

Univerzita Palackého v Olomouci

Pedagogická fakulta

Katedra psychologie a patopsychologie



Diplomová práce

Bc. Tereza Berková

Využití arteterapie u seniorů a význam smyslu života

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedenou literaturu a zdroje.

V Olomouci dne 2016

Podpis

Poděkování

Na tomto místě bych chtěla poděkovat vedoucí mé diplomové práce Mgr. et Mgr. Ivetě Tiché za její rady, připomínky a pomoc. Také jí děkuji za vstřícné a odborné vedení. Dále děkuji pracovníkům Domova pro seniory v Moravské Třebové a všem seniorům, kteří se zúčastnili mé praktické části diplomové práce a byli ochotni sdílet se mnou své zkušenosti a prožitky. V neposlední řadě děkuji svému muži a celé své rodině za podporu po celou dobu studií.

Obsah

ÚVOD	5
TEORETICKÁ ČÁST	8
1 ARTETERAPIE	8
1.1 Výtvarné umění	8
1.2 Arteterapie – vymezení pojmu	9
1.3 Dělení a upřesnění arteterapie	10
1.4 Historie arteterapie	12
1.5 Základní směry v arteterapii	14
1.6 Formy arteterapie	15
1.7 Metody arteterapie a výtvarné materiály	16
1.8 Cíle arteterapie	19
1.9 Osobnost arteterapeuta	19
1.10 Arteterapie se seniory	21
2 STÁŘÍ	23
2.1 Vymezení pojmu stárnutí	25
2.2 Tělesné změny	27
2.3 Psychické změny	30
2.4 Emoční změny ve stáří	31
2.5 Změny v osobnosti seniora	32
2.6 Socializace seniorů	33
2.7 Umírání a smrt	36
2.8 Význam smyslu života	40
2.9 Smysl života a stáří	43
PRAKTICKÁ ČÁST	45
3 TEST STROMU A JINÉ KRESEBNÉ TESTY	45
3.1 Kresebné testy	45
3.2 Test stromu	49
4 MÍSTO KONÁNÍ PRAKTICKÉ ČÁSTI	55
4.1 Domov pro seniory Sociálních služeb Moravská Třebová	55
5 PŘÍPADOVÁ STUDIE	57
6 ROZBOR KRESEB STROMU	59
6.1 Kazuistika 1	60
6.2 Kazuistika 2	62
6.3 Kazuistika 3	65
6.4 Kazuistika 4	67
6.5 Kazuistika 5	69
6.6 Kazuistika 6	71
7 DISKUZE	74
ZÁVĚR	77
ZDROJE	78
SEZNAM PŘÍLOH	82

Úvod

„Už samotný akt malování či kreslení, bez jakéhokoli terapeutického zásahu, je mocným prostředkem k sebevyjádření, podporujícím vědomí vlastní identity a umožňujícím vyjádřit emoce... Když se nám podaří obsah obrázku výstižně vyjádřit, jsme o krůček blíže k uvědomění toho, co se v jeho životě děje. A zároveň se nám otevírají dveře ke změně.“

Violet Oaklander

Základní témata diplomové práce jsou arteterapie a období seniorského věku. Cílem mé práce je blíže se seznámit s těmito tématy a nahlédnout do jejich problematiky.

Po dobu mého studia jsem měla možnost setkat se s nejrůznějšími věkovými kategoriemi. Je ovšem pravdou, že jsem se spíše setkávala s dětmi a mladistvými. Možná právě tato skutečnost mě vedla k myšlence zaměřit diplomovou práci na jiné vývojové období, než s kterým se neustále setkávám. Na období, které má právo na stejnou pozornost jako jiná období lidského života. Z mého pohledu se téma stárí objevuje méně než jiná témata týkající se vývoje osobnosti. Zejména moje věková kategorie se snaží často toto téma vytěsnit a nevnímat ho ve svém životě. Sama jsem dříve chápala toto vývojové období rozporuplně a téma stárí ve mně vyvolávalo nejistotu a možná trochu obavu. Domnívám se, že naše společnost stále chápe stárí jako něco negativního a ne příliš dobrého v životě člověka. Dnešním trendem je být co nejdéle dokonalým, mladým a krásným. Stále převažuje snaha stárí obejít a oddálit, co nejvíce to jde. Oproti dřívějším dobám, ve kterých bylo běžné se o staré lidi postarat v kruhu domova a vnímat seniory jako důležitou součást společnosti, která nám může předat cenné zkušenosti, je tato generace vnímána jako nepotřebná a dnešní rychlá a náročná doba často neumožňuje rodinám postarat se o své rodiče a prarodiče. Tak i přesto, že by mnoho lidí rádo poskytlo zázemí svým blízkým, nemohou si to z finančních či jiných důvodů dovolit. Nabízí se zde otázka, zda je tento přístup dobrý... V posledních pár letech jsem měla možnost nahlédnout blíže na oblast poskytování domácí péče nemohoucí starší osobě. Jednalo se o člena mé rodiny. Teprve až nyní si uvědomuji důležitost domácí péče a kladného přístupu v poslední fázi lidského života. To, co nám může tato generace ukázat, co nás může naučit a předat nám, je nenahraditelné a nezastupitelné. My se toho ovšem často dobrovolně zříkáme z důvodů předsudků či všeobecného pohledu moderního, konzumního a velmi rychlého světa.

Nechci ovšem křivdit mnoha organizacím, které se snaží o zkvalitnění péče a o pozitivní přístup k lidem seniorského věku. Patří mezi ně domovy důchodců, domovy s pečovatelskou službou, domy seniorů, penziony pro seniory, hospice, domácí pečovatelské služby, kluby seniorů a mnoho dalších organizací.

Druhým základním pilířem mé diplomové práce je téma arteterapie. Arteterapie mě zaujala již v bakalářském stupni studia a snažím se ji stále rozvíjet i v osobním životě. I vzhledem k jednomu z mých studovaných oborů, kterým je učitelství výtvarné výchovy, mě výtvarné umění a jeho využití zajímá a snažím se v něm neustále rozvíjet. Ve výtvarném umění nalézám stále nové možnosti chápání a oproti dřívějším dobám se spíše zaměřuji na volnější či terapeutické postupy. Mou ideální vizí je propojení obou mých studovaných oborů, a to jak učitelství výtvarné výchovy, tak speciální pedagogiky. Jednou z možností spojení těchto oborů je právě arteterapie, která je dle mého názoru výborný prostředek pro pochopení člověka, jeho emocí a potřeb. Arteterapie je ale také výborným nástrojem v oblasti terapie někdy i dílčí diagnostiky.

Ze zmíněných důvodů bych chtěla blíže popsat využití prvků a přístupů arteterapie právě u seniorů a popsat jeden z kresebných testů arteterapie – Kresbu stromu. Nahlédnout na využití arteterapie jiným způsobem a poskytnout nový postoj k vnímání uměleckého díla.

V rámci mé diplomové práce bych nejprve chtěla popsat obor arteterapie. Vymezit pojem arteterapie, nastínit historii směru, uvést směry, formy, metody, cíle a další aspekty, které k základní charakteristice náleží.

Poté se pokusím vymezit nejdůležitější body v oblasti gerontopsychologie. Nahlédnout na specifika období stárnoucího člověka a popsat ho z pohledu vývojové psychologie. V této kapitole bych ráda zmínila i význam smyslu života a vnímání smrti.

Další kapitola, která je již součástí praktické části, bude pojednávat o kresebných testech. Budou popsány některé z nich a blíže se zaměřím na popis Kresby stromu, jejíž prvky budou dále uplatněny. Kapitola stručně shrne metodu Kresby stromu, význam stromu jeho výhody, nedostatky a použití testu. Popíše podstatu symbolů v kresbě se zřetelem na symbol stromu. V neposlední řadě poukáže na symbolické významy a interpretaci metody.

V další části mé práce jsou použity již zmíněné prvky kresebného testu prakticky. Prvky testu jsou uplatněny u několika seniorů, což navazuje na předešlé teoretické vymezení v práci. Na začátku této kapitoly seznamuji čtenáře se zařízením, kde mimo jiné proběhla praktická část práce. Jedná se o Domov pro seniory v Moravské Třebové. Poté přibližuji pojem kazuistika, kterou dále rozpracovávám u jednotlivých klientů domova pro seniory. Následně přecházím k samotným případovým studiím, kde jsou kresby popsány a rozebrány

z pohledu metody. Závěrem praktické části je diskuze, která shrnuje všechny mé poznatky o vzniklých kresbách seniorů. V empirické části jsem se pokoušela odpovědět na tyto otázky: „Ovlivňuje stáří fakt, jak klienti přistupují ke kresbě a jak na ni reagují? Jaká jsou specifika arteterapeutické činnosti u seniorů? Projeví se v kresbách události ze života starého člověka? Je možné zaznamenat rozdíly v kresbách u seniorů žijících v domácím prostředí a v domově pro seniory?“

Jak jsem již zmínila, arteterapie jako metoda práce s klienty mě velice zajímá a snažím se v ní stále rozvíjet. Doufám, že při psaní mé diplomové práce získám nové poznatky z oblasti teorie a praxe arteterapie. Nahlédnu i do jiných problematik. Utřídím si a zdokonalím již získané zkušenosti.

Teoretická část

1 Arteterapie

1.1 Výtvarné umění

Dle Encyclopedia Britannica je uměním „*užívání dovedností a představivosti k vytváření estetických předmětů, prostředí nebo zážitků, které lze sdílet s druhými lidmi*“ (<http://www.britannica.com/art/visual-arts>, 2016).

Podle způsobu prezentování pak můžeme dělit umění na výtvarné (malířství, grafiky, fotografie, sochařství...), umění múzické (divadlo, tanec, hudba, zpěv a přednes) a umění akční či živé (vizuální a performativní).

Campbellová (2000) popisuje fakt, že v dnešním světě je umění chápáno nejen jako samotný proces tvorby, ale i jako výsledek umělecké snahy. Při tvorbě uměleckého díla využíváme nepřeberné množství výtvarných technik a můžeme pracovat nejen v ploše, ale i v prostoru.

Výtvarné umění je s lidstvem spjato od nepaměti. Můžeme ho nalézt na pravěkých jeskynních malbách, indiánských obrazech v poušti, na afrických maskách, v egyptských hieroglyfech a nástěnných malbách atd. V současném světě se prezentace umění mění. Lze jej nalézt ve formě land – artu, body – artu, happeningu, performance či graffitů v ulicích měst. Ve výtvarném umění je možné nalézt mnoho z vývoje nejrozličnějších kultur. Pomocí umění člověk vyjadřuje svůj postoj k okolnímu světu i k sobě samému. Pomáhá nám při představě o něčem vyšším nad námi a je tak prostředkem tajemna, duchovna.

I užité umění bylo a je naší součástí. Dříve to byly tapisérie, zdobené hliněné nádoby či šperky z kovů a dřeva. Dnes mluvíme o oděvním designu, bytovém designu, uměleckém šperkařství nebo o pop – artu.

Ottův slovník naučný definuje umění jako „*úmyslné tvoření nebo konání, jehož výsledek nad jiné výtvoř a výkony vyniká jistou hodnotou již při pouhém nazírání a vnímání tj. estetickou hodnotou.*“

Umění nás tedy obklopuje, ovlivňuje a všichni jsme jeho součástí, ať jsme v jakémkoli věku. Je ovšem pravdou, že v dětském věku je kresba a malba spontánním projevem. Pomocí kresby a malby jsme poznávali svět a jeho pravidla. Kolem věku 8 let se bohužel u většiny z nás začala tato schopnost vytrácet. V době školní docházky jsou pak dána přesná pravidla

a požadavky na krásné a hodnotné výtvarné vyjádření, což ještě prohlubuje rozdíly mezi žáky nadanými a méně nadanými. V pozdějším věku se pak výtvarné tvorbě věnuje jen malé množství lidí.

Campbellová dále popisuje, že lze umění chápat jako tvořivou činnost. Rozvíjela se v rodinách i v nejrůznějších institucích. Výtvarné tvoření je součástí volnočasových aktivit a stále více se o něj zajímají i dospělí a senioři. Výtvarná tvorba je vnímána jako forma odpočinkové, tvůrčí činnosti, která nějakým způsobem obohacuje náš život. Důležitou roli sehrává i v léčebných zařízeních, pečovatelských službách a jiných centrech.

Umění můžeme také chápat jako terapii. Zde tedy již popisujeme arteterapii jako obor, který napomáhá k léčbě klienta. Terapeutická hodnota umění je známa již delší dobu. Samotní umělci přišli na to, že pro společnost je charakteristické určité tvůrčí zapálení. Začali také jako jedni z prvních využívat arteterapii v léčebnách a výchovných zařízeních. Přišli na léčebné účinky výtvarné tvořivosti. Pro arteterapii byly velmi důležité poznatky z psychoanalýzy, které stanovil Sigmund Freud. Dalším přínosem byl význam symbolů C. G. Junga, který se snažil o to, aby samotní klienti porozuměli významu svých prací a došli tak k uzdravení. Významnou osobností byl i D. W. Winnicott, který nastínil význam tvořivosti a hry pro zdravý rozvoj dítěte. Přínosem byla i teorie Gestalt, která klade důraz na aktivitu klienta, který se sám podílí na formování svého života. Gestalt metoda zdůrazňuje pojem teď a tady, který se aplikuje i při rozboru děl. Problematikou výtvarné tvořivosti se také zabývali Milner, Ehrensweig, Ornstein a další (Campbellová, J., 2000).

1.2 Arteterapie – vymezení pojmu

Arteterapie znamená v širším pojetí léčbu jakýmkoli uměním, včetně hudby, poezie, prózy, divadla, tance a v neposlední řadě i výtvarného umění. Arteterapie v užším pojetí je léčba pouze výtvarným uměním (Šicková-Fabrice, J., 2016).

Dle (Campbellové, J., 1998) arteterapie stále patří mezi atraktivní a populární směry. Vzájemně se prolíná s mnoha humanitními obory, a to například s uměním, psychologii, psychiatrií, sociologií, pedagogikou, sociální prací a dalšími. Z latinského slova „ars“ můžeme vyčíst význam slova, které znamená umění. Z řeckého „thérapie“ poté léčba či léčit. Již z názvu je patrné, že podstatou práce v arteterapii není konečný umělecký výsledek, ale proces tvorby-léčba. Výtvarné projevy tak při práci přispívají k léčbě jedince. Arteterapie se tímto základním rysem liší od běžných tvořivých činností, které se zaměřují na hodnocení konečného výsledku výtvarného snažení. To ovšem neznamená, že díla vytvořená v procesu

práce arteterapie nemohou dosahovat stejných estetických kvalit jako díla primárně určená k uměleckému výsledku.

Velmi výstižné vymezení arteterapie uvádí Hilarion Petzold (in Šicková-Fabricsi, J., 2016), který ji definuje jako „*teoreticky usměrněné působení na člověka jako celek v jeho fyzických, psychických danostech, v jeho uvědomělých i neuvědomělých snaženích, sociálních a ekologických vazbách, plánované ovlivňování postojů a chování pomocí umění a z umění odvozenými technikami, s cílem léčby nebo zmírnění nemoci a integrování nebo obohacení osobnosti.*“

Labátha (in Šicková – Fabricsi) uvádí, že se arteterapie může využít jako název oblasti výtvarných činností v terapeuticko-výchovném procesu v převýchově, v rehabilitaci a penitenciární praxi.

American Art Therapy Association uvádí toto vymezení: „*Arteterapie je založena na myšlence, že tvůrčí proces umělecké tvorby je uzdravující a životnost posilující a je formou neverbální komunikace myšlenek a pocitů*“ (Malchiodi, 2003, str. 1).

Arteterapii lze chápat jako aplikované nebo užité umění ve smyslu jeho uplatnění při záměrném působení (intervenci) na pomoc postiženým, narušeným jedincům či skupině. Můžeme ji také vnímat jako proces navrácení člověka do stavu harmonie se sebou samým a svým okolím pomocí umění. V neposlední řadě představuje arteterapie soubor uměleckých technik a postupů, které mají pomoci změnit sebehodnocení člověka, zvýšit jeho sebevědomí, integrovat jeho osobnost a přinést mu pocit smysluplného naplnění života (Šicková-Fabricsi, 2016, str. 61).

Jako poslední zde uvádím vymezení dle České arteterapeutické asociace (2012), která chápe arteterapii jako obor, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivňování lidské psychiky ve směru redukce psychických a psychosomatických obtíží a usměrňování konfliktů v mezilidských vztazích. Výtvarné aktivity mají podporovat léčení a zdraví klienta. Arteterapie je tedy léčebným postupem. Je využitelná při primární, sekundární i terciární prevenci, dále v následné péči, v oblasti zdravotnictví, v sociální péči, ve výchově, ve vzdělávání u dětí i dospělých.

1.3 Dělení a upřesnění arteterapie

Šicková-Fabricsi (2016) uvádí, že arteterapie je často dělena na receptivní a produktivní. Receptivní je vnímání a pochopení uměleckého díla, které s určitým záměrem

vybírá arteterapeut. Důraz je kladen na pochopení vlastního nitra a pocitů jiných lidí. Mezi receptivní arteterapie patří návštěvy výstav a galerií, videozáznamy výtvarných děl aj.

Arteterapie produktivní znamená využití určité tvůrčí činnosti a to nejen klasických činností (kresby, malby, modelování, grafiky), happeningu, performance, ale i intermediálních aktivit (aktivity propojující nejrůznější média).

Česká arteterapeutická asociace používá při dělení termínu arteterapie dva odlišné proudy, a to: *„terapie uměním, v níž se klade důraz na léčebný potenciál tvůrčí činnosti samotné a pracuje se tedy s procesem výtvarné tvorby, a artpsychoterapie, kde výtvoř a prožitky z procesu tvorby jsou dále psychoterapeuticky zpracovávány.“*

Dle Joanidise (in Šicková-Fabrici) je třeba chápat arteterapii jako formu psychoterapie. Autor ji dále dělí na kreativní, integrativní, činnostní, projektivní a sublimační.

V této části využiji možnost oddělení arteterapie od artefiletiky. Toto oddělení napomáhá upřesnit myšlenku arteterapie a specifikuje ji od artefiletiky, se kterou bývá mezi laiky spojována či s ní zaměňována. Slavík (in Šicková-Fabrici) využívá výrazu artefiletika. Dle autora jde o modifikaci arteterapie ve významu výchovy prostřednictvím umění. Arteterapii pak definuje jako disciplínu psychodiagnostiky a psychoterapie, která využívá k léčebným cílům formy a prostředky adekvátní uměleckým formám (v užším významu pouze formy výtvarného umění, v širším i formy jiných uměleckých oborů).

Jedlička (2014, str. 210) k problematice artefiletiky uvádí: *„Teoretickým a praktickým výchovným zázemím pro uplatňování a výklad výchovného efektu exprese jsou všechny expresivní obory anebo expresivní výchovné přístupy ve vzdělávání. Zejména tedy obory a přístupy, které staví na principech umělecké tvorby a komunikace. Jedním z nich je artefiletika rozvíjená od počátku devadesátých let 20. století. Autorem pojmu je Jan Slavík. Artefiletiku je možné chápat jako studijní, experimentální i výchovné pole pro expresivní aktivity. Jak bylo výše zdůvodněno, expresi, resp. expresivně sdělovaný obsah lze totiž chápat pouze na podkladě osobní účasti, tj. z pozice ontologie první osoby. Ale současně je nutno expresivnímu obsahu do potřebné míry rozumět a umět se o něm domlouvat z pozice náhledu a obecně srozumitelného výkladu, tj. v ontologii třetí osoby. Z toho vyplývá základní princip, který je společný jak pro „malé“ světy artefiletiky, tak pro „velké“ světy kultury: propojení exprese s reflexí.“*

1.4 Historie arteterapie

Arteterapie je disciplínou vycházející zejména z oblasti umění a psychologie. Fenomén léčitelství, který se zde také projevuje, je očividně důležitou složkou. Vývoj profese arteterapie je výrazně ovlivněn intelektuálními a společenskými trendy 20. století (Vick in Malchiodi, 2003).

Šicková-Fabrice (2016) zmiňuje, že počátky arteterapie mají své kořeny již v 18. a 19. století, kdy se ještě zdaleka nevyužíval termín „art therapy“. Počátky nesporně souvisí s psychopatií schizofrenie. Myšlenka terapeutického použití výtvarné práce vznikla ze zájmu odborníků o tvorbu duševně nemocných. Byly stanoveny dvě zásady zkoumání výtvarného výrazu duševně nemocných: duševně nemocní malují jinak než většinová populace a charakter jejich tvorby se liší dle druhu a vývoje nemoci.

Trendy v psychologii během 19. a 20. stol. se snažily o vytvoření lidštějších podmínek pro pacienty s duševním onemocněním, což bylo velkým pokrokem. Reformátoři Rush (USA) a Pinel (Francie) patřili mezi vůdce těchto reforem. Freud a Kris rozšiřovali tuto rehumanizaci klientů svými názory. Tvrdili, že výtvořky klientů nejsou náhodné nesmysly, ale jde o produkty fantazie, které nesou významné informace o vnitřním světě autora. Na základě těchto teorií začalo mnoho autorů zkoumat konkrétní klienty a jejich kreativní díla. Z těchto zdrojů zjistili, že je možné díla chápat jako ilustraci duševního zdraví nebo případného narušení (Anastasi, Foley, Arnheim, Kreidler, atd.). Další autoři rozpoznávali potenciál umění, jako nástroj v rámci léčby (Winnicott). Brzy byl pojem arteterapie používán jako forma psychoterapie, která kromě klasických praktik jako rozhovor zařazuje i umělecké praktiky do své práce.

Šicková-Fabrice (2016) doplňuje, že výraz art therapy jako první použila ve svých pracích Margaret Naumburgová ve 30. letech 20. století v USA. Její životní práce vycházely z psychoanalýzy. Termín art therapy se v Evropě začal používat až kolem roku 1940. M. Naumburgová tvrdila, že proces arteterapie je založen na poznání, ve kterém nejdůležitější a nejzákladnější myšlenky a pocity člověka vypuzené z nevědomí jsou lépe zachytitelné obrazem než slovem.

Vick (in Malchiodi, 2003) popisuje významný trend, který trvá dodnes. Jde o využití umění ve vzdělávacích zařízeních s klienty rozličného věku. Již v polovině 20. století jsou patrné první snahy pedagogů zařadit tyto teorie do vzdělávání. Pokládali vliv umění za nezastupitelný v celkovém vývoji dítěte (Cane, Kellogg, Lowenfeld, Anderson, Bushe, Henley).

Vick (in Malchiodi, 2003) dále upozorňuje na fakt, že se kromě psychoanalýzy a rehumanizace pacientů s duševním onemocněním objevuje další trend, a tím je psychologické hodnocení a výzkum. Vzrostl zájem o standardizované metody, diagnostické hodnocení a výzkum. Odborníci tvrdili, že mezi dílem umělce a osobou duševně nemocnou není rozdíl. Oba se při procesu tvorby dotýkají své psychiky. Oba vnitřní zkušenosti zobrazují do formy přístupné pro vnější svět. Tato „metoda projekce“ se stala koncepčním základem pro mnohá hodnocení projektivních kreseb, které se vyvíjeli v psychologii během 20. století. V této době vyvinulo mnoho autorů své vlastní metody a systém jejich hodnocení. I přesto, že jsou si psychologie a arteterapie v mnohém podobné, mají podstatný rozdíl. Klíčovým rozdílem mezi hodnocením prací v psychologii a v arteterapii je fakt, že arteterapie dává důraz na samotnou přípravu a tvorbu, která má pro klienta léčebný potenciál. Arteterapeuti mají také větší tendenci používat různorodější a expresivnější materiály a snižovat důraz na formalizování verbálních směrnic. Vnímají klienta jako interpreta své vlastní práce.

Již zmiňovaný autor doplňuje, že další významnou ženou v oblasti arteterapie byla kromě Margaret Naumburgové také Edith Kramerová, která bývá některými autory nazývána „matkou arteterapie“. Zatímco M. Naumburgová čerpala z technik psychoanalytické praxe, E. Kramerová převzala jiný postup z Freudovy teorie k vysvětlení arteterapeutického procesu. Její myšlenka „umění jako terapie“ klade důraz na vnitřní terapeutický potenciál při procesu tvorby umění. Ústřední téma, které pro ni hraje důležitou roli, je téma obranného mechanismu a traumat. Pracovala s dětmi utečenců, které utíkaly s rodiči z nacistického Německa. U dětí, které prožívaly nejrozličnější traumata, se začaly projevovat poruchy psychiky, jež byly reakcí na řešení konfliktů a ztrátu jistoty. Kramerová se přesvědčila, že díky výtvarné reflexi dochází u těchto dětí ke zpracování prožitých traumat, návratu jistoty a identity a ke zpracování bolesti z traumat. Kramerová pracovala dále s chlapci s agresivním chováním v New Yorku. Byla profesorkou na New York University a vydala publikaci *Art therapy with children*.

Mezi dvě neméně významné představitelky také patří Elinor Ulmanová a Hanna Kwiatkowská. Elinor Ulmanová přispěla svou prací editorky a spisovatelky. Jsou známá její díla: *Věštník arteterapie* a *Eseje o arteterapii*. Přínos Hanny Kwiatkowské spočívá ve výzkumu v rodinné arteterapii. Využívala svou zkušenost z různých psychiatrických zařízení a aplikovala ji do problematiky rodin.

Můžeme jmenovat mnoho dalších osobností, které se různým způsobem zasloužili o rozvoj arteterapie jako oboru. Pokusím se zmínit alespoň některé. Např. německý psychiatr Hans Prinzhorn, malíř Jean Debuffet, který poprvé použil výraz „hrubé umění“- umění neškolené, práce dětí a bláznů považované za hodnotné a stejně důležité jako školených

umělců. Na závěr zmiňuji Leo Navrátila, Karen Machoverovou a Viktora Löwenfelda (Vick in Malchiodi, 2003).

V České republice se začala arteterapie využívat od 50. let 20. stol. Jako součást psychoterapie se využívala v léčebných a psychoterapeutických zařízeních. V 70. letech vznikla arteterapeutická sekce v rámci společnosti ČLS J. E. Purkyně. Vedla ji PhDr. D. Kocábová a sdružovali se v ní zájemci o tuto problematiku. Byly pořádány semináře a dílny. Během 80. let získala arteterapie na oblibě a to zejména mezi studenty a absolventy speciální pedagogiky. Arteterapie byla začleněna do plánů výuky a v 90. letech bylo na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích otevřeno bakalářské studium tohoto oboru díky PhDr. M. Kyzouroví. Roku 1994 vznikla Česká arteterapeutická asociace, která je samostatným občanským sdružením a její snahou je rozšířit povědomí o arteterapii. S arteterapií se dnes můžeme setkat v zařízeních lékařského i pedagogického typu (www.arteterapie.cz, 2014).

