

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalářská práce

Nikol Tajzlerová

Dramaterapie a její využití v nízkoprahovém zařízení pro děti a mládež

V Olomouci 2017

vedoucí práce: Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph. D.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracovávala samostatně a použila jsem prameny uvedené v seznamu literatury a zdrojů.

V Olomouci,

dne 19.4.2017.....

Poděkování

Mé poděkování patří vedoucímu této práce, panu Mgr., Martinovi Dominikovi Polínkovi, Ph.D., za odborné rady a obětavé vedení mé bakalářské práce.

Také děkuji všem participantům, tohoto výzkumu, že byli ochotni se zapojit a podělit se o své zkušenosti.

V neposlední řadě chci poděkovat mé matce a mým blízkým, za jejich nikdy nekončící podporu a trpělivost.

Obsah

Úvod	6
Teoretická část	7
Vymezení základního pojmosloví	7
1.1 Psychoterapie	7
1.1.1 Expresivní terapie	8
1.1.2 Divadlo	8
1.1.3 Divadlo utlačovaných	9
1.1.4. Playback divadlo	10
Dramaterapie	12
2.1 Definice dramaterapie	12
2.2 Cíle dramaterapie	13
2.3 Historie a současnost dramaterapie	13
2.3.1 Dramaterapie v západních zemích a u nás	13
2.3.2 Západní Evropa	13
Nízkoprahové zařízení	16
3.1 Nízkoprahové zařízení	16
3.2 Počátky vzniku Nízkoprahového zařízení	16
3.3 Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež T-klub Zlín	19
3.4 Prevence	21
Empirická část	22
Výzkumný problém	22
Metodika výzkumu	23
Průběh výzkumu	24
Výzkumný soubor	24
Metodika výzkumu	25
Metody sběru dat	25
6.1 Pozorování	25
6.2 Ohnisková skupina	26
6.3 Dotazník	26
Cíl výzkumu	27
Analýza dat	27
8.1 Pozorování	28
8.2 Ohnisková skupina	29
8.3 Dotazník	30

Závěr	31
Seznam použité literatury	33
PŘÍLOHY	35

Úvod

Často se dramaterapie může využívat u osob s mentálním postižením, ovšem mým cílem bude využití této expresivní terapie u dětí a mládeže intaktní, kteří navštěvují nízkoprahové zařízení. Návštěva klientů v nízkoprahovém zařízení je dobrovolná a program tedy není strukturovaný v takové míře, jako v jiných zařízeních. Dramaterapie se tedy nabízí jako nová možnost zpestření a samotné seznámení s touto expresivní terapií, právě pro uvedené klienty.

Pro téma „Dramaterapie a její využití v nízkoprahovém zařízení pro děti a mládež“ své bakalářské práce jsem se rozhodla v době, kdy jsem trávila mnoho času v tomto zařízení jako dobrovolník a měla jsem tedy možnost poznat klienty a jejich způsob života blíže. Jako dobrovolník jsem působila v Nízkoprahovém zařízení T-klub Zlín. Od klientů jsem se dozvěděla, v jaké rodině vyrůstají, co jim může působit nepříjemnosti v sociálním i školním prostředí. Rozhodla jsem se tedy pro využití mého studia speciální pedagogiky – dramaterapie, k vypracování výzkumu a zpracování dat, které by mohly sloužit jako jeden z možných prostředků, jak zkvalitnit život klientů, popřípadě zjistit co bývá častými obtížemi, které klienty mohou cestou života doprovázet.

Důležitá bude příprava na jednotlivé schůzky, kde dramaterapie bude prezentována, zároveň konzultace s lektory daného zařízení a v neposlední řadě motivace jedinců k zapojení se. Jak již bylo zmíněno, návštěva, ale i samotné zapojování do nabízených aktivit nízkoprahového zařízení je zcela dobrovolná.

Zaměříme se také na možnost spolupráce s lektory, snahu o zasvěcení do metod dramaterapie. Využijeme také hlavně hry z prostředí dramatické výchovy. K samotnému předání, co vlastně dramaterapie představuje, je důležité se zaměřit i na kořeny, tedy historii. Jaké počátky byli u nás v České republice a jak se historicky vyvíjela dramaterapie v zahraničí.

V empirické části budeme klást důraz na samotné převedení výzkumu v praxi. Tedy jak probíhalo uvedení do možnosti zapojení se v Nízkoprahovém zařízení, kolik členů skupiny bylo a jakou měla setkávání časovou strukturu. Uvedeme si, jaké metody sběru dat byly zapotřebí.

Teoretická část

Vymezení základního pojmosloví

Teoretická část bakalářské práce je dělena na kapitoly a podkapitoly. V této kapitole se autorka bude věnovat vymezení všem nejdůležitějším základním pojmům, které bude ve své bakalářské práci používat, pojmy: psychoterapie, expresivní terapie a divadlo.

1.1 Psychoterapie

Psychoterapii lze chápat jako využití psychologických prostředků k léčbě. Podíváme se na definice tohoto pojmu.

„Psychoterapie je léčebná činnost, léčebné působení, specializovaná metoda léčení nebo souhrn léčebných metod, záměrné ovlivňování, proces sociální interakce. Specifický rozdíl odlišující tuto činnost od jiných činností, lze hledat v několika směrech: a) čím působí, b) na co působí, c) čeho má dosáhnout, d) co se při ní děje e) kdo působí (Kratochvíl, 2002 s.6)

„Psychoterapie doslova znamená „lčba prostřednictvím duše“. V praxi je to léčba nemocí s použitím psychologických metod – spolu s čistě biologickými léčebnými postupy nebo namísto nich. Často ale panuje málo shody v tom, co všechno mezi tyto metody patří. Mnoho lidí má navíc odlišný názor, jak by se tento termín měl používat“. (Nigel, Benson, 2005 s. 15)

„Psychoterapie je setkání, které probíhá ve vztahu mezi pacientem a terapeutem. Nejpodstatnější je, aby to nebyla hra a něco, ale opravdový vztah, ve kterém jdou kus cesty, a ta společná chuze, vlastně společné bytí jsou důležité nejenom pro pacienta, ale i pro terapeuta. Je štěstím pro obě strany, když potká terapeut „svého“ pacienta a pacient „svého“ terapeuta.“ (Šimek, in Vymětal., 2010 s. 6)

Lidé často příčinu svých problémů přicházejí řešit k lékařem, v domnění, že se jedná o čistě biologické obtíže, které jim určitým způsobem znepríjemňují jejich zdravotní stav. Často se může jednat o nespavost či nevolnost. Po absolvování mnoha vyšetření, mohou dojít lékaři k závěru, že osoba je po fyzické stránce zcela zdravá. V tomto případě, člověk může vyhledat pomoc v psychoterapii. S přívalem informací a pokroku, lze říci, že dnešní doba je otevřenější faktu, že psychika člověka je úzce spjata s fyzickým stavem popřípadě nemocí. Ovšem vyhledání psychoterapeutické pomoci nemusí být jen z důvodu, že se u lékaře nedostavili žádné známky fyzických obtíží. Lidé často vyhledávají psychoterapii z mnoha důvodů. Každodenní

život jim může připadat těžký, sami si často nedokáží odpovědět na některé otázky týkající se jejich života či snad jen pro dlouhodobý pocit, že pro momentální stav jejich nevychozí situace, jsou ochotni vyzkoušet vše, aby byli v životě šťastní, spokojení a vyrovnaní.

Psychoterapie má více postupů. Je tedy vhodné zjistit, která danému klientovi vyhovuje nejvíce. Zároveň i terapeut má možnost daného klienta odmítnout, jelikož jedna z hlavních výsad terapeuta je být autentický, tudíž nemůže klientovi lhát o vzájemné sympatii.

1.1.1 Expresivní terapie

Expresivní terapie jsou terapie založené na expresi- výrazu. Tím, že dávají člověku možnost (kreativně) se vyjádřit, posilují nejvyšší Maslowovskou potřebu, potřebu seberealizace. Někdy bývají označovány jako terapie umělecké, či neverbální. (Valenta, 2014). Lze je rozdělit podle druhů umění, které využívají: arteterapie, muzikoterapie, biblioterapie, tanečně-pohybová terapie, dramaterapie, biblioterapie a poetoterapie. Tento druh terapie je poměrně nově vzniklý směr v psychologii, tudíž jejich zaměření spočívá hlavně v rozvoji a podpoře tvůrčích schopností člověka, spontánnosti a výrazových prostředcích, které vedou k tomu, že jedinci jsou poté schopni dojít prostřednictvím sebevyjádření k hlubšímu poznání svého já, což je nedocenitelným prostředkem k duševní vyrovnanosti. Velký důraz klademe na individualitu jedince (tamtéž). „*Vztah mezi terapií a uměním je jednostranný – zatímco úroveň uměleckého zážitku je zcela nezávislá na terapii, úroveň (arte)terapie je přímo úměrná hloubce estetického zážitku.*“ (Valenta, 2011, s.19)

1.1.2 Divadlo

„*Divadlo je velmi důležitým médiem pro sdílení optimismu, hledání porozumění a nových řešení mezi jednotlivci i skupinami.*“ (Jenningsová, 2014, s. 10) Ale co je (to) divadlo? Bernard (1983) se nad touto otázkou zamýšlel a navrhl výčet významů pojmu divadlo: divadlo je druh umění, divadlo je budova, divadlo je umělecký ústav, divadlem můžeme myslet soubor, který hraje divadlo, divadlo je dramatický text-hra, a „Nedělej mi tu divadlo!“- obvinění druhého člověka, že před námi něco hraje. Autorka chápe divadlo jako napodobování reálné zkušenosti a děje skrze herce.

