

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Bc. Bohdana Štěpánová

**Vybrané techniky dramaterapie a jejich vliv na klienty se  
závislostí na detoxikačním oddělení.**

Vedoucí práce:

Mgr. Kristýna Krahulcová, PhD.

Olomouc 2017

### **Prohlášení studenta**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci s názvem „Vybrané techniky dramaterapie a jejich vliv na klienty se závislostí na detoxikačním oddělení“, vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a za použití pramenů uvedených v seznamu citované literatury.

V Olomouci, dne.....

Bc. Bohdana Štěpánová

## **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat především vedoucí své práce, Mgr. Kristýně Krahulcové, PhD., která mi a mé práci věnovala velikou část svého času. Paní doktorce jsem velmi vděčná za podporu a odborný náhled. Dále také děkuji vedení detoxikačního oddělení v Olomouci, jmenovitě panu primáři Zdeňku Faldynovi za povolení výzkum realizovat a staniční sestře Kateřině Havránková za rychlé odpovědi na otázky, týkající se mé práce.

# OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>7</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>8</b>
<b>1 ZÁVISLOST.....</b>	<b>9</b>
1.1 Závislost na alkoholu .....	11
1.2 Závislost na pervitině .....	13
1.3 Závislost na marihuaně.....	15
1.4 Léčebná zařízení pro uživatele návykových látek.....	16
1.4.1 Terénní programy .....	16
1.4.2 Nízkoprahová kontaktní centra .....	17
1.4.3 Substituční léčba.....	17
1.4.4 Ambulantní léčba .....	18
1.4.5 Detoxifikační jednotky .....	18
1.4.6 Střednědobá ústavní péče .....	19
1.4.7 Denní stacionáře .....	20
1.4.8 Terapeutické komunity .....	20
1.4.9 Doléčovací programy .....	22
<b>2 DRAMATERAPIE.....</b>	<b>23</b>
2.1 Vymezení .....	23
2.2 Klientela dramaterapie.....	24
2.3 Cíle dramaterapie .....	25
2.4 Prostředky dramaterapie .....	26
2.5 Masky v dramaterapii .....	26
2.6 Symbol v dramaterapii .....	28
2.7 Metafora a příběh v dramaterapii.....	28
2.8 Loutky v dramaterapii .....	29
<b>3 DRAMATERAPIE U LIDÍ SE ZÁVISLOSTÍ.....</b>	<b>31</b>
4.1 Prvky dramaterapie v doléčovacím zařízení v Olomouci .....	31

4.2	Dramaterapie v terapeutické komunitě .....	32
4.3	Dramaterapie na detoxu v Olomouci .....	33
<b>EMPIRICKÁ ČÁST .....</b>		<b>35</b>
<b>4 METODOLOGICKÁ VÝCHODISKA VÝZKUMU.....</b>		<b>36</b>
4.1	Vymezení výzkumného problému .....	36
4.2	Cíle výzkumu .....	37
4.3	Výzkumné otázky.....	38
4.4	Design výzkumu (výzkumný plán).....	38
4.4.1	Triangulace.....	40
4.4.2	Kvalitativní výzkum .....	41
4.5	Charakteristika souboru.....	42
4.6	Metody sběru dat.....	43
4.6.1	Pozorování.....	43
4.6.2	Polostrukturovaný rozhovor .....	44
4.6.3	Deník účastníků výzkumu .....	46
4.7	Metody analýzy výzkumného šetření .....	47
4.7.1	Otevřené kódování .....	47
4.7.2	Axiální kódování a sekundární interpretace výzkumníka .....	48
4.8	Charakteristika zařízení .....	48
<b>5 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT.....</b>		<b>51</b>
5.1	Zkoumané techniky .....	51
5.1	Průběh analýzy dat .....	55
5.2	Otevřené kódování _rozhovory .....	55
5.3.1	Sekundární interpretace výzkumníka.....	59
5.4	Pozorování .....	61
5.5	Otevřené kódování – deníky.....	65
5.6	Zodpovězení výzkumných otázek .....	67
5.7	Interpretace výsledků .....	68
<b>6 DISKUZE.....</b>		<b>69</b>
6.1	Limity studie .....	69

6.2 Doporučení pro praxi.....	70
6.3 Rešerše dat na podobné téma.....	71
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>73</b>
<b>SEZNAM LITERATURY .....</b>	<b>74</b>
<b>ANOTACE.....</b>	<b>78</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>80</b>
<b>SEZNAM ZKRATEK.....</b>	<b>81</b>
<b>SEZNAM TABULEK .....</b>	<b>82</b>

## ÚVOD

Dramaterapie představuje pro mnoho lidí něco neznámého, nepředstavitelného. Stejně tak vnímala tento druh terapie i samotná autorka, než byla přijata na studium Speciální pedagogiky se zaměřením na dramaterapii. Během studia byla autorce nabídnuta spolupráce, v týmu dobrovolníků, který dochází na detoxikační oddělení v Olomouci. Tuto nabídku v roce 2014, přijala. Na tomto oddělení byla a je dobrovolníky realizována dramaterapeutická intervence. Autorku práce s tamní klientelou zaujala a začala se více o dramaterapii lidí se závislostí zajímat. Na základě zkušeností, získaných během pár let aktivní účasti na dramaterapeutických setkáních na detoxikačním oddělení v Olomouci, se autorka rozhodla svůj výzkum realizovat právě na tomto místě. Všimla si nedostatku ozkoušených dramaterapeutických technik, které by využívaly různý výtvarný materiál a masku. Tento fakt zaujal autorku natolik, že se rozhodla své výzkumné šetření realizovat s těmito typy technik. Dalším „lákadlem“ se stala pro autorku zvědavost. Po každé dramaterapeutické intervenci proběhla zpětná vazba s účastníky, avšak málokdy byla tato reflexe pro autorku z pohledu vlivu techniky na účastníka, uspokojivá. Na základě těchto poznatků se autorka rozhodla kvalitně vybrané techniky prozkoumat.

