

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

Pedagogická fakulta

Bakalárska práca

Univerzita Palackého v Olomouci

Pedagogická fakulta

Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalárska práca

Tatiana Trnková

Využitie prvkov tanečno-pohybovej terapie
v paradivadelných systémoch

Olomouc 2017

vedúci práce: Mgr. Martin Dominik POLÍNEK, Ph.D.

Prehlásenie

Prehlasujem,

že som túto bakalársku prácu s názvom Využitie prvkov tanečno-pohybovej terapie v paradivadelných systémoch spracovala samostatne a uvádzam v nej všetky pramene, ktoré som použila.

V Olomouci dňa 20.04. 2017

.....

Tatiana Trnková

PodĎakovanie

Ďakujem svojim rodičom, ktorý mi umožnili kráčať cestou univerzitného poznávania a všetkým ďalším blízkym osobám, ktoré sú súčasťou môjho života a mojou veľkou oporou.

Ďalej ďakujem mojím spolužiakom vďaka, ktorým som v priebehu štúdia získala mnoho skúseností a všetkým vyučujúcim, ktorý nás viedli behom troch rokov.

V neposlednej rade chcem poďakovať mojim priateľom za pevné nervy a pomoc pri tvorení tejto práce.

Ďakujem Mgr. Martinovi Dominikovi Polínkovi, PhD. za odborné vedenie tejto práce .

Obsah

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI.....	1
Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta.....	2
Obsah.....	5
Teoretická časť	7
1. Tanečno-pohybová terapia(TPT)	8
1.1. Vymedzenie tanečno-pohybovej terapie	9
1.2. Vznik a vývoj tanečno-pohybovej terapie.....	10
1.3. Špecifiká tanečnej a pohybovej terapie.....	12
2. Školy tanečno-pohybovej terapie	15
2.1. Bazálny tanec Marian Chaceovej	15
2.2. Autentický pohyb Mary Starks Whitehouseovej.....	16
2.3. Body-Ego technika Trudi Schoopovej	17
2.4. Symbolická tanečná terapia Laury Sheleenovej.....	18
2.5. Tanečná terapia s využitím Labanovej analýzy pohybu.....	19
2.6. Tanečná terapia ako primitívna expresia.....	20
2.7. Psychobalet	21
3. Paradivadelné systémy.....	22
3.1 Vymedzenie pojmu paradivadelné systémy	22
3.2. Paradivadelné systémy povahy edukačnej.....	23
3.3. Paradivadelné systémy povahy terapeutickej	25
3.4. Ďalšie paradivadelné systémy	28
Praktická časť	31
4. Úvod do metodológie	32
4.1. Metódy výberu vzorky	32
5. Realizácia výskumného šetrenia	36
5.1. Výber vzorky	36
5.2. Zber dát	38
5.3. Metódy spracovania dát	38
6. Priebeh výskumu	40
7. Analýza a interpretácia výsledkov	41
7.1. I. okruh – odporúčené prvky z tanečno pohybovej terapie.....	41
7.2. II. okruh - záujem a znalosť študentov špeciálnej pedagogiky-dramaterapie o TPT ..	44
8. Diskusia.....	47
Záver.....	49
Zoznam prameňov a použitej literatúry	51
ZOZNAM PRÍLOH.....	53

Úvod

„Nikto sa nestará, či vieš dobre tancovať. Len sa postav a tancuj. Veľkí tanečníci sú veľkými iba vďaka ich vášni.“

(Martha Graham)

Tento citát nám jasne hovorí, že samotný tanec, ktorý vychádza priamo z našej duše, bude mať veľkú váhu. Hovorí o totálnej pohybovej uvoľnenosti. O spontánnosti a prirodzenosti v pohyboch pokiaľ sú vedené emóciami. Ide o prežitok z pohybu, kde prichádza maximálna uvoľnenosť. Podstatou je, aby sme sa vo svojom pohybe cítili príjemne a hlavne prirodzene. Aby vychádzal z nás prirodzene a nám pomohol byť tu a teraz so samým sebou v tej najväčšej čistote.

Pohyb samotný v tejto dobe podceňuje, preto mnohí ľudia vyhľadávajú možnosti pohybu, aby uvoľnili a oslobodili telo od určitého napätia alebo pozastavili myšlienky a boli len oni a pohyb. Pohyb nám môže pomôcť uvoľniť napätie či depresiu. Tanec je ako nástroj komunikácie a expresie založený na práci s telom. Pohyb je dôležitý v každom ohľade nášho života, či je to na doskách, ktoré znamenajú svet alebo vonku v reálnom živote, či v terapii.

Dôvod, kvôli čomu som si vybrala túto tému na spracovanie, je prostý. Človek hrá celý čas. Či je to v spoločnosti, alebo o samote. A telo je našim nástrojom. Vie o dotyčnom prezradiť veľké množstvo informácií. Taktiež je hlboko späté s emóciami ako obyčajný stres alebo strach. To nám postavenie tela prezradí veľmi rýchlo. Preto je dobré vedieť porozumieť vlastnému telu. Kvôli tomu je, podľa môjho názoru, dobré naučiť sa využívať určité prvky buď tanca alebo z tanečne pohybovej terapie v iných sférach. Či je to divadlo, alebo dramaterapia. Ved' aj pri tejto disciplíne za nás hovorí z veľkej časti naše telo.

Preto som sa rozhodla napísať prácu na túto tému a pomôcť budúcim výchovným dramatikom alebo dramaterapeutom či špeciálnym pedagógom nájsť možné prvky, ktoré by vo svojej praxi mohli používať aj oni. Po dlhšom uvažovaní som však prišla na to, že by bolo dobré zistiť postoj ľudí pripravujúcich sa na svoju profesiu špeciálneho pedagóga – dramaterapeuta. Hlavne, či by bolo pre nich prospešné dostať tieto informácie, prípadne sa naučiť používať jednotlivé prvky.

Teoretická časť

V tejto časti práce sa najskôr pozastavíme nad vznikom tanečno-pohybovej terapie. Následne sa zameriame na prvky tanečno-pohybovej terapie a každý si priblížime. Potom sa venujeme základnej charakteristike, každého prvku zvlášť

Ďalej si vymedzíme paradivadelné systémy. Bližšie si ich špecifikujeme a uvedieme ich rozdelenie. Predstavíme si ich rozdelenie do dvoch základných kategórií. Do každej tejto kategórie patria prístupy, ktoré si následne definujeme.

1. Tanečno-pohybová terapia(TPT)

Každý z nás považuje tanec za druh umenia. Z obvyčajnej výuky tanca a pohybu, v skupinách ľudí so špeciálnymi potrebami, sa vyvinula tanečno-pohybová terapia. Prostriedkom oboch je pohyb samotný spolu so svojimi základnými jednotkami ako je telo, čas, priestor a energia alebo inak nazývaná sila. (Payne, 1990)

Tanec ako umenie kladie dôraz na cieľ, pod čím rozumieme, napríklad predstavenie, precvičovanie alebo výuka. Ale v tanečnej a pohybovej terapii sa tanec berie hlavne ako pohyb samotný, neberie sa veľmi ohľad na estetický zážitok. (Payne, 1990)

Od 80 rokov je tanec chápaný ako druh umenia, ktorý vie zasahovať do výchovných a spoločenských sfér. Tanec ako druh umenia nám ponúka možnosti choreografií a určitých techník, ktoré sa spájajú hlavne s moderným tancom. Forma vyplýva hlavne z nácviku určitých techník, kde sa učí zapojovať telo špecificky, ako napríklad v baletе. (Cohen, 1966)

Avšak, medzi tancom ako umením a pohybom v terapii máme pár rozdielov. Hlavný rozdiel je v našom ponímaní. Dôležitým a významným faktom v tanečnej a pohybovej terapii je silné prepojenie medzi pohybom a emóciami. Jeho cieľom však nie je pripraviť predstavenie. (Payne, 1990)

Proces v tanečnej a pohybovej terapii prebieha najmä neverbálne a teda pohyb sa stáva vyjadrovacím prostriedkom. Nevedome navodené pohybové reakcie môžu priviesť klienta k asociáciám a následne k novému prežívaniu. (Payne, 1990)

Môže ísť o individuálnu alebo skupinovú terapiu, kde základom sú improvizácie. Zapojením výrazového pojatia do procesu zmyslového alebo pohybového (ako sa používa v Labanových metódach, o nich nižšie). Tým sa umožní, aby sa prejavila a následne znovu prežila skúsenosť, ktorá je uložená hlboko. (Payne, 1990)

Vedúci musí veriť, že klient je schopný prísť ku zmene. Spôsoby, ktorými klienti môžu pracovať sú vo svojej podstate hlavne spontánne a musia vychádzať z klienta, a najmä z jeho podstaty. Dôležitá je spontánnosť klienta, pretože improvizácia potrebuje spontaneitu. Kým skupina naberie odvahu, aby začala improvizovať, je dôležitý opatrný prístup, čas a správny výber aktivít. V tomto procese poznáme dva základné princípy, kde pohyb môže

rozvíriť pocity alebo pocity môžu byť začiatkom pohybu a môžu mať naň veľký a podstatný vplyv (Payne, 1990).

Telo a myseľ sú od seba neoddeliteľné, v tejto myšlienke je zakorenené využitie tanca a pohybu v terapii ako liečebného účinku. V podstate ide o to, že telo a jeho pohyb sú ovplyvnené vnútorným emocionálnym stavom človeka a zmeny, ktoré sa vykonajú na úrovni pohybovej môžu viesť k zmene psyché a tým sa podporí jeho rozvoj a zdravie. (Bič, 2011)

Definícií tanečno - pohybovej terapie je mnoho a obsah je zakaždým rovnaký, no najznámejšia definícia Americkej asociácie tanečnej terapie (ADAT) (Bič 2011, podľa Stanton –Jones, 1992)

„Tanečná terapia je psychoterapeutické využitie pohybu v procese, kde jeho účelom je dosiahnutie fyzickej a psychickej integrácie jedinca.“

1.1. Vymedzenie tanečno-pohybovej terapie

Dnes poznáme viacero označení/pomenovaní pre psychoterapeutický smer využívajúci pohyb a tanec ako hlavný psychologický prostriedok pre dosiahnutie požadovanej osobnostnej zmeny. Ako napríklad tanečná terapia, tanečno-pohybová terapia, tancujúca terapia, psychotanec, psychobalet, choreoterapia. (Dosedlová, 2014)

Európska asociácia tanečno-pohybovej terapie (AEDT) ju definovala ako psychoterapeutická aktivita, ktorá pacientom pomáha nájsť :

1. Radosť z funkčnej činnosti
2. Jednotu telesna a duševna
3. Obnovu pozitívneho sebaaprijatia
4. Autonómiu
5. Telesnú symboliku
6. Sublimáciu

Podľa Americkej asociácie ADAT si tanečno-pohybová terapia (Čížová, 2005) kladie za cieľ dosiahnuť:

1. Emočnú a fyzickú integráciu jedinca
2. Vedomie tela, hranice tela a jeho vzťah k priestoru
3. Realistické vnímanie svojej vnútornej predstavy o tele
4. Akceptácia a bezpečný spôsob zvládania napätia v tele, úzkosti, stresu, potlačovanie energie,
5. Schopnosť identifikovať a vyjadrovať svoje emócie a pocity prijateľným a bezpečným spôsobom,
6. Ozvláštnenie a znásobenie pohybového repertoáru,
7. Pomoc pri kontrolovaní impulzívneho správania

Myšlienka vzájomnosti vzťahu telesných a duševných pochodov a ich vzájomná ovplyvniteľnosť je vlastne základnou myšlienkou tejto liečebnej metódy.

Česká asociácia TANTER definuje tanečnú terapiu v súlade s pojatím ADTA:

Tanečná a pohybová terapia je psychoterapeutické využitie pohybu ako procesu posilňujúceho kognitívnu, emocionálnu, sociálnu, a fyzickú integráciu jedinca. Je formou psychoterapie, v ktorej je pohyb prostriedok zmeny. TPT je založená na interakcií tela a mysle, pričom pohyb a tanec sú komunikačný prostriedok, ktorý reflektuje osobnosť, a zmeny v pohybovej úrovni spôsobujú zmeny v mysli.

1.2. Vznik a vývoj tanečno-pohybovej terapie

Tanečná terapia (ďalej len TT), spolu s hnutím terapií zameraných na telo, sa objavila v štyridsiatych rokoch 20. Storočia v USA. Vychádza z psychoanalýzy, hlavne však podporuje „oslobodenie tela“ alebo „slobodné sebavyjadrenie“. (Dosedlová, 2014)

TT, ktorá vznikla v USA je založená na modernom výrazovom tanci. Ide najmä o symboliku a prostredníctvom tohto tanca vyjadruje osobné emócie a zážitky. Prvý tanečný terapeuti boli predovšetkým profesionálni tanečníci, ktorí sami spoznali a ocenili vplyv tanca na rozvoj vlastnej osobnosti. Ich plán bolo podať tieto skúsenosti ďalej. Prvá menovaná tanečná terapeutka, Franziska Boasová, spoznala možný liečivý účinok tanca a od roku 1941

sa starala o psychotické deti. (Dosedlová, 2012)

Za zakladateľku tanečno terapeutického smeru sa považuje Marian Chaceová. Bola prvou prezidentkou Asociácie americkej tanečnej terapie (American Dance Therapy Association, ADAT) založená v roku 1966. ADAT definuje tanečnú terapiu ako „terapeutické využitie pohybu k dosiahnutiu emočnej a fyzickej integrácie jedinca“ (Dosedlová, 2012)

Lilian Espenaková prevzala z bioenergetickej analýzy pre TT napr. body-reading (čítanie tela). Ide vlastne o detailné posúdenie pohybov, postojov tela a jeho dynamiky, ktorým môžeme odhaliť zóny organizmu jedinca, ktoré sú zablokované. Taktiež americká TT využíva popis pohybových systémov Labanovej notácie. (Serre, 1995)

Trudi Schoopová zdôrazňovala princíp telesného seba prijatia schizofrénnych pacientov, s ktorými pracovala.

Tanečnica Mary Whitehouseová je významnou osobnosťou pre začiatky tanečnej terapie. Inšpirovala sa predpokladom, že pohyb je jednou z foriem výrazu nevedomých procesov, a tak aj jednou z metód ako sa im priblížiť. (Lasage, 2002)

V Európe má odozvu ADAT hlavne vo Veľkej Británii. V Londýne sa rozvíjalo Labanové centrum pre pohyb a tanec, hlavne, na základe pohybovej diagnostiky.

V roku 1982 bola v Londýne založená Association for Dance Movement Therapy, ktorá tanečných terapeutov združovala. Napríklad Lynn Craneová, Catalina Garvieová, Helen Payneová. (Dosedlová, 2014)

Vo Francúzsku patrí k zakladateľom tanečnej terapie v 50. rokoch Rose Gaetnerová, ktorá rozvíjala a učila terapeutickú techniku, ktorá vychádza z klasického baletu. Nasledovali Monique Ronsartová, Maddy Jourdainová, Francois Dussour a Jean- Francois Richard. Väčšina francúzskych terapeutov získala svoje vzdelanie v Amerike.

V roku 1977 položila základy svojho pojatia TT ako primitívnu expresiu France Schott-Billmannová. A toto pojatie je dnes vo Francúzsku najsilnejším prúdom. Symbolickú tanečnú terapiu inšpirovanú C. G Jungom a jeho hlbinnú psychológiu rozvíjala Laura Sheleenová.

Účasť viacerých odborníkov na seminári Tanec a psychoterapie v Paríži, sa stala podnetom na založenie Francúzskej spoločnosti pre psychoterapiu tancom v roku 1984.