Divadlo má dlouhou historii, první doložené zmínky pocházejí již ze starověkého Egypta. Nicméně divadelní historici a antropologové věří, že divadlo je ještě mnohem starší. Vydáváme se s nimi do temnot loveckých společností, do hlubin jeskyně Lescaux, kde pozorujeme obraz šamana, v masce zvířete. A už jsme u první teorie vzniku divadla, divadlo vzniklo

z náboženského rituálu, kdy šaman (kněz) začal předstírat, napodobovat, „hrát“ (Brockett, 2008).

Druhá teorie o vzniku divadla zase říká, že divadlo vzniklo z vyprávění, což je chápáno jako lidská potřeba, potřeba sdělovat, vyjádřit se (tamtéž). A lidé běžně, když vyprávějí, sdělují své zážitky mění hlasy, pracují s temporytmem, a občas i vstupují do rolí postav. A v tom okamžiku jsme u divadla.

Jak již jsme naznačili, divadlo plní určité cíle. Od obvykle uváděných- estetických, se dostává k cíli nastíněnému v předchozích odstavcích: potřebě vyjádření, a náboženské potřebě. V tento okamžik se dostáváme do oblasti paradivadla, což lze chápat jako divadlo, které neplní estetické cíle (Valenta, 2011).

Stejný autor rozlišuje dva druhy paradivadla:

1. *Divadlo (drama) – edukační prostředek,*
2. *Divadlo (drama) – prostředek léčby (terapie)*“ (tamtéž, s. 12)

Oba dva druhy mají dlouhou historii, divadlo se jako edukační prostředek používalo již ve středověku- od čtení a inscenování Terentiových a Plautových komedií, až k Lutherovi, Komenskému (jenž poprvé rozdělil divadlo na edukativní a běžné- estetické) a jezuitům, kteří využívali divadelních prostředků k edukačnímu a mravnímu působení na žáky, až po hnutí tvořivého dramatu, dramatické výchovy z 20. století (Machková, 2007).

Tato práce se nicméně zabývá více druhým druhem paradivadla, a to divadlem jako prostředkem léčby, tedy dramaterapií.

Léčebné využití divadla má taktéž prastarou historii. Od Imenhotepa, který používal účinků divadla, tance a hudby k léčbě nemocných, po divadlo Dromokaiton v Athénách, kde hráli představení lidé s duševním postižením, po divadelní představení markýze de Sade v ústavu Charentonu (Majzlanová in Valenta, 2011), až po Jakoba Levyho Morena a jeho psychodrama, až po obor dramaterapie, který vznikl v druhé polovině 20. Století, kterému se budeme věnovat dále.

Než se podíváme přímo na dramaterapii, dovolíme si poukázat na paradivadelní. Systém, které se principálně blíží dramaterapii. Jako je o divadlo utlačovaných a playback divadlo, to si popíšeme v následující kapitole.

1.1.3 Divadlo utlačovaných

Divadlo utlačovaných je divadelním nástrojem, který se pokouší změnit svět. Freire tvrdí, že bankovní systém vzdělávání v nás učí že: „*člověk je ve světě, nikoli se světem nebo spolu s ostatními; člověk je divák nikoli nový stvořitel.*“ A v divadle utlačovaných nikdo nezůstává

jen divákem ve světě. Každý má zde možnost, jak mluvit, tak jednat, tak pozorovat (A. Boal in Santos, 2016). Augusto Boal používá termín divák-herce (spect-actor), čímž dává důraz na možnost divácké participace, považuje diváky za spolutvůrce, partnery pro dialog, nikoli němé a mlčící svědky, jejichž úkol Grotowski (1999) popsal jako být přítomen a podat zprávu.

Divadlo utlačovaných si dává za cíl osvobodit člověka, zkoumat nové způsoby jednání řešení. Problematické je definování, kdo je utlačovaným a kdo je utlačovatelem. V reálném životě můžeme být v obou rolích, nebo mezi nimi střídat. Julian Boal nabízí otevřenou definici pro další uvažování a to: „*Útlak je konkrétní vztah mezi jedinci, kteří jsou součástí různých sociálních skupin, jde o vztah, ze kterého profituje jeden ze skupiny na úkor druhého.*“ (in Santos, 2016, s. 56). Divadlo utlačovaných bývá často zaměňováno za pojem zastřešující skupinu divadelních forem: simultánní divadlo, divadlo fórum, legislativní divadlo, neviditelné divadlo, divadlo soch,...; ale je třeba si uvědomit, že tyto formy jsou jen nástroji divadla utlačovaných. Jestliže v divadle utlačovaných chybí utlačování a skrze toto divadlo se pokoušejí vyjadřovat nesouhlas s tématem a je jedno jakou formou to provedou, tak je to divadlem utlačovaných. Jestliže například divadlo fórum využije velká společnost na zlepšování vztahů na pracovišti, či pro zefektivnění výroby, tedy požadavek na to, co se má vyjádřit jde ze shora, z pozice utlačovatele, pak už se nemůže jednat o divadlo utlačovaných.

Divadlo utlačovaných je realizováno pro utlačované (diváci) s utlačovanými (herci) o utlačovaných (témata z jejich života). (Remsová, 2011)

1.1.4. Playback divadlo

Myšlenka na divadlo, ve kterém by se přehrávali skutečné příběhy lidí vyslechnuté během představení a o pár vteřin později předvedené divákům vznikla v New London, v Connecticutu, v roce 1974 „nad šálkem horké čokolády v malé jídelně“ (Salas, 2007, s.9). Autorem této myšlenky byl Jonathan Fox, v té době spisovatel, učitel angličtiny na univerzitě a vedoucí improvizálně-divadelní skupiny „It's All Grace“. Jonathan Fox dříve studoval pre-literární přestěhoval do New Paltzu, ve státě New York, kde Jonathan nastoupil do psychodramatického výcviku v Morenově institutu, vedeného Zerkou Moreno. Zde se sešla další skupina lidí kultury na univerzitě a dva roky pracoval a žil jako dobrovolník mírových sborů v Nepálu. Po roce experimentování se skupinou It's All Grace se Jonathan Fox i se svou manželkou a spolupracovnicí Jo Salas ochotná pracovat na této divadelní formě, a vznikl zde i název Playback divadlo. (Salas, 2007)

Playback divadlo by se dalo popsat jako paradržadlo, tedy divadlo, které sleduje primárně jiné než estetické cíle. Playback divadlo může sloužit jak edukačním, terapeutickým, sociálním cílům (sociální změna, kritika), tak i jako nástroj využívaný v byznysu (team building, brainstorming,...).(Zagryazhskaya, 2015)

Playback divadlo může být ve dvou formách, workshopové a performační. Podstatou obou forem je sdílení a následné přeřrání příběhu, snaha o co nejmenší odchýlení od původního příběhu, herci se snaží příběh jen přeřvest do jiného (divadelního) jazyka. Přestože všechny detaily nemusí být tak, jak je vypravěč sdělil, nesmí mít pocit, že se jedná o jiný příběh, než je jeho vlastní. (Salas, 2007)

Playback divadlo už od zrodu provází otázka, zda je to, nebo není terapie. Jonathan Fox píše že: „Cílem terapie je (...) vyléčit. Playback divadlo může mít léčivé účinky, ale jeho cílem není vyřešit něčí problémy (J. Fox in Zagryazskaya, 2015, s. 15)“.

Playback divadlo je pořád ve vývoji, Playback je praktikován ve více než 50 zemích světa (Zagryazskaya, 2015, s. 5), a každá skupina si přizpůsobuje Playback divadlo sobě, včetně form předávání příběhů, které využívá.

Dramaterapie

Nyní se zaměříme na prozkoumání dramaterapie, stanovením definic, historie a cílů. Po probádání těchto pojmů se budeme moct přiblížit práci, která se dá právě pomocí dramaterapie realizovat. Je tedy nutno nejdříve porozumět teoretickým částem pro další krok, který nás navede na práci již v samotné praxi.