Práce je rozdělena na teoretickou a empirickou část. Teoretickou část autorka rozdělila na 3 kapitoly. První kapitola se věnuje závislosti. Autorka se snaží tímto tématem přiblížit čtenáři klientelu, se kterou výzkumné šetření realizovala. Jsou zde popsány závislosti pro detoxikační oddělení typické. Autorka se rozhodla také popsat systém léčby lidí se závislostí. Druhá kapitola je věnována základním informacím o dramaterapii a jsou zde blíže popsány prostředky, které byly v této práci zkoumány. Ve třetí kapitole je snahou autorky čtenáři představit dramaterapii lidí se závislostí, z jiných zařízení.

Empirická část je rozdělena taktéž na 3 kapitoly. První kapitola je věnována metodologickým východiskům. Autorka zde vymezuje výzkumný problém, představuje cíle výzkumu a výzkumné otázky. Dále je zde popsán výzkumný soubor, metody sběru dat a metody analýzy dat. Autorka pro tuto práci zvolila kvalitativní výzkum. Použila metody kvalitativního výzkumu a to rozhovor, pozorování a doplňující metodu deník účastníka. Takto získaná data autorka analyzovala metodou otevřeného kódování, axiálního kódování a sekundární interpretací výzkumníka. Samotnou analýzu a interpretaci dat, popisuje autorka ve druhé kapitole empirické části. Ve třetí kapitole se zabývá autorka limity studie, doporučení pro praxi a rešerší dat. Celou diplomovou práci autorka shrnula v závěru.

## TEORETICKÁ ČÁST

Teoretická část vznikla na základě prostudované odborné literatury, odborných článků a výzkumů. Tato část je postavená tak, aby čtenáři představila zkoumanou problematiku a přiblížila teoretické podklady výzkumného šetření.

Teoretická část je složena ze tří stěžejních kapitol. První kapitola se věnuje tématu závislost. Tato kapitola je rozdělena na čtyři podkapitoly. Autorka popisuje nejčastější typy závislostí, se kterými se v rámci výzkumného šetření na detoxikačním oddělení v Olomouci setkala. Popisuje závislost na alkoholu, pervitinu a marihuaně. Na těchto látkách byli účastníci výzkumu závislí. Ve čtvrté podkapitole autorka rozepisuje systém léčby lidí se závislostí. Vnímá to jako důležitý prvek, který čtenáři představuje velký „kolotoč“, jehož je detoxikační oddělení součástí.

Ve druhé kapitole autorka představuje čtenáři dramaterapii. Jedná se o rozsáhlé téma. Proto se autorka rozhodla představit pouze základní informace, jako je vymezení, cíle dramaterapie, klientela a prostředky. Prostředků používaných v dramaterapii je velké množství. Autorka popisuje čtyři konkrétní prostředky, které ve svém výzkumném šetření využila. Jedná se o práci s maskou, práci s loutkou, práce se symbolem a metaforou.

Tyto dvě předchozí kapitoly se autorka rozhodla propojit v kapitole třetí. Hledala inspiraci a příklady dramaterapie v jiných zařízeních, které jsou určeny lidem se závislostí. Podařilo se jí najít dvě publikace, kde je podrobně dramaterapie lidí se závislostí popsána.



# 1 ZÁVISLOST

Většina autorů ve svých knihách (zaměřené na závislosti) cituje definici závislosti podle 10. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (dále MKN), která popisuje závislost jako syndrom závislosti.

**Syndrom závislosti** – jedná se o skupinu fyziologických, behaviorálních a kognitivních jevů, v nichž užívání nějaké látky má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více. Hlavní popisnou charakteristikou závislosti je touha (často silná, někdy přemáhající) brát psychoaktivní látky (které mohou, avšak nemusí být lékařsky předepsány). Nešpor (2011) uvádí, že definitivní diagnóza závislosti by se obvykle měla stanovit pouze tehdy, jestliže během jednoho roku došlo, ke třem nebo více následujícím jevům.

- **Silná touha nebo pocit puzení** užívat látku;
- **potíže v sebeovládání** při užívání látky (týkající se množství látky, začátku a ukončení závislosti);
- **tělesný odvykací stav** (užívání látky s úmyslem zmenšit příznaky vyvolané předchozím užíváním);
- **zvyšování množství látky** (zvyšování množství látky za cílem dosažení účinku, vyvolaném původně nižší dávkou);
- **postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů** (z důvodu získání psychoaktivní látky, užívání látky, nebo zotavení se z jejího účinku);
- **pokračování v užívání látky i přes jasné škodlivé následky** (depresivní stavy, poškození jater a dalších orgánů, toxické poškození myšlení).

Syndrom závislosti může být spojen buď s určitou látkou (např. tabák, diazepam), třídou látek (např. opioidy) či s širší řadou různých látek. (Nešpor, 2011)

Kuklová (2016) ve své publikaci zmiňuje také definici dle MKN, avšak pokračuje dále. Zaměřuje se na osobnost závislé osoby. Uvádí, že syndrom závislosti je často spojen s pokusem řešit mnohem hlubší problém daného člověka. Aby terapeutická léčba pro takového člověka byla úspěšná, musí být tento hlubší problém řešen se závislostí. Takovým problémem může být deficit v sociálních dovednostech, neschopnost efektivně řešit problémy, neřešené trauma z minulosti, depresivní stavy nebo přidružená úzkostná porucha.