Potreba pre medzinárodnú výmenu informácií a skúseností viedli ku založeniu Európskej asociácie tanečnej terapie (AEDT) V ROKU 1993. Vznikla vďaka francúzskej iniciatíve a teraz združuje šesť národných asociácií zo štyroch európskych zemí (Francúzsko, Taliansko, Grécko, Belgicko). (Dosedlová, 2012)

V roku 2010 bola založená Európska asociácia tanečnej a pohybovej terapie (EADMT) v Mníchove. Jej cieľom je garantovať profesionálne štandardy praxe tanečných terapeutov a podporovať spoluprácu medzi jednotlivými krajinami pri vzdelávaní, výskume a praxi. (Dosedlová, 2012)

Tanečná terapia sa rozvíjala aj v iných krajinách mimo Európu napr. Austrálii, Juhoafrickej republike, Indii alebo Japonsku. Väčšina terapeutov pracuje v duchu americkej školy TT, ale aj napriek tomu si niektoré krajiny ponechávajú vlastnú originalitu a individualitu a používajú vo svojom prístupe tradičné kultúrne vplyvy. (Dosedlová, 2012)

V Českej republike v rokoch 1997 – 1999 prebehol prvý trojročný výcvik tanečno-pohybovej terapie pod vedením amerických terapeutov. V roku 2002 bola založená Česká asociácia tanečnej a pohybovej terapie TANter. Je to nezisková organizácia, ktorá je členom Európskej asociácie tanečno-pohybovej terapie (EADMT). (Dosedlová, 2012)

1.3. Špecifiká tanečnej a pohybovej terapie

V dnešnej dobe sa často rozlišuje tanečná terapia a terapeutický tanec. Potreba tohto rozlišovania vyplynula z veľkého množstva používaných tanečno či pohybovo terapeutických intervencií, ktoré sú zakotvené v rôznych teoretických rámcoch a realizované sú rozmanito. (Dosedlová, 2012)

Tanečná terapia alebo tanečno-pohybová terapia musí spĺňať kritéria, ktoré sú všeobecne kladené na psychoterapiu. Kratochvíl (2002) charakterizuje psychoterapiu ako liečebné pôsobenie psychologickými prostriedkami, ako sú napríklad slová, podnecovanie emócií, neverbálne správanie, terapeutický vzťah, učenie, sugescia, vzťahy v skupine. Dôležité ale je, že toto pôsobenie je plánované. Ide teda o cieľavedomé pôsobenie na duševné procesy, na osobnosť a jej vzťahy a na činitele, ktoré poruchu vyvolávajú. Tanečná terapia využíva pohyb ako hlavný psychologický prostriedok, ktorý má pomôcť (seba)uvedomeniu, náhľadu na problém a prípadnej rekonštrukcii neadaptívnych stereotypov. (Dosedlová, 2014)

Jednotlivec alebo aj skupiny, ktorý sa aktívne venuje (terapeutickému) tancu môže získať z pozitívnych účinkov tanca. Ich pôsobenie je však menej jasne plánované. Často skupina preferuje samotný pohyb. Pohyb je teda samotný cieľ a zmeny v prežívaní, myslení či správaní môžu byť iba pridruženým efektom. Tieto zmeny nemusia byť ani plne uvedomované a teda ani reflektované. Príkladom sú afrotance, brušné tance, alebo samotný nácvik choreografie s hendikepovanými ľuďmi. Terapeutický tanec môže mať vypracovanú nejakú teóriu terapeuticky účinných prvkov, ale nemá ctižiadosť viesť odkrývajúcu a rekonštrukčnú terapiu. Tak ako podporná terapia poskytuje porozumenie, aktivizáciu, dôveru vo vlastné sily a príjemnú atmosféru. (Dosedlová, 2014)

Proces tanečne pohybovej terapie je komplexný no zároveň je to pojem veľmi obsiahly. Obsahuje v sebe niekoľko procesov zároveň a to: proces prípravy a kontaktovania sa v rámci terapie, proces priebehu hodín, proces, ktorý sa týka skupiny/celku, či jednotlivého klienta a na záver proces samotného terapeuta. Ide o dynamiku a vývoj, ktorý je sledovaný terapeutom. Pri tejto terapii sa hlavne zaujímate o pohybovú rovinu, ináč povedané, snažíme sa o preklad medzi popisnou rovinou a pohybom. (Bič, 2011)

Tanečno-pohybová terapia má päť teoretických princípov a to:

1. Telo a myseľ sú v spojení a vzájomnej interakcii nepretržite. To znamená, že v terapii je klient vedený k prepojeniu verbálna s pohybom.
2. Pohyb reflektuje osobnosť.
3. Dôležitý je vzťah medzi klientom a terapeutom. Tento vzťah sa utvára pomocou pohybu a umožňuje následné zmeny v správaní.(terapeut môže zrkadliť pohyby, prípadne sa snaží o úplnú synchronizáciu).
4. Pohyb môže byť prejavom nevedomia. Zahŕňa myšlienky, pocity, predstavy, ktoré boli potlačené.
5. Terapeutický účinok má sám o sebe aj vytváranie pohybu, pretože umožňuje klientovi experimentovať s vlastným telom a teda zbierať nové skúsenosti života vo svete. Dôležitý aspekt je kreatívny proces, kde nevedomie je zdrojom tvorivej inšpirácie. (Bič, 2011)

Ako v každej terapii je dôležité stanoviť si určité ciele, ku ktorým sa s klientom snažíme dospieť. Ako pri každej expresívnej terapii si ciele stanovíme podľa potrieb klienta. No základné ciele tanečno-pohybovej terapie zahŕňajú umožniť človeku sa orientovať v sebe samom, prijať svoju sociálnu rolu, podporiť osobnostný rast, naučiť sa lepšie orientovať v sociálnych vzťahoch, rozvíjať schopnosť empatie či naučiť sa objektívne hodnotiť svoje rozhodnutia (Bič, 2011)

Špecifické ciele tanečno-pohybovej terapie definovala aj Klára Čížová vo svojej knihe Tanečne pohybová terapie a to sú: fyzická a emočná integrácia jedinca, pomoc pri kontrole impulzivnosti, obohatenie zásoby pohybov a zlepšenie ich kvality, spoznať hranice svojho tela, jeho vzťah ku priestoru či samotné uvedomenie si svojho tela, napomáha aj pri realistickom uvedomení si vnútornej predstavy o tele, bezpečné zvládanie napätia v tele, úzkosti, stresu, či potlačovanej energie. A v neposlednom rade schopnosť pochopiť, identifikovať a vyjadriť svoje pocity bezpečným spôsobom. (Čížová, 2005)

Trudi Schoopová zdôrazňuje, že pokiaľ sme rozhodnutí vykonávať tento druh práce musíme vychádzať zo znalostí seba samého. (Chodorowová, 2006)

2. Školy tanečno-pohybovej terapie

V tejto kapitole si predstavíme vybrané techniky terapeutického tanca. Sú usporiadané podľa historickej postupnosti a podľa blízkosti svojich teoretických východísk. Táto kapitola je v práci zahrnutá z dôvodu oboznámenia sa s technikami tanečno-pohybovej terapie. Je to dôležité pre všeobecný rozhľad a teda informácie o zakladateľovi, vzniku a využití každého prvku zvlášť. Prvky tanečno-pohybovej terapie v tejto kapitole sú zámerne vybrané, na základe praktickej časti. (Vid' kapitola 7 praktickej časti)

2.1. Bazálny tanec Marian Chaceovej

Žiačkou Denishawn School bola Marain Chaceová, ktorá prvá prišla s bazálnym tancom. Pri štúdiu moderného tanca pocítila, že pohyb rezonuje s emóciami a uvedomila si ich komunikačnú hodnotu. Verila v prítomnosť pohybu, ktorý jasne vyjadroval emócie a tak vyvinula tento tanečno-terapeutický prístup. Tento prístup kladie dôraz na zdieľanie pocitov v skupinovej interakcii. (Dosedlová, 2012)

Marian Chaceová, vyvinula prístup tanečno pohybovej terapie, kde sa kladie dôraz hlavne na zdieľanie pocitov, v skupinovej interakcii. Chaceová pracovala hlavne so skupinami. Pri svojej práci, používala hudbu, ktorá pomáhala pri vyjadrení a rozvinutí nálad. (Chodorowová, 2006)

Ide vlastne o voľný, slobodný a teda bazálny tanec bez vymedzených techník. Spontánny tanec pomáha symbolicky vyjadriť vnútorné pocity alebo konflikty, ktoré klient nedokáže priamo verbalizovať. (Dosedlová, 2012)

Dôraz by sa mal klásť hlavne na výber hudby. Mal by byť behom celého terapeutického stretnutia súznieť s emočným naladením celej skupiny. Napríklad v skupine, v ktorej je hlavná emócia sklúčenosť, by sa malo začínať pomalými valčíkmi a postupne ísť cez veselé valčíky k polkám a nakoniec sa pomaly vrátiť späť ku veselému valčíku. (Chodorowová, 2006)

Teraz si opíšeme pár postupov a prvkov, ktoré tanečný terapeuti využívajú dodnes.

Úvodom je zahriatie tela a rozcvičenie jednotlivých častí, ktorý postupne vedie k zjednoteniu. Prijatie skupinou individuálne potreby ostatných klientov, zrkadlenie. Tanečné improvizácie na danú tému, objavovanie priestoru, energie, rytmu pomocou pohybu. V celkom tomto procese sa hudba považuje za prostredníka a vedie k zjednoteniu. (Dosedlová, 2012)

2.2. Autentický pohyb Mary Starks Whitehouseovej

Mary Starks Whitehouseová (1910- 1979) študovala tanec u Mary Wigmanovej a Marthy Grahamovej. Počas svojho pôsobenia ako profesionálna tanečnica a taktiež ako pedagóg tanca prišla do kontaktu s psychoanalýzou. Sama prešla jungiánskou analýzou. Radí sa medzi priekopníčky tanečnej terapie v USA. Pracovala s neurotickými pacientmi. (Dosedlová, 2012)

Inšpirovala sa Jungovskou technikou aktívnej imaginácie a kodifikovala ju pre svet pohybu a tanca. Človek v tejto technike obracia pozornosť do svojho vnútra a trpezlivo čaká na nejaký impulz, ktorý sa vynorí a vedie k pohybu. Podstatné je, že pohyb nie je vedený vedome, ale človek čaká kým sa jeho telo začína spontánne pohybovať. Vo chvíli, keď sa objaví impulz, je potrebné u neho udržať pozornosť a pohyb sa začne autonómne rozvíjať na základe nevedomej dynamiky. Terapeut je len svedkom, do procesu nezasahuje. Je si vedomý vlastnej emočnej, kognitívnej a somatickej odozvy, ktorú klientova pohybová produkcia u neho vyvoláva (Chodorowová, 2006).

Whitehouseová kládla veľký dôraz na rozlíšenie dvoch foriem pohybu: hýbať sa a byť hýbaný. Hýbať sa spadá pod vedomú rovinu a pohyb je iniciatívne riadení z ja. Byť hýbaný je nezámerný pohyb. Človek by mal byť senzitívny k obom týmto formám a nezostávať v žiadnej z nich. Spojenie toho čo robím a toho čo sa mi prihodí je spojené v pohybe môjho bytostného Ja. A teda pohyb môjho bytostného Ja zahrňuje pohyb vedomý i nevedomý. (Chodorowová, 2006.)

Ako jednoducho porozumieť telesnému pohybu je schopnosť rozlíšiť medzi tým, keď telo necháme voľne niečo vykonávať a tým keď s ním niečo robíme. V princípe ide o to, že sila vôle a úsilie bráni prirodzenému pohybu. Dôležité je pokúsiť sa potlačiť telesný dojem pohybovej kvality. Či ide o zadaný pohyb alebo obyčajnú improvizáciu, jedinec sa musí

naučiť nechať telo sa hýbať, a nie pohyb ovplyvňovať vedomím či myslením. Pohyb aby bol dokonalo prežitý musí vychádzať z tela. (Chodorowová, 2006)

Prvým krokom je nadviazanie spojenia medzi vnútornými impulzmi a fyzickou akciou. Keď sa toto spojí v jedno imaginatívna skúsenosť sa sama ukáže ako sen naplnený citovým vzrušením. (Chodorowová, 2006)

2.3. Body-Ego technika Trudi Schoopovej

Umelkyňou, ktorá prepája moderní tanec s pantomímou je Trudi Schoopová. Pracovala hlavne so psychotickými pacientmi, kde sa zamerala hlavne na zmeny ich telesného seba pojatia. Verila, že ak zmeníme strnulé, nepoddajné telo, dôjde k zmene v myslení a prežívaní. Najvýznamnejšia technika je technika zrkadlenia. Po podrobnom pozorovaní zaujala postoj klienta, jeho držanie tela, opakovala jeho pohyby, spôsob chôdze, aby sa mohla viac priblížiť k jeho vnútornému prežívaniu. Skupiny viedla k tomu, aby objavovali všetky možnosti pohybu ich tela. Pomocou pohybu ich previedla cez ontogenetický vývoj a celou evolúciou. Kládla dôraz na jednotnosť a jednoznačnosť vyjadrenia, a na integráciu všetkých častí tela. (Dosedlová, 2012)

Hodiny sa začínajú fyzicky náročnou zahrievacou fázou, pokračuje sa diagonálne cez celý sál radou jednoduchých pohybových sekvencií. Následne sa improvizuje na rôzne druhy zmyslových obrazov, ako napríklad hra s imaginárnymi loptami rôznych veľkostí a váh, chôdza nahnutá na jednu stranu pri pokuse niest' imaginárny kufor. Pokračuje sa voľnejšiu prácou s predstavivosťou až k vyjadrovaniu emocionálnych skúseností. Každá skupiny končí rôzne, niekedy to je ukončené skákaním, behaním, dupaním a niekedy sa vďaka hudbe napríklad polonéza predstiera, že sme dámy z osemnásteho storočia v dlhých elegantných šatách. (Chodorowová, 2006)

Jej cieľom bolo naučiť sa rozpoznávať, ktoré časti tela klient veľmi nepoužíva alebo ich používa nesprávne a priviesť ho následne k funkčnosti. Naviazať vzťah medzi myšlienkami a telom, previesť emócie do fyzického tvaru a nakoniec užívať si všetky stránky pohybu. (Dosedlová, 2012)

Podstatou tejto techniky je hlavne spoločne sa začať hýbať, hrať sa a smiať sa. Schoopová tvrdí, že uvedomenie mení všetko. Keď si klient začne viac uvedomovať postoj

svojho tela, začne reálne prežívať emočné výkyvy. Klient si začne veci uvedomovať a prežívať priamo a tým postupne mení aj držanie tela či chôdza. (Chodorowová, 2006)

Body-ego technika využíva aj techniku napodobňovania, a vďaka tomu priblíženie sa emočnému prežívaniu iných. Dôležité je snažiť sa presne znázorniť chôdzu, postavenie tela jedinca a následne predstaviť si a vnímať, aké rozpoloženie by dotýčenému jedincovi mohlo zodpovedať. V tejto technike je dôležité preháňať to ako sa iný pohybuje a následne popísať ako sa v tejto pozícii tela cítime a čo prežívame. (Chodorowová, 2006)

2.4. Symbolická tanečná terapia Laury Sheleenovej

Laura Sheleenová je profesionálna tanečnica klasického a moderného tanca. Vo svojom pojatí čerpá z myšlienok C.G.Junga, najmä z jeho pojatia archetypov kolektívneho vedomia. (Dosedlová, 2012)

Arche typy sú pravzory pocitov a ľudskej existencie vôbec. Táto forma obsahuje aj mytologické motívy.