Dramaterapie využívá hlavně divadelního umění při práci s lidmi, kteří se potýkají s nemocí či problémy. S dramaterapeutickým procesem za účelem léčby se můžeme setkat ve zdravotnických či komunitních zařízeních. Metody jenž spadají pod dramaterapeutický proces jsou: pohyb, hlas, tanec, improvizace, hraní rolí, práce s maskami atd. Tyto metody, které mohou působit prvoplánově jako estetické, však slouží hlavně ke zvýšení verbálních i neverbálních projevů, které se objeví prostřednictvím hraného příběhu či dramatu. Dramaterapeuté pracují v různých oblastech, od psychiatrických léčeben a stacionářů, přes speciální školy, až po soukromé praxe. (Jenningsová, 2014)

2.1 Definice dramaterapie

„Dramaterapii lze definovat jako záměrné použití dramatických / divadelních postupů pro dosažení terapeutického cíle symptomatické úlevy, duševní i fyzické integrace a osobního růstu.“ (Landy, 1985, s. 58)

„Dramaterapie je léčebně-výchovná (terapeuticko-formativní) disciplína, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledku psychických poruch i sociálních problémů a k dosažení personálně sociálního růstu a integrace osobnosti.“ (Valenta, kol., 2006)

Dramaterapie je výjimečnou oproti jiným expresivním terapiím tím, jak se prolíná s jinými prvky uměleckých technik. Často se tedy přímo v procesu můžeme setkat s prací, za pomoci kresby, tance, hudby aj. V dramaterapii využíváme také práci s vlastní zkušeností, na které stavíme určitý divadelní „akt“, který může dotvářet samotnou terapii.

Dramaterapii můžeme tedy chápat jako terapii, která využívá divadelních a jiných uměleckých technik za účelem léčby. Nezaměřuje se na estetický zážitek, či tvorbu divadelní hry. Jak uvádí Jenningsová (2014) *„Drama, divadlo, a tím také dramaterapie jsou ve své podstatě interaktivními procesy zahrnujícími další lidi. Je tudíž důležité nereflektovat svoji historii pouze individuálně, ale ve vztahu k lidem z okolí, tzn. v kontextu komunity.“* Dramaterapii rozumíme užití divadelního umění ve zdravotnických a komunitních zařízeních

při práci s lidmi, kteří se potýkají s problémy či nemocí. Zatímco divadlo můžeme vnímat jako prevenci pro udržení duševního zdraví, dramaterapie je formou léčby.“(Jenningsová, 2014, str.17)

2.2 Cíle dramaterapie

Při stanoveních cílů dramaterapie musíme brát v potaz specifické cíle, které vyplývají ze zaměření na klientelu. Například, při dramaterapii s autistickými dětmi musíme být důslední na změny jejich chování. Terapeutický přístup by měl cílit na přísně strukturované a soustředěné využití faktorů, jako jsou modulace hlasu, pozorování v zrcadle a podobně. Jiné cíle pak stanovíme u kategorie seniorů, zde může jako příklad sloužit trénink paměti (prevence Alzheimerovy choroby), dále pak je třeba připomínat těmto lidem, co už v životě dokázali a dát jejich životům další směr.

2.3 Historie a současnost dramaterapie

Působení divadla jakožto léčebného nástroje lze spatřit již ve starověkém Řecku. Již Aristoteles popsal působení katarze, jakožto divácké očisty, či již zmíněné divadlo herců s duševním postižením Domokaiton režiséra Lyketsa. Dále se v antice můžeme setkat s Céliem Aureliem, který řadil divadelní a hudební mezi metody léčby. Célius Aurelius třídil „dramaterapeutické“ prostředky podle nemoci. Na depresi doporučoval pantomimu, na „hravou pantomimu tragédie. Věřil, že duševní poruchy mají být vyváženy kontrastní estetikou hry. (Jones in Valenta, 2011)

2.3.1 Dramaterapie v západních zemích a u nás

Nicméně dramaterapie jakožto současný vědní obor, se nejvíce rozvíjela v USA a ve Velké Británii, a to v průběhu šedesátých a sedmdesátých let. Osobnosti, které se nejvíce zapřičinily o vybudování teoretického základu jsou René Emunah, David Johnson a Robert Landy. (Valenta, 2011)

2.3.2 Západní Evropa

Ve Velké Británii se o rozvoj dramaterapie zasloužila Sue Jenningsová, jenž začala kreativní drama zařazovat do klinické praxe. V dnešní době lze obor dramaterapie studovat na britských univerzitách v Hertfordshire, Devonu a na Institute of Dramatherapy v Londýně. Zájemci o studium dramaterapie ve Velké Británii jsou přijímaní uchazeči od věku 23 let, zároveň se musí prokázat zkušenostmi z oblasti klinické, školské, divadelní či sociální.

Vzdělání zaštituje ve Velké Británii The British Association of Dramatherapists, která dohlíží na kvalitu dramaterapeutických činností. V roce 1997 bylo asociací zákonem přidělená státní organizace a na ostrovech plní funkci podobnou profesní komoře. (Valenta, 2011)

Nizozemsko zavedlo dramaterapii do klinické léčby po druhé světové válce. Stalo se tak v Amersfoortu, kde sídlil ústav pro osiřelé děti. Postupem času se dramaterapie dočkala v Nizozemsku velkého rozvoje a dosáhla obdobné klientely jako ve Velké Británii či USA. Nizozemská dramaterapie je zaměřena především na práci s mentálně postiženými jedinci, děti s poruchami chování, ohrožena mládež, klienty psychiatrických oddělení a převážně na mladistvé v penitenciární péči. Studium kreativního dramatu nabízí v Nizozemsku čtyři vysoké školy, zaměřují se na oblast terapeutickou, edukační a drama jako prostředek média. Dramaterapie se v Nizozemsku těší uznání jako profese a společně s muzikoterapií, arteterapií, tenční terapií a psychomotorickou terapií mezi tzv. aktivní terapie. (Valenta, 2011)

Francie je považována za historickou kolébkou dramaterapie, obor se dá studovat na prestižní Descartově univerzitě v Paříži, zde je dramaterapie společně s taneční terapií zařazena do jevištní terapie. V rámci Evropy slučuje dramaterapii, taneční terapii, muzikoterapii a pohybovou terapii ECArTE (European Consortium for Arts Therapies Education). Organizace se věnuje pořádání mezinárodních konferencí a současně působí jako garant vzdělávání v rámci členských států. (Valenta, 2011)

Slovenská dramaterapie

V bývalém východním bloku SSSR dosáhla dramaterapie největšího rozvoje v Maďarsku a na Slovensku. Dramaterapie zde byla začleněna do tzv. Léčebné pedagogiky. Studiu dramaterapie se věnovala od roku 1967 Filozofická fakulta UK v Bratislavě, konkrétně Institut speciální a léčebné pedagogiky. Dramaterapie se jako disciplína postupně osamostatnila a po letech stagnace (1981-1990) byla zařazena do osnov pro léčebné pedagogy na Pedagogické fakultě UK v Bratislavě. Budování teoretických základů slovenské dramaterapie je zásluhou M. T. Bažányho, G. Dobrotky, (Valenta, 2011)

Klinický přístup G. Dobrotky.:

„Se opírá o učení C. G. Junga o univerzálnosti archetypového základu společenského vědomí lidstva a o Budaovu verzi chápání empatie. Dramatický projev, ať již spontánní či inscenovaný, umožňuje toto empatické vžívání se do osobnosti aktéra a formou mechanismu zpětné vazby je možno inscenováním dramatinizované situace podle terapeutického scénáře evokovat (vyvolat) sebeprožívání v psychoterapeuticky účinné a vědomí ne bezprostředně přístupné situace. Evokování, ale především dramatické ztvárnění kritického zážitkového

obsahu umožní klientovi vypořádat se kognitivně i emočně s nevědomou „zátěží“ a zaujmout k ní kvalitativně jiný, subjektivně tolerovaný hodnotící postoj“. (Majzlanová, 1999, s.19)

Majzlanová ve své práci z roku 1999 dále popisuje oblasti dramaterapeutické intervence dramaterapeuta na Slovensku: *„Děti, mládež a dospělí s různým stupněm postižení, dlouhodobě nemocní, děti, týrané a zneužívané, po překonání traumatu, drogově závislí, staří lidé, děti a mládež s poruchami chování, psychiatrickí pacienti (v rámci týmového přístupu), psychosociálně narušení a ohrožení jedinci“* (Majzlanová, 1999, s. 20).

Nízkoprahové zařízení

3.1 Nízkoprahové zařízení

Toto zařízení je určeno k poskytování ambulantní a terénní služby dětem ohroženým společenskými jevy ve věku od 6 do 26 let. Za cíl je kladeno dle příslušné legislativy zvýšit kvalitu jejich života snížením či předcházením zdravotních a sociálních rizik, jež mohou mít nežádoucí dopad na způsob jejich života. Nabízí klientům také zdokonalit se v sociálním prostředí a vytvářet podmínky k řešení nepříznivé sociální situaci. Služba jenž je poskytována klientům může být poskytována anonymně. Zároveň docházení do zařízení je zcela dobrovolné a klient si tak sám může koordinovat svůj čas a potřebu využívat této služby. (Boďová, 2013)

Dle zákona o sociálních službách 108/2006 služba dle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti:

- a) *„Výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti;*
- b) *Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím;*
- c) *Sociálně terapeutické činnosti;*
- d) *Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.“* (Zákon 108/2006 Sb., v platném znění, „paragraf 62)

Z této služby se odvíjejí metody realizace například: vzdělávací aktivity, volnočasové aktivity, situační intervence, informační servis, primární prevence, skupinová práce.