## Dělení závislostí

V MKN jsou závislosti řazeny pod kapitolu „**Poruchy duševní a poruchy chování**“. Jedná se o kapitolu číslo 5, strana 189. Každá kapitola je rozdělena na oddíly. Závislosti patří do oddílu F10 – F19 **Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním psychoaktivních látek**. MKN rozděluje jednotlivé druhy závislostí následovně:

F10.2 Závislost na alkoholu

F11.2 Závislost na opioidech (např. heroin)

F12.2 Závislost na kanabinoidech (např. marihuana, hašiš)

F13.2 Závislost na sedativech nebo hypnoticích (např. tlumivé léky)

F14.2 Závislost na kokainu

F15.2 Závislost na jiných stimulantcích včetně kofeinu a pervitinu

F16.2 Závislost na halucinogenech (např. MDMA, slangově extáza)

F17.2 Závislost na tabáku

F18.2 Závislost na organických rozpouštědlech

F19.2 Závislost na několika látkách nebo jiných psychoaktivních látkách

Kuklová (2016) dělí typy závislostí dle typu návykové látky. Mezi hlavní typy návykových látek řadí alkohol, opioidy, stimulancia, léky vyvolávající závislost, těkavé látky, halucinogeny, konopné látky a taneční drogy (kombinace účinku stimulačního a halucinatorního).

Závislost můžeme dělit na **tělesnou** (fyzickou) a **psychickou**. V rodině závislého člověka, u blízkých lidí, u veřejnosti, ale dokonce i u samotných uživatelů návykové látky, může převažovat názor, že fyzická složka je příčinou všech problémů. Avšak se jedná o omyl. Mnohem hůře ovlivnitelná je psychická složka závislosti. Především kvůli této složce byla zřízena léčebná zařízení, jako jsou terapeutické komunity nebo psychiatrické léčebny. Ty nabízejí dlouhodobou a intenzivní léčbu. (Kolektiv autorů Sananim, 2007)

Kalina (2008) se zaměřuje více na **psychickou závislost**. Uvádí, že psychická závislost je syndromový komplex s jádrovým psychickým bažením, k němuž se přiřazuje narušená kontrola užívání, zaujetí užíváním a jeho pokračování navzdory následkům. Podle téhož autora, se fyzická závislost se definuje růstem tolerance a průběhem odvykacího stavu.

### **Příčiny vzniku závislosti**

Příčiny vzniku závislosti na návykové látce jsou většinou komplexní. Dochází ke kombinaci různých faktorů. Mohou to být faktory biologické, psychologické, sociokulturní a spirituální. (Kuklová, 2016)

Ühlinger a Tschui (2009) taktéž uvádí, že příčin vzniku závislosti je mnoho. U vzniku závislosti na alkoholu tvrdí, že nadměrné pití alkoholu podporuje několik faktorů. Například charakteristické rysy osobnosti jedince; prostředí, v němž ke konzumaci dochází; ale také anamnéza člověka, která ho může v dalším životě nějak oslabovat. Mohou to být tragické události, ztráta blízké osoby nebo duševní porucha. Ke vzniku závislosti může přispět výchova, narušená atmosféra v rodině nebo společenské a pracovní prostředí.

## 1.1 Závislost na alkoholu

Alkohol hraje po celá tisíciletí roli společenského pojítka. Je synonymem pro oslavu, radost a pohostinnost. Největší svody k užívání alkoholu vznikají v období dospívání, kdy mladí lidé mají tendence experimentovat, zkoušet nové věci. Alkohol má také farmakologické vlastnosti. Působí na změny vědomí a nálady. Povzbuzují chuť k pití. (Ühlinger, Tschui, 2009)

**Charakteristika** – látka, která v alkoholu působí, se nazývá etylalkohol. Jedná se o psychoaktivní látku, která je v naší společnosti asi nejvíce rozšířená. Alkohol působí na člověka prostřednictvím změn neurotransmitterového systému v mozku. (Kuklová 2016)

**Účinky** – účinek alkoholu závisí na jeho množství a na dalších faktorech, jako je vliv prostředí a zdravotní dispozice. Nejčastější stav, který nastane po požití alkoholu je prostá opilost. „*Malé dávky alkoholu působí stimulačně, vyšší tlumivě. Ze začátku se dostavuje zlepšení nálady, pocit sebevědomí a energie. Později dochází ke ztrátě zábran a snížení sebekritičnosti. Postupně se dostavuje únava, útlum a spánek.*“ (Kalina a kol., 2008, s. 341)

Intoxikace neboli otrava má dle Kaliny (2008) inspirovaného Skálou (1986) 4 stádia, která se odvíjí od hladiny alkoholu v krvi.

1. **Excitační stádium** - lehká opilost (rozjařenost, lehké poruchy chůze)  
*alkoholémie do 1,5 g/kg*
2. **Hypnotické stádium** - opilost středního stupně (únava, útlum)  
*alkoholémie 1,6-2,0 g/kg*
3. **Narkotické stádium** - těžká opilost (bezvědomí, areflexie)

*alkoholémie více než 2 g/kg*

4. **Asfyktické stádium** - těžká intoxikace se ztrátou vědomí, hrozící zástavou dechu

*Alkoholémie nad 3g/kg*

### **Typy závislostí na alkoholu**

V odborné literatuře je nejvíce citovaná klasická Jellinekova typologie z r. 1940. Rozděluje závislost na pět typů závislosti na alkoholu.