Najpoužívanejšou technikou je „večný kolobeh života“. Tanečníci stoja v kruhu. Kruh je posvätná forma. V kruhu sú dve základne prepájajúce sever s juhom a východ so západom a dve diagonály, ktoré majú vzťah k bodom obratu. Postupuje sa po kruhu a znázorňuje sa 8 archetypálnych postáv. Každá postava má svoju typickú pózu, ktorá nesie symbolický význam. Po zvládnutí všetkých prvkov pracuje skupina samostatne za doprovodu hudby. Tanečníci sa točia dokola. Každý jeden si prejde celým kruhom viackrát a prežije si symboliku cez vlastné telo. Zistí čo je prijímanie, dávanie, vládnutie, obdivovanie, lúčenie sa, žehnanie, pozeranie sa späť, úmrtie, znovu narodenie a čakanie. Metaforicky povedané, si prežije celú drámu života. Táto technika sa považuje za vysoko emotívne náročný proces. (Dosedlová, 2012)

V symbolickej terapii sa taktiež pracuje s najrôznejšími objektmi ako sú masky, polystyrénové krídla, geometrické tvary, ktoré sa v neskoršom procese využívajú v choreografiách. Tanečníci tieto objekty samy ožívujú a môžu sa cez ne vyjadrovať. (Dosedlová, 2012)

2.5. Tanečná terapia s využitím Labanovej analýzy pohybu

Rudolf von Laban bol tanečník, choreograf a tanečný teoretik. Vytvoril jasne definovaný systém, vďaka ktorému sa dá pohyb pozorovať, analyzovať a taktiež zaznamenávať. Labanova analýza pohybu je podrobne prepracovaný systém, ktorý je možné využívať širokospektrálne. V športe, fyzioterapii, psychoterapii, herectve. (Dosedlová, 2012)

Pohyb tvorí iba časť správania, no keď ho pozorujeme, popisujeme alebo definujeme, môžeme si byť vedomí určitej variácie, ktorú očakávame v správaní. (Payne, 1990)

V Labanovej analýze je pozornosť zameraná na slovnú zásobu pohybov a ich analýzu a sledovanie, čím pohybujeme (telo), ako sa pohybujeme (kvality), kde sa pohybujeme (priestor), s čím alebo s kým sa pohybujeme (vzťah). Sledovanie pohybu pomocou tejto kategórie nám umožňuje citlivejšie určovať rozsah pohybového správania klientov a ich silné a slabé stránky. (Payne, 1990)

Laban postavil tento systém na štyroch hlavných kategóriách a to telo, sila alebo dynamika, tvar a priestor. (Dosedlová, 2012)

Teraz si každú z týchto kategórii priblížime.

Telo popisuje telesné charakteristiky ľudského tela v pohybe a teda držanie tela, dýchanie, napätie či uvoľnenie, používanie/nepoužívanie jednotlivých častí tela. (Dosedlová, 2012)

Sila v súčasnej dobe nazvaná ako dynamika, sleduje pohyb z hľadiska sily a definuje jeho vlastnosti na základe motivácie pohybujúceho sa človeka. V rámci tejto kategórie rozlišujeme 4 motorické faktory a to váha (jej prítomnosť a neprítomnosť, pohyb ťažký, ľahký), priestor (priamosť, nepriamosť), čas (náhly ale zadržaný) a plynutie (kontrolovaný alebo voľný pohyb) (Dosedlová, 2012)

Kategória tvar sleduje formu tela pri pohybe. Popisuje situácie, kde sa naše telo tvaruje podľa určitého predmetu, ľudí okolo nás, ale tiež na základe vnímania vnútorných telesných procesov. (Dosedlová, 2012)

Kategória priestor je najpodrobnejšie rozpracovaná kategória. Sleduje vzťah pohybujúceho sa tela vzhľadom k priestoru, študuje priestorové dráhy a línie priestorového

napätia. Čo sa týka priestoru Laban určil tri základné roviny a to vertikálna, horizontálna a sagitálna. Vo vertikálnej rovine je pohyb vedený zdola nahor a naopak. Horizontálna je spätá s priestorom, kde pohyb je vedený zo strany na stranu. V sagitálnej rovine ide o pohyb, ktorý sa vzťahuje k času. Každá z týchto rovín má psychologický význam, ktorý v roku 1996 uviedla Bergerová a to, vertikálna rovina „ja“ (kto som), v horizontálnej sa objavuje komunikácia s okolím (kde som) a v sagitálnej (kedy som). (Dosedlová, 2012)

Pozorovanie pohybu je prínosné z troch hlavných dôvodov a to k určeniu silných a slabých stránok jedinca, je prostriedkom umožňujúcim pozorovať klienta odpútaného od iných vzťahov a nakoniec je to metóda, ktorá pomáha určiť pohybové témy a teda nápomocná pre stanovenie pohybových cieľov skupiny v lekcií. (Payne, 1990)

2.6. Tanečná terapia ako primitívna expresia

V myslení dospelého človeka sa primitivizmus môže prejavovať formou detského vzťahu ku svetu cez hravosť, zaujatie poéziou, rýmami, rytmami, opakovaním. Katherine Dunhamová sa inšpirovala pre túto formu terapie kmeňovými tancami a inými pôvodnými rituálmi. Ide hlavne o techniku vychádzajúcu z pôvodných kmeňových tancov, ktoré sú doprevádzané hrou na bubon. Významné aspekty pre fungovanie je účasť skupiny, kontakt so zemou, rytmická presnosť, opakovanie pohybov a hlasový sprievod. (Dosedlová, 2012)

Pohyb na týchto hodinách sa odvíja od pravidelného rytmu chôdze, ktorý je súčasťou každého z nás. Je jednoduchý, takže sa ľahko opakuje. Mnohonásobné opakovanie pomáha ponoriť sa do pohybu, nájsť si vlastný štýl prevedenia a pomaly vojsť do ľahkého tranzu. Každý klient sa sústreďí na svoje vlastné cvičenie, no zároveň si uvedomuje prítomnosť ostatných klientov. Snaží sa vnímať svoju individualitu na pozadí pospolitosti. Doprovod afrických bubnov pomáha udržať klientov v prítomnom okamihu. Gestá majú archetypálny základ. Všetky tieto pohyby sú mnohokrát opakované (berú, dávajú, škrabú, sejú, ...) a sú doprevádzané hlasom. Netvoria sa žiadne známe slová existujúcej reči, ale len jednoduché slabiky ako hou-hou, ja-ja. (Dosedlová, 2012)

Prvky primitívnej expresie podľa Scott –Bilmanovej, ktoré pôsobia terapeuticky:

1. Skupina – vytvára pocit bezpečia
2. Rytmus

3. Vzťah k zemi – prvá úloha na hodine je prebrať rytmus svojimi nohami a teda dupať o zem. Cieľom je presvedčiť sa, že v nej majú istotu, že sa o ňu môžu oprieť a získať jej podporu.
4. Jednoduchosť pohybov – prístupné i netanečníkom.
5. Opakovanie – neúnavné opakovanie gest. Zmena stavu vedomia.
6. Tanečné variácie na presne zadanú tému - vstupovanie do rolí. Napríklad do role matky.
7. Hlasový sprievod – presne zadané jednoduché spevy či rytmické frázy.
8. Párovosť – pohyby sú zdvojené, identické, symetrické.
9. Zážitok tranzu.
10. Vkladanie jednotlivých terapeutických prostriedkov do rituálu - rituál v sebe skrýva metaforu zovšeobecnenej ľudskej skúsenosti. Poskytuje bezpečie pevne stanovených hraníc. (Bič, 2011)

2.7. Psychobalet

Metóda psychobaletu vznikla na Kube. Vytvorila ju Georgína Farinasová. Táto metóda zahŕňa základný výcvik baletu spolu s psychoterapeutickými technikami. Celý proces smeruje k nácviku choreografie pre záverečné vystúpenie v kostýmoch. (Dosedlová, 2012)

Lekcia psychobaletu trvá 1,5 hodiny a delí sa na tri časti. Prvá časť je zahrievanie cvičením, ktorým je špeciálne prepracovaná rozcvička. V druhej tretine je precvičovanie základných prvkov klasického baletu, dbá sa na správne držanie tela, úsilie a sústredenosť. Posledná časť, sa snaží motivovať tanečníkov k spontánnej tvorivosti. A na záver sa relaxuje a čas je venovaný aj dychovým cvičeniam (Dosedlová, 2012).

Ciele tejto terapie sú odstránenie symptómov u detí s poruchami správania, zlepšenie držania tela, rozvoj fyzických a umeleckých schopností, estetických a kultúrnych záujmov, pomoc a uľahčenie vyjadrovaniu emócií (Dosedlová, 2012).

3. Paradivadelné systémy

Táto kapitola, je v tejto práci zaradená z dôvodu vysvetlenia čo sú paradivadelné systémy a čo do nich patrí. Je dôležité opísať túto tématiku, vzhľadom na to, že sa snažíme nájsť spôsob ako prvky tanečno-pohybovej terapie, ktoré sú spomenuté vyššie, využijeme práve v tomto systéme. Je dôležité spomenúť, že znalosti z tejto oblasti sú dôležité aj pre špeciálnych pedagógov – dramaterapeutov.

3.1 Vymedzenie pojmu paradivadelné systémy

Už dlhé roky vieme, že divadlo má dve formy, jednu smerujúcu ku komédií druhú do smutna. Ale taktiež má aj iné tváre. Z histórie môžeme zistiť, že pri výučbe latiny sa čítali Terentiove komédie a následne sa premietali pantomímou. Ďalej školy ultrakvistické vyrastajúce z luteránskych princípov, sa zameriavali na hovorený prejav, gestikuláciu a verejné vystupovanie. Taktiež J.A. Komenský sa zaoberal školskou divadelnou hrou a snažil sa uplatniť dramatické hry pri výuke. Práve on prvý krát teoreticky odlišil divadlo ako umenie od divadla ako pedagogického prostriedku (Valenta, 2011).

Paradivadelné systémy, ako sme sa naučili hovoriť, je vlastne iné využitie divadla. Poznáme pár príkladov ako divadlo „zparadivadelnelo“ čo znamená, že sa z divadla, druhu umenia, vydělil systém slúžiaci aj iným účelom ako len estetickým. Avšak keby sme sa pozreli hlbšie do histórie, zistili by sme že tomu bolo práve naopak. V dávnych dobách sa prvý krát objavili akési pre-paradivadelné systémy. Napríklad paleolitický lovec, ktorý oblečený v koži zvierat'a, pri magickom rituály kde nezobrazuje seba ale štvané zviera. Ďalej poľnohospodári, ktorí vykonávali obrady spojené s rytmom roka či sezónne práce, či majstri rituálov. Často sa objavovali aj lovecké rituály či magický tanec súvisiaci s využitím divadla, presnejšie povedané paradivadelného tvaru. Ciele boli edukačné a šamanove vystúpenie malo často terapeutickú povahu (Valenta, 2011).

Divadlo je jedno z mnohých foriem tvorivosti človeka. Jeho prvoradé poslanie je poskytnúť divákovi estetický a umelecký zážitok, nesie v sebe aj iné možnosti, o ktorých často krát ani netušíme. Hlavne nám ponúka príležitosť ako sa „stať“ niekým iným na inom mieste a v úplne inom čase, a teda, je to možnosť dostať sa do imaginárneho sveta, kde je

všetko možné. Môže nám poskytnúť impulzy, ktoré nás priblížia ku situácií alebo emócií, ktorej sa vyhýbame (Mitchell in Majzlanová 1999).

Na koniec nám môže poskytnúť aj možnosť porozumenia sebe samému, okolitému svetu prípadne vzťahu medzi svetom a mnou samotným. Nositeľ deja je hlavne nositeľ roly, a teda, herec a jeho interakcia s divákom buduje základné východisko paradivadelných systémov. (Fudaly, 2003)

Paradivadelné systémy vnímame ako zoskupenie rozmanitých foriem uplatnenia drámy, ktorá namiesto divadla, ako ho poznáme, len využíva samotné divadelné prostriedky za iným účelom. A to pomoc pri formovaní a rozvíjaní osobnosti, kde jedinec je sám prítomný na procese.

3.2. Paradivadelné systémy povahy edukačnej

Divadlo využívajú ako prostriedok edukácie. Medzi edukačné zaraďujeme dramatickú výchovu a divadlo vo výchove. Takisto sa medzi ne môže radiť špeciálna dramatická výchova. (Fudaly, 2003)

Dramatická výchova

Umelecký a estetický efekt je až druhoradý. Hlavný dôraz sa kladie na samotnú dynamiku procesu a osobné zážitky jednotlivca (Fudaly, 2003)

M. Valenta (2011) hovorí o využití drámy akýmsi „praktickejším“ spôsobom, kde nejde len o samotný estetický zážitok. Ďalej tvrdí, že na základe tohto sa dá dráma rozdeliť na dve skupiny, a to paradivadelné systémy ako edukačný prostriedok alebo prostriedok liečby a terapie.

Eva Machková vo svojej knihe Úvod do studia dramatické výchovy definuje dramatickú výchovu takto: Dramatická výchova je učenie skúseností, t.j. konaním, osobným, nesprostredkovaným poznávaním sociálnych vzťahov a dejov, presahujúcich aktuálne reálnou praxou zúčastneného jedinca. Je založená na preskúvaní, spoznávaní a chápaní medziľudských vzťahov, situácií a vnútorného života ľudí súčasnosti i minulosti, reálnych i fantáziou vytvorených. Toto prezkúvanie a poznávanie sa deje vo

fiktívnej situácií prostredníctvom hry v roli, dramatického konania v situácií. Je to proces, ktorý môže, ale nemusí vyústiť v produkt (predstavenie). Ciele dramatickej výchovy sú pedagogické, prostriedky dramatické. Dramatická výchova je školským predmetom, alebo záujmovou aktivitou a jej postupy môžu slúžiť i ako metóda vyučovania iných predmetov. Od predmetu estetickej výchovy sa líši tým, že jej prioritou je sociálne spoznávanie, ktoré je nadradené esteticko-výchovným a umelecko-výchovným cieľom. (Machková, 1998)

Jozef Valenta je autorom druhej definície : „Dramatická výchova je systém riadeného, aktívneho sociálne-umeleckého učenia detí či dospelých, založený na využití základných princípov a postupov dramatu a divadla, limitovaných primárne výchovnými či formatívnyimi a sekundárne špecificky umeleckými požiadavkami na strane jednej a individuálnymi i spoločenskými možnosťami Ďalšieho rozvoja zúčastnených osôb na strane druhej.(Valenta, 1997)

Na základe týchto dvoch definícií môžeme charakterizovať dramatickú výchovu ako proces výchovy a formovania detí a dospelých s cieľom dosiahnutia osobného rozvoja, pričom využíva dramatické prostriedky. V procese sú účastníci vedení vedúcim ku preskúmaniu a spoznávaniu určitých životných situácií. Je to prevažne improvizovaná forma, ktorá môže ale nemusí viesť k divadelnému predstaveniu.