3.2 Počátky vzniku Nízkoprahového zařízení

Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež (dále jen NZDM) jsou u nás v republice poměrně novou institucí. První uvedené záznamy, se objevují zhruba od druhé poloviny devadesátých let minulého století. Na konci devadesátých let, období kolem roku 1999-2002 došlo k velkému rozvoji samotných NZDM. Kořeny vzniku uvedených zařízení je ovšem nutno hledat ještě dříve. Při zpracování historických údajů vzniku NZDM vycházíme z autora diplomové práce Nízkoprahová zařízení pro děti a mládež Jana Čechlovského (in streetwork.cz, 2006), který se pokusil o podrobný popis historie vzniku těchto zařízení ve své diplomové práci. Při popisu tohoto období vytyčil čtyři klíčové momenty.

Mezník první – streetwork

Významným bodem pro vznik zařízení, v té době ještě neoznačovaných jako nízkoprahová zařízení pro děti a mládež, ale pouze jednoduše nazývány jako kluby pro děti, či obdobné názvy, měla v té době se zakotvující práce na ulici neboli streetwork, jenž se začala formovat právě v těchto letech, a to především na úrovni státu. Roku 1994 byla experimentálně zavedena funkce sociálního asistenta na základě usnesení vlády č. 341/94, k Programu sociální prevence a prevence kriminality.

Sociální asistent byl zřízen jako specializovaný pracovník, který měl poskytovat cílové skupině sociální prevenci, specifickou terénní sociální práci s dětmi staršího věku a mládeží, která byla ohrožena nebo již zasažena sociálně patologickým vývojem. Pracovník, jenž spadal pod okresní (městské, obvodní) úřady, pracoval s vytyčenou skupinou jedinců v jejich časoprostoru, tj. v časech a místech, kdy a kde se často vyskytují, což byla zpravidla ulice. Mluvíme hlavně o dětech staršího školního věku a mladistvé, kteří většinu svého času trávili právě na ulici, a svým jednáním byli do jisté míry nápadní – tato nápadnost se projevovala především chováním s asociálními či antisociálními prvky, ve způsobu, jakým trávili svůj volný čas bez smysluplné náplně, komunikaci obtěžující okolí, a podobně. Za cílovou skupinu, se tedy hlavně považovali děti a mladiství žijící rizikovým způsobem života.

Streetwork se rozvíjel nejen na úrovni státní správ a samosprávy, ale začal se rozvíjet, zároveň se zavedením sociálních asistentů, na úrovni nestátních organizací.

Se vznikem nestátních organizací, stále nebylo přesné, co má streetwork zaštiťovat, či jaké jsou přesné pokyny k vykonávání činnosti, všichni jen velmi zapálení do práce a odhodlání do streetworku investovat velké množství energie. Pro ujasnění, či systematizaci v dané problematice, aby vznikla jistá pravidla či vymezení, byla snaha navázat kontakt s kolegy ze zahraničí, kde tato práce měla již měla tradici.

Za zásadní událost se pokládá navázání kontaktu a spolupráce s kolegy ze Spolkové republiky Německo, konkrétně ze Saské sociální akademie, ta dokázala koncipovat pro sociální asistenty ucelené vzdělávání v problematice streetwork. Tento klíčový krok se zasloužil o rozšíření teoretického zázemí streetwork u nás, zároveň je to jeden z prvních významných kroků k budoucím nízkoprahovým zařízením.

Zhruba od roku 1995 si začali sociální asistenti budovat svá zázemí, kam se svými klienty přecházeli z ulice – první Nízkoprahová centra pro děti a mládež. Jedny z prvních vznikají v Klatovech, Hradci Králové, Plzni, Českých Budějovicích (většina z nich, se stala základem pro dnešní NZDM, tak jak je známe ze současnosti.)

Mezník druhý – grantová politika nadací

Za další významnou událost se považuje moment, jenž naplno ovlivnil rozvoj nízkoprahových klubů. Byly to přímé grantové programy nadací, například program Děti ulice Nadace Open Society Found Praha (1999-2000) nebo Fond mládeže firmy Levi Strauss Nadace Via (2003).

Díky těmto programům přišla značná finanční podpora, jenž řadu nízkoprahových zařízení podpořila v rozvoji, proto na konci devadesátých let dochází k rapidnímu nárůstu dalších zařízení pro děti a mládež.

Tento historický mezník je velmi důležitý z toho důvodu, jelikož bez tehdejší finanční podpory nadací by se oblast nízkoprahových zařízení nemohlo takto rozvíjet a jít tak progresivně kupředu.

Mezník třetí – pracovní skupina Česká Asociace Streetworku

Tento mezník je jeden z posledních, nesoucí významnou historickou událost nízkoprahových zařízení. Jedná se o založení pracovní skupiny nízkoprahových zařízení pro děti a mládež v rámci České asociace streetwork.

Česká asociace streetwork byla založena v dubnu 1997 jako profesní organizace, jež měla za úkol shromažďovat odborníky z teoretických pracovišť i praxe působících v oblasti streetwork. Za cíl si kladla vytvoření jakési platformy pro odborný dialog na všech úrovních, rozpracovávat metodiku streetworku, zajišťovat supervizi, rozvíjet vzdělávání a výměnu informací.

V rámci České asociace streetwork se začíná pojednávat i o problematice nízkoprahových zařízení pro děti a mládež. V roce 2001 vzniká zmiňovaná pracovní skupina, jež je formálně zaštitěna Českou asociací streetworku. Důvodem vzniku pracovní skupiny, byla potřeba vymezení se jako nízkoprahových zařízení pro děti a mládež, stanovení si měřítek kvality a najít odlišnosti, vymezit se od ostatních činností s dětmi a mládeží.

Členy pracovní skupiny byli ve velké míře pracovníci NZDM z celé ČR, ti si stanovili jeden hlavní úkol: Vytvořit standardy nízkoprahových zařízení pro děti a mládež. K vytvoření pracovní verze standardů, přičemž pracovní skupina byla rozdělena na čtyři podskupiny, došlo v průběhu roku 2001. Ačkoli vypracování standardů mělo sloužit jako pracovní verze, v této podobě se prakticky objevuje dodnes. Důležité ovšem je, že i když se tehdy jednalo o pouhé vypracování materiálů, jako zjednodušenou verzi, sloužící hlavně pro osoby v pracovním

procesu, pro další rozvoj NZDM byl značně důležitý. Pracovní verze standardů poskytla plodnou půdu pro další kroky a činnosti, počínaje projektem Rozvojových auditů NZDM, končící seminářem, kde byly definitivně dokončeny standardy NZDM a včetně definování „nízkoprahovosti“. Za významnou chvíli považujeme profesionalizaci, zvyšování odbornosti pracovníků a neposlední řadě zkvalitnění poskytovaných služeb.

Mezník čtvrtý – osobnosti

Rozvoj NZDM by se samozřejmě neobešel bez mnoho lidí, kteří se podíleli v období vzniku na jeho formování. Vyjmenujeme si tři z těchto osobností.

Jiří Staníček, uvádí se jako jeden s prvních „streetů“ (sociálních asistentů), spoluzakladatel ČAS, v současné době ředitel o.s. Laxus Hradec králové, v polovině devadesátých let se značně podílel na formulacích, vytváření definic, vyjasňování pojmů nejen v sektoru streetworku, ale především u vznikajících center a zařízeních pro děti a mládež.

Petr Klíma, sociální pedagog, spoluzakladatel Komunitního centra Krok v Praze, spoluzakladatel ČAS, supervizor, se značně podílel na vypracování pojmů nízkoprahovosti. A zadávání standardů.

Vladimír Bodlák, aktivní člen pracovních skupin, zabývajících se vytvářením standardů sociálních služeb, taktéž měl velký vliv při vyjasňování pojmů nízkoprahovost v sociálních službách. (streetwork.cz, 2006)

3.3 Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež T-klub Zlín

Jelikož se v práci zabýváme výzkumem v určitém NZDM T-klub Zlín, zaměříme se na seznámení se s tímto zařízením, uvedeme si cíle, klientelu a poskytované služby, jež T-klub nabízí.

T-klub Zlín

Spadá pod zlínské občanské sdružení Unie Kompas, hovoříme o nízkoprahovém zařízení pro děti a mládež, které bylo dne 23.10.2007 registrováno Krajským úřadem Zlínského kraje jako sociální služba.. Finanční podporu zajišťuje MPSV, Zlínský kraj, Fond mládeže a tělovýchovy Zlín. Služba NZDM T-klub je poskytována dětem a mládeži od 9 do 21let, služba je zcela dobrovolná, tudíž jí klienti mohou sami vyhledat a projevit tak o ní zájem.

Zařízení poskytuje pro klienty zabezpečený prostor, v němž mohou uskutečnit pozitivní změnu ve svém životě, odbornou pomoc a podporu na základě individuálních potřeb a týmovost.