Dle (Šickové-Fabrizi, 2016) „se v posledních desetiletích arteterapie dostává do fáze slibného rozvoje nejen ve své kolébce USA, ale i ve státech Evropy včetně oblasti bývalých států tzv. socialistického tábora.“

1.5 Základní směry v arteterapii

Müller (2014, str. 82, str. 83) zdůrazňuje, že se můžeme setkat se situací, ve které se ne všichni arteterapeutové budou hlásit ke stejnému směru. V jejich práci budou přesto patrné určité typické způsoby. Arteterapie má blízko k umění a dává důraz na originalitu a kreativitu. Proto není rozdělování přístupů a směrů v arteterapii tak závažnou problematikou jako např. v lékařství, přesto nelze tvrdit, že arteterapie nemá a nevyžaduje solidní teoretické zázemí pro další praxi. V současné době lze zaznamenat čtyři základní směry nebo obory, které odpovídají klasickému psychoterapeutickému členění:

- psychoanalytický
- kognitivně-behaviorální
- humanistický
- integrativní

Dále autor dělí směry na **psychodynamické**: psychoanalýza a analytická terapie; **humanistické**: fenomenologická arteterapie, gestalt arteterapie, humanistická arteterapie, expresivní arteterapie zaměřená na člověka, výtvarná tvorba jako duchovní cesta; **psycho-**

edukační přístupy: behaviorální, kognitivně-behaviorální, vývojová; **systemické přístupy:** rodinná a skupinová; **integrativní přístupy:** eklektický přístup, využití imaginace, učení formou obrázků.

1.6 Formy arteterapie

Potměšilová, Sobková (2012) tvrdí, že arteterapii lze aplikovat z hlediska přístupu ke klientům formou individuální nebo skupinovou.

Individuální arteterapie je specifická tím, že terapeut pracuje s jedním klientem podle předem domluvených pravidel. Tato dohoda především zahrnuje četnost a délku terapeutických sezení, dále pak způsob práce a to, s čím chce klient pracovat (zakázka). V této formě práce je velmi důležitý vztah terapeut – klient. Je zde třeba respektovat základní pravidla:

- nepředstírat, přirozené chování ze strany terapeuta
- respektování klienta (terapeut musí souhlasit se vším, co klient dělá a říká)
- respektovat právo klienta na neříkání pravdy
- princip jednosměrného zrcadla (terapeut by neměl sdělovat klientovi své problémy)
- jít tak hluboko do klientova tématu, jak je klient ochoten a připraven
- soustředit se na problémy klienta, ne na svoje
- komunikace musí být srozumitelná (na úrovni klienta)

Skupinová arteterapie se vyznačuje prací se skupinou klientů. Jsou zde také předem daná pravidla, která určují četnost a délku sezení, je určen způsob práce a zakázka. Při své práci může arteterapeut pracovat se skupinovou dynamikou. Skupinová dynamika je souhrn skupinové interakce a dění ve skupině. Je tvořena interpersonálními vztahy, interakcí osobností členů skupiny, existencí a činností skupiny a silami z vnějšího prostředí. Výhodou zde je, že kromě práce a přístupu terapeuta mohou klientovi pomoci zkušenosti ostatních klientů a jejich reakce na danou problematiku.

Využití individuální nebo skupinové arteterapie je závislé na několika faktorech: na klientovi, na typu problému, či na samotném terapeutovi. Můžeme se setkat se situací, že během terapeutického procesu přejde klient z jednoho typu práce do druhého podle své potřeby (Potměšilová, Sobková, 2012, str. 9).

V publikaci Skupinová arteterapie (Liebmann, 2005, str. 20) autor vymezuje základní výhody a nevýhody skupinové arteterapie. Mezi výhody patří fakt, že většina sociálního učení

probíhá ve skupině. Skupina tedy poskytuje pro jednotlivce vhodné zázemí. Dále je výhodné, že lidé s podobnými potřebami si navzájem poskytují podporu a pomáhají si s řešením problémů. Členové skupiny se mohou poučit z chyb druhého, mohou si vyzkoušet nové role a vidět jak ostatní reagují. Autor zdůrazňuje fakt, že skupina více vyhovuje jedincům, kteří vnímají intimní a individuální práci příliš intenzivně. Skupina je také spravedlivější a demokratičtější. Moc i odpovědnost se ve skupině dělí. Z hlediska ekonomického je skupinová arteterapie výhodnější možnost využít odborných znalostí a pomáhat najednou více lidem.

Samozřejmě také existují nevýhody. Při skupinové arteterapii je složitější zachovat důvěrnost vzhledem k většímu počtu lidí. Organizace ve skupině je složitější a skupina potřebuje zdroje. Výrazným nedostatkem je samozřejmě fakt, že jednotlivým členům nejsme schopni poskytnout takovou individuální pozornost, jako při samostatném sezení. Skupina může snadněji někoho označit – dát mu „nálepku“, které se jde velmi těžko zbavit. Další nevýhoda spočívá v možnosti vyhnout se rozhovoru o nepříjemných tématech. To umožňuje klientům „schovat se“ za jinou situaci ve společenství (Liebmann, 2005, str. 20).

1.7 Metody arteterapie a výtvarné materiály

Šicková-Fabrici (2016) uvádí ve své publikaci několik metod (postupů), které se dají v arteterapeutické praxi využít a jsou významné. Popisuje imaginaci, animaci, koncentraci, restrukturalizaci, transformaci, rekonstrukci a výtvarné materiály společně s médii arteterapie.

Imaginace

Pro arteterapii je velmi významná. Jedná se o představivost a fantazii. Imaginace má velmi blízko k vnitřnímu světu klienta. Je zprostředkovatelem mezi světem hmotným a duchovním. Představy často zobrazují naše problémy a aktuální emoční stav. Projevují se zde tvořivé schopnosti člověka, jeho touhy, ale i obavy. Pomocí imaginace je možné navrátit se k situacím z našeho života, můžeme je znovu prožít, zhmotnit je, převést je do výtvarné podoby a reflektovat. Umožňuje vidět věci z jiného pohledu a tak popřípadě změnit svůj názor na danou situaci. Metoda je vhodná pro lepší pochopení sebe sama a pochopení okolí, pro uvolnění emocí, vyjasnění postojů atd. Diagnostický potenciál této metody je zřejmý. Obrazy, tvary i barvy využité v práci klienta vypovídají o tom, zda jde o patologii, nebo o proces uzdravování.

Pojem vizualizace je někdy užíván v kontextu řízené imaginace. Vizualizace i řízená imaginace mají totožné strategie práce. Vizualizace je používána nejen k terapeutickým cílům, ale i k diagnostice.

Šicková-Fabricsi (2016, str. 215) zmiňuje: „*V psychoanalyticky orientované terapii se využívají při řízené imaginaci témata jako např. keř růží, starožitnictví, dům, strom, voda, čtyři živly.*“

Animace

Metoda, která se velmi často využívá u dětí, a to zejména při rozhovoru o díle. Jde v podstatě o rozhovor v třetí osobě, při kterém se terapeut nebo klient identifikuje s věcí či postavou z obrázku a hovoří jejich jménem. Je vhodná u úzkostných lidí, u klientů, kteří se cítí osaměle a nejistě. Klient takto může informaci o sobě zprostředkovat nepřímě a nemusí se ničeho obávat. Terapeut se dozví více o klientových potřebách, než kdyby se tázal přímo. U dětí je metoda velmi efektivní, protože ztrácí zábrany hovořit o svých problémech. Mluví o svých problémech prostřednictvím někoho jiného a to je pro něj snazší. Kresba a následný rozhovor tak mohou být komunikačním mostem mezi terapeutem a klientem.

Koncentrace

V této metodě jsou využívány zejména mandaly či rozety. Za mandalu lze považovat vlastně jakýkoli kruhovitý tvar, který má střed. V arteterapie slouží mandala ke koncentraci a meditaci. Mandala dle autorky vyjadřuje touhu člověka po celistvosti a seberealizaci. V kresbách klientů je kruh (mandala) symbolem zrodu identity, při které se jedinec začleňuje do skutečného prostoru, času a místa. Mandaly jsou obvykle symetrické a členěné. Členění závisí na velikosti mandaly. Interpretují se z hlediska barevné symboliky, barevných kombinací i výtvorů, které připomínají. Nalezneme v nich osobní projekce, projekce momentálních stavů klienta, ale i vzory nevědomých tvarů a jejich symboliku.

„*Člověk byl odjakživa fascinován kruhem. Vyskytuje se nejen ve východních náboženstvích, ale i v křesťanství, např. v podobě rozetových oken v chrámech, jež přitahují zrak a vedou pozorovatele do stavu bázně, harmonie, úcty a jásavé radosti*“ Fincher (in Šicková-Fabricsi, 1997).

Restrukturalizace

Metoda se zajímavou podstatou tvorby, která je založená na skládání nového díla z již známých, starých a využitých kousků. Staré fragmenty se skládají do nové podoby či obrazu. Každý jednotlivý fragment ve spojení s ostatními elementy vytváří nová řešení, konstelace

a kompozice s novou myšlenkou. V každém detailu je zobrazen celek. Dobrým příkladem je mozaika. Díky této technice lze ze starých kousků kachliček vytvořit nové umělecké dílo. Metoda je vhodná pro klienty, kteří řeší nějakou osobní krizi (problém) a hledají jiný úhel pohledu na svoji situaci. Také je vhodná pro skupinové arteterapie.

Transformace

Transformace je vhodná zejména při práci se studenty arteterapie nebo s dospělými klienty. Spočívá v transformování pocitů z vnímání jednoho druhu uměleckého média do jiného uměleckého média, např. z literárního umění do výtvarného, z hudebního umění do výtvarného a naopak, transformace výtvarného díla na pohybové umění atd.

Rekonstrukce

Metoda vhodná pro osoby se všemi typy handicapů a pro všechny věkové kategorie. Dá se měnit do více podob. Nejjednodušší formou je dokreslení koláže (výstřižek z novin). Techniku rekonstrukce lze využít i v plastické podobě (část postavy z hlíny, kterou klient dotvoří). Je zajímavé pozorovat, jak tentýž fragment dotvoří každý autor jinak. Přesto, že bylo dáno stejné východisko, vznikají z něj různorodé kompozice.

Výtvarná média a materiály v arteterapii (techniky)

Šicková-Fabrizi (2016, str. 225) uvádí společně s metodami arteterapie také média a materiály v arteterapii. Dle autorky hrají materiály důležitou roli v procesu arteterapie a patří k významným faktorům celé práce. Mnoho autorů doporučuje, aby měl arteterapeut při práci k dispozici více materiálů. Klient si tak může sám vybrat, který materiál mu v danou chvíli nejvíce vyhovuje. Každý z výtvarných materiálů přináší jiné možnosti zpracování a jinou dynamiku. Pro agresivní klienty jsou vhodné tvrdší materiály, při kterých je třeba využít sílu a není dobré tolik využívat měkké materiály (např. drát, papír). Měkké materiály nám umožňují často zesílit cíl práce. Může se stát, že při použití těchto materiálů začne klient ztrácet kontrolu nad dílem, což se negativně podepíše na jeho postoji k výtvarnému tvoření. Je důležité, aby se arteterapeut orientoval ve všech výtvarných materiálech a uměl je správně využívat. Výběr vhodného materiálu je základem pro kvalitní práci s klientem.

Mezi měkké materiály můžeme zařadit prstové barvy, vodové barvy, temperové barvy, olejové barvy, pastel, hlínu, písek, plastelínu, modurit, drát. Mezi křehké např. sklo. Tvrdé materiály jsou tužka, pastelky, dřevo, kámen aj.

Matoušek (1995, str. 35) tvrdí, že arteterapeutických technik je mnoho. Uvádí některé z nich: volné čmárání tužkou, kresba prsty namočenými v barvě, kresba jednou barvou na

namočený papír, koláž, objekty z přírodnin, tematické kresby, kresba ve dvojici, tematické modelování, malování ve skupině, vytváření sochy (objektu) ve skupině atd.

„Výtvarné techniky se používají proto, aby klientům usnadnily vyjadřování jejich pocitů, což je důležité i pro terapeuta, případně pro terapeutickou skupinu. Terapeutovi tyto techniky umožňují rozpoznat některé, jinak těžko přístupné, osobnostní rysy klientů. Psychoterapeutickému procesu může arteterapie dodat další rozměr, a tím jej výrazně obohatit. Během výtvarného vyjadřování totiž dochází k mimovolnému slučování klientových vědomých a nevědomých tendencí, jakoby ve zkratce se odehraje totéž, co by psychoterapie omezená jen na slovní vyjadřování propracovávala delší dobu“ (Matoušek, 1995, str. 35).

1.8 Cíle arteterapie

Dle České arteterapeutické asociace jsou postupy arteterapie zacíleny na aspekty kognitivní, motivační a emocionální: sebevyjádření, aktivizace, sebepoznání, osobnostní růst, změna stereotypů, potlačení úzkosti, uvědomění, odhalení nevědomého, zpracování konfliktů, podpora, rozvoj tvořivosti, práce s emocemi náhled a řešení problémů. Arteterapeutické cíle souvisí s tím, z jakých pozic arteterapie vychází, a z potřeb klientů, s nimiž pracujeme (www.arteterapie.cz, 2014).

Dle Liebmanové (in Šicková-Fabrici, 2016, str. 111) můžeme cíle nejobecněji rozdělit na individuální a sociální.

K individuálním cílům bezpochyby patří sebevímání, sebeprožívání, uvolnění, poznávání vlastních možností, růst osobnostní svobody a motivace, sebehodnocení, experimentace s pocity, emocemi, rozvoj fantazie, celkový rozvoj osobnosti.

Do sociálních cílů můžeme zařadit přijetí druhých a jejich vnímání, uznání hodnoty druhých, ocenění, navázání kontaktů, kooperace, komunikace, společné řešení problémů, vytváření vztahů a pochopení vztahů ve skupině, vytváření sociální podpory, uvědomění si, že druzí mají podobné prožitky jako já, reflexe vlastního fungování ve skupině.

Nejnovější tendence u dospělých prosazují interdisciplinární přístupy. Cíl arteterapie nachází v rekonstrukci, integraci, budování odpovědnosti a ustanovení tvořivých cílů.

1.9 Osobnost arteterapeuta

Dle Šickové-Fabrici (2016) je nutné přiznat, že v České republice a ani na Slovensku nemá arteterapie jednoznačně vymezený profesní status. Stále chybí zřetelné vymezení oboru

jako takového, jeho definice i přesné určení vzhledem k ostatním oborům. Autoři se odlišují teoretickými východisky, technikami práce a pochopením oboru. Práci arteterapeuta vykonávají psychologové, výtvarníci, pedagogové, lékaři, zdravotní sestry, speciální pedagogové. Je tedy žádoucí, aby došlo co nejdříve k stanovení pravidel, která jsou nutná pro vykonávání profese arteterapeuta. S touto problematikou úzce souvisí i ochrana profese terapeuta, ochrana veřejnosti před nekvalifikovanými arteterapeutickými neodborníky a špatně vykonanou prací samotných arteterapeutů.

Autorka dále uvádí, že momentálně existují v České republice dvě možnosti vzdělávání v oblasti arteterapie. První je forma pětiletého psychoterapeutického výcviku České arteterapeutické asociace. Druhou je forma vysokoškolského studia. V této podobě se studuje buď jako samostatný obor, nebo jako součást výuky na některých fakultách VŠ nebo vyšších odborných škol.

Mezi znalosti a osobnostní předpoklady arteterapeuta patří mimo jiné znalosti z oblasti psychologie, medicíny (psychiatrie) i pedagogiky (speciální a léčebná pedagogika), a protože se v arteterapii pracuje s celým člověkem, tak i znalosti v oblasti antropologie. Neméně důležité jsou osobnostní předpoklady a dovednosti, které jsou typické pro všechny pomáhající profese. Arteterapeut by měl být empatický, měl by ovládat schopnost improvizovat, měl by být intuitivní, mít schopnost předvídat, měl by mít vysoký morální i etický kodex, měl by umět vytyčit jasně terapeutický a diagnostický cíl, umět povzbuzovat a naslouchat, iniciovat rozhovor (Šicková-Fabrizi, 2016, str. 107).

Práce arteterapeuta spočívá v jemném vedení při výtvarném projevu. Arteterapeut by neměl mít problém nabídnout nejrozumnější možnosti kresebného vyjádření, kombinování kresby s jinými výtvarnými technikami a nabídnout netradiční aktivity. Doporučuje se, aby si terapeut vedl deník, kam zaznamenává stav kresebného projevu, vývoj kresby, osobité interpretace autora, popř. další dokumenty týkající se práce klienta. Jednou z možností je záznam na magnetofon či jiný přístroj. Důležité je klienta do ničeho nenutit, ponechat mu tvůrčí svobodu a možnost uplatnit osobitou expresi (Jebavá, 1997, str. 22).

Gustav Jung (in Jebavá, 1997) vymezuje ve statí Psychiatriká činnost: „Psychoterapeut musí však chápat nejen pacienta, právě tak důležité je, aby rozuměl sám sobě. *Conditio sine qua non* jeho vzdělání je proto vlastní analýza, takzvaná učební, cvičná síla. Terapie pacienta začíná takřkajíc u lékaře, jen tehdy, jestli pochopí to, jak zacházet se sebou a svými vlastními problémy, může to také naučit pacienta. Avšak jen tehdy. Ve cvičné analýze se musí terapeut naučit poznávat svou duši a brát ji vážně. Jestli toto není schopen, nenaučí se to ani pacient. Tím však ztrácí kus duše, tak jako terapeut ztratil kus duše, kterou

se nenaučil znát. Proto nestačí, že si terapeut v učební analýze osvojí systém pojmů. Jako analyzand musí uskutečnit, že se analýza týká jeho samotného, že je součástí skutečného života, a ne metodou, kterou se lze naučit zevnějška (v doslovném smyslu). Lékař nebo terapeut, který to nepochopí, za to bude muset později draze zaplatit... Při opravdové analýze je do ringu volán celý člověk, pacient i lékař. Jako lékař se musí vždycky ptát, jaké poselství mi pacient přináší. Co pro mě pacient znamená? Jestli pro mě neznámá nic, nemám žádný strategický bod, místo, kam se soustřeďuje útok. Lékař, terapeut působí jen tam, kde je sám zasažen, kde se to týká jeho samého. Jen ten, kdo je zraněn, léčí.“

1.10 Arteterapie se seniory

Růžičková (in www.arteterapie.cz, 2012) zdůrazňuje, že není možné jasně určit, jakým způsobem senioři tvoří a zda všechny práce obsahují stejné symboly a myšlenky. Zda je vůbec možné ze všech prací seniorů určit, co skrývají za význam a jakou mají myšlenku. Neplatí tedy žádný závěr, který by jasně určoval způsob jejich práce. Možná až na výjimku klientů s demencí, jejichž výtvořby se velmi přibližují dětskému výtvarnému projevu. Senioři jsou bytosti ovlivněné mnoha zkušenostmi, získali již mnoho vědomostí a jsou formováni i deformováni vším, co za svůj život prožili.

Autorka se domnívá, že i v seniorském věku dochází k rozvoji osobnosti a je třeba vyrovnávat se s novými zkušenostmi. Osobnostní vývoj seniora nestagnuje, a tak je i zde třeba činností, které mu poskytnou možnost rozvoje. Mezi ně lze zařadit terapii se zvířaty, ergoterapii, muzikoterapii, biblioterapii, poetoterapii a v neposlední řadě arteterapii.

Cílem arteterapie u seniorů je pomoci uvědomit si, zpracovat a změnit názory a postoje, které by mohly zabraňovat v prožití kvalitního období stárnutí. Cílem terapie by také mělo být nalézt skryté talenty, vlohy, schopnosti a rozvinout je v co největší míře. Senioři se často obávají neúspěchů. Odůvodňují svůj nezájem tím, že již nemá cenu učit se něco, co se nenaučili v mládí. To je velký omyl. Objevuje se také fenomén smrti, se kterým se musí každý člověk vyrovnat a pro seniory může znamenat velmi těžký úkol a každý se s ním vypořádá podle své přirozené povahy. Senior tedy musí přijmout závěrečnou etapu svého života a fyzické i psychické změny, které se se stárnutím pojí.

Šicková-Fabrice (2016) se domnívá, že „hlavní strategie arteterapie se seniory jsou v práci s klientem v jeho momentálním aktuálním problému, práce technikami, které odpovídají věku klienta, a hlavně posílení smyslu pro důstojnost. Arteterapie se seniory se snaží aktivizovat zbytky jejich vitality, flexibility, stimulovat jejich kreativitu.“

Výhodou arteterapie je skupinová práce, která dává seniorům možnost zjistit, že na tento problém nejsou sami. Pokud dojde ze strany samotné osoby k přijetí stárnutí a smíření se s nemocemi, které s sebou stáří nese, může dojít ke zjištění, že období stáří skýtá i mnoho výhod. Samotní klienti tvrdí, že vnímají obrovskou svobodu ve svém jednání a chování. Nemusí se kvůli nikomu hlídat, nikomu se zalíbit a plnit standardy požadované dobou. Jsou nezávislí a plní již nabytých zkušeností a vzpomínek ze svého života. To vše poté mohou využít v kreativní tvorbě a umělecké práci (Růžičková in www.arteterapie.cz, 2012).

Arteterapii se seniory popisuje H. B. Langartenová jako práci, která je aplikovaná při cvičení krátkodobé paměti, pro posílení vědomí vlastní hodnoty, jako pomůcka rehabilitace jemné motoriky. Arteterapie napomáhá seniorům přizpůsobit se nové životní situaci, poklesu fyzických sil, ztrátě zdraví, specifickým důchodového věku a s ním spojeným změnám v sociální i ekonomické sféře.

Veselková (in Šicková-Fabrice) uvádí typické rysy charakteristické pro pacienty trpící Alzheimerovou chorobou, která se seniorů také dotýká:

- výrazně prodloužené tvary objektů
- chaotické uspořádání objektů
- přechod od realistického zobrazení k lineárnímu ztvárnění
- ornamentálnost
- více úspěchů při práci s koláží

2 Stáří

„Být starý je nádherné, pokud jsme nezapomněli, co to znamená začínat.“

Martin Buber

Každý z nás se rodí s určitými dispozicemi, a to, jak budeme reagovat na situace ve svém životě, ovlivňují genetické dispozice, životní zkušenosti i prostředí, ve kterém žijeme (Dvořáčková, 2012).

Dle významného německo-amerického psychologa Erika Homburgera Eriksona je vývoj osobnosti každého jedince dělen na osm životních etap. Jednotlivé fáze na sebe navazují a ke správnému vývoji je nutné dosáhnout ctnosti fáze předchozí. Erikson (1998) vymezuje tato období:

1. Důvěra × nedůvěra

Toto období se vyskytuje během kojeneckého věku (1. rok života), kdy se dítě rodí prakticky bezmocné a závislé na matce. První rok koncipuje dítě v tom, jaký pohled na svět si do života odnese. Zda vznikne základní důvěra v sebe sama, v okolí a v každodennost, nebo vzniknou ohrožující pocity nejistoty a nedůvěry v okolí, záleží na kvalitě mateřské péče. Díky ní a mentálnímu nastavení matky (její zralosti a stability jejího chování) získává dítě pocit důvěry v životě. Základní získanou ctností je naděje.

2. Samostatnost × stud a pochyby

Tato fáze probíhá mezi 1. – 3. rokem života (batolete) je fází rostoucí autonomie. Dítě se snaží prosazovat svoji samostatnost a začíná dělat věci samo a podle sebe. Důležitá je přiměřená stimulace dítěte o trochu více, než co umí (toho, co ho baví). Děti, které úspěšně dokončí tuto etapu, získávají pocit bezpečí a sebejistoty. Opak vede ke vzniku studu a pochybnosti. Rozvíjenou ctností a účinnou silou je vůle.

3. Iniciativa × vina

Toto období probíhá během předškolního věku (3 až 6 let), kdy děti pokračují v prosazování si svého já. Prostřednictvím her prozkoumávají interpersonální dovednosti a rozvíjejí svoji iniciativu. Samy začínají aktivity plánovat a zahajovat je. Osvojují si tak smysl pro rozhodování se a vedení druhých. Zároveň začínají být za své činy zodpovědné, čímž se vyvíjí jejich svědomí. Děti, které uspějí v této fázi, se cítí zdatné a schopné vést ostatní. Naopak děti, které selžou, mají pocity viny, pochybují o sobě samém a trpí

nedostatkem iniciativy. Důležitá je rovnováha mezi individuální iniciativou a vinou. Úspěch vede ke ctnosti účelu/účelnosti.

4. Snaživost × méněcennost

Během prvních let školní docházky (5-12 let) začínají být děti prostřednictvím porovnávání se svými spolužáky hrdé na své úspěchy a schopnosti. Děti něco tvoří, přijímají neosobní principy a nepohybují se už tolik ve světě představ a her. Věnují se více úkolům, rozvíjejí své dovednosti a získávají vztah k práci/spolupráci. Pokud si jej ale nevytvoří, budou se cítit méněcenné a pochybovačné o svých schopnostech. Klíčový moment je, aby neztratili chuť učit se a ve škole nezažívali jen pocit méněcennosti. Úspěch vede ke ctnosti kompetence - schopnosti a dovednosti zaměřit se a zvládnout stanovený úkol.

5. Identita × zmatení rolí

Během dospívání (12-19 let) děti prozkoumávají svoji nezávislost, jsou citově nejistí a hledají svoji identitu. Vývoj identity je velice bouřlivý, a to jak fyzický, tak i psychický a sociální, což klade zvýšené nároky na psychické zpracovávání. Dospívající si jsou nejistí svou rolí a pozicí mezi lidmi a ve společnosti. Člověk stojí na prahu životní dráhy, sumarizuje předchozí a hledí do budoucnosti. Spojuje plány s konkrétními cíli, vytváří si měřítko hodnot, vidí svoji roli v budoucnosti. Úspěšné dokončení vede k věrnosti (svým cílům, zájmům, hodnotám, životní filozofii), kterou Erikson popsal jako schopnost žít podle norem a očekávání společnosti.