1. **Typ alfa:** pro tento typ je typické požívání alkoholu pro ulehčení v souvislosti s vnitřními konflikty, potlačení tenze, úzkosti či depresivních pocitů. Piják zná účinek alkoholu a zneužívá ho jako anxiolytika. Časté je pití o samotě.
2. **Typ beta:** příležitostní abúzus, spojený s pitím ve společnosti. Charakteristický následek bývá pouze somatické poškození.
3. **Typ gama:** někdy označován jako „anglosaský typ“. Jedná se již o závislost na alkoholu. Charakteristickým znakem je nekontrolované pití, s postupným nárůstem tolerance k alkoholu.
4. **Typ delta:** označován také jako „románský typ“. Typická je chronická (denní) konzumace alkoholu, trvalé udržování „hladinky“. Jedná se o typ bez výraznějšího projevu opilosti a ztráty kontroly. Nebezpečí poškození tělesného zdraví.
5. **Typ ypsilon:** blízký typu gama. Nepříliš častá varianta závislosti. Jedná se o epizodický abúzus s občasnou abstinencí. (Skála, 1986)

Nešpor (2011) poukazuje na tuto typologii a tvrdí, že je tato typologie již překonaná. V dnešní době se pod pojmem závislost na alkoholu skrývá něco jiného než před skoro 80 ti lety. Zkušenost říká, že kontrola je nespolehlivá jak i u pijáků piva a vína. Toho si povšimnul i Skála, který uvádí, že nejčastější jsou „smíšené typy“.

Kalina (2008) dále popisuje možné nežádoucí účinky, které rozděluje na krátkodobé a dlouhodobé. Mezi krátkodobé řadí somatické příznaky jako je porucha rovnováhy, svalové napětí, zpomalení reakčního času, nevolnost, zvracení. Nežádoucí účinky jsou zřetelné také v chování. Účinky alkoholu se mohou projevit poruchou chování s agresivitou, riskantním chováním (z důvodu snížené sebekritičnosti) a následnými úrazy. Při těžších otravách alkoholem se dostavuje porucha vědomí a stav může končit i smrtí.

Mezi dlouhodobé nežádoucí účinky řadí například poruchy trávení, průjmky, poškození jater, nádorové bujení v oblasti jícnu, žaludku, tenkého střeva a jater. Časté jsou také poruchy

krvetvorby, poruchy spánku. Na to se pak vážou úzkostně – depresivní stavy. Při nadměrném požívání alkoholu může dojít také k poškození mozku. Jedná se o poškození, které může vést k různým psychotickým poruchám, halucinacím, poruchám paměti až do stádia demence. Alkoholismus může také vést u mužů k impotenci a u těhotných žen k vážnému poškození plodu – u dětí těchto žen se projevuje fetální alkoholový syndrom (FAS).

### **Odvykací stav – neboli stavy, se kterými se můžeme na detoxu setkat**

Stav po ukončení požití alkoholu se rozvíjí během hodiny až dní. Nejvýraznější je druhý den, zpravidla do týdne pak vymizí. Mezi typické příznaky se řadí psychomotorický neklid, třes, pocení, úzkost, nevolnost a zvracení, hypertenze, slabost, poruchy spánku. Při vážnějším průběhu se mohou objevit halucinace a křeče. (Kalina, 2008) Nejvážnější stav, který může nastat je delirium tremens neboli „šílenství z nedodání alkoholu mozku“, který může skončit smrtí. Delirium tremens můžeme také znát (u alkoholiků) pod pojmem „alkoholická psychóza“. Na detoxikačním oddělení se autorka setkala spíše s lehkými, doznívajícími příznaky, jako byla nevolnost, pocení a neklid. (Kalina, 2008)

### **Léčba na detoxu**

V rámci detoxifikace je lidem závislým na alkoholu podávána medikace, která jim pomáhá lépe snášet odvykací stavy.

Jedna z možností je podání **Disulfiramu** neboli **Antabusu**. Jedná se o lék, který když je v těle přítomen v dostatečném množství, má za následek, po požití alkoholu, typické reakce. Člověk zčervená, zarudnou mu spojivky, objevuje se bušení srdce, bolest hlavy, nevolnost, někdy zvracení, změny krevního tlaku, případně i mdloba. (Nešpor, 2016, [online]) Nešpor dále poukazuje na to, že tento lék nebyl vymyšlen proto, aby někomu bránil v pití. Pomáhá těm, kdo chtějí s pitím přestat a chrání je před bezmyšlenkovitým bezděčným napitím se. K podání tohoto léku, je potřeba souhlasu pacienta a lékařského vyšetření.

## **1.2 Závislost na pervitinu**

**Charakteristika** - Pervitin se řadí do skupiny psychostimulancia, konkrétně mezi budivé aminy, které byly objeveny na přelomu 19. a 20. století. Jedná se o drogu, která způsobuje celkové povzbuzení organismu, zvyšuje duševní i tělesný výkon. Při vyšší dávce užití jednorázově, může působit i halucinogenně. (Kalina, 2008) Pervitin je velmi znám jako bílý prášek, bez zápachu, hořké chuti. Na černém trhu má barvu žluto fialovou, z důvodu obsahu

zbytků látek používaných při domácí výrobě, neboli „varu“. Pervitin se nejčastěji aplikuje nitrožilně, dále pak šňupáním nebo spolknutím. (Kolektiv autorů SANANIM, 2007)

**Účinky** – jak již bylo psáno výše, pervitin odstraňuje únavu, urychluje myšlení, usnadňuje asociace, zvyšuje komunikativnost. Obvyklým účinkem je nechutenství (riziko anorexie). Mezi další účinky můžeme zařadit zvýšené pocení, přetížení krevního oběhu, bolesti na hrudi, riziko selhání srdce, vysoká zátěž a následně nadměrné vyčerpání organismu, stav útlumu s nepříjemnými pocity po odeznění účinku (tzv. dojezd), pohybové stereotypy spojené s intoxikací (tzv. vykroucenost), strach a úzkostné prožívání, pocity pronásledování a ohrožení (tzv. stíha), rozšířené zorničky s vymizelou reakcí na světlo, nadměrná koncentrace na nějakou a mnohdy nesmyslnou činnost (tzv. záseky). (Kolektiv autorů SANANIM, 2007)

Kalina (2008) ještě řadí mezi dlouhodobé účinky nápadné zhubnutí, halucinace (převážně sluchové), bludy (toxická psychóza), vznik závislosti psychického rázu.