Divadlo vo výchove

Ide o divadelné predstavenie, ktoré je prevádzané profesionálnymi hercami. Fokus je kladený na vzdelávanie a výchovu. Niektoré divadelné súbory ponúkajú možnosť vstupovať do deja pomocou určených rolí a tým meniť obsah alebo dej samotného predstavenia. (Valenta, 2011)

Divák sa stáva taktiež hercom, ale nie aby sa podieľal na umeleckom kontexe divadla, ale aby priniesol nové možnosti riešenia problému. Vstupom do hry sa divák sám učí, rozvíja kreativitu a niekedy sa vyhráva z osobných problémov. (J. Valenta 2005) Po skončení divadelného predstavenia často nastáva reflexia hercov spolu so žiakmi a samotný rozbor obsahu hry. (Valenta, 2011)

Špeciálna dramatická výchova

Špeciálna dramatická výchova je zatiaľ relatívne nový druh, ktorý je viac známy momentálne na Slovensku. S touto kategóriou prišla K. Majzlanová, ktorá je aj autorkou základných teoretických východísk. (Fudaly, 2003)

Ide o dramatickú výchovu, ktorej cieľovou skupinou sú primárne osoby, ktoré potrebujú špecifický prístup, a teda, aj osobitý výber prostriedkov, metód a v neposlednom rade aj špeciálny prístup k jednotlivcom (Majzlanová, 2001)

3.3. Paradivadelné systémy povahy therapeutickej

Ide o využívanie divadla (drámy) k liečebným a teda terapeutickým účelom. Psychoterapia, ktorá používa divadelné techniky, je predchodca dramaterapie. Táto forma využitia dramatu sa najčastejšie vyskytuje v Gestalt terapii, kognitívne-behaviorálnej terapii, ... (Valenta, 2011)

Podľa autorov medzi paradivadelné systémy therapeutickej povahy prevažne patria psychodráma, sociodráma, psychogymnastika, teatroterapia a ďalšie. Tieto systémy si ďalej si trochu priblížime.

Dramaterapia

Dramaterapia je spojenie liečebných a výchovných postupov, kde dramaterapeutické prostriedky používame k osobnostnému rastu, emocionálnemu ustáleniu a náprave postojov a správania, ktoré majú nežiadúci charakter prejavujúci sa u osôb, ktoré potrebujú osobitný, individuálny prístup. Tým rozumieme osoby ohrozené, postihnuté, narušené a zdravotne oslabených jedincov. (Majzlanová, 1999)

Milan Valenta vo svojej knihe Rukovieť dramaterapie a teatroterapie definuje dramaterapiu ako: „Dramaterapie je liečebne- výchovná(terapeuticko-formatívna) disciplína, v ktorej prevažujú hlavne skupinové aktivity využívajúce v skupinové

dynamike divadelných a dramatických prostriedkov k dosiahnutiu symptomatickej úľavy, k zmierneniu dôsledkov psychických porúch i sociálnych problémov a k dosiahnutiu sociálneho rastu a integrácie osobnosti. (Valenta, 2006)

Dramaterapia môže byť prevádzaná individuálnou a skupinovou formou.

S individuálnou formou v našich krajinách nie je veľa skúseností. Väčšinou sa využíva u osôb s pervazívnou vývojovou poruchou alebo u klientov trpiacich posttraumatickým stresovým syndrómom. Skupinová terapia je základná forma všetkých paradivadelných systémov. Pretože ku svojej práci potrebuje skupinovú dynamiku, ktorá je významným uľahčujúcim prostriedkom skupinových aktivít. (Majzlanová, 1999)

Psychodráma

Dramatická improvizácia, kde klient dramatizuje svoje prania, postoje zážitky, fantázie za terapeutickým účelom. Je zameraná najmä na osobné problémy každého jednotlivca. V psychodráme sa väčšinou využívajú morenovské techniky ako je monológ, hranie vlastnej role, alter ego a mnoho ďalších. (Valenta in Müller 2014)

Využíva sa v nej päť základných prostriedkov a to javisko, klient, direktor s funkciou terapeuta, publikum a koterapeuti. . (Valenta in Müller 2014)

Teraz si charakterizujeme akú úlohu spĺňa každý s piatich prostriedkov.

Javisko sa berie ako vymedzený priestor bezpečia, kde sa hrá tu a teraz a formou „akoby“.

Klient, ktorý hrá predovšetkým sám seba vo vlastnom príbehu. Pri tomto je dôležitý kontakt s koterapeutmi alebo tzv. pomocným egom, ktoré môže poskytnúť istotu a podporu formou objatia, potľapkania, pohladenia. Direktor by sa mal snažiť, aby sa udržala pomyselná čiara medzi dramatizáciou a skutočným životom. Dôležitú úlohu zohráva hlavne v navnadení klienta/protagonistu a potom už do diania vstupuje minimálne.

Publikum je prítomné predovšetkým, aby poskytovalo určitú podporu klientovi v roli. Môže podať spätnú väzbu na to čo videli a ako to vnímali z pohľadu diváka. Tento názor môže protagonistovi poskytnúť iný náhľad na daný problém.

Koterapeuti sú niečo ako nástroj protagonistu. Môže ich postaviť do rolí fiktívnych

prípade reálnych postáv zo svojho života. Sú považovaní za pomocných hercov či pomocné ego klienta. (Valenta in Müller 2014)

Sociodráma

Princíp má podobný ako psychodráma s jednou odlišnosťou, že sociodráma je zameraná na hranie rolí v situáciách, ktoré obsahujú iné socionormy a hodnoty a v podstate jej hlavný fokus sa kladie na problémy skupiny a jej členov, kde psychodráma je zameraná na osobné problémy jednotlivcov.

Problémy, ktoré sociodráma pomáha riešiť, môžeme rozdeliť na dve skupiny. V jednej ide v podstate o riešenie problémov vzniknutých vo vnútri skupiny ako je komunikácia, vzťahy, ktoré bránia riadnemu fungovaniu skupiny. (Zelina, 1996)

Hlavným cieľom týchto sedení je odstránenie konfliktov v skupine, zlepšenie komunikácie, prípadne porúch správania jednotlivcov. (Fudaly, 2003)

Druhá skupina predstavuje hlavne problémy mimo skupiny, a teda, problémy kultúrno-spoločenského charakteru a to medziľudské vzťahy, rasové a etické problémy, sociálne pravidlá a normy a v neposlednom rade rodina a priateľstvá. (J. Valenta, 1999)

Veľmi dôležitý je prístup k minoritám, k imigrantom, ktorý majú odlišnú kultúru, náboženstvo a taktiež etické normy. (Valenta, 2011)

Psychogymnastika

Prostredníctvom pantomímy vyjadruje určité situácie alebo vzťahy nonverbálne. Taktiež môže byť označovaná aj ako psychopantomíma. Dvojice alebo jednotlivci sú uvedení do dotykovej, pohybovo pantomimickej interakcie kde majú atypickou formou prejavovať svoje vnútorné prežívanie a vzťahy. Najčastejším príkladom je „zakázané ovocie“ kde klienti pantomímou prehrávajú daný konflikt. (Kratochvíl, 1987)

Psychogymnastika svojimi vonkajšími prostriedkami sa zhoduje s takzvanou Dance Drama, ktorá je založená hlavne na seba vyjadrení tela a výrazu, pomocou abstraktných prvkov pohybu. (Valenta in Müller, 2014)

Teatroterapia

Je to prístup, ktorý plne súvisí s procesom integrácie osôb postihnutých, a taktiež, spolu s týmto prístupom sa vyvinul úplne nový druh divadla .

Ide o divadlo hrané výhradne hercami s postihnutím. (Valenta, 2011)

Teatroterapia sa radí medzi expresívne terapie. Teda umelecké postupy, ktoré sú využívané ako prostriedok k liečebným metódam. Poväčšine v expresívnych terapiách je samotný výstup druhotný, ale v teatroterapii sa smeruje od samotného začiatku ku predstaveniu divadelného tvaru, ktoré je prezentované pred divákmi. (Polínek in Müller, 2014)

Metódy tejto práce sú obzvlášť dramatické. Sama o sebe je veľmi dôležitá herecká, hlasová a pohybová príprava. Takisto sa kladie dôraz na dramaturgiu, dramaturgiu či scénografiu. Rovnako tieto metódy preberajú princípy z iných kreatívnych terapií hlavne teda dramaterapie a iných oborov ako je psychológia, sociológia, špeciálna pedagogika a mnohé ďalšie. Využitie tých najvhodnejších metód sa odvíja od konkrétnej situácie, fázy terapeutického procesu, v ktorej sa práve nachádzajú, možnostiach klientov vychádzajúcich z ich stupňa a druhu postihnutia. Samozrejme celý proces stojí aj na zámere terapeuta. (Polínek in Müller, 2014)

V teatroterapii poznáme dva prístupy a to direktívny (režijný) a liberálny (autorský). V direktívnom je to predovšetkým o vedení režiséra, kde je kladený dôraz na disciplínu. Na druhej strane liberálny prístup dáva veľké možnosti a priestor samotným aktérom pri výbere a úprave divadelnej hry, viac pracuje s improvizáciou. Väčšie zameranie na prípravu ako na konečný výstup. (Polínek in Müller, 2014)

Hlavný cieľ teatroterapie vychádza už zo samotného názvu. Ide o terapiu, a teda liečbu, ktorá je realizovaná v procese prípravy a tiež samotnou prezentáciou divadelného predstavenia. (Polínek in Müller, 2014)

3.4. Ďalšie paradivadelné systémy

Niektoré využitie princípov dramatu, čiže divadla, presahujú buď viac do vzdelávania, alebo terapie, a tým pádom je ich ťažšie niekam zaradiť. (Valenta, 2011)

To je v podstate dôvod, prečo sú zaradené práve do podkapitoly ďalšie paradivadelné systémy. Medzi ne patrí divadlo utlačovaných, divadlo fóru, legislatívne divadlo alebo politické divadlo, neviditeľné divadlo, playback divadlo , divadlá vo väzení a divadelné športy.

Následne si každé jedno v skratke charakterizujeme.

Divadlo utlačovaných, vychádza zo základných postupov a techník divadla Augusta Boala. Boal vo svojej práci poukazuje na myšlienky Bertolda Brechta, a to, že divadlo by malo byť nástrojom sociálnych premien spoločnosti a sveta. Toto divadlo je určené predovšetkým jedincom, ktorý trpia nejakou formou útlaku. Ide o útlak sociálny, fyzický či psychický. Táto forma sa snaží učiť divákov zamyslieť sa nad podobou útlaku, ktorý na nich pôsobí, ale aj aktívne sa zúčastniť, a teda, vyskúšať si proces, ktorý by mal viesť ku zmene. (Valenta, 2011)

Divadlo Fórum je to jedna z najvyužívanejších metód Boala. V tejto metóde majú možnosť diváci aktívne vstupovať do deja, či radami protagonistom ako problém riešiť, ale taktiež vystúpiť na scénu a vyskúšať si ako by ich nápady mohli pomôcť riešeniu situácie. (Valenta, 2011)

Medzi ďalšie techniky vychádzajúce z divadla fórum radíme legislatívne divadlo tzn. Politické divadlo, ktoré je akýmsi prostriedkom zmeny sociálnych túžob divákov voči legislatívnej norme. A neviditeľné divadlo spočíva v tom, že bežní ľudia ,napríklad na ulici, sa stávajú súčasťou divadelnej improvizácie bez toho, aby vôbec tušili, že sa z nich stali herci. (Valenta, 2011)

Divadlo reminiscence je určené predovšetkým klientom v seniorskom veku. Toto divadlo najmä čerpá z Boalovských postupov. Ako je napríklad Metaxis, čo znamená schopnosť uvedomovať si , že sa pohybujeme v dvoch svetoch a to je svet „akoby“ a svet „tu a teraz“ . (Valenta, 2011)

Playback divadlo podobne ako predchádzajúce techniky tiež využíva základné postupy Boalovského divadla, ale čerpá aj z psychodramatu. Systém tohto divadla má veľké možnosti ako dramatoterapeutické divadlo. V tejto forme divadla skupina hercov prehráva

„životný príbeh“ alebo nejakú udalosť prípadne moment zo života diváka. Poskytnutie príbehu je vcelku dobrovoľné. Tento dobrovoľník prednesie určitú situáciu pred publikom

a taktiež pred divadelnou skupinou. Potom si môže obsadiť hercov do daných rolí, ktorý následne realizujú príbeh riadenou improvizáciou. Dobrovoľník po zhliadnutí môže poprosiť hercov o zmeny v ich prehrávaní. . (Valenta, 2011)

V poslednej dobe sa u nás rozbehla nová forma divadla a to sú divadlá bezdomovcov a prostitútok. (Valenta, 2011)

Ciele sú nielen rozvíjať aktivitu týchto klientov, ale tiež snahy o zmeny ich hodnôt a postojov. A taktiež pomáha pri integrácii osôb sociálne vylúčených. . (Valenta, 2011)

Patrik Krebs hovorí, že Ľudia žijúci dlhodobo na ulici majú vytvorené rôzne stratégie prežitia, aby na ulici prežili a získali od ľudí to, čo potrebujú. Tieto stratégie prenášajú aj do vzťahu k terapeutovi, trénerovi. (Krebs, 2012) .

A preto si treba získať ich dôveru, vytvoriť jasné a prísne platiace pravidlá, dlhodobá práca, odmeňovať, učiť riešiť konflikty, akceptovať chyby atď. No najdôležitejšie je uvedomiť si, že ak klient nechce, nemôžeme mu pomôcť. (Krebs, 2012)

Nakoniec divadelné športy, majú úplne iný charakter. Sú na hranici medzi športom a umením, čiže divadlom. Sú tu improvizácie turnajov, ktorých divadelný obsah je športové stretnutie. Aktéri sú rozdelení na dva tímy, každý tím ma svojho trénera, na celý priebeh dohliada rozhodca a samozrejme, na celé dianie sa prišli pozrieť fanúšikovia mužstiev. (Valenta, 2011)

Praktická časť

Praktická časť tejto práce sa zaoberá výskumom, ktorého hlavným cieľom je zistiť, ktoré prvky z tanečnej a pohybovej terapie môžu byť využiteľné v paradržadelných systémoch a taktiež nápomocné pre pedagógov a terapeutov a hlavne dramaterapeutov či špeciálnych pedagógov. Pri vykonávaní ich práce s klientmi so špeciálnymi potrebami.

Druhotným cieľom bolo zistiť, aký vysoký je záujem študentov dramaterapie o tanečno-pohybovú terapiu, či by pre nich poznanie a neskoršie využitie týchto prvkov bolo prospešné v ich budúcej práci a tiež pre osobný rozvoj.

Od výsledkov výskumu očakávame zistenie informácií, ktoré bude možné použiť v praxi pedagógov alebo terapeutov, ktorí sú zameraný hlavne v oblasti dramatu.

Výskum bol v prvom rade zameraný na prvky, ktoré by bolo možné a prospešné využiť pri práci s klientelou, ktorá spadá primárne pod špeciálnu pedagogiku. Vzhľadom na to, že v dramaterapii sa používa pohyb a telo je základným nástrojom pre plnenie tejto disciplíny.

V druhom rade bolo dôležité zistiť, či by tieto informácie vnímali ako prospešné a nápomocné tí, ktorí sa v budúcnosti budú venovať klientele formou dramaterapie.

4. Úvod do metodológie

K dosiahnutiu stanoveného cieľu bolo potrebné zvoliť kvalitatívne výskumné šetrenie. „*Termínom kvalitatívni výzkum rozumíme jakýkoliv výzkum, jehož výsledků se nedosahuje pomocí statistických procedur nebo jiných způsobů kvantifikace. Může to být výzkum týkající se života lidí, příběhů, chování, ale také chodu organizací, společenských hnutí nebo vzájemných vztahů*“ (Strauss, Corbinová, 1999, str. 10). Pre túto prácu bola kvalitatívna výskumná metóda vhodná, pretože je považovaná za flexibilný typ výskumu, pretože na začiatku si vždy zvolíme tému výskumu, stanovíme základné výskumné otázky, ktoré sa potom behom práce môžu upravovať alebo meniť, či dopĺňať. Behom šetrenia sa výskumník zoznamuje s novými ľuďmi. Zber dát a ich následná analýza prebieha súčasne a vyžaduje si dlhší časový úsek (Hendl, 2005, s. 50).