Jedinci může být služba T-klubu užitečná, pokud:

- Potřebuje vyslechnout, cítí se být ostatními nepřijímán, nepochopen
- Prožívá těžké chvíle v životě (s rodiči, ve škole...)
- Má potřebu se seberealizovat
- Neví, jak trávit svůj volný čas a nechce zůstat sám na ulici

Cílem NZDM T-klub je:

- Zvýšit sociální schopnosti a dovednosti klienta, ukázat mu, jak lépe řešit problémovou situaci
- Poskytnout klientovi psychickou, právní a sociální ochranu během pobytu v T-klubu
- Podpořit klienta ve zvládnutí obtížných životních situacích
- Dát možnost prostoru a podmínek pro realizaci klientových aktivit

T-klub poskytuje služby na základě třech principů: Nízkoprahovost, Základní principy Unie Kompas a obecné principy sociálních služeb, U každého principů se pokusíme objasnit, co obnáší.

Princip Nízkoprahovosti:

- Po příchodu není potřeba vyplňovat žádné přihlášky, poskytovat osobní údaje
- Během otevírací doby je možno kdykoliv přijít či odejít
- Výběr aktivit zůstává na klientovi, přičemž se pasivita nestaví jako překážka
- Klient může pracovat se svým volným časem jak sám uzná za vhodné
- Snadná dostupnost pro všechny klienty

Základní principy Unie Kompas:

- Pomoc člověku v nouzi
- Láska k bližnímu
- Respekt k hodnotě a jedinečnosti každého člověka
- Zodpovědnost člověka za jeho vlastní život, která vychází z osobní svobody

Obecné principy sociálních služeb:

- Respekt individuálních potřeb klienta
- Úsilí o klientovu samostatnost a motivace k řešení obtížných situací v životě
- Dbát na zachování lidské důstojnosti, dodržení lidských práv a základní svobody (nejen klienta, ale i ostatních zúčastněných)

Do T-klubu přicházejí stále noví klienti, zároveň zde ale značná část klientů dochází dlouhodobě. Po konzultaci s lektory, jenž měli možnost pozorovat, u klientů s dlouhodobým docházením, určitý posun, se dá říci, že čas trávený v NZDM a poskytování služeb na klientovi zanechalo kladný dopad.

3.4 Prevence

Jelikož nízkoprahové zařízení se zabývají zejména prevencí dětí a mládeže, uvedeme si zde její vymezení.

Prevenci můžeme chápat jako souhrn všech opatření, která směřují k předcházení a minimalizaci jevů spojených s rizikovým chováním a jeho důsledků. Za prevenci se dá považovat jakýkoliv typ vzdělávací, výchovné, sociální či jiné intervence, která se ubírá k předcházení rizikového chování, zamezení dalšího negativního rozvoje v chování jedince, zmírňování již vzniklých projevů rizikového chování či řešení již vzniklého důsledku na základě rizikového chování. (Polínek, 2015)

Empirická část

Výzkumný problém

Ve své práci jsem se rozhodla zabývat výzkumným problémem aplikace dramaterapeutických metod v rámci Nízkoprahových zařízení pro děti a mládež. Z teoretické části práce vyplývá, že možnosti využití dramaterapie jsou velmi rozsáhlé, avšak málo výzkumu se zabývá právě propojením této metody v Nízkoprahových zařízeních. Zařízení, ve kterém jsem měla možnost svůj výzkum učinit, navštěvovali v drtivé většině jedinci ze slabších sociálních rodin a problémových rodin, které jsou málo motivovány k podpoře a rozvoji svých dětí, dá se tedy říci, že tito klienti jsou nejtypičtější pro toto zařízení. Klienti často dochází do tohoto zařízení za účelem podpory, rady ohledně své životní situace, či aktuálního problému který momentálně řeší nebo si jen popovídat, či se odreagovat hrou se svými kamarády, kteří ve velké míře prožívají podobnou životní situaci.

Zařadit dramaterapeutické metody do dění NZDM tedy vyžadovalo určitý koncept, který musel být předem jednak promyšlený a připravený, ale také bylo potřeba počítat s určitou improvizací a úpravami v průběhu výzkumu, a to zejména s ohledem na cílovou skupinu NZDM a její charakteristiky.

Bylo tedy potřeba zapracovat jednak na motivaci klientů k účasti na takovém experimentu; potom také na udržení motivace v průběhu celé délky experimentu, protože klienti NZDM se jak známo často jednoduše k něčemu nadchnou, ale nedokáží vydržet. A udržet je pro celý výzkum bylo přitom stěžejní vzhledem k platnosti a kvalitě dat, z výzkumu získaných.

Dále bylo třeba učít si pravidla setkání tak, aby je klienti nechápali jako omezení a „buzeraci“, ale jako výhodu. Tedy popsat to, co je čeká, pozitivně a zároveň funkčně jen v případě dodržení pravidel. Důraz byl dán na pravidlo o nevynášení soukromých informací o ostatních klientech ven ze skupiny.

Z mého pohledu byl tedy výzkumný problém už samotný fakt, jestli skupina vytvořená z klientů NZDM bude fungovat a pravidelně se scházet, v našem případě po dobu pěti setkání, tedy pěti týdnů.

Až druhotný tedy v naší situaci nejprve byl výzkumný problém, který uvádím jako hlavní: jestli bude mít zařazení se do dramaterapeutického programu na účastníky výzkumu – klienty NZDM – pozitivní vliv.

Metodika výzkumu

Výzkum je pojat jako kvalitativní experiment. To v tomto případě znamená, že do přirozeného prostředí přichází nezávislá proměnná, která se tak stává prostředkem ke zkoumání kauzálních vztahů, a to mezi proměnnou nezávislou a závislou. Nezávislou proměnnou, která takto vstupuje do hry, je experiment, tedy v našem případě použití dramaterapeutických technik na klientech nízkoprahového zařízení; a závislou proměnnou, kterou budeme zkoumat a zjišťovat dopad na ni, je efekt zážitku tohoto programu na účastnících výzkumu. Jak popisuje (Miovský, 2006), princip experimentu spočívá v tom, že v přirozené situaci, kterou sledujeme, provedeme tzv. experimentální zásah – neboli něco nečekaného či neobvyklého, co naruší přirozený stav, dá průchod novým věcem a zároveň donutí účastníky reagovat.

Přeneseno konkrétně do naší situace: participanti, kteří se stávají součástí výzkumu, prožijí něco, co by za normálních okolností neprožili. A dopad tohoto prožitku budeme zkoumat metodami rozhovoru a pozorování ze strany výzkumníka (tedy mne) a metodami introspekce ze strany samotných účastníků.

Jako u kvalitativního experimentu jsme zároveň museli i zde balancovat mezi dvěma stranami. Jednou je veškerý dostupný materiál, který je o tématu k dispozici – pokud možno prostudovat vzhledem k saturaci dat ty nejdůležitější a nejznámější materiály v podobě knih, odborných článků či dokumentů, abychom si udělali co nejpřesnější obrázek o tom, jestli a jak už v minulosti proběhly podobné výzkumy s využitím dramaterapie; na druhé straně vznikalo něco úplně nového, něco, o čem jsme nevěděli, jak dopadne a jaký to bude mít efekt. Proto jsme museli být pozorní jak k teoretickému zakotvení experimentu, tak ke konkrétnímu případu – specifickému výzkumnému vzorku, který žije v určitých podmínkách na určitém místě a má určité vlastnosti. Museli jsme tedy dbát na zásadu otevřenosti vůči úplně nové situaci, neustále subjektivně zkoumat sebe jako výzkumníky v jednotlivých krocích uskutečňování výzkumu (jestli vše souvisí s cílem), a zároveň jsme museli počítat s novými nečekanými situacemi.

Získat data ke zodpovězení si na výzkumnou otázku (jestli bude mít zařazení se do dramaterapeutického programu na účastníky výzkumu – klienty NZDM – pozitivní vliv) bylo tedy možno jak introspekci od samotných účastníků, tak mým pozorováním či získáváním relevantních odpovědí, mířících na zpětnou vazbu k výzkumu.

Průběh výzkumu

Rozhodla jsem se zkoumat dopad speciálně vytvořeného programu, který byl časově rozdělen na dobu dvou měsíců, kdy proběhlo 8 setkání po 90 minutách. Setkání byla tvořena z tematicky oddělených okruhů, jak jsem již zmínila, schůzky probíhali v pravidelných intervalech, vždy jednou za týden. Jednalo se o klienty z nízkoprahového zařízení Unie Kompas ve Zlíně, toto zařízení je určeno věkové kategorii 13-21 let, avšak klienti, kteří tam v danou chvíli byli nejvíce přítomni, a na které jsem se nejvíce soustředila, byli ve věkové kategorii 14-17 let. Mým cílem bylo, aby si tito klienti mohli prožít techniky dramaterapie, její metody a pocítili pozitivní dopad tohoto procesu, jenž na ně po dobu výzkumu mohl působit. Rizikovým aspektem bylo to, že samotné docházení do zařízení je pro klienty zcela dobrovolné a to včetně aktivit, které v zařízení probíhají či jsou nabízeny. Bylo tedy potřeba zapracovat i na motivaci u problémových adolescentů k účasti na organizovaném programu, což samo o sobě bylo velkou výzvou a úkolem. Při tvoření programu jsem diskutovala o celém procesu s vedoucím daného zařízení, který také se skupinou pracoval. Snaha byla také vedoucímu předat některé z dramaterapeutických technik či her z dramatické výchovy, které jsem při svém programu často využívala.