6. Intimita × izolace

Mladý člověk (19-25 let) objevuje hranice své intimity, opouští soustředění se na sebe a je připraven splynout s druhou osobou. Lidé se špatným pocitem ze sebe, kterým se nepodařilo zvládnout předchozí etapu, a vyhýbající se intimitě, prožívají méně vztahů a je u nich pravděpodobnější emoční izolace, osamělost a deprese. Pro úspěch v této fázi je tedy důležité, aby mladí vytvářeli úzké a pevné závazky s ostatními. Povede to k ctnosti známé jako láska, vyznačující se schopností tvořit trvalé a smysluplné vztahy.

7. Generativita (touha tvořit) × stagnace

Během střední dospělosti (25-65 let) mají lidé potřebu něco vytvářet, být nějak produktivní, o něco pečovat, něco světu dát. Budují tak kariéru, usazují se v rámci vztahu, zakládají rodiny a vychovávají děti, jsou produktivní v práci. Úspěch vede ke ctnosti být prospěšný někomu a pečovat o někoho. Naopak, pokud upadá schopnost těchto cílů

dosáhnout a zvyšuje se pocit neproduktivity, přichází stagnace, člověk se zabývá sám sebou a uzavírá se do sebe. Důležité je být hrdý na své úspěchy či na své děti stávající se dospělými.

8. Vyrovnanost × zoufalství

V období pozdní dospělosti (stáří, od 65 let) se staří lidé ohlížejí za svým životem. Rozjímají, zda jej prožili dobře a naplno a uvažují nad svými úspěchy. Pokud vidí sami sebe jako vedoucí úspěšný život, získávají pocit osobní vyrovnanosti (integrity), která se projeví přijetím vlastního života. Úspěch v této fázi pak vede k moudrosti a také k přijetí smrti bez strachu. Pokud však získávají pocit, že jejich život byl zbytečný a promarněný, začnou být znechucení ze života a rozvíjejí zoufalství, které často vede k depresi, beznaději a strachu ze smrti (Erikson, 1998).

„Zdravé děti se nebudou bát života, jestliže jejich předkové budou mít dost integrity, aby se nebáli smrti.“

Erik Homburger Erikson

Dále již bude blíže popsána poslední fáze vývoje osobnosti – stáří.

2.1 Vymezení pojmu stárnutí

Stárnutí je nevyhnutelnou změnou organismu, která předpovídá stáří. Jde o přechod z období dospělosti ke stáří... Změny způsobené stářím se projevují v oblasti tělesné, psychické a sociální (Dvořáčková, 2012).

Dvořáčková (2012) uvádí: *„Pod pojmem stárnutí a stáří se nejčastěji myslí souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které se projevují zvýšenou zranitelností a poklesem výkonnosti jedince.“*

Stárnutí je tedy součet mnoha změn, kterým podléhá organismus v průběhu času. Tyto změny však nenastupují současně a rovnovážně. Stárnutí je proces individuální a asynchronní. Jednotlivé systémy a funkce organismu stárnou různě. Jednoznačné vymezení pojmu je tedy velmi nesnadné. V odborné literatuře nalezneme mnoho definic, které pohlíží na stáří z mnoha projevů či hledisek. Adaptační schopnost je ve stáří také snížena, a to jak v oblasti biologické, tak i psychosociální. Zajímavé je tvrzení Pacovského, který tvrdí, že pokud by člověk měl celý život adaptační schopnosti jako v dětství, asi polovina lidí by se dožila minimálně 700 let (Dvořáčková, 2012).

Brzáková Beksová (2013) poznamenává, že někteří autoři rozlišují mezi pojmem stárnutí a stáří. Stárnutí tito autoři vnímají jako proces biopsychosociálních změn, které

probíhají v čase. Tyto změny nezvratně vedou k zániku organismu, tedy ke smrti. Stáří je pak označen výsledný stav, který tímto procesem vznikl.

Pichaud (in Dvořáčková, 2012) popisuje, že stáří je obdobím, kdy se výrazně mění dosavadní způsob života. Z produktivního života člověk pomalu přechází do období poklidného stáří. Ubývá síla, zpomaluje se životní tempo, zhoršuje se zdravotní stav i např. ekonomická situace. Sociální situace se také mění. Odchod partnera a vrstevníků je velmi těžkou životní změnou. Senioři se cítí zbyteční a nevyužití, což může vést až k sociální izolaci.

Za starého je obvykle označován člověk, jehož věk je 75 let, přestože za rané stáří je již považován věk 60 nebo 65 let. V užším smyslu slova lze za seniora považovat člověka, který pro své věkové zvláštnosti, křehkost a specifická rizika využívá výhod geriatrického režimu (Brzáková Beksová, 2013).

Na stáří lze pohlížet z více hledisek a jednotliví autoři uvádějí různá kritéria. Jednou z možností, jak hodnotit stáří, jsou kritéria biologická, sociální a kalendářní:

Biologické stáří, které je dle Mühlpachra (2004, str. 19) stanoveno jako určitá úroveň involučních změn, které se pojí se změnami ovlivněnými nemocemi, jejichž výskyt je typický pro vyšší věk. Snahy o vymezení biologického stáří jsou velmi těžko realizovatelné. To snižuje kvalitu výzkumu, neboť jedinci téhož kalendářního věku vykazují různou míru involučních změn a fyzické zdatnosti.

Sociálním stáří je určeno souborem sociálních změn, charakteristických znevýhodnění a životních situací typických pro období stáří. Dovršení věku či odchod do penze, kdy vzniká nárok na starobní důchod (Čevela, Kalvach, Čeledová, 2012).

Kalendářní stáří, nazývané též chronologické, udává, kolik je člověku reálně let. Kalendářní vymezení ovšem nelze považovat za spolehlivé určení, neboť, jak již bylo řečeno, nemusí odpovídat jiným funkčním údajům např. fyzickým změnám (Stuart-Hamilton, 1999, str. 19).

Dle Příhody (in Šimíčková-Čížková a kol., 2010) je poslední fáze ontogeneze lidské psychiky senium. Toto období dělí do tří fází:

- senesce od 60 do 75 let
- kmetství od 75 do 90 let
- patriarchium od 90 let

Zavázalová (in Čeledová a kol., 2012) uvádí jiné dělení:

- mladí senioři (young-old) 65-74 let

- staří senioři (old-old) 75-84 let
- velmi staří senioři (oldest-old) 85 let a více

Šimíčková-Čížková a kol. (2010) přibližuje ve své publikaci také termín gerontopsychologie (gerontologická psychologie). Jde o interdisciplinární vědu, která je součástí vývojové psychologie. Zabývá se psychickými změnami v průběhu stárnutí a stáří. Problematika není zkoumána odděleně od dalších fází vývoje osobnosti, ale tvoří poslední část ontogeneze psychiky člověka. Gerontopsychologie se hlouběji zabývá stárnutím po stránce duševní, tedy z pohledu psychických funkcí v jejich interakci s funkcemi biologickými a sociálními. Pozoruje člověka ze stránky biologické, fyziologické, patologické, sociální i sociálně-psychologické. Cílem gerontopsychologie je najít cestu, jak udržet duševní zdraví stárnoucího člověka a jak připravit člověka na nenávratné změny, které ho čekají. Tuto cestu hledá ve spolupráci s vědami biologickými a sociálními.

Zahraniční autor doplňuje, že gerontopsychologie je psychologie stáří i stárnutí. Zabývá se nejen specifickými podmínkami chování seniorů ve srovnání s mladší generací, ale zkoumá i podmínky vývoje stáří a z toho vyvozuje možnosti intervenčních opatření (Oswald, Gatterer, Ulrich, 2008).

Dle Bovenberga a kol. (2010) je zajímavé nahlédnout na problematiku stáří z pozice demografie. Rozumí se zde růst počtu a podílu seniorů v rámci populace, kde je populace určena hraničním věkem 65 a více let. Z tohoto hlediska se dozvídáme, že v Evropě dochází ke stárnutí populace mnohem rychleji než na jiných světadílech. Předpokládá se tedy, že Evropa zřejmě zaujme vedoucí postavení ve vytváření sociálních inovací a změn. Ty by měly být zaměřeny na vytváření vhodných politických změn pro úspěšné stárnutí občanů.

2.2 Tělesné změny

Dle Sýkorové, Chytila (2004) *„je zdraví důležitou podmínkou soběstačnosti, autonomie seniorů. Zdravotní stav a stupeň soběstačnosti představují faktory, které významně determinují životní způsob ve stáří a potažmo tak i stupeň integrace seniorů do společnosti.“*

Obecně panuje rozšířená představa, že většina seniorů nedisponuje potenciálem zdraví, ba naopak, že většina z nich je nemocná, má vratké zdraví a trpí častými úrazy. V důsledku těchto faktorů pak nemohou provádět běžné aktivity a celkově se tak snižuje jejich kvalita života. I přesto, že stáří a nemoc jsou brány za synonyma, není tomu vždy tak a tato informace patří k předsudkům a stereotypům o stáří. Je samozřejmě pravdou, že

s přibývajícím věkem dochází k častějším zdravotním problémům a je u seniora objektivně diagnostikováno více nemocí. Přesto však můžeme tvrdit, že mnoho lidí starších 65 let se nadále těší z výborného zdraví.

Nejvíce používanou a zřejmě i nejrozšířenější definicí zdraví je upravená definice Světové zdravotnické organizace (WHO), která popisuje zdraví jako stav úplné tělesné, duševní, sociální a spirituální pohody. Tato definice sice vystihuje všechny podstatné oblasti a jejich jednotu, nevystihuje však dynamiku procesu zdraví. Bývá někdy zpochybňována jako nereálné a nedosažitelné hledisko, a to zejména u seniorů. Wolf (in Sýkorová, Chytil, 2004) vytvořil parafrázi již zmiňované definice WHO takto: „*Zdraví je harmonicky vyvážený tělesný i duševní stav člověka, provázený pocitem spokojenosti, v němž je člověk subjektivně bez obtíží a objektivně bez lékařského nálezu.*“ S Wolfovou definicí se z pohledu seniorů můžeme lépe ztotožnit. A to zejména s první částí, která hovoří o subjektivním pocitu spokojenosti, který je velmi důležitý. Druhá část této definice ovšem seniorskému věku tolik neodpovídá, neboť nereflexuje tzv. biologické stárnutí.

Biologické stárnutí se projevuje mj. oslabením a zpomalením většiny regulativních funkcí, sníženou tvorbou nebo změnou různých humorálních regulačních působků (např. hormonů), změnou imunitního systému (zejména pokles imunity), snížením citlivosti receptorů, zpomalením psychomotorického tempa, zhoršeným vnímáním (zrak, sluch, čich, chuť), úbytkem aktivní tělesné svalové hmoty a poklesem svalové síly, úbytkem kostní hmoty, množením tuku, zhoršením struktur a funkcí jednotlivých orgánů, snížením průtoku krve důležitými orgány atd. Je tedy patrné, že vymezit pojem „zdraví ve stáří“ a „výborné zdraví“ je úkol nelehký. Vystihnout všechny fyzické změny tak, jak je třeba vzhledem k seniorskému věku, bývá velmi složité (Sýkorová, Chytil, 2004).

Špatenková, Smékalová (2015) uvádějí, že změny u seniorů se především projevují v odolnosti vůči nepříznivým a rušivým vlivům, úbytkem energie a snižováním senzorické kapacity.

U zraku jsou patrné změny ve zrakové ostrosti. Příčinou bývá ztráta pružnosti čočky. Tento nedostatek lze ovšem řešit brýlemi či operativně. Je zhoršeno vidění za šera a ve tmě, dochází i ke změnám ve vnímání barev. S přibývajícím věkem se také mění vnímání intenzity světla a rychlosti.

V oblasti sluchu následuje pomalý, ale trvalý pokles. Nejprve se zhoršuje slyšitelnost zvuků s vysokou frekvencí, postupně může docházet i ke zhoršení v rozlišování některých hlásek, což může zapříčinit neschopnost vnímat mluvenou řeč.

Volní a mimovolní pohybová aktivita člověka také podléhá změnám. Nejvýznamnější je ubývání rychlostí pohybů a zpomalení psychomotorického tempa. To se projevuje nejen na motorické úrovni (celkové zpomalení, zpomalení chůze, zpomalení jemné motoriky), ale také na úrovni psychické (zhoršení vybavování, zpomalené tempo myšlení atd.). Dochází k prodloužení doby, kdy následuje reakce na podnět. To způsobují změny v centrální nervové soustavě. Staří lidé mohou mít také problémy s mobilitou (zhoršená pohyblivost). Začínají se objevovat i chronické potíže, které mohou později ovlivňovat kvalitu života ve stáří.

Sýkorová, Chytil (2004) dále doplňují, že fyzické problémy, o kterých senioři často mluví, nejsou příliš překvapivé. Staří lidé si stěžují na kardiovaskulární nemoci (stavy po infarktu, myokardu, ischemická choroba srdeční, hypertenze, cévní mozkové příhody), nemoci pohybového ústrojí (osteoporóza, artróza, vertebrogenní syndromy), nemoci endokrinní (např. diabetes mellitus), nemoci respirační (bronchiální astma, tuberkulóza aj.), nemoci trávicího ústrojí (žaludeční vředy, obstrukce), poruchy smyslových orgánů, poruchy močového ústrojí, ale i úrazy.

Vágnerová (2007) uvádí, že *„tělesné změny závisí na interakci dědičných předpokladů a důsledků různých exogenních vlivů, které se v průběhu života stárnoucího člověka postupně nakumulovaly.“*

Genetické dispozice jsou jednou z příčin interindividuálních rozdílů. Obecně lze říci, že každý člověk má předem v genetické výbavě zakódovaný počátek, průběh i pravděpodobnou délku života. To je základem tzv. primárního stárnutí. Dědičnost je však pouze jedním z faktorů, který ovlivňuje stárnutí. Dalšími faktory jsou vnější vlivy, na nichž závisí, do jaké míry se člověk přiblíží předpokládané maximální délce svého života. Jejich působení vede k tzv. sekundárně podmíněnému stárnutí. Exogenní vlivy ovlivňují fungování orgánů či celého organismu po celý život. Dá se tedy očekávat, že vše, co se na organismu podepsalo během předešlého vývoje, bude ve stáří projevováno. Stav organismu tedy závisí na všech vnějších vlivech v našem životě a na genetické dispozici (Vágnerová, 2007).

Dle Gergena a Gergenové (in Gubrium, Holstein 2003, str. 220) vyjadřuje mnoho lidí skepsi v souvislosti s konceptem úspěšného stárnutí, neboť se domnívají, že je závislé na přítomnosti dvou důležitých hodnot – na finančních možnostech a právě dobrém zdraví. Autoři však namítají, že pojem „dobré zdraví“ může být vnímán různě, a jednak především fyzický stav sám o sobě nemusí být vždy v souvislosti s úspěšným stárnutím tím nejdůležitějším kritériem. Naopak však vyzdvihují širší společenský kontext, zázemí v rodině a mezi blízkými i dosažené vzdělání během života.

2.3 Psychické změny

Ve vyšším věku dochází také k různým psychickým změnám, nemusí to však být úplně vždy pravidlem. Přesto často dojde k celkovému zpomalení psychických procesů, zhoršuje se pozornost i pamětní funkce, dochází k poklesu fluidní inteligence (krystalická inteligence se naopak příliš nemění). Často také dochází k osobnostním změnám.

Paměť se v hodně případech mění z mechanické na logickou. Ke zhoršení paměti dochází výrazně v období od 70 do 90 let. Zapamatování nových informací je pro seniory těžké, naproti tomu pamatování starých obsahů jim nečiní takový problém (Špatenková, Smékalová, 2015).

Dle Langmeiera a Krejčířové (2013) se dále v rámci psychických změn projevuje pokles inteligence. Inteligence měřená běžnými testy inteligence je u 75 letého muže, který dosahuje ve Weschlerově testu pro dospělé (WAIS) průměrné inteligence a má tedy podle definice IQ 100, odpovídá v tomto věku svou výkonností mladému dospělému s IQ 76. Pokud by měl nadprůměrnou inteligenci s IQ 130, pak jeho výkonnostní kvocient bude 112. Nejrůznější studie však dokazují, že takovéto testy nejsou zcela přesné, neboť různé kognitivní schopnosti se s věkem mohou měnit rozdílně. Nelze tedy usuzovat pouze z nich.

Pokud jde o pozornost, zhoršuje se zejména rozsah a schopnost přenášet pozornost z jednoho objektu na druhý. Je snížena schopnost delšího soustředění i vnímání. Některé vlastnosti pozornosti se s věkem mění více, jiné méně. Stálost pozornosti například nepodléhá takovým změnám jako rozsah pozornosti, který se věkem zmenšuje.

Vnímání je základním procesem, díky kterému přijímáme, vybíráme a zpracováváme informace za pomoci smyslových orgánů. V každém věku je vnímání ovlivněno dosavadními zkušenostmi, probíhající momentální činností a zaměřeností člověka. Samozřejmě vnímání ovlivňují i změny ve smyslových orgánech. Vnímání starších ovšem může být přesnější, jelikož mohou zúročit své zkušenosti.

V rámci psychických změn dochází ke změně tvořivosti (kreativity), která je často spojována s inteligencí. Je to schopnost inovovat, vynalézat a uspořádat jevy do nových objektů tak, aby jejich krása a hodnota rostla. Dříve se více autorů domnívalo, že tvořivost klesá v určitém věku. Dnes však víme, že tvořivost může, ale nemusí být ovlivněna věkem, že není omezena na určité období a léta profesní činnosti. Kreativita souvisí s funkcí pravé mozkové hemisféry. Zhoršení kreativity, fantazie, asociačního myšlení, zrakově-prostorových schopností atd. souvisí právě s touto oblastí. Funkce pravé mozkové hemisféry se ovšem může vzhledem k věku zhoršit, což může ovlivnit právě tyto schopnosti.

S přibývajícím věkem také pomalu vzrůstá kognitivní rigidita, která se projevuje nechtí k novým postupům. Staří lidé často chtějí setrávat u zafixovaných stereotypů a nechtějí příliš akceptovat změny (Špatenková, Smékalová, 2015).

Jedlička (in Dvořáčková, 2012) uvádí charakteristické rysy, které se dle autora odrážejí v psychice seniorů.

- *„Psychické změny sestupné povahy - pokles elánu, vitality, zpomalení psychomotorického tempa, snížení výbavnosti, vstřípivosti a pozornosti, snížení schopnosti navazovat a udržovat vztahy.*
- *Psychické změny vzestupné povahy - zvýšená tolerance k druhým, zvýšení vytrvalosti, trpělivosti.*
- *Psychické funkce, které se s věkem nemění- např. jazykové znalosti, intelekt, slovní zásoba.“*

2.4 Emoční změny ve stáří

Afektivní prožívání nabývá během stáří jiné kvality než dosud. Prožívání v citové oblasti se většinou stává méně bezprostředním a snižuje se také intenzita emocí. Člověk se již tak lehce nenadchne pro nové věci, ale spíše dokáže hodnotit situace klidněji a racionálněji. S věkem klesá „neuroticismus“, člověk je emočně stabilnější, ale bývá i lhostejnější k vnějšímu světu.

Tato skutečnost může znamenat větší klid a trpělivost, ale někdy také nezáměr a apatii. V této oblasti velmi záleží na hodnotové orientaci každého jedince. Pro mnoho lidí může být delší život příležitostí, aby přehodnotili svůj dosavadní život a porozuměli smyslu svého jednání. Takováto životní moudrost je ovšem založena na celkové integritě osobnosti a není tedy zdaleka dosahována u všech lidí staršího věku.

V počátcích seniorského věku bývá ještě patrná výrazná potřeba seberealizace a potřeba být užitečný druhým. Později vystupuje spíše potřeba emočního zakotvení a pozitivního přijetí v kruhu nejbližších. V pokročilém stáří je patrný snížený zájem o vnější svět. Zvyšuje se zájem o sebe a své potřeby. Vnímání svých problémů jako těch nejdůležitějších může způsobit zhoršenou schopnost soužití s vrstevníky. Základním cílem pečovatelských domovů pro seniory by tedy mělo být vyvedení seniorů z jejich sebestřednosti a překonání pocitu samoty. Někteří staří lidé prožívají pocit samoty i přesto, že žijí ve skupině vrstevníků. Jiní senioři jsou izolováni z důvodu nemoci, imobility, změněného bydliště, ztráty

partnera atd. Citové strádání tedy můžeme nalézt na místech, kde bychom to nečekali (Krejčířová, Langmeier, 2013).

Šimíčková-Čížková a kol. (2010) dále uvádí, že stárnutí tkání nervové soustavy vede ke snížení odolnosti vůči zátěžovým situacím. Mladý člověk má frustrační toleranci vyšší, jelikož má silnější nervovou soustavu a také i kvůli perspektivám, které mu budoucnost nabízí. Citová labilita u starých osob se tedy vysvětluje změnami ve fyziologii a ztrátou orientace na budoucnost. Citová labilita nemusí být dle autorky hlavním znakem stárnutí. Je dokázáno, že mnoho seniorů projevuje citovou vyrovnanost. Pokud se citová labilita u seniora projevuje, může být jejím důsledkem snížené sebehodnocení. To může pramenit z nástupu do penze. Odchod ze zaměstnání a ztráta sociálních vztahů může mít negativní dopad na duševní i fyzické funkce seniora. Ale i zde platí, že psychické obtíže vyvolané odchodem ze zaměstnání a změnou (ztrátou) sociálních vazeb se nemusí projevit zákonitě u všech osob staršího věku stejně. Snížené sebevědomí, spojené se změnou pracovní aktivity, může důchodce vyvážit osobní svobodou a aktivitami (koníčky), které dříve zanedbával.

2.5 Změny v osobnosti seniora

Krejčířová, Langmeier (2013) se domnívají, že „*se osobnost starého člověka jistě i ve stáří ještě dále vyvíjí. Empirické studie například ukazují, že se lidé s věkem stávají spíše introvertnějšími. Míra extroverze přitom zřejmě klesá výrazněji u mužů, kteří ovšem v mládí byli v průměru otevřenější a více zaměřeni navenek než ženy. Rozdíly pohlaví tedy mají tendenci se s věkem v tomto ohledu spíše vyrovnávat. Původní struktura osobnosti se však u většiny lidí příliš nemění – relativní míra extroverze, neuroticismu i dalších osobnostních vlastností zůstává ve srovnání s vrstevníky přibližně ve stejné pozici.*“

Jiný autor dále zmiňuje, že vlastnosti, které tvoří osobnost, jsou sice ustálené v počátku dospělosti, to ovšem neznamená, že jejich vývoj nadále nepokračuje. Ve stáří se mohou začít projevovat vlastnosti, které dokázal jedinec v období dospělosti tlumit či projevovat přijatelně pro okolí. Např. šetrivost se mění v lakotu, pořádkumilovnost v perfekcionalismus, nedůvěřivost v izolaci, pomalost v pasivitu, energičnost ve výbušnost aj. (Šimíčková-Čížková a kol., 2010).

Příhoda (in Šimíčková-Čížková, 2010) považuje za typické vlastnosti gerontů např. panovačnost, vztahovačnost, ješitnost, náladovost, mrzoutství, popudlivost, svéhlavost. U starých lidí ale také nalézáme vážnost, obezřetnost, prozíravost, umírněnost, klid a rozvahu. Považujeme-li člověka za individualitu, zůstává individualitou i ve stáří, pouze bude jeho

jedinečnost zřejmě výraznější. Často se můžeme setkat s nepříznivými úsudky, pokud jde o osobnost seniorů. Tato skutečnost je však vzhledem k seniorům nespravedlivá. Jediný experimentálně prokazatelný osobnostní rys většiny seniorů je zesílení koncentrace na vlastní osobu (egocentrismus). Tento jev můžeme vysvětlit větší introvertností gerontů, která pramení z úbytku společenských i intelektuálních podnětů. Jestliže je senior posuzován většinou jen negativně, může spíše jít o nechápající prostředí a o zveličování projevů člověka, který potřebuje jen více péče a porozumění. Přesnější charakteristika osobnostních změn je stejně jako ve všech ostatních kritériích velmi obtížná. Ve stáří se více projeví hodnoty, které jedinec za života uznával. Dále se projeví, jak úspěšně či neúspěšně probíhala jeho celoživotní socializace a jak zvládl krize během svého života.

2.6 Socializace seniorů

Dle Vágnerové (2007) „v období stáří dochází k postupné diferenciované proměně či redukci různých sociálních dovedností, kterou lze v krajním případě chápat i jako proces desocializace. Tento proces má individuálně specifický průběh a může být nápadnější až v pozdním stáří.“

Situace, kterou autorka popisuje, vyplývá ze změn v životě seniorů. Tyto změny mají také vliv na sociální kompetence. S odchodem do důchodu přichází větší izolace od společenského dění. Život seniorů tak probíhá nejvíce v rodině a ve vlastním soukromí. V průběhu stáří narůstá počet seniorů, kteří nepřekračují hranice rodiny a zůstávají stále v okolí svého domova. I vzhledem k tomu se snižují nároky na sociální orientaci a chování ve společnosti. Dochází až ke stagnaci a úpadku sociálních dovedností a návyků, neboť je již senioři nepotřebují. Změna životní situace, např. nutnost odejít z vlastní domácnosti ke svým dětem či do instituce pro seniory, od těchto lidí vyžaduje osvojit si nové způsoby chování, které by byly za daných situací prospěšné a potřebné. Dost často se senioři situují do role pasivního a submisivního člověka závislého na druhých. Takový člověk využívá péče, která může být až nadbytečná. Vlivem různých faktorů péče může být manipulován svým okolím a na jeho názor se nebere zřetel nebo je dokonce považován za nežádoucí (Vágnerová, 2007).

Senioři prožívají své stáří v několika sociálních skupinách:

- rodina - ta je nejvýznamnější sociální skupinou. Zahrnuje kontakt s nejbližším partnerem a kontakt s rodinami dětí, sourozenců atd.
- přátelé a známí ze sousedství - do této skupiny patří i lidé, s kterými senioři sdílejí nějaké aktivity. Tato skupina představuje možnost dalších vztahů, které mohou být

i hlubší. Mohou mít velký kompenzační význam, zejména pokud rodina neplní svou základní funkci nebo neexistuje. Geront si může v rámci těchto kontaktů udržet mnohé sociální kompetence, které v rámci rodiny nevyužívá a tudíž je ani nepotřebuje.

- společenství v rámci nějaké instituce - zde můžeme hovořit o LDN, domově důchodců atd. Tyto instituce umožňují lidem sdílet totéž teritorium a určitý styl života. I zde se mohou vytvořit hluboké vazby.

Gergen a Gergenová (in Gubrium, Holstein, 2003, str. 207) také souhlasí s názorem, že mezilidské vztahy jsou spolu se zdravím dvěma klíčovými hodnotami, jejichž význam je u seniorů silně zdůrazňován, vztahy jsou tak jedním z ústředních životních témat ve stáří. Paleta sociálních kontaktů může přitom zahrnovat okruh od blízkých vazeb s partnerem a dětmi, širší rodinou, přes kontakty se sousedy a přáteli až po vzdálenější známé.