Minařík in Kalina, (2003, s. 167) popisuje rysy vzniku závislosti.

1. *Rychle vznikající psychický návyk.*
2. *Nepřítomnost fyzické závislosti.*
3. *Rychlý vzestup tolerance až k psychotickým dávkám. Uživatel pervitinu může mít delší dobu dojem (a říkat to), že má „drogu pod kontrolou“.*

Nejčastějším rizikem dlouhodobého užívání pervitinu je **toxická psychóza**, která se tím rozvíjí. V menších případech odezní sama, bez potřeby medikace během několika dní. V těžším případě je potřebná hospitalizace na psychiatrii a užití antipsychotik. (Minařík in Kalina, 2003)

**Léčebné intervence** - jedná se o širokou škálu poradenských přístupů. Od ambulantních, přes ústavní až po rezidenční léčby v terapeutických komunitách. (Kolektiv autorů SANANIM, 2007)

Celý léčebný proces by měl vést ke konečné abstinenci. U této závislosti je velmi důležitá intenzivní psychoterapie a dlouhodobá podpora v abstinenci. (Drogová poradna, 2016, [online])

### 1.3 Závislost na marihuaně

**Charakteristika** - marihuana patří do skupiny kanaboidů. Tedy mezi drogy, které jsou vyráběné z konopí. Jedná se o látku s halucinogenním účinkem. Kromě marihuany sem také patří hašiš a hašišový olej. Domovem konopí jsou především Himaláje a Indie. V České republice se konopí nejvíce daří na severní a jižní Moravě, kde konopí dosahuje nejvyšší kvality, co se psychotropních látek týká. Jedná se o jednoletou, dvouletou rostlinu, která může dorůst až dvou metrů. Z hlediska obsahu psychotropních látek, je vyhledávanější samičí rostlina. Nejvyšší obsah těchto látek je právě v pryskyřici samičích květů. (Kalina, 2008), (Kalina a kol., 2003)

Nejčastější způsob aplikace je kouření, méně častý pak způsob per os (konopí součást nějakého jídla). Při kouření se účinek dostaví bezprostředně a vrcholí během 20 minut. Odezívá do 3 hodin. Při požití marihuany v jídle je vstřebání pomalé. První příznaky se dostavují do 30 minut. Vrchol nastává po 1-5 hodinách. (Kalina, 2008)

**Účinky** – mezi hlavní účinky patří pocit pohody, euforie, veselost a zaostření smyslového vnímání. Mezi účinky můžeme zařadit sucho v ústech, hlad, zarudlé oči, poruchy krátkodobé paměti, stavy zmatenosti, změna vnímání času, zhoršení jemné motoriky, halucinace, zrychlený pulz a podobně. Hanzlovský, 2012 [online].

Stejně účinky zmiňuje také odbornou veřejností uznávané sdružení SANANIM (2007). Kolektiv autorů SANANIM popisuje dlouhodobé účinky. Lidem, kteří dlouhodobě užívají konopné drogy, se slangově říká „Huliči“. Tito lidé jsou pomalí, hloubavě se zabývají detaily a trpí poruchami krátkodobé paměti.

Nikde není zaznamenán případ, že by někdo umřel na předávkování marihuany. Mezi většinou odborníků je sdílen názor, že konopné drogy nevyvolávají somatickou závislost. Spíše se může jednat o závislost psychickou, která se objevuje velmi zřídka. (Kalina kol., 2003)

#### Léčebná intervence

Nešpor (2012) uvádí, že v krátké intervenci je třeba se zaměřit na posilování motivace, poradenství, doporučení abstinovat od drogy. Je třeba modifikovat životní styl a vhodná je také krátká intervence na úrovni rodiny. Následně vyjmenovává druhy léčby, které je vhodné kombinovat s ohledem na individuální potřeby. Řadí sem: farmakoterapii, poradenství,

psychoterapii. Pokud se však jedná o duševní poruchu u závislých na konopných drogách, je třeba léčba složitější. Tam řadíme i pobytovou léčbu.

## **1.4 Léčebná zařízení pro uživatele návykových látek**

Autorka v této kapitole rozepisuje základní léčebná zařízení pro uživatele návykových látek. Často se liší zařízení pro osoby se závislostí na drogách a pro osoby závislé na alkoholu. Kromě zařízení, se také často liší program, který v těchto zařízeních probíhá. Autorka proto místy zmiňuje léčbu konkrétních závislostí.

### **1.4.1 Terénní programy**

Terénní programy tvoří pomyslný začátek v systému péče o uživatele drog. Jedná se o specifickou formu sociální práce, která se odehrává přímo na ulici. Pracovník (tzv. **streetworker**) dochází do tzv. otevřené drogové scény (veřejná místa) a do tzv. uzavřené drogové scény (byty, kde se uživatelé drog sdružují). Základem této služby je, hledat a oslovovat potencionální zájemce o službu. Avšak nabízenou pomoc uživatelům nevnucovat. (Kalina a kol., 2008)

#### **Klientela**

Tato služba je určena klientům, kteří jsou obtížně dosažitelní (tzv. **skrytá populace**). Jedná se o osoby, které mají minimální motivaci službu vyhledat a řešit často závažné problémy zdravotní, sociální, psychologické či právní povahy. (Kalina, 2003) Do této populace patří mladí lidé, kteří s drogou experimentují; „děti ulice“, které nacházejí přechodný azyl na drogových bytech; pravidelní uživatelé drog, kteří nejsou ještě zdravotně a sociálně ohroženi a v neposlední řadě problémoví uživatelé drog v rozvinutém stupni závislosti. Služba je poskytována anonymně.