Každá schůzka měla rozpracované své téma, které mělo v průběhu programu své uplatnění. Při zpracovávání programu pro všechny okruhy jsem se snažila dbát na systematičnost, specifika dané skupiny, krátký náhled o každém z dětí, abych věděla, které techniky budou v rámci bezpečnosti vhodné a zároveň tak pro danou klientelu zajímavé a přínosné.

První schůzku jsem orientovala na seznámení se skupinou. Prvně jsem se představila já, s čím do zařízení neboli do dané skupiny přicházím, co se bude v průběhu osmi schůzek odehrávat a jaké možnosti dané skupině mohu nabídnout. Informovala jsem klienty také s faktem, že poznatky, jenž mi budou poskytnuty, budou sloužit pro mou bakalářskou práci.

Výzkumný soubor

Soubor určený k výzkumu byl tvořen výhradně klienty NZDM T klub ve Zlíně, a to ve věku 14 až 17 let. Šest tvořili chlapci a čtyři děvčata. Přihlásili se dobrovolně na nabídku k absolvování programu dramaterapie, někteří byli motivováni kamarády, jiní vedoucím NZDM či vlastní zvědavostí. Většinou bylo potřeba znovu trpělivě vysvětlovat, o co v tomto programu půjde a jaká jim to může přinést pozitiva.

Účastníci jsou typickými klienty NZDM, tedy v anamnéze mají ve většině případů rozvedené rodiče, slabší sociální prostředí, nemotivovanost k životním změnám, slabé školní výsledky, poruchy učení i chování, někteří i dohled sociálních pracovníků či kurátora.

Metodika výzkumu

Výzkum je pojat jako kvalitativní experiment. To v našem případě znamená, že do přirozeného prostředí přichází nezávislá proměna, která se tak stává prostředkem ke zjišťování kauzálních vztahů, a to mezi nezávislou a závislou proměnou. Nezávislou proměnou je experiment tedy vstup mé osoby jako výzkumníka se svým programem do NZDM, a závislou, kterou bude zkoumat a zjišťovat dopad a účinky na klienty NZDM.

Metody sběru dat

Kvalitativní výzkum se většinou opírá o neparametrická data a může se zdát náročnější jejich vyhodnocení. Avšak vzhledem k cíli výzkumu to má svůj význam. K sesbírání potřebných dat z výzkumu jsem využila tyto tři běžné metody:

- pozorování
- ohnisková skupina
- dotazník

6.1 Pozorování

Pozorování jako metoda získávání dat byla tedy použita v našem případě dvojnásobným způsobem. Jednak skrze výzkumníka, tedy mě. Používala jsem zúčastňovaného pozorování účastníků. A to jak otevřeného – celý průběh experimentu jsem záměrně sledovala a pokud možno komentovala zrcadlením jednotlivým účastníkům, co sleduji a čeho jsem si všimla. Dále zúčastněným pozorování skrytým, kdy jsem sledovala účastníky i ve chvíli, kdy o tom nevěděli (popřípadě nevnímali). Poté jsem se snažila v jednu chvíli určitou část mého pozorování věnovat jednotlivci a konzultovat s kolegou, tedy jejich lektorem, jejich chování atd.

Dalším způsobem pozorování v průběhu experimentu bylo introspektivní pozorování samotných účastníků. Ti měli za úkol sledovat sami sebe a své chování, prožitky a pocity a následně je popisovat do svých deníků nebo při rozhovoru s výzkumníkem.

6.2 Ohnisková skupina

Ohnisková skupina je běžná varianta získávání dat a informací od účastníků výzkumu. V našem případě proběhla po skončení experimentu, tedy posledním sezení dramaterapeutické skupiny. Měla polostrukturovanou formu, což znamená, že jsem měla připravené dotazy, na které jsem chtěla, aby účastníci postupně odpovídali; zároveň měla tato skupina volnější průběh - zejména proto, aby se vytvořilo co nejpřirozenější bezpečné prostředí pro účastníky tak, aby necítili zbytečně nějakou tenzi z testové situace, ale odpovídali spontánně. Bylo to potřeba i vzhledem k výzkumné skupině, kterou tvořili klienti NZDM, jejichž pozornost a motivace je potřeba neustále pozitivně podporovat.

Otázky, na které jsem chtěla získat odpověď v průběhu ohniskové skupiny, jsem se snažila odlišit od otázek v dotazníku tak, aby doplnily spektrum informací, potřebných k získání všech dostupných dat k výzkumu. Byly to tyto:

- Napadlo vás někdy, že byste se zúčastnili podobného programu?
- Jak se teď po skončení všech dramaterapeutických sezení cítíte?
- Nelitujete toho, že jste do této akce šli?
- Na co budete z těchto setkání nejvíce vzpomínat?
- Kdybyste měli někoho z kamarádů pozvat na případný příští běh, co byste mu o těchto dramaterapeutických sezeních řekli?

6.3 Dotazník

Dotazník, který byl použit v tomto experimentu jako zdroj dat a informací po skončení experimentu, je v celém svém znění přidán do přílohy této bakalářské práce. Jeho cílem bylo doplnit vedle ohniskové skupiny zdroj zpětné vazby od klientů-účastníků experimentu, a to jinou formou, než je ohnisková skupina. Obsahoval celkem sedm otázek. Dotazník vyplňoval každý z účastníků zvlášť na svém papíře, neprobíhala žádná interakce mezi účastníky, která by ovlivnila mínění ostatních tak, jak by se to mohlo stát u ohniskové skupiny.

Dotazník byl anonymní, aby se zvýšila pravděpodobnost přesnosti a pravdivosti získaných dat. Některé otázky byly uzavřené s možností výběru odpovědi, popř. více odpovědí; některé byly otevřené; jedna z otázek obsahovala také škálu hodnocení programu.

Cíl výzkumu

Protože je výzkum pojat jako kvalitativní experiment, cílem je mj. i něco nového, pozitivně motivovaného skrze práci s klienty NZDM, čehož výsledek se vytváří a formuje až v průběhu experimentu. Přesto jsem cítila potřebu stanovit si určité cíle, které budou obecného rázu, budou realistické a zároveň měřitelné. Jako cíle tohoto výzkumu jsem si tedy předem stanovila:

- možnost klientů setkat se s prací dramaterapie a účinky, jako s lepší možností poznání sebe samého
- možnost získat dovednost k řešení svých problémů
- hlubší orientace ve svých problémech skrze interakci s ostatními účastníky a vzájemné podávání si zpětné vazby

Ohledně „možnosti klientů setkat se s prací dramaterapie a účinky, jako s lepší možností poznání sebe samého“ mám za to, že klienti NZDM patří k těm nejpotřebnějším z hlediska terapie, avšak ve většině případů si ji nemohou finančně dovolit. Také si často nedokáží představit, jak terapie probíhá a jak jim může pomoci. Proto nabídnout jim tuto skupinovou hravou formu je podle mě velmi dobrá příležitost s nimi pracovat.

„Možnost získat dovednost k řešení svých problémů“ je podle mě dlouhodobější a náročnější záležitost. Z hlediska našeho výzkumu bych to nazvala spíše takovou ochutnávkou, která jim dá šanci vůbec zjistit, že něco takového funguje a že jim to může pomoci.

Podobné je to i s třetím cílem: „hlubší orientací ve svých problémech skrze interakci s ostatními účastníky a vzájemné podávání si zpětné vazby“. Klienti v rámci výzkumu spíše „přičichnou“ k této možnosti a mají možnost si vyzkoušet, že podávání vzájemné zpětné vazby nemusí být tak nepříjemná a frustrující záležitost, jak jsou většinou zvyklí z domů či běžného života. Toto může být pro ně velmi cenné zjištění.

Analýza dat

Analýza kvalitativních dat je považována (Miovský, 2006) za prakticky nejnáročnější fázi realizace výzkumu. Přispívá k tomu mj. velká míra volnosti výkladu jednotlivých metod, nízká standardizace dílčích postupů či množství možností skýtaných jednotlivými metodami, popřípadě jejich kombinací.

Z těchto důvodů jsem se rozhodla při analýze dat své práce postupovat spíše metodou prostého popisu probíhaných událostí a jevů. U každé z metod sběru dat byla snaha kombinovat analytické prostředky individuálně vzhledem k jednotlivé metodě.

8.1 Pozorování

Od běžného pozorování jej odlišujeme tím, že si jasně a dopředu vytyčíme, co, koho a jak budeme sledovat. Pozorování využíváme jako metodu sběru dat.(Fejrenčík, 2010)

U metody sběru dat pozorování se jevila nejvhodnější metodou analýzy dat metoda prostého výčtu. A to zejména z toho důvodu, že při pozorování jsem neanalyzovala výroky a prožitky účastníků, ale spíše zapisovala prosté skutečnosti tak, jak jsem je v průběhu experimentu viděla; snahou zde bylo co nejméně přidávat své interpretace a hypotézy, naopak jen prostě popisovat, co se děje.