V nasledujúcich kapitolách rozoberieme všetky metódy, ktoré sme použili na zber dát a ich následnú analýzu.

4.1. Metódy výberu vzorky

V kvalitatívnom prístupe sú pomerne jasne definované prístupy, ako zostaviť výskumný súbor. Obecne sa tieto postupy označujú za pravdepodobnostné metódy výberu. Vychádza sa zo základného princípu znáhodnenia. Jeho prostredníctvom sa snažíme dosiahnuť požadovanej vlastnosti výberového súboru, ktorou je reprezentatívnosť. Dosiahnutie reprezentativity je dôležité preto, aby sme mohli dosiahnuté výsledky zovšeobecniť na základný súbor. (Miovský, 2006)

Pre výber nášho výskumného súboru sme vybrali metódu príležitostného výberu výskumného vzorku.

Táto metóda je vo svojej podstate veľmi jednoduchá. Spočíva v tom, že využívame príležitosti, ktorá sa nám v priebehu realizácie výskumu ponúka, aby sme získali účastníkov výskumu. Táto metóda je často kombinovaná so zámerným, satifikovaným či kvótovým výberom, hlavne z dôvodu, že umožňuje veľmi efektívny a rýchly spôsob kontaktovania potenciálnych účastníkov. Dôležité sú sociálne schopnosti výskumníka, ako je schopnosť

improvizovať, a teda využívať rôzne situácie a možnosti pri kontaktovaní osôb. Taktiež je nutná komunikačná obratnosť, ktorá však nesmie prejsť k obmedzeniu práv účastníkov výskumu. (Miovský, 2006)

Určitá stereotypia vo výbere vzorku môže viesť k získaniu chudobného vzorku. Chudobný výberový vzor sa vyznačuje nedostatočným počtom prípadov, kde je znemožnenie dosiahnutie saturácie. To môže nastať keď máme malý počet prípadov, alebo počet je väčší no väčšinou podobný. Vzájomne sa málo odlišujú a teda neprinášajú dostatočne bohaté dáta. (Miovský, 2006)

4.2. Zber dát

Z terminologického hľadiska nazývame celý proces získavania dát tvorbou dát. Tento termín má podtrhnúť fakt, že pri uplatnení metód pri získavaní kvalitatívnych dát sa výskumník priamo podieľa na tom ako dáta získava a ovplyvňuje ich vznik. (Miovský, 2006)

V tejto práci sme použili metódu moderného rozhovoru (interview).

Interview patrí medzi najobtiažnejšie a súčasne najvýhodnejšiu metódu pre získavanie kvalitatívnych dát. Z terminologického hľadiska termínom interview označujeme taký rozhovor, ktorý je moderný a prevádzaný s určitým cieľom. (Miovský, 2006)

Pre túto prácu sme sa rozhodli použiť neštrukturované interview.

Neštrukturované interview je metóda ktorá sa vonkajšími znakmi podobá rozhovoru. Dôraz pri tejto metóde je kladený na prirodzenosť konverzácie a nenásilný priebeh. Pri tomto interview nemáme dopredu vytvorený plán v podobe štruktúry, ktorej by sme sa mohli pevne držať. Väčšinou sa nedefinujú ani vedľajšie okruhy interview. Držíme sa predovšetkým hlavnej témy, ktorá nás zaujíma, a sledujeme jej rozvíjania v súvislosti s definovanými výskumnými otázkami. Pritom nie je dôležité, či sa rôznych osôb pýtame rovnako na otázky, ktoré nemusia byť ani v rovnakom poradí. Nemú byť ani presne stanovená stratégia vedenia rozhovoru. Odvíja sa to hlavne od potreby opýtaného, či mu viac vyhovuje direktívnejší či úplne nedirektívny spôsob. V podstate na začiatku neštrukturovaného interview máme

nepresnú/nejasnú predstavu o tom ako interview bude prebiehať. Taktiež sa interview prispôsobuje danej osobe a situácii. Avšak máme jasnú predstavu na akú otázku hľadáme odpoveď a čoho tým chceme dosiahnuť. (Miovský, 2006)

Zvláštna forma neštrukturovaného interview je naratívne interview. Charakteristické je tým, že úlohou pýtajúceho sa je podnecovať u opýtaného skôr rozprávanie než klasickú konverzačnú výmenu. (Miovský, 2006)

Výhoda neštrukturovaného interview je hlavne flexibilita. Hlavne pre výskumníkov, ktorý sa nebránia improvizáciám. A sú schopný toto interview kreatívne rozvíjať. Nevýhodu väčšinou spoznáme až pri spracovaní a analýze dát. Najväčšie zaťaženie je odlišnosť získaných informácií. Napríklad rôzny slovník, rôzny komunikačné vzorce či rôzna dĺžka odpovedí.

4.3. Analýza dát

Pre analýzu dát sme u oboch výskumných šetrení použili v prvej fáze metódu vytváranie trsu

Metóda vytvárania trsov je založená na princípe zhromaždenia a konceptualizácií výrokov do skupín(trsov), ktoré vznikajú na základe určitej podobnosti. Základná podstata tejto metódy je zoskupenie a porovnanie dát smerujúcich ku štrukturalizáciám. (Miovský, 2006)

Následne sme v prvom šetrení použili metódu kontrastu a zrovnávania.

Kontrastovanie je veľmi dôležitá technika, ak potrebujeme od seba odlišiť napríklad dve identifikované kategórie a upozorniť na rozdiely medzi nimi, aj napriek tomu, že majú vzájomne množstvo spoločného. Taktiež môže byť dôležité pri zdôrazňovaní niektorých kontextuálnych odlišností určitého fenoménu, ktorého vplyvom niektoré kontextuálne vzťahy môžu mať rôzny charakter. (Miovský, 2006)

Pre druhé šetrenie sme vybrali metódu vyhľadávania a vyznačovania vzťahov.

Táto metóda je založená na niekoľkých základných princípoch. Prvý je vyhľadávanie, identifikácia a popis vzťahov, na ktoré nás priamo upozorňujú účastníci výskumu. Tí vo svojich

výrokoch uvádzajú určité fenomény, a našou úlohou je popísať ako účastník tento vzťah chápe, ako o ňom uvažuje, a následne sa snaží hľadať pre daný vzťah zrozumiteľné/prijateľné vysvetlenie. Druhý princíp je založený na vyhľadávaní vzájomných vzťahov medzi premennými na základe vnútorných aj vonkajších súvislostí. Zvláštnou témou tejto metódy je spôsob zdôvodnenia identifikovaných vzťahov. Nie je úplne možné pracovať iba s jednoduchým označením vzťahov zo strany účastníkov ale taktiež aj s intuitívnym nachádzaním súvislostí zo strany výskumníka. Zakaždým je nutná následná triangulácia rôznych podporných vysvetlení existujúceho vzťahu. (Miovský 2006)

5. Realizácia výskumného šetrenia

V tejto práci sme sa zamerali na dve časti výskumného šetrenia. V prvá časť sa týka tanečno pohybových terapeutov a ich skúsenosti či názory ohľadom tanečno pohybovej terapie. A hlavne ich odporúčanie, ktoré metódy, či školy by bolo najvhodnejšie využívať v dramaterapii.

Druhá časť sa týkala hlavne názorov dramaterapeutov na tanečno pohybovú terapiu. Ich skúsenosti, či záujem o väčšie priblíženie tejto disciplíny.

5.1. Výber vzorku

Na začiatku výskumného šetrenia sme sa usilovali získať čo najväčšie množstvo kontaktov na tanečno-pohybových terapeutov. Na odborníkov z radov psychológov, psychoterapeutov, špeciálnych pedagógov a ďalších, ktorý túto expresívnu terapiu aplikujú v praxi. Pokúsili sme sa vyhľadať čo najviac špecialistov z Českej a Slovenskej republiky a taktiež odborníkov zo zahraničia. No nakoniec ich nebolo také množstvo ako sme si predstavovala a je nutné zmieniť, že niektorí neodpovedali, prípadne odpovedali na jednu otázku a viac sme ich odpoveď nedostali.

Základný súbor (viď kapitola 4.1.) prvého cieľu odpovedajúcich respondentov tvorila množina všetkých možných tanečno-pohybových terapeutov, ktorý aktívne využívajú vo svojej praxi prvky tanečno-pohybovej terapie a mali sme možnosť ich skontaktovať. Terapeuti, ktorí po dlhodobej praxi poznajú tieto prvky dôverne a vedeli by odpovedať, ktoré prvky by boli najvhodnejšie využívať v praxi dramaterapeutov. Základný súbor obsahoval terapeutov nielen Slovenskej a Českej republiky, ale aj terapeutov pochádzajúcich zo zahraničia. Zo základného súboru vychádza výberový súbor.(viď kapitola 4.1.) Výber bol príležitostný. Spočívalo to v tom, že sme si vybrali podľa možností komunikovať s danými respondentmi. Naším cieľom bolo osloviť čo najviac možných tanečno-pohybových terapeutov, kde každý z nich pracoval na inom princípe a s inou klientelou. príležitostným môžem tento výber nazvať hlavne na základe odpovedajúcich respondentov.

A z toho vychádza výskumný súbor (viď kapitola 4.1.) oslovených tanečno-

pohybových terapeutov bolo šesť, rôznych národností. Boli to tanečno- pohybový terapeuti slovenskej, českej, nemeckej, belgickej, ruskej a anglickej národnosti.

Základný súbor pri druhom celi odpovedajúcich respondentov tvorila množina všetkých študentov dramaterapie na Univezrite Palackého v Olomouci. Zo základného súboru bol výberový súbor vybraný zámerné. Respondenti sú študenti dramaterapie 3 ročníka. Dôvod výberu tejto skupiny študentov spočíval v bližšom vzťahu s respondentmi, s ktorými som zdieľala štúdium tri roky, a teda sme boli v rovnakom procese. Taktiež dôležitým aspektom bol bližší vzťah s opýtanými, a teda aj hlbšie pochopenie názorov týchto respondentov. Oslovených bolo 12 z toho odpovedalo 9 respondentov. Výskumný súbor teda tvorili všetci, ktorí boli ochotný odpovedať.

5.1.1. Charakteristika respondentov

Každý respondent bol oboznámený s publikovaním jeho odpovedí v tejto bakalárskej práci. Respondenti súhlasili aj s uvedením ich mien.

Respondenti z radov tanečne pohybovej terapií:

Respondent 1

- Študoval na pedagogickej univerzite v Brne arteterapiu
- Vyštudoval špeciálnu pedagogiku
- Tanečno pohybová terapia – akreditácia MŠMT – certifikáty za Tanečno-
pohybovú terapiu
- Labanova analýza pohybu a Bartenieff Fundamentals
- Autentický pohyb a Bioenergetika
- Prax: Akademia Alternativa, s.r.o. – jednatel' a lektor arteterapie
- ZŠ A MŠ logopedická – arteterapeutický krúžok

Respondent 2

- Doktorka filozofie
- Študovala psychológiu na FF MU v Brne
- Zamestnaná ako odborná asistentka Psychologického ústavu FF MU s profiláciou na sociálnu psychológiu a psychoterapiu

Respondent 3

- Absolvent tanečno-pohybovej terapie v Agape, v Belgicku
- Pôsobí ako tanečno-pohybový terapeut v psychiatrickej oblasti
- Má dvanásťročné skúsenosti ako profesionálny tanečník, pedagóg

Respondenti v druhej časti výskumného šetrenia. Táto výskumná vzorka druhého šetrenia sa skladá z respondentov z radov študentov dramaterapie 3.ročníka na Univerzite Palackého v Olomouci. Respondentov bolo 9. Z toho je 8 žien a 1muž. Ich priemerný vek sa pohyboval okolo 23 roku života, až na jednu respondentku, ktorej vek bol 48rokov.

5.2. Zber dát

Pre obe šetrenia v tejto práci sme použili neštrukturovaný rozhovor hlavne z dôvodu možnosti pre respondentov voľne sa vyjadriť k danej téme, bez jasne daných premyslených mantinelov.

Obe šetrenia prebiehali formou e-mailov. To je tiež dôvod prečo neštrukturované interview bolo najvhodnejšou voľbou. Taktiež fakt, že väčšina respondentov bolo časovo zaneprázdnených čiže flexibilná otázka bola vhodnejšia.

5.3. Metódy spracovania dát

Pre podrobnú analýzu odpovedí respondentov sme použili spracovanie dát kvalitatívnu analýzu. Všeobecne pod termínom kvalitatívnej analýzy chápeme nasledujúce fázy

výskumu:

Komunikácia so všetkými respondentmi z oboch výskumov prebiehali prostredníctvom emailov. A teda všetky rozhovory sú archivované a z emailov kopírované do prílohy. Následne bola prevedená transkripcia. Priebeh rozhovorov zodpovedal vopred stanovenému postupu. Pri spracovaní sme sa najskôr pýtali, či by boli ochotní odpovedať na pár otázok. Po uvedení kladnej odpovede bola aplikovaná prvá otázka. Bola použitá metóda vytvárania trsov.(vid' kapitola 4.3.)

Postupne boli k otázke usporiadané všetky odpovede pre lepšiu prehľadnosť. V bakalárskej práci vyhodnocujeme teda nazbierané dáta a uvádzame odpovede, ktoré sú najzaujímavejšie, najpočetnejšie alebo ojedinelé.

6. Priebeh výskumu

Na začiatku sme oslovili všetkých respondentov, či by boli ochotní odpovedať nám na pár otázok ohľadom tanečno-pohybovej terapie. Všetkých tých, ktorý odpovedali kladne sme zoznámila stručne s cieľom práce a položili sme im otázku a nechali ich voľne odpovedať na základe ich skúseností či dojmov a pocitov. Ako náhle nám zaslali svoje odpovede, položili sme ďalšiu otázku, ktorá bola viac zameraná na ich vnímanie.

Zo šiestich oslovených nám jedna odpovedala, že momentálne nemá dostatok času, a tak sa nezúčastní na našom výskume. Traja dali kladnú odozvu, že nám veľmi radi pomôžu a odpovedajú. Od ostatných opýtaných sme nedostali spätnú odozvu.

Ďalšou úlohou bolo osloviť a požiadať autorkiných spolužiakov, či by boli ochotní odpovedať na otázku. Po súhlase sme im zaslali emailovou formou každému zvlášť otázku, ktorou sme chceli zistiť ako vnímajú tanečno-pohybovú terapiu, ich osobný vzťah k pohybu a tancu a ich záujem o túto formu terapie. Väčšina odpovedala priamo a jasne no u niektorých respondentov bolo potrebné menšie objasnenie, s čím sa naša komunikácia predĺžila.

Jednotlivé e-maily terapeutom sme rozposlala v januári 2017, kde komunikácia prebiehala do marca 2017. Neskôr email so študentmi dramaterapie v Olomouci sme komunikovali tiež formou emailov v priebehu posledného marcového týždňa.

Každý jeden respondent a jeho odpovede, ktoré sú v tejto práci spomenuté súhlasil s publikovaním odpovedí aj s jeho menom. Okrem jedného respondenta, ktorý nechcem byť menovaný.