#### **Složky terénní práce**

- Výměna injekčního materiálu a distribuce zdravotnického materiálu (např. aluminiové folie, alkoholové tampony, náplasti, filtry).
- Sociálně – právní poradenství.
- Krizová intervence a motivační trénink.
- Informační servis o rizicích spojených s užíváním drog, o dostupných poradenských, léčebných a jiných odborných programech.



- Monitoring drogové scény a sběr použitého injekčního materiálu. (Magdaléna o.p.s., 2017)

### **1.4.2 Nízkoprahová kontaktní centra**

Kontaktní centra jsou nízkoprahová zařízení dostupná místně i časově v daném regionu. Jedná se o zařízení, tzv. prvního kontaktu s klientem. Poskytují včasnou intervenci, poradenství, krizovou intervenci a služby harm reduction uživatelům návykových látek. Podoba průběh prvního setkání je vždy zásadní. Mohou výrazně ovlivnit vytváření klientova postoje k dalším zařízením v systému péče o uživatele návykových látek. Ke spolupráci klienta se zařízením není podmínkou abstinence. Důležité je respektovat vůli klienta. Aby služba byla úspěšná, bývá často kontakt klienta se zařízením anonymní. Dochází k jednoduššímu navázání kontaktu a k odbourání strachu z návštěvy odborné instituce. (Adiktologie, 2006, [online])

#### **Základní cíle zařízení**

Jak již bylo výše nastíněno, mezi obecné cíle zařízení patří minimalizace zdravotních a sociálních rizik u uživatelů drog a tím i ochrana populace drogami nezasažené a motivace klientů ke změně životního stylu s výhledem abstinence.

#### **Používané prostředky a metody práce**

Metody a prostředky práce jsou velmi podobné metodám a prostředkům terénních programů. Zde jsou však služby poskytovány v kamenném zařízení.

Kontaktní práce (navázání kontaktu s uživatelem návykových látek), výměnný program a další aktivity harm reduction (patří ke stěžejním bodům práce kontaktního centra, jedná se o prevenci výskytu infekčních chorob), vzdělávání a předávání informací, základní zdravotní servis, základní poradenství, strukturované poradenství a motivační trénink, poradenství pro rodinné příslušníky a blízké, krizová intervence, sociální práce, další poskytované služby (potravinový a vitaminový servis, praní prádla, hygienický servis). (Kalina a kol., 2008)

### **1.4.3 Substituční léčba**

Substituční léčba probíhá v ambulantních zdravotnických zařízeních. Podstatou léčby je nahrazení ilegálně získávané návykové látky – látkou lékem, který má dlouhodobější účinek. Popov (in Kalina a kol., 2003) uvádí tři formy substituční léčby:

- Krátkodobá detoxifikační substituce (trvající 1-2 týdny)
- Střednědobá (několik týdnů až měsíců)
- Dlouhodobá udržovací substituce (rok a více)

Do cílové skupiny patří klienti s těžkou a dlouhodobou závislostí, klienti s opakovanými neúspěšnými abstinenciálními pokusy a léčbami, závislí klienti na opiátech, HIV pozitivní, těhotné ženy závislé na opiátových látkách a klienti, u nichž neumožňuje léčbu jazyková bariéra. (Kalina a kol., 2008)

#### **1.4.4 Ambulantní léčba**

Ambulantní léčba je prováděna v zařízeních zdravotnického či nezdravotnického typu. Klienti sem docházejí v pro ně vhodnou dobu. Nejsou tím nuceni přerušovat školu či zaměstnání. Klienti setrvávají ve svém přirozeném prostředí. Patří sem ambulantní terapie, specializovaná ambulantní zařízení pro léčbu závislostí na nealkoholových drogách, běžné psychiatrické ambulance či psychologické poradny. (Hampl, in Kalina a kol., 2003)

#### **Cílová skupina**

Do cílové skupiny patří problémoví uživatelé návykových látek, jejichž zdravotní stav nevyžaduje hospitalizaci a kteří jsou dostatečně „motivováni“. Patří sem i klienti nemotivovaní, klienti experimentující, klienti se soudně nařízenou léčbou. Další cílovou skupinou jsou rodiče, partneři a další blízcí uživatelé. (Kalina a kol., 2008)

Cíle léčby mohou být různorodé vzhledem k různorodé cílové skupině klientů. Základním cílem ambulantní léčby je změna životního stylu klienta. Cílem však může být i životní stabilizace klienta, příprava na léčbu v rezidenčním zařízení a jiné.

Mezi používané prostředky a metody patří celkové zhodnocení stavu pacienta, farmakoterapie, psychoterapie, rodinná terapie a poradenství, motivační trénink, sociální práce, kluby a volnočasové aktivity.

#### **1.4.5 Detoxifikační jednotky**

Nešpor (in Kalina, 2003, s. 190) tyto jednotky charakterizuje jako místa určená ke zvládnutí odvykacích stavů a intoxikací návykovou látkou, které nevyžadují intenzivní péči v jiném zařízení (například jednotka intenzivní péče). Detoxifikační jednotky (dále detox) existují buď jako samostatné jednotky v rámci nemocnic nebo jako součásti zařízení pro léčbu závislostí.