Krejčířová, Langmeier (2013) také uvádějí, že z hlediska vývojové psychologie se člověk v počátcích a konečném období svého života v oblasti socializace ve společnosti angažuje jen nepatrně. Role, které jsou v těchto obdobích lidem připisovány, jsou spíše expresivní (společensko-citové) než instrumentální (výkonové). Vyznačují se malým rozsahem, malou diferencovaností a intenzitou. Od starých lidí se velmi často očekává (stejně jako od dětí), že budou sledovat jen vlastní uspokojení, budou usilovat o to, aby je okolí chápalo, a v nepatrné míře na sebe budou brát povinnosti. Úspěch stárnutí spočívá v tom, že starý člověk dobrovolně přijímá sociální neangažovanost a postupně se vzdává náročných úkolů a společenských funkcí. Staří lidé jsou tak nahrazováni ve významných činnostech mladšími. Společnost se tím obnovuje a vyvíjí. Tento pohled je ovšem nejen nespravedlivý, ale není ani potvrzován výsledky empirických vývojově psychologických a sociologických studií. Lidský život nelze takto zjednodušeně hodnotit, zdůrazňuje Ch. Bühlerová (in Krejčířová, Langmeier, 2013).

Tato autorka dále uvádí: „*Člověk zůstává za nepříznivých podmínek vždy součástí své skupiny a může i má přispívat k její integritě, i když se jeho úkoly mění.*“

Krejčířová, Langmeier (2013) tvrdí, že staří lidé mohou i nadále ke společnému vývoji přispívat, a to zcela jedinečným způsobem nejen vzhledem ke svým zkušenostem, ale i pro jejich schopnost hodnocení společenských událostí se širší perspektivou, než kterou má mladší generace. Co se týká pracovní aktivity, zůstává mnoho lidí až do vysokého věku plně aktivní ve svém povolání, jiní přejímají jiné úkoly, které jsou odlišné, ale neméně důležité. Může se ovšem stát, že někteří selžou, protože stále lpí na činnostech, pro které jim již chybějí síly.

Co se týká vztahů, ty se sice mění, ale nikdy docela nezanikají. Většina starých lidí si také zachovává pouto k manželovi či manželce, ke svým dětem, k přátelům a sousedům (jak již bylo uvedeno). Je velmi důležité, aby se starý člověk snažil o navazování nových vztahů a soustředil se na své záliby, neboť je nevyhnutelný odchod blízkých osob a vrstevníků, s kterým se musí vypořádat (Krejčířová, Langmeier, 2013).

Vztahy partnerské a manželské jsou ovlivněny dlouholetým soužitím a změnami, které vyplývají z postupného stárnutí. Vztah mezi staršími manželi bývá stabilizovaný. Nedochází v něm k výkyvům, ale přesto se do určité míry mění. U lidí nad 60 let zejména v pozitivním směru. Spokojenost v manželství má lehce stoupající tendenci, i přesto, že to na sobě partneri nedávají tak znát. Spokojenost pramení z pocitu většího uspokojení ze společného života a ze snížení četnosti konfliktů. Také z toho, že si senioři uvědomují význam partnera a hodnotu společného života, nad kterou začnou více přemýšlet až počátkem stáří. Senioři jsou v manželství také spokojenější proto, že již tolik neočekávají. Jsou realističtější než dříve. I jejich reakce na situace mají stejný průběh, který se během let zafixoval, a tak jsou předvídatelnější pro partnera. Problémy, které se ve vztahu objeví, považují geronti za méně závažné než lidé mladší generace. U párů, které jsou spokojené, se objevuje trend k eliminaci genderových rozdílů v partnerském chování, který se běžně objevuje u mladých párů. Na druhé straně jsou samozřejmě manželské páry, které nejsou spokojené. Výsledky výzkumů dokazují, že tyto páry se spolu naučili žít tak, aby zbytečně nevyvolávali konflikty a vyhnuli se jejich nárůstu. Naučili se nevnímat negativní ve vztahu a reagují lhostejností. Žijí s partnerem, ale nikoli v partnerství. Ke zhoršení manželského soužití může dojít vlivem nemoci nebo většího úbytku psychických schopností, tedy vlivem změny osobnosti partnera (Vágnerová, 2007).

Většina dnešních myšlenek, koncepcí a programů zaměřených na úspěšné stárnutí a posilování kvality života klade důraz na udržení dostatečné aktivity lidí vysokého věku. Nečinnost je dnes chápána jako patologie po tělesné, psychické i sociální stránce. Negativní důsledky nečinnosti či podnětné a emoční deprivace jsou přitom ve stáří daleko závažnější než v mladším věku. Vedou k rychlejšímu nástupu a urychlení involučních změn. Výzkumy prokazatelně dokazují, že při přiměřené aktivizaci dosahují mnozí senioři v testech vrozené inteligence výkonů plně srovnatelných s výkony mnoha mladých. A to může jít jen o krátký trénink pružnosti myšlení či řešení nových problémů.

Aktivizační programy pro seniory jsou rozvíjeny úspěšně jak ve formě prevence, tak na léčebné bázi (jako vlastní terapie i jako forma sekundární prevence). Aktivizační programy jsou často zařazovány i do komplexní psychoterapeutické intervence u osob s poruchou

adaptace. Snaha o aktivizaci těchto lidí však musí plně respektovat individuální možnosti i přání každého. Základním prvkem je nalézt motivaci pro vytvoření krátkodobých i dlouhodobých cílů, umožnit seniorům prožít zážitky z úspěchu a posilovat jejich sebeúctu. Mohou ovšem nastat situace, kdy dochází až k charakteru týrání u nadměrné aktivizace starých lidí, a to zejména v ústavních podmínkách. V běžné praxi jsou ale případy spíše opačné. Dochází k nedostatečné příležitosti k aktivitám až k podnětné deprivaci (Krejčířová, Langmeier, 2013).

Jedním z nejvýznamnějších faktorů, který zásadně ovlivňuje socializaci seniorů a byla již zde o něm také zmínka, je odchod seniora do důchodu. Odchod, jak tvrdí Vágnerová (2007), znamená ztrátu profesní role a s ní spojenou společenskou prestiž. Tato změna způsobuje zásadní změnu v dosavadním systému všech rolí. Navíc má nová role důchodce pro společnost nižší sociální status a nižší privilegia. V naší zemi je stále výhodou, pokud člověk nemusí chodit pravidelně do práce a dostává například důchod. Tato výsada je ovšem na druhé straně často spojována s nižším hodnocením starších občanů, které společnost posuzuje na základě jejich aktuálního přínosu a ne na základě toho, co již dokázali a vykonali dříve. Základním znakem produktivního dospělého věku je zaměstnání a z něho vyplývající ekonomická nezávislost. Důchod je vnímán jako jasný signál přechodu ze středního věku do stáří. Je potvrzením ztráty výkonnosti a s ní související společenské užitečnosti. Náзор na dobu, kdy by bylo vhodné odejít do důchodu, závisí na komplexu různých faktorů. Mezi ně patří věk, vzdělání, zdravotní stav, pohlaví, socioekonomická úroveň atd.

„Období důchodu může být chápáno jako doba, která nemá jasně vymezený obsah a obecně platný smysl. (Individuální smysl mít samozřejmě může, ale člověk si ho musí nalézt.) Z hlediska společnosti splnil senior jeden vývojový úkol, a když ho společnost nepotřebuje, má právo rozhodovat o svém soukromém životě podle svého přání“ (Vágnerová, 2007).

2.7 Umírání a smrt

„Umění umírat je podmínkou správného života. Učit se žít a umět umírat je totéž“ (Jaspers in Křivohlavý, 2002).

K životu neodlučitelně patří konečné (terminální) stádium, které je již často považováno za součást smrti, přestože je stále funkční částí života. Někteří autoři ovšem vnímají pojem terminální stádium jako synonymum k umírání. Téma umírání je v naší společnosti stále tabuizováno. Většina z nás se obává o umírání mluvit a při rozhovoru

s umírajícím se snaží dávat (falešné) naděje o zlepšení situace. Tím, že popíráme fakt umírání druhého člověka, popíráme i vlastní odchod, který nás také jednou čeká. Je pravda, že někteří lidé, pro které je těžké smířit se se smrtí, hledají jakoukoli naději, i třeba falešnou. Dokonce si mohou sami falešné naděje vytvářet ve své hlavě. Většina starých lidí si je ale vědoma své situace a je smířena se skutečností smrti. Tito lidé touží po pravdivosti v rozhovoru o jejich stavu, kterého se jim ale často nedostává. Neschopnost lidí mluvit s umírajícími je jen dokladem toho, že terminální stádium nemá v dnešní době příliš velkou hodnotu a stojí za úvahu přemýšlet, zda má tedy pro dnešní společnost hodnotu i sám umírající člověk. Tato situace však nebyla vždy taková a je dokladem zaměřenosti dnešní doby na průmysl, výkon, mladost, krásu a dokonalost. Smrt a zrození bylo dříve chápáno jako přirozená součást životního cyklu. Děti se seznamovaly automaticky s těmito fakty, které jsou dnes vytlačeny na okraj společnosti do neosobních ústavních míst a mimo okruh rodiny. Vytlačení umírání a smrti ovšem neodstraní jejich realitu (Krejčířová, Langmeier, 2013).

Křivohlavý (2002) doplňuje, že se setkáváme s dvěma přístupy ke smrti. Jednou z možností je, že se smrt bagatelizuje a není jí přikládán žádný význam. Druhou bývá fakt, že smrt a umírání je vnímáno jako monstrum, hrůznost, která musí být skryta. Pak samozřejmě panují obecně platné informace, které nejsou zkreslené a jsou všem známé. Jde například o fakt, že každý člověk je smrtelný, tedy že mu hrozí zánik.

Yalom (in Kupka, 2014) uvádí: „*Člověk velmi těžko přijímá, že když přijde na stárnutí a umírání, tak jeho přání, jeho vůle s tím nemají vůbec nic společného. Přijmout vlastní smrt znamená podívat se na řadu obtížně uchopitelných faktů: můj život jednou opravdu skončí, svět zůstane i po mé smrti, jsem jeden z mnoha, vesmír neuznává mou výlučnost, a navíc to nemohu nijak ovlivnit.*“

Každý člověk reaguje na smrt jinak. Jediné, co je jisté, že většina lidí, která ví o svém odchodu, bude prožívat svůj konec s výraznými emocemi. Na smrt reagujeme dle temperamentových charakteristik, osobnostních rozdílů, ale i životní zkušeností a momentálního rozpoložení. Rozličné množství reakcí na tak závažnou situaci je ovlivněno mnohým kolem nás a v nás. Je jisté, že na takovou zprávu není možné se připravit, i když o ní víme celý život.

Hašková (in Kupka, 2014) popisuje řadu zákonitostí, které dle studií umírající prožívají:

- Více se soustředí na vlastní prožívání, vlastní nitro, což se projevuje jako vzdalování se od vnějšího světa.
- Klesá zájem o jiné lidi, noviny, televizi, knihy apod.

- Nemusí vždy stát o návštěvy vzdálenějších příbuzných a známých.
- Chce mít u sebe jen své nejbližší.
- Často hodně spí, nebo naopak stále bdí.
- Někdy chce být sám.

Pravdivý jev týkající se umírání popisuje stejná autorka dále. Tímto jevem je předsmrtná euforie. Jde o stav, při kterém se umírající pacient jakoby „naposledy nadechne“ a znovu nabude sil. Tato situace bývá typický pár dní před koncem života. Dochází k rozkvětu všech sil. Umírající je bdělý, plný života, dobře slyší, odpovídá na otázky a sám je klade, vyslovuje různá přání, může mít potřebu posadit se či vstát. Je to jakoby symbolické rozloučení s plným životem. Je dobré, pokud jsou v posledních dnech života umírajícího člověka v blízkosti jeho nejbližší.

Jako poslední bych zde ráda uvedla vnímání smrti a umírání dle Kubler-Rossové (in Šimíčková-Čížková a kol., 2010). Tato autorka zdůrazňuje velký význam v tom, aby umírající lidé byli obklopeni pocitem lásky a sounáležitosti. Za velmi důležité vnímá i to, aby proces smíření se smrtí u pozůstalých nezanechával dramatické stopy (deprese, výrazné snížení imunitního systému atd.) Tato autorka popsala jednotlivá stádia umírání. I přesto, že ne všem umírajícím se podaří projít všemi těmito stádii, je dle autorky důležité tyto stádia identifikovat. Poznání procesu umírání nám může pomoci pochopit pocity umírajícího člověka a naučit nás lépe o něho i pečovat.

Autorka dělí stádia umírání na:

- Popření a izolace

Všichni lidé dle autorky nejprve reagují na smrt stejně, a to odmítnutím této informace. Snad neexistuje člověk, který si hned připustí, že umírá. Člověk se přesvědčuje, že nemoc zvládne. A že určitě došlo k omylu lékařů. Intenzivní emoční zátěž těmito lidem pomůže překonat reakce organismu, který je donutí vše popřít. Nevýhodou popření je, že člověk může přestat dodržovat životosprávu, odmítat léčbu či odmítat komunikaci. Rodina se v tomto stádiu často snaží umírajícího pochopit a utěšit. Je dobré nemocného respektovat a počítat s variantou, že přes negaci může stát o kontakt a oporu.

- Zlost

Příčinou této fáze je frustrace nebo skutečnost, že ostatní se mohou ze svého života radovat dál a on ne. Umírající člověk může v tomto stádiu lpět na zanedbatelných detailech např. nedostatky v úklidu, nechutné jídlo, pozdní příchod atd. Zlost je téměř vždy součástí

umírání, ale neznamená, že by jedinec byl během života nešťastný. Zlost umírajícího nelze snadno zvládnout. Nemocný je přesvědčen, že má právo na život jako ostatní. Jestliže by umírající nemiloval svoji rodinu a blízké, odcházelo by se mu snadněji a lépe by se s faktem smířil. Snadněji se proto umírá lidem, kteří nemají již mnoho závazků a většina jejich blízkých je již po smrti.

- Smlouvání

Umírající se snaží o prodloužení života odkládáním smrti. Snaha o smlouvání může vzniknout z pocitu viny, že jsme něco neudělali nebo jsme to udělali špatně. Mnoho lidí před svým koncem usiluje o smíření se svými blízkými, přáteli, píše dopisy a domlouvají schůzky. Umírající mohou mít různá přání. Ta pro ně mohou znamenat naději na přežití.

- Deprese

Tato fáze je nejtypičtější u pacientů v terminálním stádiu onemocnění. Pro blízké je velmi těžko zvládnutelná. Pacient si začne uvědomovat, že ani lékař a ani zlost mu nepomůže a smrt je pro něj nevyhnutelná skutečnost. Člověk se také začne vyrovnávat s bolestnými ztrátami, např. neuvidí vyrůstat děti či vnoučata, nesplní vytýčené cíle, nenavštíví vše, co chtěl vidět, nevyužije penze atd. Osoba takto obklopená vlastním smutkem nemusí vnímat bolest druhých. V této fázi nemá smysl nutit umírajícího k vyrovnání se se smrtí. Obecně je dobré umožnit lidem v depresi projevit své emoce a vyjádřit jim podporu a blízkost.

- Přijetí (akceptace)

Osoba těsně před smrtí dojde k vědomí, že smrt je součást každého z nás a je možné se s ní vyrovnat. Někteří pociťují i vnitřní klid a vyrovnanost, vnitřní vítězství. Umírající se snaží v tomto stádiu vyjádřit podporu svým blízkým, kteří jsou dlouhodobě frustrováni. Často dochází k velmi emočně silným setkáním a člověk začne vnímat bolest, kterou prožívá jeho rodina. Umírající někdy zanechává vzkazy a doporučení pro své blízké, které mohou mít velkou hodnotu.

Stádia se mohou individuálně zaměřovat, mohou se objevit vícekrát nebo se nemusí objevit vůbec. Lze jen dodat, že smrt je vždy těžká pro blízké a samozřejmě pro samotnou umírající osobu. Všichni autoři se shodnou na tom, že se na smrt nedá připravit a vždy je bolestivá (Šimíčková-Čížková a kol., 2010).

„Smrt by měla být klidným přitakáním, láskyplným rozloučením se starými přáteli, se světem. Neměla by v ní být obsažena ani stopa tragédie.“

Osho

2.8 Význam smyslu života

V této podkapitole bych ráda krátce zmínila a rozvedla otázku, která se zamýšlí nad tím, co je vlastně smyslem života a co obsahuje pojem „význam smyslu života“. Tento pojem vnímám jako součást seniorského období, neboť se dovolím tvrdit, že téměř každý člověk důchodového věku bude intenzivněji vnímat smysl svého života a bude s odstupem času pohlížet na pozitivní a negativní věci ve svém životě. Bude svůj život hodnotit z nejrozličnějších hledisek a hledat v něm hlavní pilíře svého „já“.

„Slovem smysl se v neposlední řadě vyjadřuje celkové zaměření lidské existence – viz např. otázkou Stojí vůbec o něco takového usilovat? nebo Jaký smysl má takový život?“ (Křivohlavý, 2006).

Vymezení smyslu života pojímá každý autor s jistou odlišností. Reker (in Křivohlavý, 2006) říká, že existují dva druhy významu slova smysl (smysluplnost). Oba spolu však navzájem souvisí:

- **Implicitní smysl** (nevyslovený, obecně chápáný, všem srozumitelný smysl) je vnímán natolik automaticky, že se o něm blíže nemluví a mluvčí ho v dialogu více nerozvádí. Je předpokládáno, že posluchač chápe tento smysl stejně jako mluvčí. Týká se např. smyslu stárnutí, smyslu manželství, otcovství či rodičovství, ale také toho, co znamená být učitelem, starostou atd. Jde o přisuzování určitého významu událostem, věcem, které běžně potkáváme. Společnost se domnívá, že veškeré události i předměty mají svůj význam. Na každém člověku pak je, aby zjistil důležitost té či oné věci.
- **Existenciální smysl** je smyslem naší existence, smysluplnost našeho jednání a bytí. Tento smysl míří dále. Tam, kde jde o existenciální pojetí našeho bytí, tam jde o to pochopit, jak události v našem životě mezi sebou souvisí a jak zapadají do kontextu našeho života. Jakmile hovoříme o smysluplnosti bytí, jde nám o objevování a vytvoření náhledu na smysl naší existence. Tomuto vytváření napomáhá na jedné straně náš přirozený smysl pro účel a naše přirozená snaha chápat směr všeho dění. Na druhé straně náš smysl pro pořádek a řád existence světa.

Díky těmto dvěma pohledům se snažíme pochopit smysluplnost každé naší prožité situace a zkušenosti.

Dittman (in Křivohlavý, 2006) tvrdí, že je dobré odlišit dva významy slova smysl. Vymezuje:

- **Smysl jako ideu** – tento význam vyjadřuje ideu, která se s něčím pojí. Často s určitou událostí nebo zkušeností (nástup do školy, vstup do manželství, vstup do zaměstnání). Smysluplnost života je pak možné chápat jako interpretaci událostí a života jako celku. Hledání idey svého vlastního života.
- **Smysl jako cíl** – zde jde o cíle a motivy, které má člověk všude tam, kde jde o další život a životní událost. V tomto pojetí má smysl života podstatu v ujasnění si cílů a účelů, které člověk vlastně má, případně by měl mít v rámci svého života. Zamyšlení nad tím, co to vlastně znamená, žít svůj život smysluplně a naplněně (co dělat a o co se snažit × co nechat být).

Popielski (in Křivohlavý, 2006) uvádí k tomuto tématu dva pojmy. Tyto pojmy klasifikuje jako druhy smyslu života. První uvádí absolutní smysl života a druhý osobní smysl života. Absolutní smysl života ještě dále specifikuje na dva termíny: absolutizované hodnoty a absolutní hodnoty. Autor vnímá v těchto termínech velký rozdíl. Absolutní hodnota umožňuje člověku svobodně rozvíjet další hodnoty (např. pohled na náboženství). Absolutizovaná hodnota neumožňuje takovéto další rozvíjení hodnot. Jiní autoři tento typ hodnot vnímají jako to nejzazší, oč člověku v rámci jeho života jde. Jako osobní smysl života je popsán význam krátkodobých, každodenních snah, běžných každodenních cílů, kterých je nepřeberné množství. Absolutní hodnota života je jen jedna a sjednocuje (koordinuje) všechny ostatní cíle.

Kubátová (2010) souhlasí v některých oblastech s předešlými autory a stejně jako oni tvrdí, že smysl života odkazuje k hledání odpovědi na otázku, proč žijeme a jaký je smysl lidské existence. Smysl života bývá dle autorky často spojován s kvalitou života, se štěstím a spokojeností v životě.

Slezáčková (2012) propojuje smysl a smysluplnost života a uvádí: „*Otázka smysluplnosti života je velmi těsně spjata s otázkami motivace, hodnot, cílů a spirituality. V souvislosti s nimi se ptáme: O co se snažíme? Kam směřujeme? Co má pro nás cenu a význam? V co věříme? Obecně řečeno: Oč nám v životě jde? Na tyto otázky neexistuje jednoduchá a pro všechny platná odpověď.*“

Tato autorka si dále klade ve své publikaci otázku, zda souvisí smysluplnost se štěstím. Autorka se domnívá, že velmi úzce. Tvrdí, že většina autorů, kteří se zabývají problematikou štěstí a duševní pohody, se shoduje v tom, že vědomí smysluplnosti našeho konání nebo existence jako takové významně přispívá k pocitu lidského štěstí a spokojenosti. To však nemusí být zárukou. Většina teorií štěstí a pohody má společné to, že klíčem ke

spokojenému životu je harmonie a vyrovnanost v zastoupení všech základních složek života či dimenzí. Je dokázáno, že nelze vybudovat své životní štěstí pouze na jedné dílčí dimenzi, ale je třeba v průběhu celého života posilovat co nejvíce složek (dimenzí).

Objevení smysluplnosti života často úzce souvisí s těžkými životními situacemi či umíráním. Právě ve chvílích odvrácené tváře našeho bytí nejlépe poznáváme, co je hlavním smyslem našeho života a zda nechceme přehodnotit a změnit naše priority.

Baumeister (in Slezáčková, 2012) má za to, že můžeme lépe porozumět smysluplnosti života v kontextu čtyř hlavních potřeb smyslu:

- Potřeba účelu – tato potřeba je založena na tom, že současné události a aktivity nabývají významu skrze svoje spojení s budoucími událostmi. Účel tedy může mít podobu cílů nebo pocitů naplnění.
- Potřeba hodnot – ta propůjčuje životu pocit dobra a positivity. Hodnoty tak pomáhají lidem rozlišit, co je dobré a co špatné.
- Potřeba účinnosti – vychází z toho, že jsme schopni naší aktivitou něco změnit. Naše úsilí je k něčemu dobré a nevyzní do prázdna.
- Potřeba vědomí vlastní hodnoty – každý z nás jako lidská bytost má své kvality. Každý z nás má svoje přednosti. Je třeba zdravé uvědomění kvalit, které máme a můžeme nabídnout.

Lidé, kterým se podaří trvale uspokojovat výše uvedené potřeby, s větší pravděpodobností hodnotí svůj život jako velmi smysluplný.

Jiné autorky (Hudáková, Majerníková, 2013) v kontextu se stářím neuvádějí pojem smysl a smysluplnost života, ale tyto termíny nahrazují kvalitou života. Kvalitu života vnímají jako těžce objasnitelnou a složitě definovatelnou oblast. Kvalita lidského života závisí ve velké míře na zdravotním stavu, pocitu spokojenosti a mezilidských vztazích. Vzhledem k prudkému nárůstu populace seniorů se toto téma zaktualizovalo a dostalo se na přední řešená témata v oblasti psychologie stárnoucího člověka.

Kvalita života je podle Moraga (in Hudáková, Majerníková, 2013) definována jako: *„rozsah prožívání, jehož naděje a ambice zápasily se zkušenostmi, jako individuální vnímání její pozice v životě, vnímané v kontextu kulturního a hodnotového systému (vztah k jejím cílům a očekáváním), jako odhad týkající se současného stavu, postavený proti vlastním ideálům. Vždy jde o záležitost (věci, jevy), které lidé považují ve svém životě za důležité.“*

2.9 Smysl života a stáří

Náhled na smysl života u seniorů se může v některých aspektech odlišovat. Je samozřejmé, že dospělý člověk více řeší otázky týkající se toho, kam směřuje jeho život a co je smyslem jeho života. V seniorském věku se ovšem tyto otázky často prohlubují a život přestává být zaměřen na vnější věci a často více inklinuje k duchovnu a vnitřnímu naplnění. V České republice je např. oproti anglosaským zemím přikládáno daleko méně důležitosti péči o duchovní rozměry. Zde pouze nehovoříme o náboženském duchovním pohledu, ale o vnímání duchovní oblasti člověka jako všeho, co se netýká fyzické schránky osobnosti. Jde o neviditelnou aktivitu, kterou by měl společně se seniorem rozvíjet a sdílet rodinný příslušník či pečovatel. Tyto aktivity nejsou viditelné, přesto mají v období stáří obrovský význam. Osobní spiritualita jako zdroj naplnění vlastních duchovních potřeb může být cenným zdrojem síly v životním období, které s sebou nese mnohé fyzické, psychické a sociální ztráty. Jak již bylo uvedeno, duchovní potřeby nejsou specifikovány pouze na oblast věřících lidí. Není zaručeno, že věřící člověk bude nejružnější změny ve stáří zvládat lépe než člověk bez vyznání. Zde hraje roli mnoho faktorů. Je ovšem pravdou, že lidé, kteří mají dlouhodobě daný pevný duchovní cíl (vnitřní jistotu), bývají stabilnější v těžkých životních situacích a potažmo i ve stáří, které přináší také mnoho bolestí, než lidé bez duchovních jistot. Dle autorů akceptace duchovního rozměru osobnosti podmiňuje smysluplné doprovázení staršího člověka a měla by být automatickou součástí sociální, poradenské i vzdělávací práce zaměřené na seniory.

Se smyslem života gerontů také souvisí základní (stěžejní) duchovní potřeby. Neboť jak je známo, kvalitní a smysluplný život starších lidí bývá úzce spojen s naplněním jejich potřeb.