Nejprve se pokusím popsat výsledky svého pozorování jako skupiny jako celku. Všech pěti setkání se zúčastnilo celkem sedm klientů, což považuji za velký úspěch. Tři další klienti si prošli jen určitě částí experimentu, zařadila jsem je však také do výzkumu a použila jejich data. Skupina se nejprve chovala v rámci zavedených vzorců chování, na které jsou zvyklí ze svého působení v NZDM. Jednak mluvili svým vlastním jazykem náznaků a zkratek, kterým jsem ne vždy porozuměla. Souviselo to jistě i s jejich počáteční nedůvěrou s aktivitou, do které se dobrovolně přihlásili. Vzhledem i k terapeutickému charakteru experimentu mohl vzniknout tlak na obavy z toho, co vše se o sobě při různých dramaterapeutických cvičeních dozvědí. Tato obava byla zcela určitě oprávněná, proto jsem ji na začátku experimentu vyslovila před účastníky nahlas a zároveň jsme tedy byli nuceni dát si jasná pravidla našeho scházení, která jsou nad rámec běžných pravidel NZDM. A to zejména pravidlo důvěrnosti, tedy že každý, kdo se jednotlivých sezení zúčastní, nebude sdělovat informace a fakta o jiných účastnících, která by mohla v rámci aktivit vyplynout na povrch. Nebylo to vždy jednoduché, protože jsem neměla úplně kontrolu nad tím, kdo a s kým se mimo tato sezení schází a o čem si povídají, zde mi byla pomocí úzká spolupráce s vedoucím NZDM, který se mnou procházel jednotlivými sezeními a který měl i možnost komunikovat s účastníky výzkumu mimo výzkum, tedy při běžném provozu NZDM.

Postupně však vznikla naopak koheze ve skupině – jakási výjimečnost, že se zúčastňují mých aktivit a chloubá před ostatními klienty NZDM; a zároveň tím i narostla důvěra ve skupinové dění a v jeho smysl do jejich konkrétních životních situací.

Co se týká jednotlivců, velmi pomohlo, že získal důvěru ve skupinu asi na třetím sezení Jan, který se zdá být ve skupině velmi oblíben a je jakýmsi neformálním vůdcem této party. Jak vyplynulo z dotazníku, díky němu se experimentu zúčastnili nejméně další tři členové.

Naopak nejhůře na tom asi byla Mirka, která se moc neprojevovala, často byla při sezeních trochu bokem a s kapucí na hlavě – typickým znakem uzavřenosti a nedůvěry v okolí; nakonec se ani nechtěla zúčastnit ohniskové skupiny a vyplnění dotazníku.

8.2 Ohnisková skupina

Bezprostředně po skončení posledního sezení jsme zorganizovali s účastníky ohniskovou skupinu jako nástroj k získání zpětné vazby z dění na jednotlivých sezeních. Snažili jsme se v první řadě vytvořit příjemnou, bezpečnou atmosféru, ve které bude přirozené odpovídat na otázky; mým úkolem bylo i hlídat jednotlivé účastníky, aby se k jednotlivým dotazům vyjadřovali, pokud možno všichni. Ohniskové skupiny se ještě – na rozdíl od dotazníku – zúčastnilo všech deset klientů.

U otázky první (Napadlo vás někdy, že byste se zúčastnili podobného programu?) se většina (8) vyjádřila, že by je to vůbec nenapadlo, že jim to připadalo předem spíš jako nějaká bláznivá myšlenka, které stejně asi neproběhne. Dva účastníci uvedli, že už něco podobného absolvovali.

Otázka druhá (Jak se teď po skončení všech dramaterapeutických sezení cítíte?) přinesla různé reakce stejného typu: super; bomba; paráda; ještě se vzpomínám, ale stálo to za to atd.

Třetí otázka (Nelitujete toho, že jste do této akce šli?) vyzněla jednoznačně všemi ústy: NE, nelitujeme.

Ve čtvrtém dotazu (Na co budete z těchto setkání nejvíce vzpomínat?) uváděli účastníci nejvíce tyto odpovědi: na atmosféru; na to, jak to bylo vážné a zároveň sranda; na ty scénky, co jsme vymysleli – z některých se už mezi námi staly legendární hlášky...; na Nikču; na to, jak jsem se toho bála a pak mě to bavilo.

U otázky poslední (Kdybyste měli někoho z kamarádů pozvat na případný příští běh, co byste mu o těchto dramaterapeutických sezeních řekli?) uváděli účastníci vesměs tyto odpovědi:

- „Aby do toho určitě šli, že to byla bomba!“
- „Že to musí určitě zkusit.“

- „Že by bylo škoda toho nevyužít.“
- „Hrozně moc pozná sebe i ostatní“
- „Bude citlivější ke druhým, protože víc pochopí jejich problémy.“

8.3 Dotazník

Vyplňování dotazníku jako zpětné vazby k sezením a zároveň dalšího zdroje informací a dat ke zpracování proběhlo 3 dny po posledním sezení. Domluvila jsem se s klienty – účastníky experimentu, jestli by mohli přijít a vyplnit dotazník; motivovala jsem je i sladkou odměnou a přinesením fotografií a videí ze všech našich sezení. Přesto jedna účastnice – Mirka – nepřišla. Vyhodnoceno je tedy 9 dotazníků.

Z nich vyplynuly tyto zajímavé informace:

U otázky č. 1 (Co tě motivovalo na účasti ve skupině?) odpověděli 3 účastníci, že je kamarád Jan, který s nimi chodí v patě do klubu. Pět účastníků přišlo, protože viděli v klubu pozvánky s přihláškou a zaujalo je to. Jeden přišel na doporučení vedoucího NZDM.

U otevřené otázky č. 2 (Co pro mne bylo nejsilnějším momentem na setkání?) uvedli účastníci tyto zajímavé odpovědi:

- „To, jak jsme se hrabali ve svých problémech a vždycky jsme někam došli...“
- „Hrozně mě baví hrát divadlo, tak jak jsme hráli různé role.“
- „Rozebírání rolí po scénkách“
- „Jak jsme si po ukončení scénky mohli popovídat o tom, co jsme prožívali“
- „Celé to bylo super“

V otázce č. 3 (Co mi přineslo setkávání?), kdy mohli účastníci zaškrtnout více možností, uvedlo všech devět, že lepší poznání sebe samého, sedm uvedlo, že lepší poznání kamarádů a sedm také, že zlepšení vztahů se spoluúčastníky/ kamarády.

Otázky 4 a 5 se týkaly konkrétních aktivit v rámci sezení, které nejsou tak důležité pro samotný cíl výzkumu, proto je zde neuvádím. V otázce č. 6, kde měli účastníci hodnotit celý experiment známkou jako ve škole, uvedlo 7 účastníků známku 1 a dva účastníci známku 2.

V poslední otázce, týkající se vzkazu či doporučení, vybírám tyto zajímavosti:

- „Děkuji moc z možnost této skupiny, moc mi to pomohlo!“
- „Díky Nikčo za vše, myslím, že jsem o sobě pochopila hodně věcí.“
- „Určitě bych se něčeho takového zase zúčastnil, kdyby byla možnost.“

Závěr

Ve své práci jsem se zabývala možností využití některých technik dramaterapie v nízkoprahovém zařízení. Využila jsem mnoho poznatků z teorie jak dramaterapie tak psychoterapie. Při čemž bylo nutno klást důraz na bezpečnou hranici a nezacházet tam, kde nesahají mé zkušenosti, ale především má aprobace.

Mnohem více jsem si díky tomuto experimentu uvědomila, že při plánování a struktuře jednotlivých schůzek je důležité se zaměřit na stanovení cílů. Jak krátkodobých, tak dlouhodobých. Osvědčilo se mi přímo v procesu neklást si velké cíle, nároky či plnění složitých úkolů. Vždy je lepší mít jistotu a stabilitu v právě probíhající situaci. Jestliže si je lektor sám jistý a ví, o čem mluví, přenáší tak tento pocit stability i na skupinu, která se tak může potom projevit v již nastaveném bezpečném prostředí.

Vždy je nutno klást důraz na skupinu, se kterou proces probíhá, na individualitu jedince ale zároveň i na individualitu dané skupiny, klientely.