## **Cílová klientela**

Jsou zde přijímáni klienti, kteří se připravují na další odvykací léčbu; klienti, kteří musí snížit příjem škodlivé látky na základě jejich špatného zdravotního stavu či sociální situaci a nejsou dostatečně motivováni k další odvykací léčbě či abstinenci; klienti, kteří jsou nebezpeční svému okolí z důvodu intoxikace či odvykacího stavu; a klienti, u nichž je potřeba rozhodnout, zda se jedná o intoxikaci či duševní poruchu. Dále jsou určeny především klientům, u nichž by byla detoxifikace v domácím prostředí nebezpečná. (Kalina a kol., 2008)

## **Cíle detoxifikace**

Cílem pobytu na detoxifikačním oddělení je především zvládnutí odvykacího stavu a intoxikace. Dále pak motivovat klienta k následné odvykací léčbě, pokud mu to sociální situace dovolí.

Na detoxifikační jednotce se používají tyto prostředky a metody práce: celkové zhodnocení pacienta, farmakoterapie, psychoterapie v různých podobách (například relaxační trénink, rodinná terapie, podpurná psychoterapie), dále sociální práce a strukturovaný program.

Tým na detoxifikační jednotce tvoří lékaři, střední zdravotničtí pracovníci, sociální pracovníci a terapeuti. (Kalina a kol., 2008)

## **Detoxifikační jednotky v ČR**

V roce 2015 provozovalo oddělení pro detoxifikaci od návykových látek (detoxifikační jednotky) 15 lůžkových zařízení, která měla vyčleněno 182 lůžek pro detoxifikaci. Dalších 32 zařízení lůžka pro detoxifikaci nevyčleňovala z celkového lůžkového fondu oddělení. Detoxifikaci od návykových látek podstoupilo celkem 11 894 pacientů s průměrnou délkou léčby 12,9 dnů. (Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky, 2016)

### **1.4.6 Střednědobá ústavní péče**

Jedná se o ústavní léčbu ve zdravotnických zařízeních (psychiatrické léčebny, oddělení pro léčbu závislosti). Doba trvání léčby v těchto zařízeních je 3 – 6 měsíců. Do programu léčby je zahrnuta skupinová psychoterapie, komunitní setkání, trénink odpovědnosti apod. Do léčby mohou nastoupit pouze klienti po absolvované detoxifikaci.

Tato zařízení přijímají také klienty s nařízenou ochrannou ústavní léčbou. (Drogová poradna, 2009 [online])

Základním cílem ústavní léčby je změna životního stylu pacienta. Dále mezi cíle léčby Kalina (2008) řadí vybudování náhledu na svůj problém se závislostí, přebudování vnější motivace na vnitřní. Identifikace rizik relapsu a nalezení strategie minimalizace těchto rizik, a jiné.

#### **1.4.7 Denní stacionáře**

Jedná se o ambulantní zařízení, kdy klienti dochází ve všední den do stacionáře. Program je koncipován od ranních hodin do odpoledne. Večer a víkendy pak tráví ve svém domácím prostředí. Denní stacionáře využívají mnoho prvků z terapeutických komunit. Např. pravidelné setkávání pacientů a členů týmu. Dále je pak na programu individuální rozhovory s terapeutem, poradenství, volnočasové aktivity a další. Využívá se zde strukturovaný program, který má svá pravidla. (Drogová poradna, 2009, [online])

Denní stacionáře jsou určeny klientům, kteří se ocitají v různých fázích závislosti a mají relativně stabilní sociální zázemí a uvažují o změně životního stylu. (Kalina, 2008)

#### **1.4.8 Terapeutické komunity**

Jedná se o zvláštní formu skupinové psychoterapie, kde klienti, většinou různého věku, pohlaví a vzdělání, spolu po určitou dobu žijí. Kromě skupinového sezení spolu sdílí další společné různorodé programy a díky tomuto modelu žití, promítají klienti do této malé společnosti problémy ze svého vlastního života, zejména vztahy k lidem.

Kratochvíl (in Kalina 2008, s. 17.) vysvětluje podstatu terapeutické komunity následovně.

*„Komunita je terapeutická proto, že kromě uvedené projekce umožňuje též zpětné informace o maladaptivním chování, podněcuje získání náhledu na vlastní problémy a na vlastní podíl na vytváření těchto problémů, má umožnit korektivní zkušenost a podporuje nácvik vhodnějších adaptivnějších způsobů chování.“* (Kratochvíl in Kalina, 2008, s. 17)

Terapeutická komunita (dále TK) začala vznikat v průběhu druhé světové války ve Velké Británii. Důvodem byli vojáci, kteří na základě válečných traumat, byli přivedeni do psychiatrických zařízení. Odborníci se je snažili co nejrychleji vyléčit a vrátit zpět do boje. Proto se intenzivně začala využívat skupinová psychoterapie. (Hartl, 1997)

První TK se v Evropě objevily zhruba v 70 letech 20. století a v České republice začaly vznikat v 90 letech 20 století. (Radimecký, 2006, [online])

TK můžeme rozdělit podle různých kritérií. Jednu z možných představuje Kalina a kol. (2008), který rozděluje TK na **demokratické** a **hierarchické**. Demokratické jsou určeny klientům s poruchami duševního zdraví a osobnostního vývoje a hierarchické jsou určené drogově závislým.

Hartl (1997) uvádí TK v **širším pojetí**. Jedná se o specifickou formu organizace léčebné instituce. V užším pojetí, se jedná o léčebnou metodu.

V terapeutických komunitách se poskytuje buď střednědobá, nebo dlouhodobá odborná péče v trvání 16 – 18 měsíců. Věk klientů se většinou pohybuje mezi 18 – 35 lety. Existují však i TK pro matky s dětmi. (Kalina a kol., 2008)

Terapeutický tým TK je multidisciplinární. Pracovníci mají různá vzdělání (psychoterapeutické, speciálně pedagogické, lékařské, apod.), specializované výcviky a různé praktické dovednosti a zkušenosti. Pracovník v terapeutické komunitě, musí mít také jisté vlohly a musí se chovat jako vyzrálý a pozitivní vzor dospělosti pro klienty.