Koenig (in Štěpánková, Höschl, 2014) dělí tyto potřeby na:

- **Potřeba smyslu života a kontinuity životního příběhu**

Více si začneme uvědomovat smysl vlastního života v období bilancování, které je pro stáří charakteristické. Je to právě vědomí smyslu a životní úlohy, které se stávají kritickými v době zvýšeného výskytu potencionálních stresorů. Stárnoucí člověk, který zakouší smysl života a řád, dojde snáze k integritě a moudrosti, nežli k beznaději či zoufalství. Přítomnost víry a naděje ovlivňuje psychickou pohodu jedince.

„V hledání a nacházení smyslu života je základní životní síla člověka“ (Frankl in Štěpánková, Höschl, 2014).

- **Potřeba vědomí vlastní důstojnosti a hodnoty**

S uvědomováním a vědomím smyslu života souvisí způsob, jakým starší člověk vnímá sám sebe a svoji hodnotu. Stáří je období mnoha změn. Vyžaduje revizi doposud daných plánů, předsevzetí, očekávání. Dochází k přestavbě kognitivních i emočních základů. Vlastní důstojnost a hodnota je ovlivněna do velké míry zkušeností s tělesným chátráním, menší schopností samostatnosti a větší závislostí na druhých. Starý člověk může lehce nabýt pocitu, že je na posledním místě, bezcenný a nepotřebný. Pokud k němu jeho okolí navíc nepřistupuje s tolerancí, laskavostí a osobním přístupem, dochází k prohloubení těchto pocitů. Zde vnitřní spiritualita plní funkci útočiště, upevnění vlastní osobnosti a v neposlední řadě plní i význam užitečnosti. Může být také filtrem, přes který člověk posuzuje sám sebe.

- **Potřeba zažít odpuštění a odpustit**

„Čím více se starý člověk blíží ke smrti, tím důležitější pro něj je dát věci do pořádku, tedy také odpustit žijícím i nežijícím lidem z minulosti, sobě samému, členům rodiny, přátelům“ (Slezáčková, Křivohlavý, Seligman in Štěpánková, Höschl, 2014).

Velmi důležité také je nejen odpustit, ale i odpuštění zažít. Tato situace je velmi složitá, pokud se jedná o osoby, které jsou již po smrti, a z nějakého důvodu se nepodařilo s nimi usmířit během jejich života. S těmito lidmi se již nemůžeme setkat, ale to neznamená, že není smíření s nimi důležité. Skrze odpuštění dochází k tomu, že člověk sjednotí svůj současný život s minulostí. To je základem pro uvolnění a smíření. Nevyjasněné křivdy a spory vedou nejčastěji k negativnímu sebeobrazu, který podporuje pocit marnosti a selhání. Odpuštění je spjato s životním optimismem a kladným postojem ke světu i k sobě samému.

- **Potřeba přípravy na smrt a umírání**

Potřeba přípravy na smrt a umírání bývá nejvíce tabuizovanou duchovní potřebou seniorů. Jen málokdy bývá řečena nahlas a blíže rozváděna v hovorech. Nepřímými projevy toho, že starý člověk stojí o vyřešení této oblasti, mohou být otázky po smyslu života, budoucnosti a naději, posmrtném životě, snaha dojít odpuštění před smrtí. Výrazně zde může pomoci pozitivní představa o tom, co bude, až zemřou. Co bude po smrti atd. Tato potřeba tedy jasně poukazuje na skutečnost, jak velmi důležitý je psychický a spirituální přístup ke starým lidem.

Téma duchovního rozměru života by mělo mít tedy základní roli a pevné místo v celé oblasti gerontologie. Péče o duchovní rozvoj totiž neoddělitelně patří k naplněnému a aktivnímu stáří v radosti a k ujasnění smyslu života (Štěpánková, Höschl, 2014).

Praktická část

3 Test stromu a jiné kresebné testy

3.1 Kresebné testy

Obor arteterapie pracuje s výtvarným materiálem nejen jako s artefaktem, který napomáhá při uzdravení, uvolnění atd. Pracuje s ním také v rovině klasifikační, kde jsou zaškrťovány jednotlivé položky (kresebné testy) či v rovině projektivně-symbolické. Je důležité zdůraznit, že arteterapii jde o komplexní hodnocení výtvarného objektu, ne o automatizované klasifikování jednotlivých detailů. To znamená, že na první pohled téměř stejné znaky dvou autorů, mohou mít naprosto odlišnou interpretaci. Není tedy možné paušalizovat návod ke správné interpretaci. Každý výtvarný artefakt je specifický, stejně jako jeho autor.

Kresebné testy bývají mezi psychology a psychiatry velmi oblíbené. Jsou využívány pro diagnostiku kognitivních schopností, úrovně jemné motoriky, senzorické koordinace, schopnosti vizuální percepce, pro diagnostiku psychických procesů u dětí i dospívajících.

Kresebné testy, které byly postupně vytvořeny, doporučují testujícím, aby si všímali nejen výsledné kresby, ale vzali v úvahu i tempo, spontánní komentáře a chování při kresbě. Po ukončení kresby se doporučuje rozhovor, interview, kde je možné využít standardizovaných otázek. Odpovědi mohou přinést pohledy do různých aspektů kresby. Může jít například o interpretaci objektů a detailů. Velikost zachyceného objektu hraje důležitou roli v měření sebehodnocení a sebevědomí klienta (Wohl, Kaufman in Šicková-Fabrice, 2016).

Ogdon (in Šicková-Fabrice, 2016) uvádí, že množství zachycených detailů může odrážet schopnost klienta vnímat a zajímat se o svět kolem něj. Nedostatek detailů často poukazuje na vnitřní prázdnotu, nízkou energii, depresi, introverzi.

Gumování v kresbě, pokud se objevuje společně se zlepšením kresby, poukazuje na flexibilitu a schopnost být sám k sobě kritický. Přílišné gumování bez výsledku prokazuje konflikt v osobě klienta nebo v objektech, které ho mají symbolicky reprezentovat. Velmi důležitým faktem je umístění objektu na papíře. Proto je dobré, zaměřit se na tuto skutečnost (Šicková-Fabrice, 2016).

Jebavá (1997) uvádí základní hlediska, která jsou dle její výpovědi důležitá při hodnocení kresby. U kresby dle autorky tedy hodnotíme a analyzujeme:

- Přiměřenost věku.
- Diagnózu onemocnění.
- Stav citové a rozumové oblasti před terapií, její průběh.
- Volbu tématu kresby.
- Lineární zpracování (málo viditelné, protlačené linie).
- Momenty signalizující strach (gumování).
- Kompozice daného tématu na formát, jeho využití, obava z velkého formátu (signalizuje depresi).
- Statičnost nebo dynamičnost figurální kompozice.
- Převládající barevnost, u neurotiků se objevuje tmavá barevnost, studené barvy, černá. Jedinci s nedostatkem sebedůvěry barvy nepoužívají, nebo jen ojediněle.
- Dobu, kterou potřebují klienti na kresbu.
- Expresivnost, výrazovost osobnosti.
- Kvalitu a dokončení výtvarného zpracování.
- Interpretaci kresby: nejen tedy co, ale také proč.
- Možné i literární ztvárnění kresby, nejde-li verbální komunikace.
- Stupeň zralosti kresebného projevu, ale to až v průběhu terapie (Jebavá, 1997, str. 21, 22).

Müller a kol. (2014) doplňují: *„Kresba je významným komunikačním prostředkem a prostředkem vyjádření znalostí o sobě (jak člověk sám sebe vnímá a prožívá, jak vnímá a prožívá vztahy ke svému okolí). Jde o specifický druh jazyka, který dokáže nahradit nedostatky běžně používané verbální řeči. Kromě toho je kresba významný diagnostický prostředek tím, že dokáže velmi dobře odhalit nesrovnalosti s normálním vývojem (hlavně u dětí a mládeže). K diagnostice se používají zejména:*

- *Neprojektivní kresebné techniky - například test kresby lidské postavy, obkreslování předloh.*
- *Projektivní kresebné techniky - například kresba lidské postavy, test stromu, kresba rodiny, kresba začarované rodiny.“*

Blíže zde bude popsáno jen pár příkladů z velké nabídky kresebných testů.

Kresba lidské postavy

Může jít při ní o vnitřní i vnější podobiznu (autoportrét) klienta. Může zobrazovat pocity, které má klient sám ze sebe nebo to, jak vnímá ideální koncept sebe. Terapeut by si měl všimnout zejména velikosti, umístění, přítlaku linky, kvality linky, spontaneity a naopak i rigidity kresby. Důležitá je samozřejmě tvář, ale i například končetiny. Terapeut by měl vnímat i přítomnost bizarních detailů, které se mohou objevit třeba na oblečení. Dle Koppitze (in Šicková-Fabrizi, 2016) je třeba zaměřit se na tyto indikátory: integrace kresby, stínování některých částí, velikost figur, asymetrie, délka končetin, šilhání, znázornění genitálií, končetiny bez prstů atd. Při kresbě je samozřejmě třeba brát i vývojové období klienta a s tím spojené zvláštnosti. Test lidské postavy se využívá společně s kresbou domu a stromu.

Kresebné testy lidské postavy

- Ogdon-DAP- Kresebný test lidské postavy

Tento test patří mezi základní z testů kreseb lidské postavy. Vycházejí z něho další testy jemu podobné. Všímá si důležitých detailů v oblasti hlavy a těla. Zaměřuje se na charakteristické postoje postavy, oblečení postavy, na vybranou perspektivu, kterou autor zachytil kresbou (např. ptačí perspektiva naznačuje pocit superiority, červí perspektiva může zobrazovat pocit inferiority). Zaměřuje se dále na rozdíly v kresbách mužských a ženských postav, na bizarnost detailů a nadměrné znázorňování detailů. Rozebírá podrobně všechny důležité aspekty kresby. Dále naznačuje diagnostické možnosti.

- Goodenoughové test kresby lidské postavy

Tento test je zaměřen na inteligenční úroveň kreslicího. Hodnotí se až 78 detailů, které ukazují silnou korelaci s IQ. Pomocí výkonnostní stupnice o 51 bodech jsme schopni určit mentální věk. Test je založen na srovnání kresby klienta s kresbou, která je přiměřená danému věku. Test je často využíván u dětí, neboť lidská postava je oblíbeným tématem dětí. Může tak být považována za nejvýstižnější objekt, který vyjadřuje vnitřní dětský autoportrét. Kresba může vyjadřovat pocity o sobě, ideální obraz o sobě samém i důležité osoby v životě dítěte (matka, otec, sourozenci). V úvahu jsou brány všechny zvláštnosti dítěte.

- Machoverové test kresby lidské postavy

Jde o upravenou variantu předešlého testu. Klient má za úkol nakreslit lidskou postavu a po dokončení první kresby má nakreslit postavu opačného pohlaví, než zachytil na prvním obrázku. Následuje rozhovor, kdy je konkretizováno první i druhé dílo slovy autora. Machoverová tvrdí, že při kresbě postavy dochází k projekci, kdy se klient identifikuje s jednou z postav a propůjčuje jí rysy, které by chtěl mít nebo sám má. Kreslená postava

opačného pohlaví může znázorňovat důležitého člověka z klientova života. Test je určen pro děti a identifikuje chorobné změny osobnosti (Šicková-Fabrics, 2016).

Test domu

Tatáž autorka dále popisuje i tuto testovou metodu. Kresba domu dle autorky symbolizuje vlastní obraz testovaného člověka. Lze v ní najít jeho vyspělost, obraz o jeho těle, citovou zralost a kontakt s realitou. Mnoho expertů v oblasti projektivních metod se domnívá, že kresba reflektuje i rodičovský dům a vztah k rodičům a sourozencům. Děti kromě postavy velmi často také rády kreslí právě dům. U 60 % dětí mezi 6-7 rokem můžeme tento prvek vidět na většině kreseb, které jsou spontánní. Ve starším věku se dům již tolik neobjevuje. Může to souviset s větší jistotou člověka a jeho samostatností, nezávislostí vůči rodině. Při této kresbě si autor všímá umístění, velikosti, kvality linie, transparentnosti, perspektivy, detailů. Detaily mají velkou symboliku (např. dveře symbolizují otevřenost k sociálním kontaktům, okna jsou postojem k okolí a prostředí, zobrazují také normální vývoj u dítěte, stěny domu zobrazují sílu ega, komín může zobrazovat teplo ve vztazích, je i mužským symbolem, fantazii a myšlení zobrazuje střecha a její rozměry. Po ukončení testu se doporučují doplňující otázky.

Dynamický test kresby lidské postavy

Jde o časově náročnější test, kde je třeba dostatek archivního materiálu kreseb a jejich opakování. Je sledován dlouhodobý vývoj a jednotlivá stádia (milníky směřování psychiky). Zde tedy nejde o sledování detailů jako v předešlých testech, ale o analýzu stylu a příběhu celé kresby. Sledují se změny, ale i rigidní přetrvávání na původním schématu. Umožňuje vidět změnu a rozvoj osobnosti vizuálně.

Kresba začarované rodiny

Dle Matějčka (2005, str. 30) zní přesná instrukce pro tento kresebný test takto: „*Nakresli svoji rodinu, jakoby přišel kouzelník a každého z vás začaroval do nějakého zvířete, které mu nejlépe odpovídá – nejlépe vyjadřuje jeho povahu.*“

Test je projektivní metodou a využívá se zejména u dětí. Zobrazuje symbolické vyjádření dítěte. Dítě může díky kresbě velmi podrobně, a přesto beze slov, popsat vztah ke své rodině a to, jak svou rodinu vidí. Před samotnou kresbou začarované rodiny se často volí kresba rodiny - jednoduchá. Obě kresby pak slouží jako diagnostický materiál a lépe společně popisují vnitřní svět autora. V testu se volí pouze začarování do zvířat. Děti na tematiku zvířat velmi dobře reagují, znají ji a je jim blízká. Zvířata se v kresbách dětí často opakují. Nejčastější je pes, kočka, pták, ryba, myš, zajíc atd. Dle zadání je zřejmé, že rodinu nelze

zakreslit jako jeden zvířecí druh, což je podstatou metody. Děti vychází při kresbě ze svých zkušeností a z věcí, které znají (pohádky, příběhy, básničky atd.). Po kresbě následuje doplňující rozhovor o práci (Matějček, 2005).

Nakresli osobu, která trhá jablko ze stromu (Person Picking an Apple from the Tree Drawing)

Tento test vytvořila současná americká arteterapeutka Linda Ganttová. Zadání instruovala takto: „*Namaluj osobu, která trhá jablko ze stromu*“. Je kresleno dvanácti barevnými pastelkami na formát A4. Test se hodnotí podle manuálu, který zkoumá čtrnáct položek (např. využití prostoru, integrace obrázku, úroveň nakreslené osoby, použité barvy, logiku, využití stereotypů). Terapeut hodnotí kresbu dle vlastního úsudku pomocí bodové škály od 0 do 5 bodů.

Test imaginace a smyslu pro souvislosti

Dle instrukce má klient na papír velikosti A4 nakreslit obrázek ze slov: cesta, světlo, člověk, hlas. Verbální podněty evokují u člověka konkrétní obraz. Jde o diagnostický materiál, ale i cvičení na představivost. Dle Šickové-Fabrice (2016) je průkazné to, že většina intaktních osob spojila slova do sousloví a vytvořila děj, myšlenku. Oproti tomu lidé s mentálním handicapem kreslili slova bez kontextu a odděleně.

Mezi další kresebné testy patří také **Test stromu**, který bude charakterizován dále.

3.2 Test stromu

Základní charakteristika metody

Test stromu je časově nenáročná a relativně jednoduchá diagnostická metoda. Metoda, která umožňuje nahlédnout na osobnost v celé její složitosti a dynamice. V praxi není tak hojně využívána jako jiné metody, neboť na toto téma není mnoho odborné literatury. Mezi psychology je často k dispozici jen částečná verze nebo pouze obrázky příkladů a její interpretace. Práce s testem podle takové předlohy nemusí být plně objektivní a může dojít k zjednodušenému až mechanickému vyhodnocení.

Kresbou stromu se již zabývalo více autorů. Za hlavního tvůrce je považován Karel Koch. Jeho základní práce Test stromu (Der Baumtest; podtitul Test kresby stromu jako psychodiagnostická pomocná metoda) vyšla v roce 1949.

Test stromu patří do skupiny projektivních kresebných metod. Projekcí je myšlen psychický proces, který přenáší subjektivní obsahy na objekt a aktivizuje nevědomí. Podnět,

který je mnohoznačný a neurčitý (nakreslení libovolného stromu) otvírá prostor našeho nevědomí. Nevědomí tak může směřovat k aktuálním vnitřním konfliktům a potlačeným psychickým obsahům. Vyvodí a zobecní se dominantní obsahy vědomí i nevědomí, které se pak v kresbě projeví v symbolické podobě.

Neméně důležitý je při diagnostice i způsob, jakým klient pojmá celou situaci. Vypovídá o jeho základních rysech a psychickém fungování, odráží se zde svět jeho osobních významů, zkušeností, vzorců reagování, způsobů prožívání a adaptací na nové věci. Na projektivní test lze pohlížet jako na záznam chování, které lze interpretovat i hodnotit. Interpretování testu má svoje kořeny v studiích mýtů, archetypů, v hlubinné psychologii a grafologii (Altman, 1998).

Symbol stromu a jeho význam

Dle Müllera (2014) *„jsou v oblasti symbolů kladeny vysoké nároky na zkušenosti arteterapeuta. Arteterapeut by měl být schopen adekvátně pracovat s významy symbolů a současně naslouchat tomu, co říká klient.“*

Autor dále poukazuje na tři základní symboly a jejich možný význam či odkaz:

- lidská postava - nejvíce vypovídá o jedinci; autor do ní propůjčuje celé své „já“
- dům - odkazuje na rodinné zázemí a je oblíben u dětí
- strom - využívá se jako diagnostický test; je symbolem člověka (Müller, 2014).

Zvolení stromu jako hlavního motivu Testu stromu tedy není náhodné. Strom má vysokou symbolickou hodnotu. Souvisí s mytologií i lidovými zvyky (Altman, 1998).

Stromy jsou kořeny poutány k zemi a tyčí se k nebi. Tento způsob vnímání napomohl např. vytvoření symbolů jako „axis mundi“ (osa světa) nebo „arbor vitae“ (strom života). Symboliku stromu života najdeme téměř ve všech kulturách (Frotscher, 2008).

Strom jako symbol je s člověkem spjat od nepaměti. Prolíná se vývojem lidstva od pravěkých dob, přes nejruznější kultury (Keltové, Germáni, Slované atd.). Je součástí i židovsko-křesťanské kultury, pro kterou je tento symbol velmi důležitý. V křesťanství je známý rajský strom (život a poznání) nebo olivovník. Strom je používán i ve spojení s křížem. Dříve byl ukřižovaný Kristus zobrazován jako živý strom s větvičkami, trny i ovocem. Nejruznější vlastnosti stromů vyvolávají mnoho asociací, které mají pro člověka hluboký význam. Mezi ně patří fakt, že strom roste, vyvíjí se, sílí, plodí, stárne a usychá. Všechny tyto aspekty souvisí s představou zrození, zrání, života a umírání. Strom také symbolizuje prvek mateřství. Poskytuje stín a přístřeší (ochrana), ovoce (výživa), dřevo (ohně, teplo, domov). Strom je také symbolem pevnosti, zakořeněnosti a zakotvenosti na jednom

místě. Jeho dlouhověkost vyvolává představu trvalosti. Stromy rostou zespodu vzhůru, větve vyrůstají ze středu směrem ven do volného prostoru. To vystihuje symbol vývoje a prosazování se ve vnějším světě. V neposlední řadě tvoří stromy neoddělitelnou součást našeho životního prostředí. Jsou naší součástí nejen v upravených zahradách a parcích, ale i v nespoutaných pralesích a lesích, které tvoří naši přírodu. Jung vnímá strom jako symbol archetypu „já“, zobrazení „já“ v procesu růstu a obraz vnitřní ucelenosti (Altman, 1998).

Kastová (2000) ve svých myšlenkách uvádí: *„zdá se, že stromy jsou obzvláště vhodnými objekty pro projekci procesu individuace člověka. Tak jako my, lidé, stojíme zpříma ve světě, tak také strom stojí v prostoru. Je více zakořeněn než my, ale také my se rozpomínáme na své kořeny. Strom se napřimuje do výše, roste až do své smrti, musí vytrvat ve své vzpřímené pozici, čelit nepřízni a odolávat – stejně tak jako my... Strom mívá také poranění a právě tato poranění vytvářejí jeho individualitu.“*

Výhody, nedostatky a rizika metody

Nedostatky metody

Velkou výhodou a zároveň i nedostatkem metody, je skutečnost, že poskytuje velkou míru subjektivní volnosti při výkladu. Volnost umožňuje otevřený přístup, který respektuje individualitu (bez vnucování šablon a schémat) a umožňuje tak vhléd do posuzované osobnosti. Tento fakt má ale i své nevýhody v možném riziku subjektivního zkreslení. Výsledky jsou tedy závislé na vnímání zhodnocovatele i na jeho schopnosti empatie.

Dalším problémem, který se vyskytuje u této metody, je otázka platnosti výsledků, tedy validita metody. Nelze proto přistupovat k testu a jeho výsledkům jako k jednoznačně daným faktům. Výsledky jsou spíše nabídky k řešení a hypotézy, které by v případě odborné diagnostiky bylo třeba ověřit i jinou metodou. Proto je lepší výsledky a závěry vnímat jako otázky, nežli pevně dané tvrzení. Je dobré kromě velkých výhod testu připouštět i jeho omezení. Povrchní a málo kritická aplikace může vést až k poškození klienta. Test svádí ke zveličení patologických rysů. Není ale dobré ani odmítání testu jako nevědecké metody.

Rizika při vyhodnocování

Úskalí spočívá i v interpretaci. Problém může nastat, pokud psycholog není chopen proniknout do symboliky kresby, aniž by do jejího výkladu nevnášel vlastní myšlenky. Zdrojem obtíží mohou být i rozdíly v tom, co na kresbě vzniklo náhodou a co je projev vlastní projekce. Mohou se vyskytnout také kresby, které budou natolik schematické, že z nich nebude možné usoudit žádné závěry. Setkat se lze i s kresbami, které mohou na první pohled

evokovat patologické prvky, které jsou pouze důsledkem nepovedené stylizace nebo nadměrné snahy. Naopak se může stát, že se závažná psychická porucha v rámci kresby vůbec neprojeví, nebo se projeví pouze v drobných detailech, které nám mohou lehce uniknout. (Altman, 1998).

Výhody metody

Dle Altmana (1998) má test tyto hlavní výhody:

- *„Test stromu umožňuje zejména pohled na dynamiku celé posuzované osobnosti při plném respektování její jedinečnosti.*
- *V kresbě stromu často najde svůj výraz i to, co posuzovaná osoba nechce nebo nemůže jinak projevit.*
- *Vzhledem k tomu, že posuzovaná osoba nemůže kontrolovat, co o sobě kresbou vypovídá, poskytuje test stromu jen minimální prostor pro sebestylizaci a přetvářku.*
- *Z vnějších výhod testu stojí za zmínku i jednoduchá administrace, časová nenáročnost a možnost opakování.*
- *Řada postřehů o posuzované osobě, získaných poměrně jednoduše pomocí tohoto testu, by byla jen velmi obtížně nahraditelná použitím jiných diagnostických metod.“*

Použití testu

Podle Altmana (1998) test stromu dovoluje pohled na nejružnější části struktury osobnosti, a to v celé její dynamice. Svědčí o faktorech osobnosti, jako je introverze, extroverze, stabilita, neurotičnost, o způsobech prožívání (zábrany, vnitřní konflikty, atd.). Zanechává také informace o reagování, vztazích a přístupu k okolnímu světu, snahách, touhách apod. Metoda vypovídá více o přístupu a způsobu řešení problému při kresbě, ale lze z ní vyvodit i úroveň schopností. Je možné díky ní nahlédnout do hlubších vrstev osobnosti. Odkrývá nevědomé a potlačené osobnostní stránky (traumata, bolesti, kompenzace, pocity méněcennosti). Výsledky hodnocení závisí na množství projektivních prvků v kresbě a na schopnosti hodnotící osoby pochopit význam kresby.

Je velmi výhodné využívat test stromu společně s dalšími projektivními technikami (kresba postavy, test ruky atd.) nebo jako součást testové baterie. Jak již bylo zmíněno, samostatně tato metoda neposkytuje takovou hodnotu, aby pomocí jejích výsledků bylo možné vyhodnotit přesné a nevyhnutelné závěry. Je tedy dobré získané informace ověřit dalším postupem. Vítané je i využití testu společně s metodou dotazníku, rozhovoru či pozorování.

Opakované zadání testu je možné využít jako pomoc při sledování vývoje osobnosti nebo úspěšnosti terapie. Test stromu lze aplikovat v rámci testové baterie při skupinovém vyšetření, jako snadnou screeningovou metodu, která odhalí výskyt psychických problémů, poruch chování, asociálních rysů atd. Test je často využíván při posuzování a výběru osob (škola, pracovní místo), v poradenské a klinické praxi (diagnostika výchovných problémů, organické postižení, duševní poruchy), při posudcích ve forenzní psychologii a v soudním znalectví.

Zadávání metody

Metoda je nenáročná na pomůcky. Při zadávání poskytneme klientovi k dispozici středně tvrdou tužku a papír velikosti A4. Gumu nenabízíme. Není vhodné využívat pera, propisovací tužky či mikrotužky. Tyto pomůcky umožňují jen určitý typ tenké kresebné linie. Nevyužívají se ani jiné výtvarné pomůcky, které by mohly evokovat výtvarnou výchovu a nabádat ke stylizaci.

Přesná instrukce dle Altmana (1998) zní: „*Nakreslete strom, jaký chcete, jak nejlépe umíte, ale neměl by to být jehličnan (ani palma)*“.

Instrukce, aby byl nakreslen ovocný či listnatý strom je jednodušší, ale již navádějí k určitému postupu. Doba kreslení nebývá dlouhá. Pohybuje se mezi 1–15 minutami. Pokud se stane, že kresba zabere více času, souvisí to s celkovou pomalostí klienta nebo se snahou klienta o dokonalou kresbu s mnoha detaily. Realistická nebo umělecky provedená kresba nemá v rámci této metody většinou valnou vypovídající hodnotu (Altman, 1998).

Interpretace testu

Altman (1998) uvádí přehled možných způsobů interpretace:

1. Posuzování kresby jako celku. Hodnotí se to, jak byl splněn zadaný úkol, způsob provedení, a co v kresbě dominuje.
2. Hodnotí se umístění a velikost kresby, symbolika plochy.
3. Bere se v úvahu celkový dojem. To, jakým dojmem zobrazený strom působí.
4. Posuzuje se kresba z grafologického hlediska – tah, tlak, způsob vedení čáry.
5. Vyhodnocuje se zralost kresby – přítomnost a množství infantilních znaků. Tedy znaků, které jsou standardní pro dětskou kresbu, ale v dospělosti charakterizují patologii.
6. Nahlíží se na symbolický výklad kresby – jednotlivé části stromu na základě analogie symbolizují některé osobnostní charakteristiky (vlastnosti, potřeby, prožitky).