Z kvalitativních dat, získaných z výzkumu, vyplývají zejména tyto skutečnosti: Klienti NZDM mají většinou své zaběhlé vzorce chování a zvyky, které jim občas zabraňují překonat sám sebe a zkusit něco nového. Sebepoznávání je pro ně do jisté míry nebezpečná aktivita, protože jim nastavuje zrcadlo jejich problémů a potíží, které si s sebou nesou a za něž jsou z velké míry odpovědny i jejich rodiče. **Proto je třeba při motivaci využít co nejcitlivějších metod k jejich získání pro tento druh terapie a zároveň stále dbát na hlídání si osobních hranic při hraní rolí a přehrávání citlivých témat.**

Co se týká terapie, je velmi náročné najít hranici, kdy je téma a potažmo prožité trauma klientů tak velké, že není dobré jej při sezeních otevírat. Je třeba to neustále zdůrazňovat a snažit se otevírat pouze dílčí, menší potíže klientů, i když se někdy neubráníme prolomení horších témat, neboť vše se vším souvisí. **Pokud se však podaří vytvořit pozitivní tvůrčí atmosféru setkávání, je v dramaterapii uložen velký potenciál k uzdravování psychických frustrací jednotlivců i vztahů mezi nimi.**

Je třeba hodně dbát i na uzavírání témat a vystupování z rolí; nezapomínat na to po každé scéně či hrané situaci. Také je velmi důležité si všimnout všech účastníků, aby se nestalo, že některý prožívá něco z minulé scénky a bokem je někde zastrčen bez povšimnutí. **Účastníci musí vždy odcházet s pocitem, že jste maximálně uzavřeli to, co bylo otevřeno.**

Dramaterapie a její prvky využití v Nízkoprahovém zařízení byly ve zpětné vazbě od účastníků výzkumu hodnoceny velmi kladně. Vedoucí klientů Nízkoprahového zařízení se mnou spolupracovali velmi úzce a budou moci využít výsledků výzkumu pro svou další práci s klienty.

Docházím tedy k závěru, že využití technik dramaterapie v nízkoprahových zařízeních má velký potenciál.

Seznam použité literatury

- Benson, Nigel - Seznamte se... Psychoterapie, Portál, s.r.o., Praha 2005. ISBN 978-80-7367-671-1.
- BERNARD, Jan. *Co je divadlo*. Praha: SPN, 1983. Pomocné knihy pro žáky (Státní pedagogické nakladatelství).
- BROCKETT, Oscar Gross. *Dějiny divadla*. Praha: NLN, Nakladatelství Lidové noviny, 2008, 948 s. ISBN 9788070082256
- FEJRENČÍK, J. Úvod do metodologie psychologického výzkumu. Praha: Portál, 2000, ISBN 80-7178-367-6
- HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
- JENNINGS, Sue. *Úvod do dramaterapie: divadlo a léčba : Ariadnina nit*. Praha: Asociace dramaterapeutů České republiky v nakl. Jalna, 2014. ISBN 978-80-86396-79-8.
- KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 4., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-657-8.
- MACHKOVÁ, Eva. *Úvod do studia dramatické výchovy*. 2., upr. vyd. Praha: NIPOS, 2007. ISBN 978-80-7068-207-4.
- MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1362-4.
- POLÍNEK, Martin Dominik. *Tvořivost (nejen) jako prevence rizikového chování: expresivně-formativní potenciál základního uměleckého vzdělávání*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2015. ISBN 978-80-244-4842-8.
- SANTOS, Bárbara, Julian BOAL a Augusto BOAL. *Divadlem ke změně: vybrané texty k divadlu utlačovaných*. Překlad Tereza Schmoranz, Martina Čermáková. Praha: Antikomplex, 2016. ISBN 978-80-906198-2-1.
- ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk *Hry hry pro zvládnutí agresivity a neklidu*. Praha: Portál, 2008 ISBN 978-80-7367-426-7
- VALENTA, Milan. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3851-2.

Valenta M., Dramaterapeutické projektování, Univerzita Palackého v Olomouci , Olomouc 2003. ISBN 80-244-0615-2

VALENTA, Milan. *Přehled speciální pedagogiky: rámcové kompendium oboru*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0602-6.

VALENTA, Milan a Martin Dominik POLÍNEK. *Dramaterapie a teatroterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. Studijní opory. ISBN 978-80-244-3685-2.

VYMĚTAL, Jan. *Úvod do psychoterapie*. 3., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2010. Psyché. ISBN 978-80-247-2667-0.

Zákon 108/2006 Sb., v platném znění, „paragraf 62) Zákon o sociálních službách. Sbíрка zákonů, č 108/2006 ve znění pozdějších přepisů

Internetové zdroje

Oborový portál o nízkoprahových sociálních službách a zařízeních. *Streetwork* [online]. 2006 [cit. 2017-04-19]. Dostupné z:

http://www.streetwork.cz/index.php?option=com_content&task=view&id=703

Unko.cz. *Unko.cz* [online]. 2017 [cit. 2017-04-20]. Dostupné z: <https://www.unko.cz/t-klub/co-je-t-klub/>

FREIRE, Paulo. *Pedagogika utlačených*. In: *Www.kritickemysleni.cz* [online]. [cit. 2016-05-22]. Dostupné z: <http://www.kritickemysleni.cz/klisty.php?co=klisty25 !freire>

REMSOVÁ, Lenka. *Divadlo utlačovaných a jeho edukační možnosti v sociální pedagogice* [online]. Brno, 2011 [cit. 2016-08-07]. Disertační práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Jiří Němec Dostupné z: <http://is.muni.cz/th/70805/pedf_d/>.

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Dotazník zpětné vazby po ukončení experimentu

Příloha č. 2: Fotografie z průběhu dramaterapeutických sezení s klienty

DOTAZNÍK

Skupina Dramaterapeutického setkávání v T klubu 2016

Žádám tě o vyplnění krátkého dotazníku, který mi pomůže zkvalitnit mou práci.
Dotazník je anonymní, nemusíš se podepisovat.

Nikol Tajzlerová studentka Speciální pedagogiky – dramaterapie na UPOL

Muž

Žena

Věk

1. Co tě motivovalo na účasti ve skupině?

- a) Přihláška, která byla k dispozici v T-klubu
- b) Přišel/la jsem náhodně, nevěděla jsem, oč se jedná, ale ze zvědavosti jsem zůstala.
- c) Motivoval/a mě kamarád/ka, kteří byli na předchozím setkání
- d) Motivoval mě vedoucí
- e) Jiný důvod (jaký?)

.....
.....

2. Co pro mne bylo nejsilnějším momentem na setkání?

.....
.....

3. Co mi přineslo setkávání? (zaškrtni vše, co platí)

- a) lepší poznání sebe samého
- b) lepší poznání kamarádů
- c) zlepšení vztahů se spoluúčastníky/ kamarády
- d) možnost poznat nový způsob řešení problémů
- e) zpříjemnění mého volného času
- f) hlubší orientace v mých problémech, skrze příběhy ostatních účastníků
- g) nic

h) jiné (napiš co) _____

4. Které aktivity se ti nejvíce líbily?

- a) hra vylosovaných rolí (párty)
- b) přehrávání opravdových situací ostatních
- c) přehrávání mé vlastní opravdové situace
- d) video trénink interakcí (rozbor scének u videa)
- e) zahřívací, rozcvičovací aktivity (HEJA, VLAK atd., warm up)
- f) seznámení s dramaterapií
- g) závěrečný diskuzní kroužek (zpětná vazba)

5. Které aktivity ti nepřípadaly užitečné, popřípadě, které by si vynechala?

- a) hra vylosovaných rolí (party)
- b) přehrávání opravdových situací ostatních
- c) přehrávání mé vlastní opravdové situace
- d) video trénink interakcí (rozbor scének u videa)
- e) zahřívací, rozcvičovací aktivity (HEJA, VLAK atd., warm up)
- f) seznámení s dramaterapií
- g) závěrečný diskuzní kroužek (zpětná vazba)

6. Jak bys celkově zhodnotil/a skupinovou práci, které ses zúčastnil/a?

(ohodnoť jako ve škole, zakroužkováním známky, 1nejlepší 5 nejhorší)

1 2 3 4 5

7. Nějaký vzkaz pro vedoucí skupiny? (popř. doporučení, nápady pro příště ...)

.....
.....

DĚKUJI ZA VYPLNĚNÍ!

FOTODOKUMENTACE

z průběhu dramaterapeutických sezení





ANOTACE

Jméno a příjmení:	Nikol Tajzlerová
Katedra:	Ústav speciálně-pedagogických studií
Vedoucí práce:	Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D
Rok obhajoby:	2017

Název práce:	Dramaterapie a její využití v nízkoprahovém zařízení pro děti a mládež
Název v angličtině:	Dramatherapy and its utilization in low-threshold treatment programmes for children and youths
Anotace práce:	Bakalářská práce se zaměřuje na dramaterapii a její využití v nízkoprahovém zařízení. V práci vymezujeme dramaterapii, nízkoprahové zařízení, možnosti využití dramaterapeutických technik na klientelu právě daného zařízení. V empirické části se zaměřujeme na to, zda techniky a celkový proces dramaterapie má kladný dopad na respondenty.
Klíčová slova:	Dramaterapie, expresivní terapie, nízkoprahové zařízení
Anotace v angličtině:	The bachelor thesis concentrates on dramatherapy and its application in low-threshold treatment institution. The thesis defines dramatherapy, low-threshold treatment institution and opportunities of utilization of dramatherapeutical techniques on clients of the given institution. In the practical part we focus on whether the techniques and the whole process of dramatherapy has a positive impact on the respondents.
Klíčová slova v angličtině:	dramatherapy, expressive therapy, low-threshold institution

Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1: Dotazník zpětné vazby po ukončení experimentu Příloha č. 2: Fotografie z průběhu dramaterapeutických sezení s klienty
Rozsah práce:	34 stran
Jazyk práce:	Český jazyk