7. Analýza a interpretácia výsledkov

Na základe nazhromaždených dát môžeme skonštatovať, že respondenti z radov terapeutov majú dlhé skúsenosti s používaním prvkov tanečne pohybovej terapie a teda poznajú dôkladne ich pôsobenie na klientov. Taktiež všetci museli týmito technikami prejsť v sebeskúsenostnom procese. Je dôležité podotknúť, že nie každý z účastníkov má skúsenosti s dramaterapiou či dramatickou výchovou alebo inou metódou z paradivadelných systémov.

V druhej časti výskumu sme zhromaždili dáta, ktoré poukazujú na nízke znalosti o tanečno-pohybovej terapii a jej využití. Taktiež sme mali možnosť všimnúť si prevažne záujem o poznatky z tejto expresívnej terapie, no treba dodať aj to, že nie každý z respondentov má k tejto expresívnej terapii kladný vzťah.

7.1. I. okruh – odporúčené prvky z tanečne pohybovej terapie

V tomto okruhu sa snažíme získať odporúčenie jednotlivých prvkov tanečno-pohybovej terapii, ktoré by bolo možné využiť pri práci s klientmi, s ktorými prevažne pracujeme cez paradivadelné systémy.

V prvom rade sme z nazhromaždených odpovedí respondentov vytiahli z odpovede najčastejšie sa opakujúce témy, prípadne tie čo sa nám zdali pre toto šetrenie dôležité. Tieto témy alebo trsy sme vytvárali pomocou metódy vytvárania trsov(vid'. kap.) následne sme trsy použili pri vytváraní prehľadnejšej tabuľky, do ktorej sme zaznamenali výsledky pomocou metódy kontrastu a porovnávania.

Odpovede účastníkov boli variabilné. No zaznamenali sme aj určité podobnosti v odpovediach. Dvaja účastníci sa zhodli v odpovedi, že najvhodnejšie by bolo využívať Labanovu analýzu pohybu. Pretože sa často využíva aj v iných expresívnych terapiách. „*Laban je využiteľný v tanci i divadle. Všude, kde se pracuje s tělem.*“ Definoval respondent1. Ostatné odpovede boli väčšinou rozdielne no prakticky ich odporúčania boli rozmanité a obsiahli väčšinu prvkov ako vhodné pre použitie v paradivadelných systémoch. Taktiež podstatná informácia bola opäť od respondenta, ktorý tvrdí, že: „*Pro práci s klientem je samozřejmě zásadní terapeutická kompetence získaná v terapeutickém výcviku. Pokud by se tedy již nejednalo o dramatickou výchovu, ale o práci s klientem - musí*

se jednat o kompetentní osobu vykonávat terapeutickou práci. Jako učitel dramatické výchovy by se tedy jednalo o žáky v oblasti výchovy a osobního rozvoje.“ z toho vychádza, že je veľmi dôležité mať za sebou určitý terapeutický výcvik, alebo teda prežitie si každej techniky ktorú používame na vlastnej koži, pre lepšiu následnú reflexiu.

Respondent 3 tvrdí, že Labanova analýza pohybu je veľmi nápomocná, nepoužívajú ju len tanečno-pohybový terapeuti, ale aj muzikanti či herci. Je to veľmi prospešné pre zaradenie si klienta a odhalenie cez telo aký typ človeka môže byť, prípadne práve jeho psychické rozpoloženie. Taktiež dáva veľkú váhu autentickému pohybu, pretože pomáha spojiť človeka s jeho vnútorným svetom. Je založený hlavne na prežívaní, ktoré je vyjadrené pohybom a predovšetkým pohybom improvizáčnym.

Techniky zrcadlení, pohybové improvizace a zahřívacích pohybových cvičení v kruhu (posílání pohybové imaginace, posílání žabek atd.) jsou asi obecně známými technikami“ poradil respondent 1

Respondent 2 odpovedala, že podľa jej názoru sa dá v dramaterapii využiť akýkoľvek prvok z tanečnej terapie, no do popredia vyzdvihla hlavne primitívnu expresiu, kontaktnú improvizáciu a taktiež tanečné archetypy

Prvá otázka ktorú som položila tanečno-pohybovým terapeutom bola:

Čo by ste vy ako TPTerapeut odporučila učiteľom dramatickej výchovy alebo dramaterapeutom, ktoré prvky z tanečno-pohybovej terapie by bolo možné, vhodné a užitočné využiť v ich profesii. Čo by im mohlo pomôcť pri ich práci s klientmi.

Na túto otázku mi odpovedali traja respondenti ich odpovede boli stručné a jasné.

Respondent2 odpovedal, že podľa jej názoru sa dá v dramaterapii využiť akýkoľvek prvok z tanečnej terapie, no do popredia vyzdvihla hlavne primitívnu expresiu, kontaktnú improvizáciu a taktiež tanečné archetypy.

S respondentom 3 ako jedinou sa naša konverzácia rozširovala na diskusiou, pri otázke na jej osobný názor ako by mohla tanečno-pohybová terapia pomôcť dramaterapeutom odpovedala následne.

It's difficult becaus I don't know what dramatherapist really do and how the work, so it's difficult to give an advice.

I believe dancetherapy stresses more on the whole body ,the whole person. And this

is a plus. Also it's more basal/Basic approach. Movement was and is first if you look of the development of a child. First communication is nonverbal. Emotion finds it expression in our bodies often difficult to put in words.

And also use the body as a source for stories, memories. If we listen, we always have some information about our inner world. So this is what comes to my mind.

Je to zložité pretože v skutočnosti neviem ako dramatoterapeuti v skutočnosti pracujú, takže je náročné dať nejakú radu. Verím, že tanečná terapia dáva dôraz viac na celé telo a teda aj celú osobnosť. A to je veľké plus. Väčšie základné priblíženie. Pohyb bol a je prvé, čo môžeme vidieť pri vývoji dieťaťa. Prvá komunikácia je neverbálna. Emócie objavujeme v expresiách nášho tela, kde je často zložité vyjadriť ich slovami. A taktiež používame telo ako zdroj príbehov a spomienok. Ak ho počúvame vždy nám povie, čo prežívame vo svojom vnútornom svete. Tak toto je to čo mi beží hlavou.

Respondent 3 bola jediná s ktorou sme komunicovala dlhodobejšie ohľadom jej názorov.

Trsy/témy	Respondent 1	Respondent 2	Respondent 3
Školy	Labanova analýza pohybu	Primitívna expresia	Labanova analýza pohybu
	Isadora Duncan	Archetypy	Autentický pohyb
		Autoestima	
Techniky	Zrkadenie	Improvizácia	Nezmieňuje sa
	Improvizácia		
	Zahrievacie pohybové cvičenia		
Fenomény	Rytmus	Nezmieňuje sa	Nezmieňuje sa
Podmienky	Terapeutický výcvik ★	Nezmieňuje sa	Nezmieňuje sa
Dôraz TPT kladie na	Nezmieňuje sa	Nezmieňuje sa	Telo
			Osobnosť ★
Legenda			
dôležité ★	odpovede sa zhodujú	nevyskytujú sa	odpovede vyskytujúce sa 1 krát

Z tohto šetrenia nám vychádza, že použitie tanečnej terapie v paradivadelných systémoch by mohlo byť užitočné. V dramate používame telo ako jeden z nástrojov vyjadrenia a teda je užitočné naučiť sa ho počúvať a používať, keďže ním dokážeme vyjadriť veľa nevy povedaného. Už samotné držanie tela je v divadle ako takom, dôležité a preto to vychádza z klasického tanca. Ich prepojenie môže pomôcť často klientom prekonať svoj strach z prejavu na javisku. Pomôže im chápať svoje telo ako nástroj vyjadrenia. Pokiaľ sa klient naučí vnímať svoje telo, bude mať v sebe väčšiu istotu.

Ako je možné vidieť, naši respondenti sa na tanečno pohybovú terapiu pozerajú rozdielne. Každý vníma túto disciplínu podľa sféry či klientely, v ktorej sa pohybuje. zhoda sa nám objavila v dvoch bodoch a to, v bode odporúčaných škôl, ktoré by mohli byť vhodné pre dramaterapeutov. Dvaja respondenti sa zhodli, že veľmi užitočná je Labanová analýza pohybu(vid' kapitola 2.5.). taktiež sa zhoda objavila pri odporúčaných technikách. Techniku improvizácie odporučili dvaja respondenti. Ostatné odpovede boli odlišné. Avšak každý jeden návrh respondentov či ich odporúčanie sa javí ako nápomocní pri práci s tanečno pohybovou terapiu. Všetky tieto odpovede boli subjektívne, hlavne na základe ich vlastnej praxe. Jeden respondent kládol dôraz na vzdelanie terapeutov. Tvrdí, že tanečno pohybová terapia sa nedá vykonávať bez určitého vzdelania. Respondenti odporúčajú sa zamerať hlavne na rytmus, ktorý je pri pohybe dôležitý. Toto nás vedie k záveru, že využitie tanečno pohybovej terapie v dramaterapii je možné a veľmi prospešné. Prepojenie týchto disciplín sa z jednej časti stáva nutné, hlavne z pohľadu, že obe tieto disciplíny používajú telo ako nástroj.

7.2. II. okruh - záujem a znalosť študentov špeciálnej pedagogiky-dramaterapie o TPT

V tejto kapitole je našou snahou, na základe výpovedí všetkých účastníkov, zmapovať ich znalosti ohľadom prvkov tanečno-pohybovej terapie a taktiež ich záujem o túto disciplínu, pri ich štúdiu špeciálnej pedagogiky. Otázky, ktoré boli kladené účastníkom boli zamerané hlavne na ich osobnú skúsenosť prípadne ich individuálnu potrebu zvyšovať povedomie v tejto disciplíne.

Pre túto časť výskumného šetrenia sme taktiež použili metódu vytvárania trsov(vid' kapitola 4.3.) . z odpovedí respondentov sme vytiahli najčastejšie sa opakujúce či najzaujímavejšie odpovede, ktoré sme zoradili do tém/trsov. Následne sme pre analýzu výsledkov použili metódu vyhľadávania a vyznačovanie vzťahov. (vid' kapitola 4.3.) na

základe tejto metódy sme vytvorili myšlienkovú mapu pre lepší prehľad zistených skutočností.

Druhá časť výskumu začala tým, že som rozposlala emaily 12 študentom 3. ročníka dramaterapie.

Otázka znela: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba, ktorá by pracovala s dramatom, akú váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad Labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.*

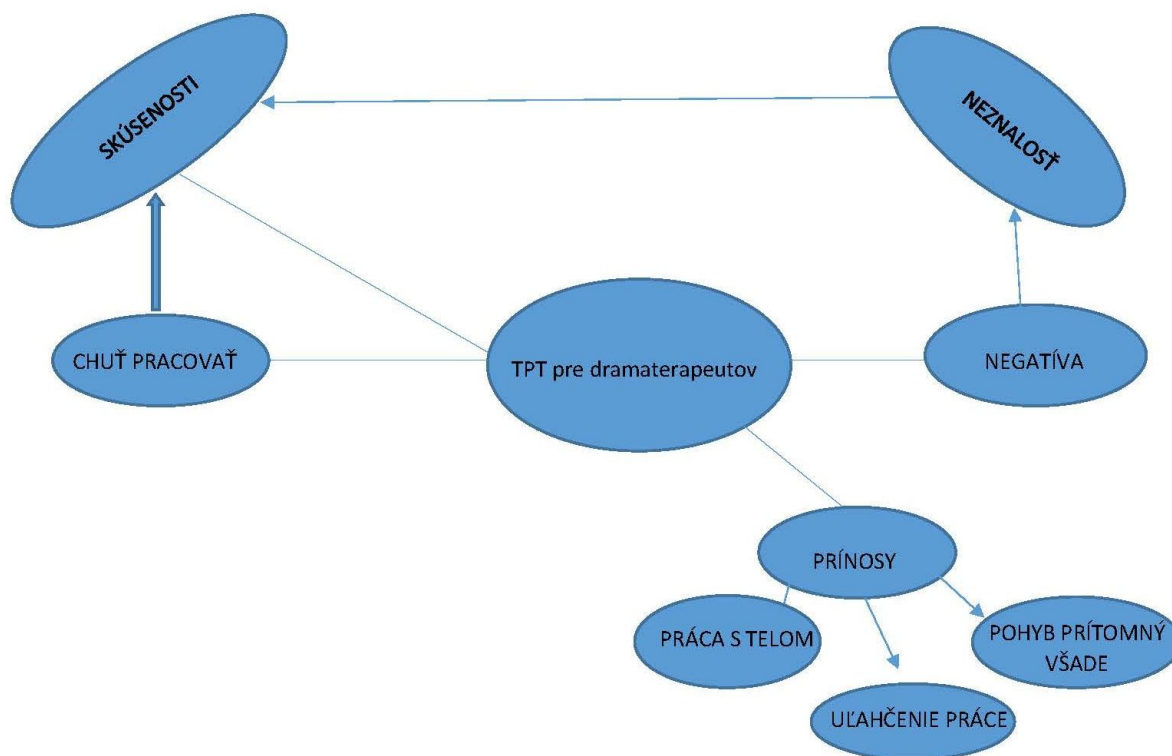
Odpovede boli rôzne. Respondentka 1 sa vyjadrila, že ju tanečno-pohybová terapia nezaujima z dôvodu, že nemá ku tancu blízko a necíti sa v ňom príjemne. Takisto sa vyjadril aj ďalší respondent, ktorý tvrdí, že nie je tanečne nadaný a neudrží žiaden rytmus, vraj by pre neho bolo prínosnejšie študovať javiskový pohyb.

Objavili sa aj odlišné odpovede respondentka 3 tvrdí : „Mě osobně hodně mrzí, že jsme se ve výuce k tanečně pohybové terapie vůbec nedostali. Jelikož jsem hodně pohybově zaměřený člověk, tak bych tanec používala i při normální výuce. Ne jen v terapii. A ano, myslím, že tanec by mi práci ulehčil. „

Podobne sa vyjadrila aj respondentka 4 „*S tanečně pohybovou terapií jsme se ve škole nepotkali, ale pohyb zvláště pro mě je velmi důležitý, a bez speciálního vzdělání se pohyb i tanec snažím nacpat všude kam to jde. Jsou chvíle kde to nejde jako u senioru, nebo jen u některých a hluboká retardace, ale jinak snaha se hýbat a tančit je vždy součástí všeho co dělám. Tím jsem ti i odpověděla, ano jsem schopna ji využívat a pokud jakkoliv zůstanu v oboru nebo okolo tak ho i využívat budu. A váha je dle situace klientů a energie, někdy převažuje jen ta hra a práce a někdy zjistím, že tanec a pohyb je přijímán víc tak to nechám plynout většinou je třetina někdy i polovina*“ .Respondentka č. 5 „*Určitě bych na znalost dala, protože jsme měli muziko arte drama a taneční ne, takže bych ji prisuzovala stejnou váhu jako ostatním terapiím, určite by mne zajímaly alespon nejake zaklady a videlo by se, jak by mi to sedlo a jak by se mi s tím pracovalo, ale myslim ze ten pohyb je s divadlem dost spjaty a ze muze hodne vypovidat. Urcite bych ty prvky rada vyuzivala ve sve praci, jde o to, jak dobre bych s tim byla seznamena a jestli bych si troufla to pouzit, ale kdybych si byla jista ze vim co delam tak by to byl urcite velky prinos.*“

Ďalšie respondentky vyjadrili, že nemajú vôbec predstavu čo to tanečno-pohybová terapie je a čo obsahuje. Že samé ani nevedia, presne čo je Labanova analýza pohybu, alebo

kreatívny pohyb. No v každom prípade by sa rady o tejto terapii dozvedeli viac a naučili techniky, ktorým by porozumeli a neskôr ich mohli používať. Pretože pohyb sa im zdá dôležitý.