7. Interpretace detailů – kořeny, listy, pata kmene, základna, kmen, poměr velikosti kmene a koruny, koruna a její tvar, větve, listy, plody, květy a jiné doplňky.
8. Posouzení toho, jak jsou části stromu spojeny, propojeny – prostupnost, napojení a zakončení větví a kmene,
9. Náhled na kresbu stromu jako na záznam vývoje osobnosti.

Kolářová (2004) doplňuje kromě již uvedených možností interpretace také další faktory. Mezi ně řadí možnost prokreslené krajiny, přítomnost dalších prvků nad rámec zadání (budky, ptáci), vyobrazení ročního období kolem stromu, porovnávání stromu vůči ploše (norma je kolem 70 % velikosti stromu), a energii, která prostupuje systémem stromu, bloky energie v podobě zaškrčení či boulí, poruchy proudění energie nebo nedostatek kontroly nad energií.

4 Místo konání praktické části

V rámci praktické části byly vykonány případové studie se zaměřením na využití prvků Testu stromu. Polovina těchto prací pochází od osob, které jsou uživateli péče Domova pro seniory v Moravské Třebové. Druhou polovinu tvoří práce osob, které jsou v běžném domácím prostředí, tedy ve svém původním domově (v rodinném domě) v menším městě či na vesnici. Toto odlišení místa pobytu není náhodné a bude dále v práci specifikováno.

4.1 Domov pro seniory Sociálních služeb Moravská Třebová

Domov pro seniory Sociálních služeb Moravská Třebová, Svitavská 8, nabízí ubytování a s tím spojené služby i další aktivity pro seniory. Zajišťuje poskytováním služby klientům bezpečné zázemí, podporuje jejich sociální vazby, jejich běžný způsob života s ohledem na zdravotní stav, osobní potřeby a zájmy. Zajišťuje vše, co nemohou klienti plně uspokojit ve vlastním prostředí. Cílem je, aby klienti mohli dále vést plnohodnotný a kvalitní život. Snahou je přiblížit lidem co nejvíce domácí péči v prostředí domova. Brát v potaz jejich stávající schopnosti, aby byl v možné míře zachován pocit nezávislosti.

Sociální služba v rámci domova pro seniory obsahuje v souladu se zákonem o sociálních službách tyto činnosti:

- ubytování
- poskytnutí stravy
- pomoc při zvládání běžných úkonů v péči o vlastní osobu
- pomoc při poskytnutí osobní hygieny nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu
- zprostředkování kontaktu se společností
- sociálně terapeutickou činnost
- aktivizační činnost
- pomoc při uplatnění práv, při obstarávání osobních záležitostí a oprávněných zájmů

Sociální služba je určena osobám, které jsou v nepříznivé sociální situaci a které nemohou zajistit své životní a osobní potřeby ve vlastním domově, a to dlouhodobě. Často také z důvodu věku. Osoby, kterým je nabízena, jsou nejčastěji starší 58 let. Tato služba je určena klientům s trvalým pobytem v Moravské Třebové a v obcích působnosti obce s rozšířenou působností. V případě volných lůžek i lidem z jiných regionů. Spodní hranice věku je stanovena z důvodu kvality poskytované služby, která je odborně i technicky uzpůsobena právě pro tuto věkovou skupinu osob.

Služba není určena osobám, které nespádají do cílové skupiny určené domovem pro seniory, které žádají služby neposkytované domovem, které mají sníženou soběstačnost z důvodů chronického duševního onemocnění nebo závislosti na návykových látkách, které mají sníženou soběstačnost z důvodů postižení Alzheimerovou chorobou, s těžkými smyslovými poruchami, a které jsou odkázány na nepřetržitou asistenční službu.

Technické a materiální zázemí je zajištěno v budovách domova pro seniory na adrese Svitavská 8, 571 01, Moravská Třebová. Komplex budov je dělen na část obytnou a na část obslužnou. Celková ubytovací kapacita domova je 200 lůžek. Lůžka jsou dělena do dvou pavilonů, které jsou dále členěny na čtyři samostatně pracující úseky pod vedením vedoucích úseku přímé péče. Součástí komplexu je prádelna, kuchyň, kotelna a vnější prostory při areálu budov.

Hlavní cíle poskytovatele sociální služby:

- přiblížit klientům domácí péči při respektování jejich osobnostních specifíků
- poskytovat službu na základě individuálně dohodnutých plánů vyplývajících z potřeb klientů
- podporování klientů ve vlastním rozhodování včetně odpovědnosti za případné důsledky jednání
- podporování vztahů klientů s rodinou, blízkými osobami, podpora rozvoje mezilidských vztahů
- podporování integrace do vnějšího společenského prostředí
- snaha ochránit klienty před předsudky a negativním hodnocením
- prosazování rovnocenných partnerských vztahů mezi klientem a pracovníkem
- průběžná tvorba vhodných podmínek pro aktivní využití volného času
- aktivně informovat zájemce i uživatele o aktuálních nabízených službách (způsob, cena, podmínky)
- neustálá snaha o zvyšování kvality poskytovaných služeb
- průběžné zlepšování technického a materiálního zázemí domova
- snaha o zdokonalení okolních a vnějších prostor budov pro dosažení větší využitelnosti

(<http://www.ddmt.cz/intinfo.php?str=domsenior>, 2016)

5 Případová studie

„Případová studie neboli kazuistika je jednou z metod kvalitativního výzkumu. Stručně bývá charakterizována jako detailní studium jednoho, či malého počtu případů za účelem aplikace získaných poznatků při porozumění případům obdobným... Případová studie je výzkumnou metodou běžně užívanou v disciplínách psychologie, sociologie, politologie, antropologie atd. Předpokladem případové studie je soustředění na jeden sociologický objekt či jednu sociologickou jednotku, jakou může být typický i specifický jednotlivec, rodina, pracovní, zájmová či etnická skupina, lokální komunita či instituce“ (<https://cs.wikipedia.org>, 2016).

Dle Jandourka (2012) je kazuistika popis konkrétního případu, jeho aktuálního stavu i jeho historie. Dříve bývala hojně využívána v morální teologii jako sbírka modelových příkladů. Později ji využívali také v psychologii, právu a lékařství. V sociologii je vnímána kazuistika jako případová studie. V klinické sociologii slouží jako řešení krizí a problémů v malých skupinách či v institucích.

Kutnohorská (2009) souhlasí s tvrzením, že kazuistika je ucelená a podrobná studie jedné osoby. Dále doplňuje, že se vždy jedná o záměrnou volbu. Vybraná osoba musí mít vlastnosti, které chce badatel sledovat. Existují i nedostatky a nevýhody kazuistiky. K nedostatkům patří problémy retrospektivní, které přináší mnohá rizika. Například proměnlivé sebepojetí v čase, autobiografická paměť a její zkreslení, změny sociálních vazeb, prožité události, změny v kultuře, body obratu v životě, větší pohlížení do budoucna. V praxi je případ vybrán po zvážení všech možných aspektů cílové studie. Případová studie je intenzivní metoda, která studuje jednotlivé případy s důrazem na utřídění celkový pohled, včetně základní charakteristiky osobnosti, jejich příznaků, poruch, významných zážitků, postojů atd.

Tato autorka dále vymezuje základní varianty případové studie:

- Jednopřípadová studie – jedná se o podrobnou studii jedné osoby, kdy se snažíme stanovit její celkový obraz.
- Případová studie zahrnující komplexnější systém – jedná se o případovou studii skupin, týmů. Umožňuje pracovat například s vnímáním pracovního prostředí a jeho vliv na chování zaměstnanců.
- Případová studie životního příběhu nebo biografický výzkum – využíváme ji zejména tehdy, pokud naznačené širší souvislosti mají velký význam pro zodpovězení výzkumné otázky.

Případovou studii lze tedy popsat jako strategii, která charakterizuje komplexnost celého případu, souvislosti funkčních a životních oblastí klienta a jeho historicko-biografické pozadí. Dále jako strategii, která představuje výchozí místo pro hledání, popis a vysvětlování vlivů různých faktorů a souvislostí v kontextu daného příkladu. Na závěr metodou, která je využitelná ke zpětné kontrole výsledků dosažených prakticky. Ověřujeme zde platnost těchto výsledků (Kutnohorská, 2009).

Musilová (2003) uvádí, že ke kazuistice bývají často přiřazeny další metody: přirozené a strukturované pozorování, strukturovaný rozhovor, dotazník. Tyto metody jsou brány jako další neexperimentální metody. Podrobné údaje z kazuistiky nám pomáhají vytvořit si obraz o vývojovém procesu jednotlivce. Výzkumníkem bývá speciální pedagog, pedagog, klinický psycholog, školní psycholog nebo sociální pracovník. Závěr, který je zjištěn, platí pouze na daného jedince. Nedá se zobecnit, využít a aplikovat na jiný případ.

Kazuistika má dle Kutnohorské (2009) následující strukturu:

- anamnéza
- katamnéza (popis)
- analýza (rozbor)
- interpretace
- diskuze
- závěr

Tarda (in Musilová, 2003) se domnívá, že: *„sledováním životního běhu každého individua jdeme cestou od obecnějších faktorů ke speciálním. Studium jednotlivých případů prostřednictvím kazuistiky je aplikací obecných poznatků a zároveň výzkumníkovi umožňuje jejich specifikaci, ověření a obohacení.“*

6 Rozbor kreseb stromu

Nyní bude blíže popsáno šest kreseb stromu. Před každou kresbou bude uvedena krátká kazuistika osoby. Při popisu prací jsem se pokusila využít prvky metody Testu stromu a podle daných kritérií kresby interpretovat. Některé osoby, které vyhotovily kresby, žijí ve svém původním domově. Mají tedy pravidelný kontakt se svými nejbližšími a jsou ve svém standardním životním prostoru. Druhá část osob je dlouhodobě ubytována v Domově pro seniory v Moravské Třebové, o kterém již byla zmínka. Tři osoby z běžného rodinného prostředí a tři z pobytového zařízení byly vybrány záměrně, neboť se domnívám, že tento fakt také může ovlivnit kresbu stromu.

Při pokusu o interpretaci bylo u všech kreseb využito jednotného postupu podle devíti předem daných kritérií. Postup interpretace vychází z literatury Zdeněk Altman - Test stromu. Jednotlivá kritéria jsou dle Altmana (1998) zadána takto:

- 1) Popis a charakteristika kresby (posouzení kresby jako celku, dominantní prvky).
Hodnocení celkové úrovně provedení.
- 2) Velikost a umístění kresby.
- 3) Celkový dojem (subjektivní hodnocení).
- 4) Způsob provedení (použité výrazové prostředky, způsob vedení čáry).
- 5) Přítomnost infantilních znaků.
- 6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky.
- 8) Prostupnost stromu (kresba stromu jako energetické schéma).

Závěr hodnocení

Poznámka

Při setkání se seniory byl využit také rozhovor jako způsob navození kontaktu, uvolnění a naladění na danou tematiku. V průběhu rozhovoru, byly všechny osoby dotazovány na tyto otázky:

- Jak se momentálně cítíte?
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě?
- Kdo pro vás bylo v životě nejdůležitější (zásadní)?
- Co je pro vás v životě podstatné/důležité?
- Co je dle vašeho názoru smyslem života?

Otázky byly pokládány tak, aby situace nebyla nucená a aby měla osoba dostatek prostoru na odpověď i své doplňující myšlenky. Snahou bylo získat odpovědi nenásilně. Osobě bylo poskytnuto tolik času, kolik potřebovala k uvedení svého názoru na život a smysl života. Dalším cílem byl společný rozhovor a snaha pochopit pohled seniora na danou problematiku.

6.1 Kazuistika 1

Žena: E

Věk: 73 let

Informace čerpány: z osobního rozhovoru s ženou, z pozorování.

Osobní anamnéza: Žena při rozhovoru působí společensky a vesele. Nálada se během rozhovoru mění. Později působí až zamlkle (smutně). I přesto, že má dům na vesnici, žije raději v domově pro seniory, neboť v rodinném domě žila několik let sama. V domově se cítí velmi dobře a má zde mnoho přátel. Působí jako vedoucí typ skupiny a člověk, který vytváří atmosféru skupiny. Kolem sebe má okruh čtyř blízkých přátel. Je vidět momentální velká vazba na okruh vrstevníků v domově. Na pokoji bydlí sama. Dříve měla spolubydlící. Sama tvrdí, že domov pro seniory je teď pro ni největším zázemím a jistotou.

Rodinná anamnéza: Žena pochází ze dvou dětí. Manžel ji zemřel před čtrnácti lety. Má dva syny. Se zbytkem rodiny je v kontaktu a pravidelně dojíždí na víkend k jednomu ze svých synů.

Test stromu - interpretace a rozhovor (žena E – Kresba stromu, Příloha 1)

Žena působí od prvního kontaktu mile. Je vidět, že má aktuálně pozitivní náladu. S jednou z přítelkyň si stále povídají vtipy a smějí se. Jakmile se více snažím o pokládání otázek a zaměřím se na téma smyslu života, zvažní. Na položené otázky ovšem po chvíli odpovídá.

Odpovědi na položené otázky:

- Jak se momentálně cítíte? – E: „Pokud se mě ptáte na to, jak se cítím právě teď, cítím se velmi dobře.“
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě? – chvíli přemýšlí a poté odpoví - E: „Asi největší úspěch bylo vychovat děti.“
- Kdo pro vás byl v životě nejdůležitější? – E: „Určitě maminka.“

- Co je pro vás v životě podstatné/důležité? – E: „Lidé okolo mě. Určitě nechci být sama.“
- Co vnímáte jako smysl života? – E: „Být s lidmi. Nezůstat sám.“

Na otázky odpovídá žena s ostychem a zdrženlivostí. Kresbu stromu začne kreslit okamžitě po zadání a nepřemýšlí nad tím, co kreslí. S prací je hotova za několik minut.

Interpretace kresby:

1) Popis a charakteristika kresby:

Strom s mohutným kmenem a chudší korunou. Korunu tvoří useknuté větve, které jsou rovné a postupně se na sebe napojují. Nejsou patrné kořeny. Úroveň provedení je chudší.

2) Velikost a umístění kresby:

Přiměřená velikost kresby, ale špatné umístění. Kresba je situována do dolní části a spíše k levému dolnímu rohu. To může naznačovat regresi a fixaci na raný vývoj, také tendenci vyhnout se něčemu. Částečný prostor ve středu symbolizuje zaměření na materiálně.

3) Celkový dojem:

Strom nepůsobí pevně a stabilně i přesto, že má mohutný kmen. Tento fakt vychází z toho, že součástí stromu nejsou kořeny. Není tedy pevně ukotven v zemi. Kmen je rovný a postupně se rozšiřuje. Bylo by snadné ho vyvrátit.

4) Způsob provedení:

Způsob vedení čáry je nepřesný. Nepůsobí uvolněně. Čáry jsou neurovnané, ostré, překrývají se a nejsou přesně ukončeny. Krátké a nesouvislé tahy zobrazují impulzivitu. Pohyb ruky také není přesný. Větve nejsou urovnané a tvořené jednou linkou. Některé na sebe úplně nenavazují. Tráva směřovaná tahem doprava může symbolizovat extroverzi.

5) Přítomnost infantilních znaků:

Větve jsou useknuty u konce příčnou čarou. Opakuje se způsob tvoření větví a větve se napojují ostře a sekavě. Mezi kmenem a větvemi je viditelná čára, která je dělí. Ukončení větví tímto způsobem klade nejmenší nároky na kreslířské dovednosti. Kresba větví připomíná dětskou kresbu.

6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky:

Strom nemá kořeny. Je tedy otázkou, zda nechce tato osoba vytěsnit svou minulost. Vyrůstání ze země symbolizuje vztah k rodičům. Zde ale také není pevné ukotvení k čáře země. Základna není dokončena k okraji papíru a je překryta zřejmě naznačením trávy. Nepůsobí tedy stabilním dojmem. Kmen naznačuje sílu ega, která je dle kresby dostačující. Koruna

vypovídá o současnosti. Má sice pár plodů, které zkrášlují aktuální svět autora, ale nepůsobí líbivě, spíše ostře a nepřesně. Jakoby smutným (bojácným) dojmem. Postavení ve světě tedy vnímá osoba nejistě. Větvě vypovídají o nepříliš uspořádané osobnosti. Plodů je na stromě málo a listy žádné. Vnitřní prožívání osoby nemusí být barvitě.

8) Prostupnost stromu:

Strom je uzavřen (zablokován) čarou, která přetíná kmen. Zde může jít o nevyrovnanost. Může zde také být bariéra mezi minulostí a tím, co vzniklo později. Osoba zřejmě odmítá minulost a je s ní nespokojená. Autor uvádí až možný znak dětské kresby či podezření na mentální defekt.

Závěr hodnocení:

Na základě kresby lze předpokládat, že kreslíř je orientován spíše na materiální složky. Je upoután v myšlenkách na dřívější období a snaží se něco vytěsnit. Je zaměřen na minulost a má tak v sobě určitý odstup od reality. Některé faktory práce naznačují ne příliš pevnou celkovou osobnost. Žena je extrovertní typ a vyhledává společnost lidí. Může být někdy impulzivní, ale i citlivá. Psychicky může být v některých situacích méně vyrovnaná. Přítomnost infantilních znaků může poukazovat na regresi, projev nevyzrálosti (mentální defekt). Je možné, že je také více orientována na současnost. Ve společnosti se cítí víceméně stabilně. Prožívání autorky zřejmě také záleží na dané situaci.

Poznámka:

Zodpovězené otázky potvrzují interpretaci symbolů v kresbě. Společným prvkem kresby i rozhovoru je touha nebýt sama, být mezi lidmi.

6.2 Kazuistika 2

Žena: D

Věk: 79 let

Informace čerpány: z osobního rozhovoru s ženou, z pozorování.

Osobní anamnéza: Žena při rozhovoru působí mile, vstřícně, uvolněně. Během rozhovoru se nálada nemění. Nad otázkami chvíli přemýšlí, s rozvahou odpovídá. Žena je mírné a klidné povahy. Na současný charakter měly jistě vliv okolnosti jejího života (otec alkoholik, dvě manželství). Přesto není zatrpklá, spíše pokorná k životu. V posledních letech jí trápí zdravotní stav – má problémy se zrakem (zelený zákal), které souvisí s diagnózou diabetes mellitus 1. typu (déle jak 10 let). Před pár lety prodělala slabou mozkovou mrtvici.

Rodinná anamnéza: Žije v rodinném domě na vesnici, donedávna s jedním ze svých synů, nyní sama. Má čtyři děti, které ji pravidelně navštěvují. Během života prožila dvě manželství, z každého má dvě děti. Oba muži jsou již po smrti. Na dětství nevzpomíná příliš v dobrém (otec alkoholik). Má jednoho bratra, s kterým má velmi dobrý vztah a jsou spolu stále v kontaktu. Má několik přátel (sousedé a známí).

Test stromu - interpretace a rozhovor (žena D – Kresba stromu, Příloha 2)

Rozhovor probíhá v jejím domě. Žena působí od prvního kontaktu vstřícně a otevřeně. Sama rozvíjí téma rozhovoru na své zdraví. Sdílí svůj strach ze ztráty zraku. Tento fakt se odráží i v kresbě (nepřesnosti a špatné navazování linií). Při práci využívá lupu, která jí ale pomáhá jen částečně.

Odpovědi na položené otázky:

- Jak se momentálně cítíte? – D: „Cítím se celkem dobře. Mám nějaké drobné starosti, ale jinak fajn. Dnes mě navštívila rodina, tak jsem nebyla sama.“
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě? – D: „Že mám 4 děti a všechny mám ráda. Nyní mám radost z 8 vnoučat a z 1 pravnoučete.“
- Kdo pro vás byl v životě nejdůležitější? – D: „Brácha. Rodiče ne.“
- Co je pro vás v životě podstatné/důležité? – D: „Zdraví.“
- Co vnímáte jako smysl života? – D: „Být v souladu s přírodou a s lidmi.“

Interpretace kresby:

Kresbu stromu začne kreslit hned po zadání. Je vidět, že se při práci více trápí. Není úplně spokojena se svým výsledkem, který je ovlivněn zhoršeným zrakem. Kresba jí proto trvá o něco déle, do 10 minut.

1) Popis a charakteristika kresby:

Strom s užším, dlouhým kmenem. Korunu tvoří tři hlavní větve vycházející z kmene. Srdce stromu je zřetelné. Naznačena krátká čára země. Strom je bez kořenů. Jednoduchá, úsporná kresba. Celková linie působí ostře.

2) Velikost a umístění kresby:

Výškou zaplňuje strom většinu papíru. Žena nemá problém se svým sebevědomím. Celkově je strom lehce za středovou čárou vlevo. Jde o symboliku vztahu k sobě samému, ale zároveň i k minulosti.

3) Celkový dojem:

Užší strom směřující vzhůru, ale působící osamoceně. Celkovým dojmem nevypovídá o možném zranění či zubožení. Jako celek působí ohebně. I když nejsou patrné kořeny, působí zároveň i pevně a jakoby zabodnut do země (jako tyč).

4) Způsob provedení:

Způsob vedení čáry je relativně přesný a ostrý. Tlak je silný, vyjadřující energičnost a odolnost, ale může být i symbolem křečovitosti. Dlouhé nepřerušované tahy kmene i větví. Tyto prvky mohou symbolizovat rozhodnost a kontrolované chování. Problém s přesností je ale viditelný u listů a na konci větví. Vinou může být aktuální zdravotní stav. Silnější kontura může vypovídat o otevřenosti, schopnosti kontaktu a citlivosti.

5) Přítomnost infantilních znaků:

I přes jednoduchost kresby nejsou patrné žádné infantilní znaky.

6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky:

Kořeny nejsou zakresleny, takže strom vyrůstá přímo ze země. Je tedy otázkou, jak je osobnost ženy zakotvena v minulosti a jak vnímá svoje dětství. Základna kmene není silnější než celý kmen, rodinné zázemí (rodiče) tedy nejspíš neplnilo významnou funkci. Rovná linka kmene je nejrozhodnější z celé kresby a může svědčit o nekonfliktním vývoji. Úzký kmen může také naznačovat problémy s vlastním egem. Srdce stromu, tedy přechod kmene k větvím, je nepřesné. Koruna bez plodů, větve nesou pouze listy, vyznačující schopnost radovat se z prožitku, ale i potřebu uznání. Chudá struktura větví může ale i nést význam nedostatku radosti z interpersonálních vztahů a vnímání světa jako málo uspokojivého.

8) Prostupnost stromu:

Prostupnost stromu není úplná. V srdci stromu není plynulý a otevřený přechod, jsou patrné svislé čáry. Může se jednat o zadržování emocí a energie.

Závěr hodnocení:

Na základě kresby lze předpokládat, že autorka momentálně prožívá nejistotu nejen ve svém životě, ale i v interpersonálních vztazích. Je citlivá a vnímavá. Snaží se mít radost ze života, ale skrývá v sobě nějaké negativní emoce. Jako dítě se nemusela cítit stabilně, ale vývoj probíhal bez problémů. Vzhledem k momentálnímu stavu zraku je těžké vyvodit přesné závěry v preciznosti kresby.

Poznámka:

Zodpovězené otázky se shodují s interpretací symbolů v kresbě. Společným rysem kresby i rozhovoru je touha po radosti a blízkých lidech.

6.3 Kazuistika 3

Žena: A

Věk: 87 let

Informace čerpány: z osobního rozhovoru s ženou, z pozorování.

Osobní anamnéza: Žena při rozhovoru působí výřečně a společensky. Snaha mezi vrstevníky vyniknout. Je extrovertní typ. Během rozhovoru po položení otázek zvažní. Sama se rozhovoří o problémovém synovi.

Rodinná anamnéza: Žena pochází ze čtyř dětí. Vychovala pět dětí, dvě z nich jsou již po smrti. Manžel před pár lety také zemřel. Několik let žije v domově pro seniory. V jejím původním domě žije jeden ze synů. Vídá se s jedním vnukem a jedním synem.

Test stromu - interpretace a rozhovor (žena A – Kresba stromu, Příloha 3)

Otázky jsou pro ženu spíše nepříjemné. Je patrné dotknutí se citlivého tématu. Po počátečním humoru zvažní, ale na otázky přece jen odpovídá. Kresbu stromu začne kreslit až po chvíli. Tvrdí, že neví, jak strom nakreslit.

Odpovědi na položené otázky:

- Jak se momentálně cítíte? – A: „Velmi dobře.“
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě? – dlouho neví a poté odpoví - A: „Asi výchova dětí, ale radost mám pouze ze dvou.“
- Kdo pro vás byl v životě nejdůležitější? – A: „Prarodiče.“
- Co je pro vás v životě podstatné/důležité? – A: „Nemám domov a kam se vracet, takže je pro mě důležitý domov pro seniory.“
- Co vnímáte jako smysl života? – A: „Být s někým, s kým je mi dobře. Nemá smysl honit se za majetkem ani za kariérou. Kariéra má smysl jen někdy.“

Interpretace kresby:

1) Popis a charakteristika kresby:

Strom tvořen změtí čar. Kořeny, kmen ani větve nemají přesné hranice. Celkově nemá strom svůj řád a není precizní. Čáry se překrývají a není vidět jasný obrys. Úroveň provedení je chudší.

2) Velikost a umístění kresby:

Strom je dobře umístěn ve středu papíru. Velká kresba je projevem osobního sebevědomí a snahy zdůraznit se. Střed ztělesňuje vlastní já, vědomý život a city.

3) Celkový dojem:

Celkový dojem stromu, který má projektovat celou osobnost, působí roztřeseně, nestabilně, nejistě. Strom je chudší a suchý.

4) Způsob provedení:

Strom nemá stanovené přesné hranice ani základy. Napojení větví a kořenů také není zřetelné. Kresba působí jakoby narychlo „načárkovaná“. Křečovitě, ostré tahy vyznačují úzkostnost. Jsou vidět zejména vertikální tahy v kmenu. Ty jsou symbolem sebe-ochranitelské tendence a slabosti.

5) Přítomnost infantilních znaků:

Schematická kresba, čárkovaný kmen, větve tvořeny nepřesnými čarami. Chybí adekvátní přechod z kmene do větví. Větve jsou jakoby napíchané. Mechanické tahy.

