Vnitřní žena



Obrázek 16 – Irena: Matka a dítě