Z tohto šetrenia mi vychádza, že povedomie o tanečno-pohybovej terapii medzi dramaterapeutmi by sa malo zvýšiť. Minimálne väčšia znalosť jednotlivých prvkov, by mohla rozšíriť obzory. Väčšina študentov dramaterapie, má blízky vzťah k pohybu a tancu, a radi by sa téme tanečno-pohybovej terapie viac priblížili a naučili sa ako ju používať. Podľa viacerých názorov je dobré poznať možnosti, pretože klientela môže byť rôzna a jej potreby rovnako. V podstate študenti dramaterapie by mali záujem o priblíženie tejto disciplíny ale nemajú dostatok možností sa s ňou stretnúť počas štúdia. Niektorý by ju radi použili vo svojej praxi avšak nevedia presné postupy, ktoré sú dôležité pri zaradení tejto disciplíny do svojej praxe. Tým pádom ponúknutie im možných alternatív by mohlo byť prospešné.

8. Diskusia

Z nášho pohľadu by sa tieto techniky dali využiť v dramaterapii nasledovne:

Labanova analýza pohybu, ktorej opis sa nachádza v kapitole č.2.5. Tanečná terapia s využitím Labanovej analýzy pohybu. Pri použití tejto techniky je nutná znalosť jeho prvkov. Je vhodné ju používať už pri vstupe klienta do miestnosti, všimame si jeho postavenie tela, napätie. Podanie ruky. Aké miesto v miestnosti si vyberie na sedenie. Ďalej pri zadaní warm upu ako napríklad molekuly, naháňačky alebo iné pohybové hry, pri ktorých môžeme sledovať princípy pohybu a na základe toho ho potom priviesť k inej kategórii pohybu a teda ho dostať k inému prežívaniu, ktoré nepozná tak dôverne.

Ďalšou možnosťou je využitie autentického pohybu, ktorého definícia je uvedená v kapitole 2.2. Autentický pohyb Mary Starks Whitehouseovej. Autentický pohyb nám pomáha dostať sa bližšie k vlastnému prežívaniu. Podstatou je reagovanie na impulzy, ktoré sa objavujú či v oblasti tela, či emócií. Túto techniku je vhodné využiť pri výcviku nových dramaterapeutov, aby lepšie dokázali chápať sami seba. Taktiež sa to dá použiť pri klientoch s ktorými máme vytvorený už bližší vzťah a dôveru. A taktiež to pomáha hlavne, aby sa klient naučil počúvať potreby vlastného tela, a aby sa naučil chápať svoje emócie a následne ich dostať z tela nejakým spôsobom von.

Rovnako dobre využiteľný je aj bazálny tanec, ktorého opis môžeme nájsť v kapitole 2.1. Bazálny tanec Marian Chaceovej. Kde sa klienti učia improvizovať a prejavovať svoje emócie, vzťahy a prežívanie telom. Využiteľnosť má nie len dramatickej výchove ale aj napríklad teatroterapii ako nácvik schopnosti improvizovať bez slov.

Následne sa pokúsime explicitne odpovedať na výskumné otázky.

Odpoveď na otázku z prvého okruhu, ktorá znela: „*chcela spýtať, na vašu radu, alebo prípadne čo by ste vy ako TPTerapeut odporučila učiteľom dramatickej výchovy alebo dramaterapeutom, ktoré prvky z tanečno pohybovej terapie by bolo možné, vhodné a užitočné využiť v ich profesii. Čo by im mohlo pomôcť pri ich práci s klientmi.*“

Z celého šetrenia nám vychádza, že v paradivadelných systémoch je možné využiť viacero prvkov tanečno-pohybovej terapie, vzhľadom na to, že v divadle taktiež pracujeme s telom ako aj pri tanci. A teda je možné použiť viacero techník, ako je Labanova analýza pohybu, autentický pohyb, tanec ako primitívna expresia, či symbolická terapia. Avšak pre

správne použitie týchto prvkov je dôležité prejsť určitým výcvikom, kde máme možnosť odžiť si, každú techniku, čo pomáha pre lepšie poznanie a využitie danej techniky.

Na otázku, ktorá bola položená študentom špeciálnej pedagogiky-dramatoterapie, je odpoveď jednoznačná. Študenti sa stretli s viacerými expresívnymi terapiami, avšak s tanečne pohybovo do kontaktu neprišli a keďže väčšina z nich je zameraná na pohyb, alebo ich pohyb baví či naplňuje, prípadne ho využívajú často vo svojej praxi, by uvítali, možnosť oboznámiť sa s touto expresívnou terapiou pri ich štúdiu. Nielen z dôvodu rozšírenia znalostí, ale aj na základe vlastných potrieb, vychádzajúcich z pohybových možností.

Z nášho výskumného šetrenia teda môžeme vyvodiť závery, že zaradenie tanečno pohybovej terapie do vyučovacieho procesu ako samostatného predmetu, by bolo veľmi prospešné. Študenti dramaterapie by mohli bližšie nahliadnuť do funkcií tela. A naučiť sa správne ho používať či analyzovať samotný pohyb, ktorý patrí medzi komunikačné nástroje dramaterapie. Tanečno pohybový terapeuti odporúčajú zamerať sa hlavne na školy ako je Labanová analýza pohybu, autentický pohyb či primitívna expresia. Tieto školy by mali byť veľmi prínosné z hľadiska sebapoznávania a taktiež zo strany praktického využitia v praxi, pre lepšiu orientáciu sa a pochopenie klientov. Taktiež by bolo prínosné naučiť študentov ako pracovať s klientelou a ako poskytovať svedectvo. Čo nám napríklad ponúka Autentický pohyb (viď kapitola 2.2.). v tejto škole sa pri príprave nových terapeutov zameriava aj na rolu pozorovateľa a svedka či tichého svedka, a teda aj schopnosti terapeuta vhodne a správne komunikovať s klientom. Tieto znalosti by pre budúcich špeciálnych pedagógov-dramaterapeutov by mali poskytnúť väčší rozhľad a teda viac možností, a rozmanitosti pre ich budúcu prax.

Záver

Cieľom mojej bakalárskej práce bolo priniesť návod výchovným dramatikom a dramaterapeutom ako využiť tanečno-pohybovú terapiu v ich praxi. Taktiež som si dala za cieľ zistiť, či by to študenti pripravujúci sa na túto profesiu brali ako prospešné a vôbec ich záujem o tanečno-pohybovú terapiu.

Pri prechádzaní literatúry som sa dozvedela, že mnoho prvkov tanečno-pohybovej terapie vychádza predovšetkým z tanečných štýlov a sú postavené na technike určitého druhu tanca. Vo veľa prípadoch sa v texte dalo dozvedieť aj to, že sa tieto prvky sú primárne pre tanečno-pohybovú terapiu, ale tiež sa dajú využiť aj v iných expresívnych terapiách. Taktiež každá z techník tanca sa preberá pokiaľ sa človek dá na štúdium herectva. Rovnako ako teórii paradivadelných systémov sa dá často dočítať, aká je dôležitá práca s telom a s vnútorným prežívaním, či telesným napätím a uvoľnením.

Z toho mi vychádza, že môj zámer nebol postavený na fiktívnych novovymyslených spojeniach, ale na niečom, čo je už od pradávna jasné. A preto som svoj cieľ postavila hlavne na názoroch a odporúčaní skúsenejších terapeutov, ktorí majú dlhodobu odskúšanú určitú techniku a vedia ako fungujú a aké široké je ich spektrum využiteľnosti. Takto nám profesionáli dali návod, čo by sa dalo jednoducho využiť pri našej práci. Tieto informácie boli dôležité pre mňa hlavne z titulu využitia, spojenia možností, a teda ozvláštnenia lekcií. Dôležité to je aj z dôvodu rozmanitosti klientov a ich potrieb, a teda aj zásoba techník by mala byť rozmanitá.

Ďalšími dôležitými informáciami pre mňa bolo zistiť či tento názor je len môj, z dôvodu väčšieho záujmu o tanečno-pohybovú terapiu, alebo na to majú podobný pohľad aj študenti dramaterapie. Moje domnienky boli väčšinou správne. Samozrejme našli sa aj názory, keď dotyčný nemal vzťah k pohybu všeobecne, tým pádom ani jeho záujem o poznanie v tomto obore nebol veľmi veľký. No na druhú stranu väčšina sa priznala, že predmet tanečno-pohybovej terapie im na štúdiách chýbal, a radi by sa o tom dozvedeli viac. Nielen preto, že majú k pohybu blízky vzťah, ale aj z dôvodu, že ho často používajú vo svojej praxi. Aj keď sú to len jednoduché pohybové hry do rytmu. Z toho dôvodu mi vychádza, že znalosť prvkov tanečno-pohybovej terapie je pre výchovných dramatikov a dramaterapeutov potrebná a nielen z dôvodu rozšírenia obzoru, ale aj pre ich vlastné využitie.

Celé toto šetrenie, mi potvrdilo moje stanovisko, že tanec a pohyb je pre každého z nás dôležitý a prínosný. Po väčšine pohybových aktivít, všetci odchádzajú s nadšením, uvoľnením, a s úsmevom na tvári. A to je dôvod prečo by sme sa tancu a pohybu mali začať viac venovať a dať naň väčší dôraz. Veď tanec je to čo nás cez telo spája s našou dušou.

Ďalšou možnosťou je využiť tanečnú terapiu ako primitívnu expresiu. V dramatike to pomáha naučiť sa udržať rytmus samotný, ktorý doprevádza pohyb a tiež udržanie rytmu v tele. Je to dobré cvičenie pri výchovnej dramatike pre deti v predškolskom veku alebo mladšom školskom veku.

Zoznam prameňov a použitej literatúry

VALENTA, M. Dramaterapie a teatroterapie. Vydání 1. Olomouc Univerzita Palackého 2014, 116s, ISBN: 978-80-244-3685-2

JEBAVÁ, J. Kapitoly z dějin tance a možnosti terapie. Vydání 1. Praha: Karolinum, 1998, 123s ISBN: 80-7184-620-1

JÍROVÝ, Z. Historický vývoj společenského tanca. Bratislava: Osvetový ústav, 1977, 64s

FUDALY, P. 2003. Paradiadelné systémy a ich kategorizácia : pokus o syntetizáciu foriem uplatňovania drámy vo výchove, v prevýchove a v terapii. In: Speciální pedagogika. - Roč. 13, č. 1 (2003), s. 22-32

MAJZLANOVÁ, K. Dráma vo výchove, vzdelávaní a v terapii. Efeta, 2001, roč. 10, č. 4, s. 2-4.

MACHKOVÁ, Eva. Úvod do studia dramatické výchovy. Praha : IPOS, 1998, s.32

VALENTA, J. Metody a techniky dramatické výchovy. Agentura Strom, Praha – 1997. s.27.

DOSEDLOVÁ, J. Terapie tancem. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, a.s, 2012, 184s ISBN: 978-80-247-3711-9

CHODOROWOVÁ, J. Taneční terapie a hlubinná psychologie. Vydání 1. Praha: Triton, 2006, 208s ISBN: 80-7254-554-X

ČIŽKOVÁ, K. Tanečně-pohybová terapie. Vydání 1. Praha: Triton, 2005, 120s ISBN: 978-80-725-4547-6

BIČ, P. Tanečně-pohybová terapie v institucionální výchově. Vydání 1. Praha: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011, ISBN: 978-80-244-2713-3

LUDEWIG, K. Základy systematické terapie. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, a.s, 2011, 112s ISBN: 978-80-247-3521-4

VALENTA, M. Dramaterapie. Vydání 4. Praha: Grada Publishing, a.s, 2011, 264s ISBN: 978-80-247-3851-2

MÜLLER, O. Terapie ve speciální pedagogice. Vydání 2. Praha: Grada Publishing, a.s, 2014, 512s ISBN: 978-80-247-4172-7

PAYNE, H. Kreativní pohyb a tanec. Vydání 1. Praha: Portál, 2011, 240s ISBN: 978-80-7367-887-6

FARKAŠOVÁ, D. Výskum o ošetrovatel'stve. Vydanie 1. Bratislava: Osveta, 2006, 88s ISBN: 80-8063-228-6

MIOVSKÝ, M. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Vydání 1. Praha: Grada Publishing, a.s, 2006, 332s ISBN: 80-247-1362-4

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. 1 vyd. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.

STRAUSS, Anselm L. a Juliet CORBIN. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Sdružení Podané ruce, 1999. SCAN. ISBN 80-85834-60-X.

GINKO – HUMPHRIES, A. a kolektiv, *Manuál rozvoja sociálnych zručností, Umenie – Vzdelávanie – Terapia*, Španielsko: INTRAS, 2012, ISBN: 978-84-938947-3-3

VALENTA, M. Rukověť dramaterapie a teratroterapie. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého 2006, ISBN: 80-244-1358

ZELINA, M. *Stratégie a metody rozvoja osobnosti dieťaťa*. 2. vydanie. Bratislava: IRIS, 1996, ISBN: 8096701347

ZOZNAM PRÍLOH

Príloha 1 – Prepis rozhovorov v prvom šetrení

Príloha 2 – Prepis rozhovorov v druhom šetrení

Príloha 1 – prepis rozhovorov v prvom šetrené

Písmenom J je označovaný výskumník. Písmenom RT + priradené číslo sú označovaní účastníci z radov tanečno-pohybovej terapie.

Prvé prebiehalo šetrenie s účastníkmi , ktorý sa zaoberajú tanečno-pohybovou terapiou. Autorka zanechala texty v pôvodnom znení, tak ako ich zaslali respondenti.

Respondent č.1(RT1)

J: *Ahoj Tomáš, minule sme sa bavili, že by si bol ochotný mi odpovedať na pár otázok kvôli mojej bakalárskej práci. Vopred Ďakujem za tvoj čas a ochotu.*

Moja práca bude na tému využitie prvkov tanečno-pohybovej terapie v paradržadelných systémoch.

A tak by som sa chcela spýtať, na vašu radu, alebo prípadne čo by ste vy ako TPterapeut odporučila učiteľom dramatickej výchovy alebo dramaterapeutom, ktoré prvky z tanečno-pohybovej terapie by bolo možné, vhodné a užitočné využiť v ich profesii. Čo by im mohlo pomôcť pri ich práci s klientmi?

Ďakujem za skorú odpoveď

s pozdravom :)

RT1: Ahoj Tatiano,

omlouvám se za pozdní odpověď. Více akcí probíhalo se spuštěním webu a knihou. Každopádně Ti rád pomůžu.

V rámci dramatické výchovy je určitě možné využít Labanovu analýzu pohybu. Laban je využitelný v tanci i divadle. Všude, kde se pracuje s tělem. V divadelním prostředí je také inspirativní Isadora Duncan, která přináší velmi zajímavé přístupy i myšlenky. Zde můžu doporučit práci: Rytmus jako prostředek jevištního projevu neslyšícího herce, kterou napsala Dr. Marika Antonova. <http://www.databazeknih.cz/knihy/rytmus-jako-prostredek-jevistniho-projevu-neslysiciho-herce-328012>

Techniky zrcadlení, pohybové improvizace a zahřívacích pohybových cvičení v kruhu (posílání pohybové imaginace, posílání žabek atd.) jsou asi obecně známými technikami.