6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky:

Kořeny jsou sice naznačeny, ale opět nemají jasnou hranici a neupevňují strom v zemi. Upevnění a zakotvení osobnosti bude tedy neúplné. Pata kmene je stejně široká jako zbytek stromu. Stabilita není zřetelná. Základna je naznačena, ale nepůsobí stabilním dojmem. Půjde tedy o nejistotu v rodinném zázemí, společenské stabilitě, částečné ztrátě jistoty. Kmen s nejistě nakreslenými obrysy vypovídá o nejistém postavení, psychické slabosti, nerozhodnosti a problematickém vývoji. Otevřený kmen může značit ovlivnitelnost i výbušnost. Čárkované a přerušované kontury jsou symbolem dráždivosti, citlivosti a nervozity. Koruna není tvořena ani listy ani květy. Prožívání ženy může být tedy nejisté a nestabilní. Větve, které jsou přerušované a čárkované, zřejmě vypovídají o impulzivním, labilním, nekoncentrovaném vnitřním uspořádáním osobnosti.

8) Prostupnost stromu:

Na kresbě není patrné zakončení větví. Od kmene směrem nahoru je evidentní úplná prostupnost. Zde může jít až o problém se seberegulací. Větve umístěné volně v koruně značí ztrátu vnitřního řádu a to, že výdej energie není řízen.

Závěr hodnocení:

Na základě symbolů v kresbě se můžeme domnívat, že žena má jisté sebevědomí a snaží se v kolektivu prosadit svoje názory. Její na venek výrazný optimismus a humor ovšem mohou být jen snahou o zakrytí vnitřní nejistoty. Možná se snaží sama sebe takto ochránit nebo skrýt vnitřní slabost. Je patrný také znak regrese. Žena vnitřně necítí stabilitu a zázemí. Tento fakt může souviset s minulostí i dětstvím. Mezi její vlastnosti může patřit

impulzivnost, citová labilita, nestálé prožívání. Osobnost autorky nebude vnitřně plně uspořádána.

Poznámka:

Kresba (její symboly) a odpovědi na otázky se v mnoha věcech shodují. Na první pohled působí protichůdně jednání ženy (veselá, hýří vtipem, optimismem, sebejistá, rázná) při setkání a kresba. Po chvíli přemýšlení se ovšem nabízí skutečnost, že jde pouze o zakrývání strachu či nejistoty.

6.4 Kazuistika 4

Žena: L

Věk: 86 let

Informace čerpány: z osobního rozhovoru s ženou, z pozorování.

Osobní anamnéza: Z rozhovoru je zjištěno, že žena prožila rozmanitý život. Nemohla vykonávat práci, kterou chtěla, kvůli vnějším okolnostem v jejím životě. Prožila velkou bolest z důvodu náhlé smrti syna. Při rozhovoru působí klidně, tiše a mile. Je těžké určit, zda je introvertní nebo extrovertní typ. V průběhu návštěvy se její nálada nemění. Sama začne mluvit o ztrátě syna a svém životě. Reaguje přiměřeně na otázky. Celkově působí vyrovnaně a pozitivně.

Rodinná anamnéza: Žena pochází ze tří dětí. Vychovala čtyři děti. Zemřel jí manžel a syn. Žije v domově pro seniory i přesto, že má stále k dispozici rodinný dům, kde žila po celý život. Tam jezdí pouze občas. Vídá se s rodinou. Přátele má zejména v domově pro seniory, kde se cítí nejlépe. Domov pro seniory několikrát během rozhovoru chválí.

Test stromu - interpretace a rozhovor (žena L – Kresba stromu, Příloha 4)

Otázky žena vnímá se zamyšlením. Je patrné, že se pozastavuje nad svým životem, ale není vidět negace či smutek. Po počátečním rozhovoru se více rozpovídá a začne sama popisovat svoje mládí a život. Dostane se i ke smrti syna. Situaci popisuje otevřeně, ale je vidět, že je to pro ni těžké téma. Kresbu stromu začíná kreslit až po chvíli. V kresbě i při rozhovoru je zřetelná rozvaha.

Odpovědi na položené otázky:

- Jak se momentálně cítíte? – L: „Můžu říct, že spokojeně.“
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě? – L: „Určitě dobře vychovat děti.“
- Kdo pro vás byl v životě nejdůležitější? – L: „Rodiče.“

- Co je pro vás v životě podstatné/důležité? – L: „Být mezi vrstevníky. Sdílet s někým svoje radosti a problémy.“
- Co vnímáte jako smysl života? – L: „Chovat se k ostatním tak, jak chci, aby se chovali ke mně.“

Interpretace kresby:

1) Popis a charakteristika kresby:

Strom tvořen drobnými čárkami. Nenápadný kmen s širokou základnou. Větve vyrůstají z krátkého kmene (tvar působí dojmem palmy nebo jako horní část ananasu). Snaha o ukotvení stromu v trávě. Strom je chudý po stránce doplňků (listy, plody). Kresba působí rychle načrtnutá a ne příliš pracná.

2) Velikost a umístění kresby:

Strom je umístěn ve středu papíru s nakloněním doleva. Velká kresba je projevem osobního sebevědomí a snahy zdůraznit se. Střed ztělesňuje vlastní já, vědomý život a city. Lehké naklonění doleva naznačuje introverzi a zaměření na minulost.

3) Celkový dojem:

Celkovým dojmem působí strom spíše jako keř nebo cizokrajná rostlina. Krátké čáry evokují suchý strom bez energie.

4) Způsob provedení:

Strom nemá stanovené přesné linie. Není viditelná jasná kontura. Napojení větví i kořenů je nepřesné. Kresba působí jakoby narychlo „načárkovaná“. Měkce šrafovaná, nejasná kontura vyjadřuje schopnost empatie, senzitivnost i vratkost. Jsou vidět zejména vertikální tahy značící sebe-ochranné tendence a slabost.

5) Přítomnost infantilních znaků:

Schematická kresba, začárkovaný kmen, větve tvořeny nepřesnými čárkami. Chybí adekvátní přechod z kmene do větví. Větve jsou jakoby nasazené po bocích na kmen a ohýbají se. Mechanické tahy. Je zde patrný primitivismus.

6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky:

Kořeny jsou sice naznačeny, ale jsou netradičně situovány a to zejména po bocích kmene. Přidržují kmen zejména z levé strany. Dlouhé kořeny můžou značit vazbu na minulost a dětství. Pata kmene se rozšiřuje. Stabilita je tedy částečně také patrná. Základna není naznačena. Místo ní je strom usazen do trávy. Není jasné pevné a dobré zázemí (rodinné). Jemně naznačená struktura na kmeni je znakem citlivosti, zranitelnosti, schopnosti

bezkonfliktních vztahů. Konce větví se ohýbají dolů. Osoba může mít problém se sebeprosazením a má menší energetický potenciál. Čárkované větve jsou znakem lability. Strom celkově evokuje palmu, což zde značí stereotypní myšlení a nedostatek vitality. Součástí kresby nejsou listy ani plody. Není tu tedy viditelná potřeba projevovat hravost a radost z života.

8) Prostupnost stromu:

Kmen prostupující bez přerušení až do horní části koruny symbolizuje energii a pudy vycházející z minulosti. Znak volného, neregulovaného přístupu pudů do vědomí a malé psychické diferencovanosti. Jde i o známku nevyzrálosti.

Závěr hodnocení:

Žena bude spíše introvertní typ se zaměřením na minulost. Je citlivá, nekonfliktní, otevřená vůči druhým. Projeví se u ní někdy citová labilita a vratkost. Může mít problém se sebeprosazením. Neoplývá energií a vitalitou. Nemá ani touhu po projevování radosti a hravosti.

Poznámka:

Kresba poukázala na introvertní povahu ženy. Jak bylo patrné již z rozhovoru, žena bude citlivá a nekonfliktní. Kresba z velké části potvrzuje chování a odpovědi při rozhovoru.

6.5 Kazuistika 5

Muž: J

Věk: 73 let

Informace čerpány: z osobního rozhovoru s mužem, z pozorování.

Osobní anamnéza: Otevřený muž. Spíše extrovert. Při rozhovoru působí komunikativně a vyrovnaně. Dozvídám se, že má rád sport. Žije na vesnici v rodinném domě.

Rodinná anamnéza: Muž pochází ze tří dětí. Žije v rodinném domě se svou manželkou, s kterou společně vychovali dvě děti. Má přátele zejména v oblasti sportu (fotbalu), který dříve aktivně provozoval.

Test stromu - interpretace a rozhovor (muž J – Kresba stromu, Příloha 5)

Muž působí při rozhovoru pozitivně naladěný. Je veselý. Otázky mu nečiní nejmenší problém. Odpovídá okamžitě. Kresba mu zabere kolem pěti minut.

Odpovědi na položené otázky:

- Jak se momentálně cítíte? – J: „Dobře.“
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě? – J: „Zplodit dvě zdravé děti.“
- Kdo pro vás byl v životě nejdůležitější? – J: „Otec, manželka.“
- Co je pro vás v životě podstatné/důležité? – J: „Zdraví.“
- Co vnímáte jako smysl života? – J: „Mír na celém světě. Aby nebyly války a měli se všichni rádi.“

Interpretace kresby:

1) Popis a charakteristika kresby:

Strom s mohutným kmenem, kořeny a naznačenou čarou země. Hlavním prvkem je výrazný kmen a na něj napojené větve. Kresba je rozhodná a pevná. Vystihuje podstatu a je zaměřena na celek, ne na výčet detailů.

2) Velikost a umístění kresby:

Kresba je umístěna do středu výkresu a spíše do horní poloviny. Jedná se celkově o větší kresbu. Je zde tedy patrná symbolika intelektuální a spirituality. Pevný střed ztělesňuje sílu vlastního já, vědomí života a city. Vysoký strom znamená aktivitu, sebevědomí a směřování do budoucna. Větší kresba je dalším projevem osobního sebevědomí.

3) Celkový dojem:

Celkovým dojmem působí strom jako silný a stabilní. Schopný odolat vichřici (zátěži). Jeho základem je kmen, který pevně drží v zemi (symbol Já). Větve nejsou zdaleka tak silné jako kmen, který je veden celou výškou stromu.

4) Způsob provedení:

Strom je kreslen dynamickými tahy. Tlak na tužku je silnější. Tahy směřují od kmene ven. Tyto prvky značí energičnost, rozhodnost, odolnost vůči zátěži (možná je i zlostnost). Dále jde zřejmě o spontánní a temperamentní osobu. Muž bude extrovert.

5) Přítomnost infantilních znaků:

Kmen prostupuje bez přerušení celou korunou. Je otázkou, zda v tomto případě nejde o infantilní znaky. Může se jednat o malou psychickou diferencovanost, o nevyzrálost. Na druhé straně je také možná vitální energie, pudovost, instinktivnost a neregulovaný přístup do vědomí. Patrná je také disproporčnost mezi kmenem a větvemi – známka nedostatku dovedností.

6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky:

Kořeny jsou naznačeny rychle a jednoduše, přesto jsou součástí kresby. Osoba je zakotvena a orientuje se i na minulost. Kořeny skryté v zemi symbolizují nevědomí. Čára země naznačuje jistotu a stabilitu v rodině. Pata kmene je širší. Je spojena s dětstvím a počátkem vývoje. Zde je kmen nejširší (nejpevnější). V dětství tedy bude mít muž svoji jistotu. Kmen prostupující celou korunou naznačuje pudy, které se linou celou osobností a silnou vitalitu. Větve jsou rozmístěny pravidelně, což značí možnou nepružnost a nepřízřusobivost osobnosti. Jemná struktura kůry souvisí s možnou zranitelností, citlivostí. Tenké větve dokazují nerozhodnost a problém se sebezprosažením. Listy jsou znakem radosti, hravosti, živosti, vyhledávání nových zážitků, zájem o vnější dění, o okolí.

8) Prostupnost stromu:

Široký kmen umožňuje prostoupení energie v celé své šířce. Jak již bylo uvedeno, pudy a instinkty vychází z raného dětství. Můžeme se domnívat, že jde o vitalitu. Je ovšem možné, že jde o nevyzrálost.

Závěr hodnocení:

Muž je extrovertní typ. Otevřený vnějšímu světu a novému dění. Jeho osobnost bude sebevědomá a silná. Je si vědom sám sebe. Jeho minulost je pevná, důležitá a muž z ní vychází. Cítí v ní jistotu. Muž je energetický, schopen odolat zátěži. Má radost ze života. Může být ovšem i zranitelný a citlivý. V kresbě se objevují prvky symbolizující nevyzrálost.

Poznámka:

Jako u předchozích kreseb, i zde je patrná shoda mezi kresbou, rozhovorem a chováním muže. Některé znaky je těžké přesně definovat, jelikož je pro nás osoba cizí. Celkově však lze říci, že kresba potvrzuje předešlý rozhovor.

6.6 Kazuistika 6

Žena: M

Věk: 71 let

Informace čerpány: z osobního rozhovoru s ženou, z pozorování.

Osobní anamnéza: Žena je klidnější povahy, přátelská, částečně extrovertní. Jejím povahovým rysem je i zodpovědnost a preciznost. Žije s manželem v rodinném domě na vesnici. Často navštěvuje místní Klub důchodců, který je pro ni velkým zpestřením.

Rodinná anamnéza: Pochází z pěti dětí. S manželem vychovala dvě děti. Stýká se s přáteli i rodinou.

Test stromu - interpretace a rozhovor (žena M – Kresba stromu, Příloha 6)

Žena působí hned od prvního kontaktu mile, ale unaveně. Jak se později dozvídám, je to kvůli nemoci, kterou nedávno prodělala. Rozhovor na danou problematiku ji nečiní problém. Nad otázkami chvíli přemýšlí, pak teprve odpovídá. Kresbu začíná kreslit hned. Doba kresby je do 10 minut.

Odpovědi na položené otázky:

- Jak se momentálně cítíte? – M: „Unaveně. Jsem po nemoci.“
- Co vnímáte jako největší úspěch ve svém životě? – M: „Šťastná rodina.“
- Kdo pro vás byl v životě nejdůležitější? – M: „Maminka, manžel.“
- Co je pro vás v životě podstatné/důležité? – M: „V dnešní době určitě zdraví.“
- Co vnímáte jako smysl života? – M: „Spokojenost v rodině.“

Interpretace kresby:

1) Popis a charakteristika kresby:

Kresba je chudší. Jednoduše a úsporně řešena. Jakoby narychlo kreslena. Srdce stromu je neznatelné, neboť větve jsou napojeny na vodorovně přeťatý kmen – zjednodušení kresby. Strom připomíná vrbu.

2) Velikost a umístění kresby:

Strom je umístěn ve středu a inklinuje doprava. Kresba není velká, ale nejedná se ani o malý strom. Sebevědomí tedy nebude v této situaci výrazné. Střed ztělesňující vlastní já, vědomý život a city, je tenký, úzký. Inklinace doprava naznačuje otevřenost, vztah k druhým, k okolnímu světu, potřebu naplnění a budoucnost.

3) Celkový dojem:

Celkovým dojmem působí strom spíše jako keř nebo vrba. Strom působí jako tenký, slabý. Méně odolný vůči zátěži. Celkový dojem má projektovat osobnost jako takovou.

4) Způsob provedení:

Je patrný pomalejší tah a slabší tlak v linii kresby. Zdůrazněné jsou vertikální tahy. Tyto prvky poukazují na citlivost, jemnost, plachost, přizpůsobení. Dále také nerozhodnost a neprůbojnost. Ostré čáry, které tvoří trávu, mohou vyjadřovat úzkostnost.

5) Přítomnost infantilních znaků:

Je viditelná disproporčnost, která značí nedostatek dovedností. Přerušovaný kmen a na něj napojené rovné větve, značí nejmenší nároky na kreslířské dovednosti. Takto uzavřený kmen a zablokovaný přechod mezi kmenem a větvemi vypovídá o faktu, že myšlení a cítění nejsou plně integrované. Je zde bariéra mezi minulostí a tím, co vzniklo později. Jedná se o částečné

odmítání minulosti. Tento fakt je znakem dětské kresby, což je u dospělé kresby negativním prvkem.

6) + 7) Symbolická interpretace a interpretace detailů - kořeny, základna, pata kmene, kmen, srdce stromu, koruna, struktura větví, ovoce, listy a jiné doplňky:

Kořeny jsou pouze naznačeny a nevypovídají o tom, že by měly strom vyživovat a držet. Půjde tedy o chabé zakořenění a nevyrovnané pouto k rodičům. Žena potřebuje pevnější zakotvení. Základna je naznačena v podobě trávy. Žena si je tedy vědoma zázemí ve svém životě. Pata kmene vypovídá o nejranějším dětství. V této části je kmen rozšířen doleva. To symbolizuje těžké rozhodování a neochotu začínat něco nového (i symbol zpomalenosti, závislosti na matce). Zablockovaný kmen je prvkem bariéry. Jde o problém mezi myšlením a cítěním, jde také o překážku mezi minulostí a současností. Jemná struktura kůry vyznačuje citlivost. Na neklid, neovládání a střídání cílů ukazují paprskové větve. Tenké větve značí nerozhodnost a slabost. Listy jsou prvkem radosti, živosti, zdobnosti a potřeby uznání.

8) Prostupnost stromu:

Strom není prostupný, neboť je kmen zablockován čarou. Energie osobnosti tedy nemůže plně proudit.

Závěr hodnocení:

Z kresby je patrná menší odolnost osobnosti ženy vůči zátěži, její částečná vratkost, zranitelnost a nestálost. Žena je orientována na okolní svět a druhé. Je pro ni důležitá budoucnost. Je spíše nerozhodná a citově nestabilní. Její zakotvení v minulosti není pevné. Je možné, že není vyrovnaná s nějakým faktem z minulosti (nemusí o něm vědět). Momentálně cítí větší zázemí. Žena je ovšem i radostná, živá, veselá. Touží po uznání.

Poznámka:

Je pravděpodobné, že fyzický stav ženy (po nemoci) ovlivnil celou úroveň kresby. Můžeme se ale domnívat, že kresba poukazuje i na reálné prvky osobnosti autorky.

7 Diskuze

V rámci diplomové práce byly vymezeny tyto otázky: Ovlivňuje stáří fakt, jak klienti přistupují ke kresbě a jak na ni reagují? Jaká jsou specifika arteterapeutické činnosti u seniorů? Projeví se v kresbách události (pozitivní i negativní) ze života starého člověka? Popisují kresby povahové rysy autorů? Je možné zaznamenat rozdíly v kresbách u seniorů žijících v domácím prostředí a v domově pro seniory?

Snahou této kapitoly je odpovědět na vymezené otázky a blíže se zamyslet nad uvedenými kresbami stromů.

Z kazuistik vyplývá, že stáří ovlivňuje přístup ke kresbě i reakce na ni. Během pozorování seniorů jsem měla dostatek času zjistit, že většina seniorů má strach z neúspěchu v práci (a nejvíce pokud se jedná o manuální činnost). Před prací dlouho přemýšlí a rozvažují postup práce. Málokdo začíná kreslit okamžitě po zadání. Jejich snaha a stanovený osobní cíl často neodpovídají jejich představám. Během práce někteří negativně hodnotí svůj výtvar a hledají na něm chyby. Dokonce jednou vznikla situace, že při zadání kresby dotyčná žena řekla, že je to na ni příliš složitý úkol a není schopna ho zvládnout. Tato žena není zahrnuta v popisovaných kazuistikách. I přes snahu o povzbuzení a pozitivní motivaci se nepodařilo ženu přesvědčit k realizaci kresby. Je ovšem pravdou, že negativní postoj ke kresbě může pramenit ze zhoršené motoriky či jiných faktorů (fyzických), které se objevují v důsledku stárnutí.

Několikrát se také senioři znovu ptají na zadání kresby během práce. Jde o utvrzení, zda vše dělají podle požadavků. Důležitým poznatkem pro mě bylo, že starší lidé potřebují stálou podporu a slova ujištění při své práci.

Jaká jsou specifika arteterapeutické činnosti u seniorů? Jak již bylo zmíněno, staří lidé více než dospělá populace potřebují slova ujištění. Ujištění by mělo být nedílnou součástí každé (nejen tvořivé) práce. V činnostech se projevuje i typický rys seniorů, kterým je koncentrace na vlastní osobu. Většina klientů nejprve vyřeší své potřeby (telefonáty, svačinu, kávu, rozhovor se spolusedícím atd.) a teprve poté jsou ochotni pozorně pracovat. Pokud se stane, že jim práce nevyhovuje, je těžké je přesvědčit, aby pokračovali. Při hodnocení jsou zaměřeni na své nedostatky nebo naopak přednosti. Dalším specifikem je potřeba sdílení, kterou jsem si uvědomila u všech šesti rozhovorů. Pokud nenarazíme na člověka převážně introvertního, musíme počítat s tím, že na práci budeme potřebovat více času. Jakmile se senioři rozhovoří o nějakém tématu, není lehké je přerušit či ukončit s nimi rozhovor. Je zde zřetelná snaha seniorů vyjádřit svoje myšlenky a zkušenosti, a to zejména u žen. Jednoslovná

nebo krátká odpověď je ojedinělá. Lidé vyššího věku velmi rádi popisují svou minulost, zejména pokud vidí pozitivní přijetí u druhých. Na popisovaný fakt částečně navazuje další skutečnost, a tou je poskytnutí času. Čas pro vnímání, naslouchání, čas na danou činnost, čas na promyšlení práce. Lidé pokročilejšího věku obvykle vnímají čas jinak než pracující lidé středního věku. Tempo seniorů je podstatně klidnější a čas již pro ně není tak směrodatný. Proto i od druhých vyžadují dostatek času. Zvláštnost seniorského období, která je na první pohled patrná, je postupné zhoršení zdravotního stavu. Zhoršení motoriky, smyslových funkcí, fyzické zdatnosti, pozornosti, reakcí na podnět, paměti atd. Je tedy potřeba počítat s tím, že i fyzický stav může ovlivňovat celkové chování a činnost seniora. Jako příklad lze uvést ženu D - 79 let, která z důvodů zhoršování zraku nemohla provést kresbu tak, jak by chtěla a jak by dříve zvládla.

Projeví se v kresbách události (pozitivní i negativní) ze života starého člověka? Domnívám se, že ano. Jak je uvedeno u charakteristiky Testu stromu, nelze pouze podle kresby stromu přesně vyvodit jasné zvláštnosti ze života člověka. Nalézt vše, co prožil a co ho ovlivnilo. Lze konstatovat, že Test stromu může být jistým vodítkem, které nám pomůže nalézt podstatné fakty ze života. Půjde o takové fakty, které zřetelně ovlivnily (ovlivňují) autora kresby. V kresbě starší osoby se může projevit více faktorů, neboť prožila mnohem více situací než například malé dítě. Je ovšem žádoucí, aby byly podněty, na které kresba poukazuje, dále ověřovány.

Popisují kresby povahové rysy autorů? Domnívám se, že tato myšlenka je samotnou podstatou Testu stromu. Nelze z jednoho setkání určit, zda kresba stromu přesně odpovídá povahovým zvláštnostem jedince. Na takový závěr by bylo třeba větší množství ověřovacích metod. Jak jsem ale sama zjistila, většina kreseb odpovídá tomu, jak na mě lidé na první pohled působili a jak se chovali. Test stromu také může poukázat na skutečnosti, které jsou skryté, a osoba je nechce na sebe prozradit. Mohou to být skutečnosti, které sama ani netuší.

Je možné zaznamenat rozdíly v kresbách u seniorů žijících v domácím prostředí a v domově pro seniory? Tato otázka je velmi složitá a není možné na ni zcela odpovědět. Z kreseb lze vyvodit, že na popisovaných šest osob má částečný vliv i to, kde žijí. Osoby žijící ve svém původním domácím prostředí mají průměrně větší jistotu v současnosti, cítí se klidněji a vyrovnaněji. Některé z nich pociťovaly i větší pocit stability a harmonie v období dětství a ve své minulosti. Tento fakt samozřejmě ovlivňují i jiné věci než pouze prostředí. Vnějších faktorů, které působí na osobnost, je mnoho. Je možné, že jistá spojitost tu ale je.

Pokud by byly porovnány interpretace kreseb z publikace Test stromu (Zdeněk Altman, 1998) a interpretace kreseb v této práci, lze konstatovat, že je zde jistá shoda v pochopení symbolických významů kreseb. I interpretace nalezených symbolů je podobná. Musíme ovšem brát v úvahu individualitu každého zhodnocovatele a jeho osobní pohled na kresbu, který nikdy nebude plně totožný s pohledem dalšího člověka, který výsledek hodnotí.

Je zajímavé porovnat odpovědi seniorů na položené otázky. Pro všechny popisované seniory je důležitý kontakt s blízkými lidmi, mít vedle sebe člověka, který jim porozumí a naslouchá. Hodnota peněz a majetku již není zdaleka tak důležitá. Dalším společným tématem bylo zdraví. Staří lidé si daleko více uvědomují hodnotu zdraví a přikládají mu velkou důležitost. Důraz byl také kladen na dobrou výchovu dětí. Dalo by se říci, že pro většinu osob bylo důležité mít děti a správně je vychovat. To lze očekávat, neboť v naší společnosti je stále hlavním posláním člověka mít rodinu. Naproti tomu je zajímavý fakt, že až na dva seniory (kteří jsou manželé), není kladen žádný důraz na životního partnera (manžel, manželka atd.). Daleko větší ocenění a uznání získali rodiče či prarodiče. Tuto skutečnost vnímám jako nečekanou a je těžké určit, proč vychází právě takto.

Závěrem lze tedy říci, že smyslem života je pro většinu seniorů soulad s přírodou a s lidmi. Nalezení jistoty a bezpečí v kruhu svých nejbližších a rodiny. Možná i odpuštění a urovnání starých křivd.

„A přece je to krásné, když si člověk zavzpomíná, jak byl hloupý v mládí.“

Romain Rolland

Závěr

Práce s názvem „Využití arteterapie u seniorů a význam smyslu života“ shrnuje základní poznatky v oboru arteterapie, která je jedním z možných způsobů psychoterapie. Popisuje její směry, metody, formy, cíle a další aspekty, které s metodou souvisí. Dále obsahuje poznatky, které popisují období seniorského věku. Obecně charakterizuje stáří a nahlíží na něj z pohledu tělesných, psychických, emocionálních a osobnostních změn, včetně socializace starých lidí. Práce se také dále zabývá tematikou umírání a smrti, které nedílně ke stáří patří. Práce se věnuje i smyslu života. Tento pojem je také uveden v názvu práce. Smysl života souvisí se všemi fázemi vývoje člověka, ale můžeme se domnívat, že právě ve stáří nabývá největší důležitosti. Senior přehodnocuje svůj dosavadní život, a pokud nalezne rovnováhu a klid, najde i konečný smysl svého bytí. Právě proto zaujímá smysl života v této práci tak zásadní postavení. Je také symbolicky obsažen v Testu stromu. Test stromu projektuje osobnost kreslíře, tedy i jeho „já“ a jeho vnímání sebe sama. Dále symbolizuje to, co člověk považuje za podstatné a důležité ve svém životě, tedy smysl života.