Pro práci s klientem je samozřejmě zásadní terapeutická kompetence získaná v terapeutickém výcviku. Pokud by se tedy již nejednalo o dramatickou výchovu, ale o práci s klientem - musí se jednat o kompetentní osobu vykonávat terapeutickou práci. Jako učitel dramatické výchovy by se tedy jednalo o žáky v oblasti výchovy a osobního rozvoje.

S přáním příjemných dní

Tomáš

Respondent č.2 (RT2)

J: Dobrý deň, píšem Vám ohľadom prosby o pomoc pri písaní Bakalárskej práce. Som študentka na Pedagogickej fakulty v obore Špeciálne pedagogika - dramaterapia. A chcela by som sa Vás spýtať či by ste bola ochotná odpovedať na pár otázok? Moja práca má názov Využitie tanečno-pohybovej terapie v paradržadelných systémoch.

Ďakujem za skorú odpoveď a za Váš čas.

S pozdravom Trnková Tatiana

RT2: Dobrý den, ptejte se :-).

J: Ďakujem Vám veľmi pekne za ochotu.

Moja práca bude na tému Využitie prvkov tanečno-pohybovej terapie v paradržadelných systémoch. A tak by som sa chcela spýtať, na vašu radu, alebo prípadne čo by ste vy ako TPterapeut odporučila učiteľom dramatickej výchovy alebo dramaterapeutom, ktoré prvky z tanečno-pohybovej terapie by bolo možné, vhodné a užitočné využiť v ich profesii. Čo by im mohlo pomôcť pri ich práci s klientmi.

Ďakujem za Vašu ochotu a za skorú odpoveď

s pozdravom

RT2: Dobrý den, Tatiano, myslím, že se dá uplatnit cokoli z kategorie terapeutický tanec (např. primitivní exprese, tančené archetypy, autoestima flamenca, (kontaktní) improvizace). Máte k dispozici mou knížku Terapie tancem (vyšla v Gradě r. 2012)? Je tam vysvětlen rozdíl mezi terapeutickým tancem a taneční psychoterapií, který je pro Vaši práci patrně stěžejní. Příjemný víkend přeji

Respondent č. 3 (RT3)

J: Good evening, I am a student of special pedagogy - dramatherapy at Olomouc. We once met at academia alternativa and you gave me your business card, and said that you would be willing to answer a few of my questions for my bachelor thesis. The theme of my thesis is going to be "Usage of dance-movement therapy in paratheatrical systems". Thank you in advance

The question is: I would like to ask for your opinion. What would you, as a dance therapist, recommend to teachers of drama education or dramatherapists to do. Which parts of movement therapy would be useful, adequate and beneficial to use in their profession. What can help them in work with clients?

I am looking forward for your answer

and Massive thank you for your time

Best regards

Preklad

Dobrý večer, som študentka špeciálnej pedagogiky Dramaterapie v Olomouci. Stretli sme sa na Akadémii Alternatíva a vy ste mi dala vašu vizitku s tým, že by ste bola ochotná mi

odpovedať na moje otázky, ohľadom mojej bakalárskej práce. Téma tejto práce je „ Využitie prvkov tanečno – pohybovej terapie v paradivadelných systémoch.“ Vopred ďakujem za odpoveď.

Chcela by som sa spýtať, na vašu radu, alebo prípadne čo by ste vy ako TPterapeut odporučila učiteľom dramatickej výchovy alebo dramatoterapeutom, ktoré prvky z tanečno-pohybovej terapie by bolo možné, vhodné a užitočné využiť v ich profesii. Čo by im mohlo pomôcť pri ich práci s klientmi.

Ďakujem za Vašu ochotu a za skorú odpoveď

s pozdravom

RT3: Hello Tatiana,How are you. I will answer your question in a week or two. Warm greetings

RT3: Hello Tatiana,sorry I was so busy. So Laban movement Analysis is really helpful. It's not only used by dancers but also by musicians and actors. There is even a chapter in the book Laban for all only for actors. And Authentic Movement is also suitable, because it connects you to your inner stories. I don't know if this helps you,mabey you can ask more specific questions.

Kind regards

Preklad

Zdravím, Tatiana, ako sa máš? Odpoviem ti na tvoje otázky do jedného alebo dvoch týždňov.

Ahoj, Tatiana, prepáč bola som dosť zaneprázdnená. Nápomocná je naozaj Labanova analýza pohybu. Ona nie je používaná iba tanečníkmi ale aj hudobníkmi a hercami. Toto opísané v jednej kapitole knihy Laban for all only for actors. Autentický pohyb je taktiež vhodný, pretože pomáha spojiť teba s tvojimi vnútornými príbehmi. Nevieť či ti to pomohlo, možno sa skús opýtať viac špecifické otázky.

S pozdravom

J: *Hi Denise, Thank you so much, its help me very much. Of course it helps me, but i must ask you some more question. So now i wanna ask for your own opinion, how it can help to drama teacher or dramatherapist, in which phases of process, it*

Again massive thank you for your time Best regards

Preklad

Zdravím Denice, d'akujem veľmi pekne za vašu pomoc. Samozrejme pomohlo mi to, avšak sa musím spýtať ďalšiu otázku. Teraz by som sa chcela spýtať na náš názor, ako by to mohlo pomôcť vyučujúcim dramatu, alebo dramaterapeutom v niektorej fáze procesu.

Opäť Vám veľmi pekne d'akujem za Váš čas.

RT3::Hello Tatiana,

I will try to answer, I hope it's not too late. It's difficult because I don't know what dramatherapist really do and how the work, so it's difficult to give an advice.

I believe dance therapy stresses more on the whole body, the whole person. And this is a plus. Also it's more basal/basic approach. Movement was and is first if you look at the development of a child. First communication is nonverbal. Emotion finds its expression in our bodies often difficult to put in words.

And also use the body as a source for stories, memories. If we listen, we always have some information about our inner world.

So this is what comes to my mind. If you need more information you can still ask me. Kind regards

and good luck

Preklad

Zdravím Tatiana, skúsím ti odpovedať. Dúfam, že to ešte nie je neskoro.

Je to zložité pretože v skutočnosti neviem ako dramaterapeuti v skutočnosti pracujú, takže je náročné dať nejakú radu. Verím, že tanečná terapia dáva dôraz viac na celé telo a teda aj celú osobnosť. A to je veľké plus. Väčšie základné priblíženie. Pohyb bol a je prvé, čo môžeme vidieť pri vývoji dieťaťa. Prvá komunikácia je neverbálna. Emócie objavujeme v expresiách nášho tela, kde je často zložité vyjadriť ich slovami. A taktiež používame telo ako zdroj príbehov a spomienok. Ak ho počúvame vždy nám povie čo prežívame vo svojom vnútornom svete. Tak toto je to čo mi beží hlavou. Ak by si potrebovala viac informácií stále sa môžeš pýtať.

J: Denise, you helped me so much, thank you for your answering. I think that your answer are right for my BT. Hope we will see so early, again.

Preklad

Denise, veľmi ste mi pomohla, ďakujem veľmi pekne za vaše odpovede. Myslím si, že vaše odpovede sú presné pre moju bakalársku prácu. Dúfam, že sa skoro opäť uvidíme.

Príloha 2 – prepis rozhovorov v druhom šetrení

Písmenom J je označovaný výskumník. Písmenom RS+ priradené číslo, sú označovaní respondenti, ktorý boli zahrnutí do druhého výskumného šetrenia a sú to študenti špeciálnej pedagogiky – dramaterapie.

Druhé šetrenie prebiehalo s účastníkmi, ktorý sú študenti špeciálnej pedagogiky-dramaterapie.

Prvá otázka bola pevne stanovená a teda pri každom rozhovore rovnaká. Potom sa rozhovor mohol odvíjať viacerými smermi, napríklad pokiaľ bolo treba do vysvetlenie. Autorka zanechala texty v pôvodnom znení, tak ako ich zaslali respondenti.

Respondent č.1 (RS1)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba, ktorá by pracovala s dramatom, akú váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad Labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.*“

RS1: 1. Určite bych na znalost dala, protože jsme měli muziko, arte drama a taneční ne, takže bych ji přisuzovala stejnou váhu jako ostatním terapiím,. Určite by mne zajímaly alespoň nějaké základy a vidělo by se, jak by mi to sedlo a jak by se mi s tím pracovalo, ale myslím, že ten pohyb je s divadlem dost spjatý a že může hodně vypovídat.

2. Určite bych ty prvky ráda využívala ve své práci, jde o to, jak dobře bych s tím byla seznámena a jestli bych si troufla to použít, ale kdybych si byla jistá že vím co dělám tak by to byl určite velký přínos.

Respondent č.2 (RS2)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, akú váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.*“

RS2: Já bych se rád něco z tohoto naučil, nic méně mám s pohybovou terapií spíše negativní zkušenosti. V podstatě, já vůbec tanci nerozumím, já bych to nikdy nevyužil (stejně jako arte nevyužiju, max. kapku muziko). Ze všech expresivek je pro mě tanečná nejvíc mimo mě.

J: *Píšeš, že by si sa z toho rád niečo naučil, čo by to konkrétne malo byť?*

RS2: Já bych raději pohybovou a hlasovou výchovu, jak se hýbat na podiu a tak..

J: *Myslíš teda javiskový pohyb?*

RS2: Přesně ten mám na mysli. Avšak to se mi víc hodí do divadla na představení.

Respondent č.3 (RS3)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, aku váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.*“

RS3: S tanečně pohybovou terapií jsme se ve škole nepotkali, ale pohyb zvláště pro mě je velmi důležitý, a bez speciálního vzdělání se pohyb i tanec snažím nacpat všude kam to jde. Jsou chvíle kde to nejde jako u senioru, nebo jen u některých a hluboká retardace, ale jinak snaha se hýbat a tančit je vždy součástí všeho co dělám. Tím jsem ti i odpověděla, ano jsem schopna ji využívat a pokud jakkoliv zůstanu v oboru nebo okolo tak ho i využívat budu. A váha je dle situace klientů a energie, někdy převažuje jen ta hra a práce a někdy zjistím, že tanec a pohyb je přijímán víc tak to nechám plynout většinou je třetina někdy i polovina.

Respondent č.4 (RS4)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, aku váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.*“

RS4: Promiň ale já téhle tématice moc nerozumím.

J: *Vôbec nevadí, že tomu nerozumieš, skôr sa zameriavam na tvoj názor a pocity pokiaľ ide o túto tému.*

RS4: Moc nevím co to je mam představu ze dne když jsme mněli workshop s jedním páne z Ruska. Váhu si myslim, že by mohla mit dost velkou protože pri pohybu člověk nemuže nic zkazit. oproti dramaterapii, která lidem muže připadat že po nich vedoucí neco chce, co přesne nechapou, boji se že budou muset neco hrát. A pokud něco budu v téhle oblasti dramaterapie nekdy jeste skuset a delat z lidma určite bych tam zaradila právě pohyb.

Respondent č.5 (RS5)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, aku váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.“*

RS5: Ráda bych se s taneč. - pohyb terapií setkala v průběhu těch 3 let a určitě bych ráda pracovala s kreativním a autentickým pohybem kdybych měla možnost se to naučit

J: *Chápem správne, že ti tá tanečno pohybová terapia za tie tri roky štúdia chýbala? A pomohlo by ti to nejako pri dramatoterapii?*

RS5: Jako bylo fajn si to zkusit s Polínkem a je mi jasné že do té naší akreditace je těžké to zapojit .. museli by se na to schánět i lidi že. Určitě víc pohybu bych brala. Když už to bylo nakouslé tak by bylo fajn mít víc příležitostí k zdokonalování. Ale to už je otázka - vysoká jako samostudium, takže bych si to správně měla už vyhledat sama. Ale možná víc nabídek by bylo fajn. Ale jeden profesor se o to snaží pořád a to je super a i nám k tomu dal vlastně podnět takže to beru velice přínosně

J: *Ďakujem ti pekne za odpovede*

Respondent č.6 (SR6)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, aku váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju*

schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.“

RS6: Nevím co je to Labanova analýza pohybu.

J: *Labanová analýza pohybu je vlastne na princípe sledovania pohybov človeka. Laban tieto pohyby skúmal a popísal každý jeden pohyb. Zameral to do troch úrovní, v ktorých sa pohybujeme. Je možné v tom vidieť, akú máš povahu, prípade čo práve prežívaš a následne terapeut sa snaží, ukázať klientom aj iné úrovne pohybu.*

RS6: Jo jasne, to bych využila, ale nevím jestli v dramaterapii. Tohle je samostatna terapie ne?

J: *Patrí to pod tanečno-pohybovú terapiu.*

RS6 : Jo zní to zajímavě, v tom případě mně mzří že o tom nevím víc.

Respondent č.7 (RS7)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, aku váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.“*

RS7: : Mě osobně hodně mrzí, že jsme se ve výuce k tanečně pohybové terapii vůbec nedostali. Jelikož jsem hodně pohybově zaměřený člověk, tak bych tanec používala i při normální výuce. Ne jen v terapii. A ano, myslím, že tanec by mi práci ulehčil.

Respondent č.8 (RS8)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, akú váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.“*

RS8: Ahoj, já na tanec a pohyb moc nejsem, jsem totiž dřevo a teda k tomu nemám co víc říct.

Respondent č.9 (RS9)

J: *Ty ako možno raz budúci dramaterapeut alebo osoba ktorá by pracovala s dramatom, aku váhu by si pri svojej práci dal na znalosti tanečno-pohybovej terapie. Bol/bola by si ju schopný využívať vo svojej práci napríklad Labanovu analýzu pohybu, alebo kreatívny pohyb, alebo autentický pohyb. A či by to podľa tvojho názoru uľahčilo tvoju prácu.“*

RS9: Čauko, tak jako výuku bych to určitě přivítala, ale až potom co bych mněli více výuky dramaterapie. Protože takhle by mi to přišlo málo toho a málo toho a co z toho mam ? Takže více drama a pak klidně i taneční. Myslím, že by to bylo fajn využívat i v te dramce, kdybych věděla jak.

ANOTÁCIA

Meno a priezvisko	Tatiana Trnková
Katedra:	Speciální pedagogiky
Vedúci práce:	Mgr. Martin Dominik Polínek, PhD.
Rok obhajoby:	2017

Názov práce:	Využitie prvkov tanečno pohybovej terapie v paradivadelných systémoch
Názov v angličtine:	Usage of elements of dance movemant therapy in paratheather systems
Anotácia práce:	Bakalárska práca sa zaoberá skúpaním techník/prvkov tanečno pohybovej terapie, ktoré by bolo možné využiť v paradivadelných systémoch. V tejto problematike sme analyzovali odpovede terapeutov používajúcich tanečno pohybovú terapiu v praxi. V práci sme sa taktiež sústredili na štetrenie odpovedí študentov špeciálnej pedagogoky – dramaterapie, a ich znalost a záujem o túto expresívnu terapiu
Kľúčová slová:	Tanečno-pohybová terapia, paradivadelné systémy, expresívne terapie, terapeut, študent, prvok, záujem, využitie

Anotácia v angličtine:	In this bachelor thesis we have been observing the elements of dance movement therapy, which will be possible to use in paratheater system. We have analysed the answers of therapists who are using dance movement therapy in practice. We have been also observing answers of students of special pedagogy – dramatherapy. We have analysed their knowledge and interests about this expressive therapy.
Kľúčová slová v angličtine:	Dance – movement therapy, paratheater systém, expressive therapy, therapist, student, elements, interests, usage
Prílohy viazané v práci:	Príloha 1 – prepis rozhovorov v prvom šetrení Príloha 2 - prepis rozhovorov v druhom
Rozsah práce:	53 strán
Jazyk práce:	Slovenský jazyk