V praktické části je nejprve popsán Test stromu a další kresebné testy. Dále je nastíněna charakteristika místa, kde proběhla polovina praktické části (Domov pro seniory v Moravské Třebové) a krátce popsána případová studie – kazuistika, která je dále využívána. Praktická část dále obsahuje šest rozpracovaných kazuistik, ke kterým je připojeno pět otázek zabývajících se životem a smyslem života. Poté následuje využití prvků metody: Test stromu. Poslední fází je snaha interpretovat kresby stromů pomocí prvků metody. Na závěr je praktická část zhodnocena v diskuzi.

Záměrem práce bylo využití arteterapie u skupiny ne zcela oblíbené a vyhledávané. U skupiny, která vyvolává v mladších generacích spíše respekt a odstup. Domnívám se, že arteterapie se seniory je neméně důležitá jako u jiných skupin a bylo by dobré přikládat ji větší význam.

Pokusila jsem se pomocí arteterapie přiblížit osobnost seniora a doufám, že se mi to alespoň částečně podařilo. Test stromu je velmi zajímavou metodou, která mi pomohla lépe nahlédnout na charakteristiku stárnoucích lidí a více pochopit jejich prožívání. Zejména z praktické části jsem si odnesla mnoho poznatků a zkušeností týkajících se seniorů.

Doufám, že má práce najde své čtenáře a přinese nové pohledy na práci s touto skupinou. Zejména by mě potěšil zájem u osob, které se seniory přicházejí do kontaktu každý den. Byla bych také velmi ráda, kdyby tato práce přispěla k pozitivnímu přístupu arteterapie u seniorů. Kéž by poukázala na rozmanitost, barevnost a bohatost práce s těmito lidmi.

Zdroje

ALTMAN, Zdeněk. *Test stromu: Příručka*. 1. vydání, Praha: Pražská pedagogicko-psychologická poradna s. r. o., 1998.

BOVENBERG, Lans, Arthur van SOEST a Asghar ZAIDI. *Ageing, Health and Pensions in Europe*. 1. vydání. Houndmills; New York: N.Y.: Palgrave Macmillan, 2010. ISBN 978-0-230-28290-2.

BRZÁKOVÁ BEKSOVÁ, Kateřina. *Geriatrická problematika v pastorální péči*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2013. ISBN 978-80-246-2296-5.

CAMPBELLOVÁ, Jean. *Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. 2. vydání. Praha: PORTÁL, 2000. ISBN 80-7178-428-1.

ČEVELA, Rostislav, Zdeněk KALVACH a Libuše ČELEDOVÁ. *Sociální gerontologie: Úvod do problematiky*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3901-4.

Česká arteterapeutická asociace. *Definice a cíle arteterapie* [online]. Praha: Česká arteterapeutická asociace, 2012 [cit. 2016-03-02]. Dostupné z: <http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=22>

DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-4138-3.

Encyclopedia Britannica. *Art* [online]. [cit. 2016-04-20]. Dostupné z: <http://www.britannica.com/art/visual-arts>

ERIKSON, Erik Homburger. *The Life Cycle Completed: Extended version with New Chapters on the Ninth Stage of Development by Joan H. Erikson*. 1. vydání. New York: W. W. Norton & Company, 1998. ISBN 0-393-0393.

FROTSCHER, Sven. *Pět tisíc znaků a symbolů světa*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2230-6.

GUBRIUM, Jaber F. a James A. HOLSTEIN. (eds.) *Ways of Aging*. Oxford: Blackwell, 2003. ISBN 0-631-23059-9.

- HUDÁKOVÁ, Anna a Ludmila MAJERNÍKOVÁ. *Kvalita života seniorů v kontextu ošetrovatelství*. 1. vydání. Praha: Protisk, 2013. ISBN 978-80-247-7575-3.
- JANDOUREK, Jan. *Slovník sociologických pojmů*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3679-2.
- JEBAVÁ, Jana. *Úvod do arteterapie*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 1997. ISBN 80-7184-394-6.
- JEDLIČKA, Richard. *Teorie výchovy-tradice, současnost, perspektivy*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2412-9.
- KASTOVÁ, Verena. *Dynamika symbolů*. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-371-4.
- KOLÁŘOVÁ, Helena. *Základy grafologie*. *Ografologii.blogspot.com* [online]. 2004 [cit. 2016-04-10]. DOI:Grafologie a Psychologie. Dostupné z: <http://ografologii.blogspot.cz/2007/12/test-kresby-stromu.html>
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. 1. vydání. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0179-0.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie smysluplnosti existence*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1370-5.
- KUBÁTOVÁ, Helena. *Sociologie životního způsobu*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2456-0.
- KUPKA, Martin. *Psychosociální aspekty paliativní péče*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-46-50-0.
- KUTNOHORSKÁ, Jana. *Výzkum v ošetrovatelství*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2713-4.
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 4. aktualizované vydání. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-1284-0.
- LIEBMANN, Marian. *Skupinová arteterapie*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3.

- MALCHIODI, Cathy. A. *Handbook of art therapy*. 1. vydání. New York: Guilford Press Divize společnosti Guilford Publications, Inc. 72 Spring Street, 2003. ISBN 1-57230-809-5.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Výbor z díla*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1056-6.
- MATOUŠEK, Oldřich. *Potřebujete Psychoterapii?*. 1. vydání. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-036-7.
- MUSILOVÁ, Marcela. *Případová studie jako součást pedagogické praxe*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2002. ISBN 80-244-0749-3.
- MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 80-210-3345-2.
- MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2. přepracované vydání. Praha: Grada Publishing, 2014. ISBN 978-80-247-4172-7.
- OSWALD, Wolf Dieter, Gatterer GERALD a Ulrich M. FLEISCHMANN. *Gerontopsychologie*. 2. auflage. New York: Wien: SpringerWien, 2008. ISBN 978-3-211-75685-0.
- OTTO. *Ottův slovník naučný: Dvacátý šestý díl* [online]. 1. vydání. Praha: J.Otto, 1907 [cit. 2016-02-27]. ISBN 3-6105-121-157-593. Dostupné z: <https://archive.org/stream/ottvslovnknauni41ottogoog#page/n6/mode/2up>
- POTMĚŠILOVÁ, Petra a Petra SOBKOVÁ. *Arteterapie a artefietika nejen pro sociální pedagogy*. 1. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. ISBN 978-80-244-3120-8.
- RŮŽIČKOVÁ, Marie. Arteterapie a senioři. *Arteterapie* [online]. Česká arteterapeutická asociace, 2012, (6. číslo), 6 stran [cit. 2016-03-12]. DOI: http://www.arteterapie.cz/?kategorie=clanky_stale&podkategorie=casopis&clanek=66. Dostupné z: www.arteterapie.cz
- Sociální služby města Moravská Třebová. *Domov pro seniory* [online]. Moravská Třebová, 2016 [cit. 2016-04-14]. Dostupné z: <http://www.ddmt.cz/>
- SLEZÁČKOVÁ, Alena. *Průvodce pozitivní psychologií*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3507-8.

SMÉKALOVÁ, Lucie a Naděžda ŠPATENKOVÁ. *Edukace seniorů*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5446-8.

STUART-HAMILTON, Ian. *Psychologie stárnutí*. 1. vydání. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-274-2.

SÝKOROVÁ, Dana a Oldřich CHYTIL. *Autonomie ve stáří*. 1. vydání. Ostrava: Ostravská univerzita, 2004. ISBN 80-7326-026-3.

ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie: Rozšířené vydání*. 3. vydání. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1043-6.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka a kol. *Přehled vývojové psychologie*. 3. upravené vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0.

ŠTĚPÁNKOVÁ, Hana a Cyril HÖSCHL. *Gerontologie: Současné otázky z pohledu biomedicíny a společenských věd*. 1. vydání. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2684-0.

Umění (art). *Arts lexikon* [online]. Praha: Arts lexikon, 2012 [cit. 2016-02-27]. Dostupné z: <http://artslexikon.cz/index.php/Um%C4%9Bn%C3%AD>

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie 2*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

Wikipedie. *Případová studie* [online]. Praha: Wikipedie, 2016 [cit. 2016-04-14]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org>

Seznam příloh

Příloha č. 1 – žena E, 73 let, Kresba stromu

Příloha č. 2 – žena D, 79 let, Kresba stromu

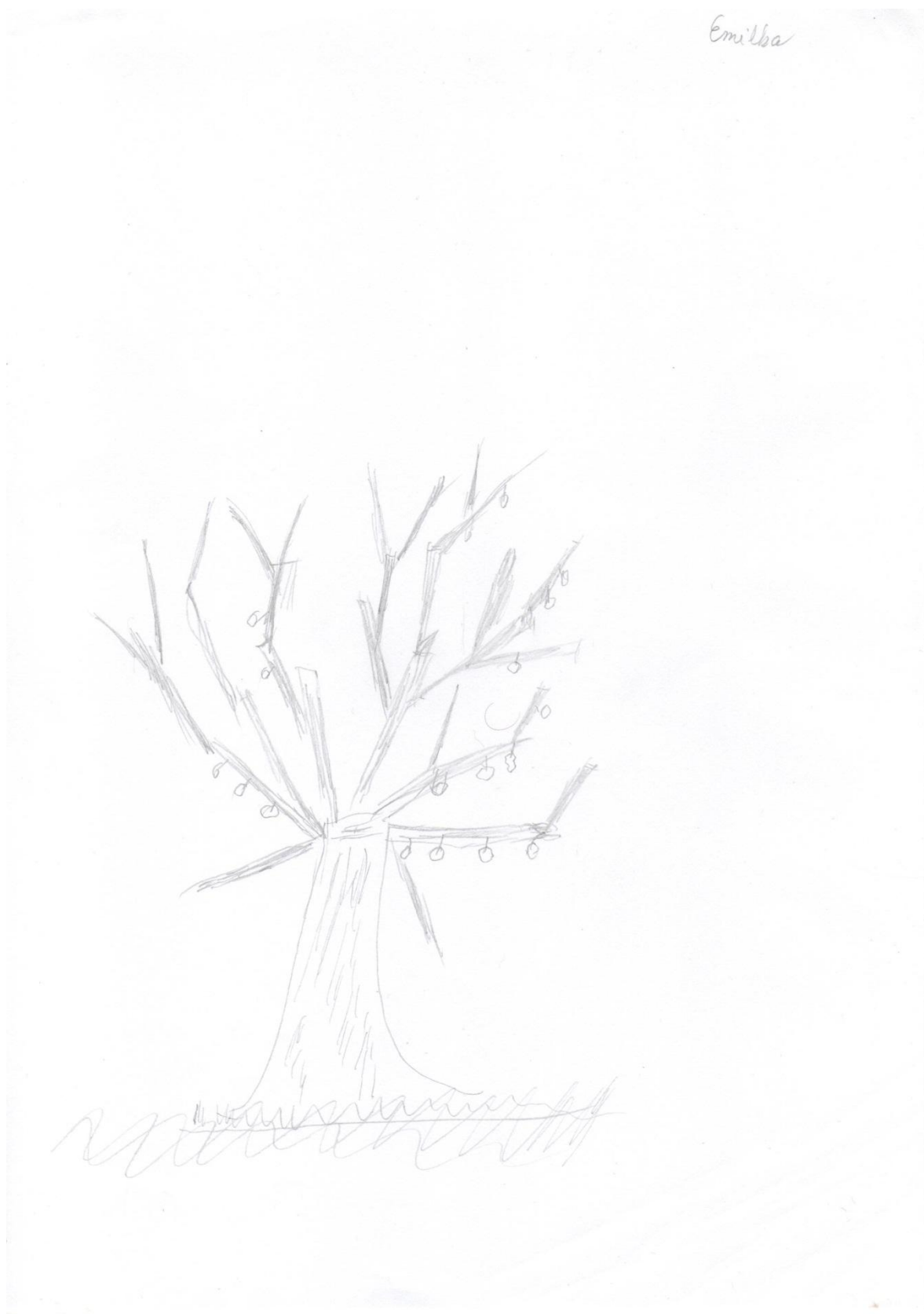
Příloha č. 3 – žena A, 87 let, Kresba stromu

Příloha č. 4 – žena L, 86 let, Kresba stromu

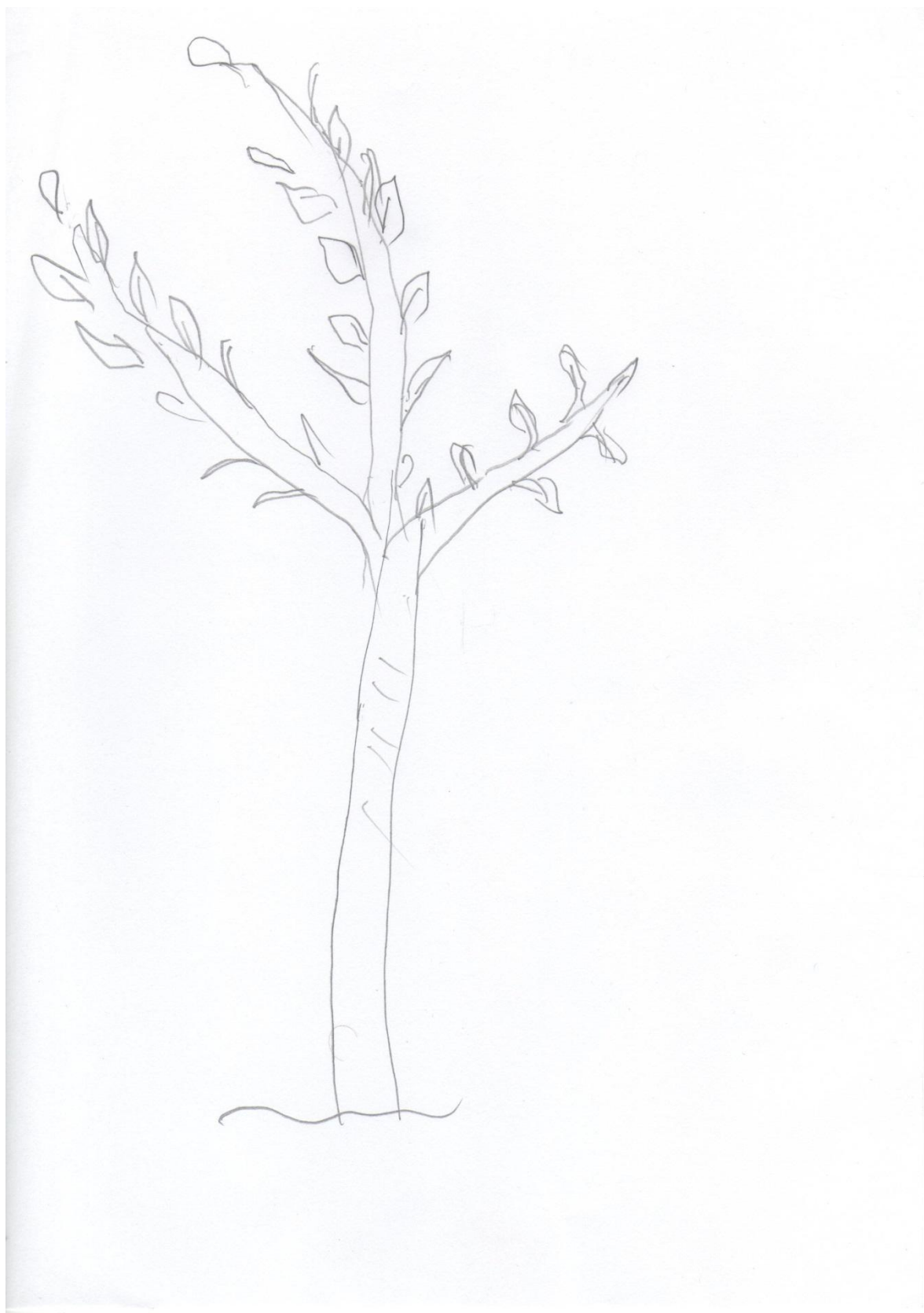
Příloha č. 5 – muž J, 73 let, Kresba stromu

Příloha č. 6 – žena M, 71 let, Kresba stromu

Příloha č. 1 – žena E, 73 let, Kresba stromu



Příloha č. 2 – žena D, 79 let, Kresba stromu



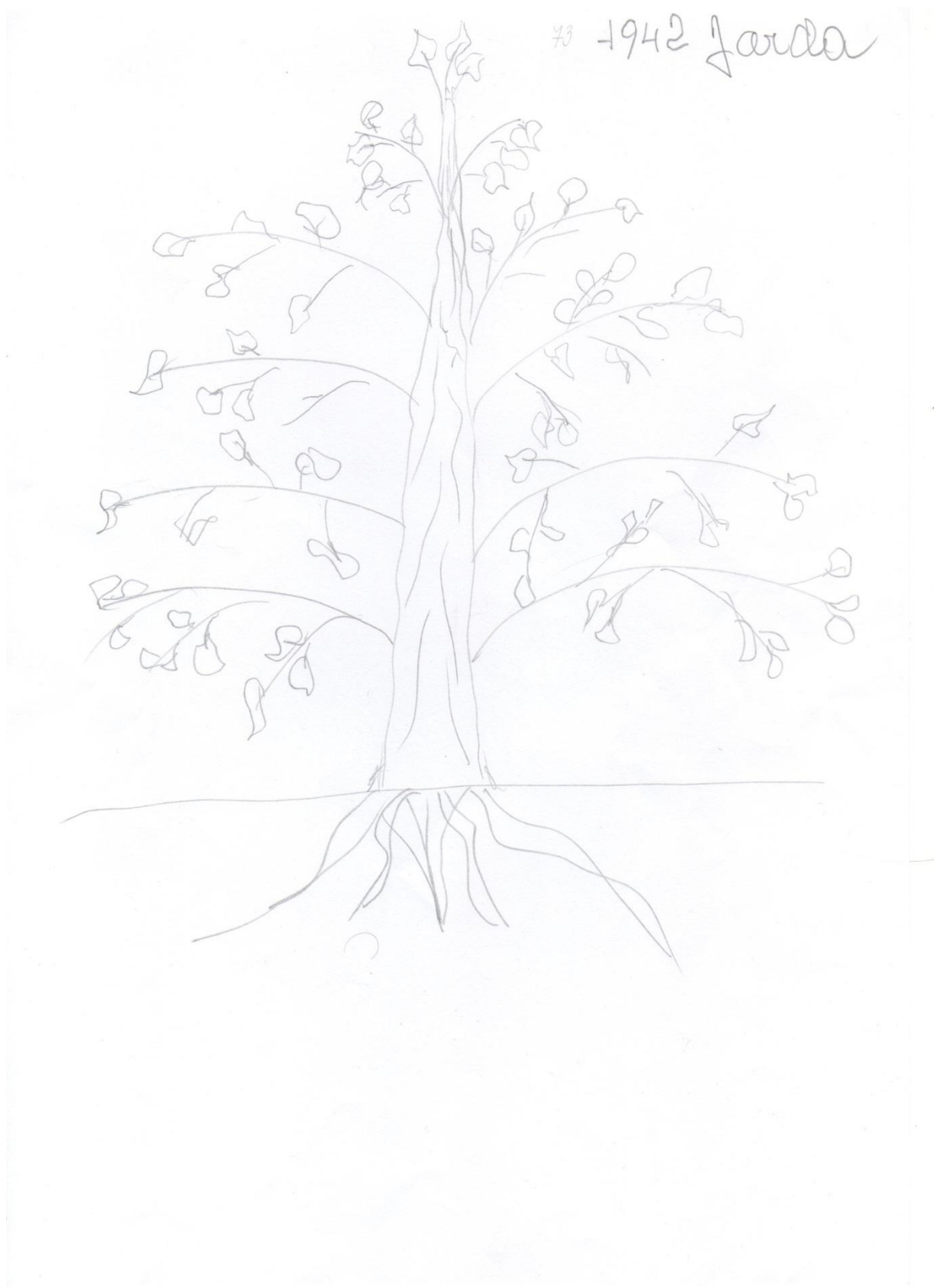
Příloha č. 3 – žena A, 87 let, Kresba stromu



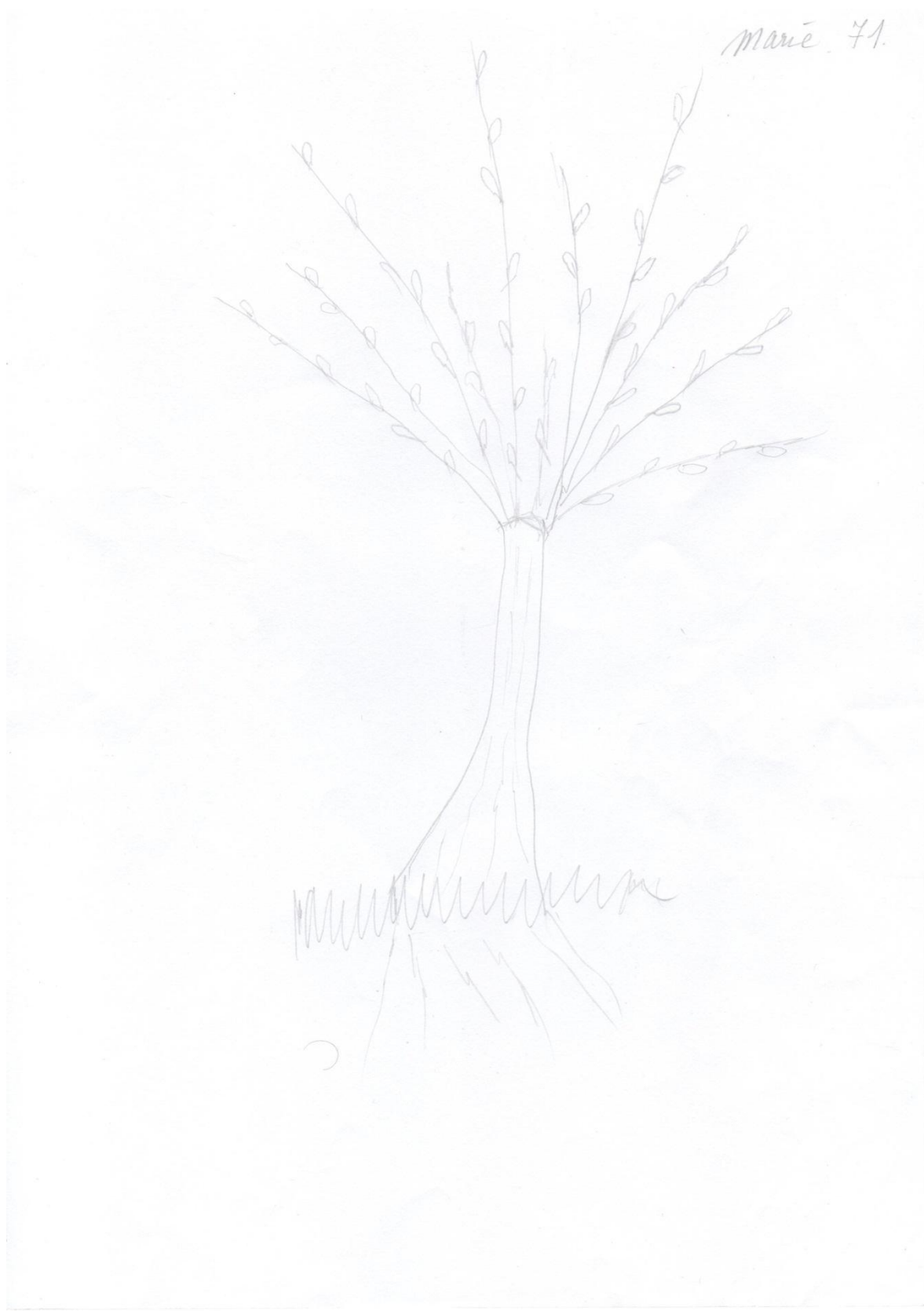
Příloha č. 4 – žena L, 86 let, Kresba stromu



Příloha č. 5 – muž J, 73 let, Kresba stromu



Příloha č. 6 – žena M, 71 let, Kresba stromu



Anotace

Jméno a příjmení:	Bc. Tereza Berková, roz. Urbášková
Katedra:	Katedra psychologie a patopsychologie
Vedoucí práce:	Mgr. et Mgr. Iveta Tichá
Rok obhajoby:	2016
Název práce:	Využití arteterapie u seniorů a význam smyslu života
Název v angličtině:	The use of the art therapy in seniors and the importance of the meaning of life
Anotace práce:	Práce s názvem "Využití arteterapie u seniorů a význam smyslu života" shrnuje základní poznatky v oboru arteterapie. Teoretická část popisuje směry, metody, formy, cíle a další aspekty, které s arteterapií souvisí. Teoretická část dále vymezuje seniorský věk, obecně charakterizuje stáří a nahlíží na něj z pohledu tělesných, psychických, emocionálních a osobnostních změn, včetně socializace. Práce se také zabývá tematikou umírání a smrti, věnuje se i smyslu života. V praktické části je nejprve uvedena testová metoda - Test stromu a další testy. Je popsáno místo, kde praxe probíhala. Nakonec je prezentováno 6 kazuistik seniorů s jejich interpretací. Práce je zakončena diskuzí.
Klíčová slova:	arteterapie, arteterapie se seniory, seniorské období, smysl života, smrt a umírání, stáří, Test stromu
Anotace v angličtině:	This diploma thesis titled "The use of the art therapy in seniors and the importance of the meaning of life" summarizes basic knowledge in the field art therapy. The theoretical part describes the ways, methods, forms, goals and other aspects related to art therapy. Next, the theoretical

	part defines the senior age, in general, characterizes ages and looks at it from the perspectives of physical, mental, emotional and personality changes, including socialization. The thesis also deals with the theme of death and dying and discusses also the meaning of life. In the practical part, there are mentioned test methods - Test of tree, and other tests. It is described the place where the practical part was made. Finally, there are presented 6 case studies of seniors together with their interpretation. The work is finished with discussions.
Klíčová slova v angličtině:	art therapy, art therapy with seniors, senior age, ages, the meaning of life, death and dying, Test of tree
Přílohy vázané v práci:	ilustrace
Přílohy volně vložené:	1 CD
Rozsah práce:	82 stran + 6 stran příloh (173 842 znaků)
Jazyk práce:	čeština