Mezi společné znaky terapeutických komunit Kennard in Kalina a kol. (2008) uvádí:

- neformální a otevřená komunita;
- centrální místo skupinových setkání v terapeutickém programu;
- sdílení práce na udržování a chodu komunity;
- terapeutická úloha rezidentů;
- podíl rezidentů na moci;
- společné hodnoty a myšlenky.

### **Terapeutické komunity pro závislé**

Léčba v terapeutických komunitách bývá někdy označována jako „léčba vedoucí k abstinenci“. Což není úplně pravda. Abstinence není cílem léčby v terapeutických komunitách, je pouze cestou, podmínkou a součástí léčby. Pro budoucnost klienta je abstinence pouze nezbytný prostředek, aby se mohl zapojit do normálního života. Cílem léčby v terapeutické komunitě je **změna životního stylu**. Vychází se z předpokladu, že trvalejší změny životního stylu, lze dosáhnout prostřednictvím osobního růstu. A základním prostředkem k dosažení cíle je samotný život v komunitě. (Kalina a kol., 2008)

Pobyt klienta v terapeutické komunitě je strukturován do 4 fází. Každá z těchto fází má svá pravidla, práva a povinnosti. Přejechy mezi jednotlivými fázemi jsou stejné – žádost klienta, hodnocení a rituál). V „**nulté**“ fázi není klient brán jako člen komunity, byť absolvuje program a pobývá v zařízení. O přijetí do komunity si musí zažádat, a jeho vstup je doprovázen rituálem a podpisem smlouvy. V **první fázi** je pro klienta důležité odnaučit se negativní chování, dojít k náhledu, že jeho dosavadní problémy způsobila droga a rozhodnout se pro změnu životního stylu. Ve **druhé fázi** klient přijímá a uplatňuje hodnoty komunity, dostává odpovědné role ve spolusprávě. V této fázi je pro klienta důležité najít sám sebe a vztahy k ostatním v komunitě. Zde dochází také k většímu kontaktu s rodinou. Poslední je **třetí fáze**, kdy klienti využívají komunitu spíše jako noční stacionář. Ve dne chodí do zaměstnání a zařizují si vlastní bydlení a jiné. Poslední fáze bývá náročná nejen pro klienta, ale také pro tým, jelikož u klientů dochází ke zhoršení stavu. (Kalina a kol. 2008) Pokud je klient úspěšný, po ukončení pobytu v komunitě odchází do vlastního bydlení a dochází na doléčovací programy.

#### **1.4.9 Doléčovací programy**

Doléčovací programy probíhají ambulantně. Jedná se o zařízení, která se zaměřují na udržení změny v chování a životního stylu klienta, který získal během léčby či abstinence. Docházet sem mohou také klienti, kteří začali abstinovat sami, abstinují 3 měsíce a jsou motivováni svou abstinencí vydržet, ale potřebují podporu. Další skupinou jsou rodiče, příbuzní a partneři, kteří v tomto období také potřebují podporu. Cílem programů je napomoci uživatelům návykových látek vrátit se do běžného života a prostřednictvím doléčovacího terapeutického programu, pomoci si nalézt adekvátní bydlení a následně zaměstnání, pomoci navazovat a udržovat bezpečné vztahy. (Pavlovská, 2014)

Tyto informace uvádí také Olejníčková a Růžička (2013). Ti připojují, že většina doléčovacích center nabízí klientům také ubytování v „domech na půl cesty“. Avšak v omezeném čase. Klienti se tedy pohybují v „běžném světě“, chodí do práce, využívají volný čas, ale vrací se do chráněného bydlení, které jim pomáhá, díky nastaveným pravidlům, rychleji se adaptovat na svět bez drog.

## 2 DRAMATERAPIE

*„Dramaterapie je výprava do vlastního šílenství – zárukou šťastného návratu je protagonista.“ (Geroges Baal)*

Výše zmíněný citát na nás může působit, že dramaterapie je něco šíleného, tajuplného ale i naopak hravého a bezpečného. A nejsme daleko od pravdy. Jedná se o typ terapie, která využívá pestrobarevnou paletu různých divadelních a dramatických technik.

Začátek vývoje dramaterapie se datuje již do období antiky, kdy se setkáváme s Aristotelovým objevem katartických účinků dramatu. Prochází různými proměnami až do dnešní podoby dramaterapie. (Valenta, 2011) Za posledních 10 let si tento druh terapie našel své příznivce a zastánce i v České republice. Pro zájemce existuje akreditovaný studijní program Speciální pedagogiky – dramaterapie a to na Univerzitě Palackého v Olomouci.

### 2.1 Vymezení

Na úvod této kapitoly se autorka rozhodla citovat definici dramaterapie podle profesora Milana Valenty, který je v České republice jejím průkopníkem.

*Dramaterapie je léčebně – výchovná (terapeuticko-formativní) disciplína, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledků psychických poruch i sociálních problémů a k dosažení personálně sociálního růstu a integrace osobnosti. (Valenta, 2011, s. 23)*

Sue Jennings (zakladatelská osobnost britské dramaterapie), definuje dramaterapii jako specifický prvek divadelní struktury a dramatický proces s terapeutickým záměrem. (Jennings in Casson, 2004)

Podle výše zmíněné definice můžeme hádat, že se celý vývoj dnešní dramaterapie, opravdu odvíjel od Aristotelovy domněnky.

Stojí za to také zmínit vymezení dramaterapie dle The National Association for Drama Therapy ve Spojených státech:

*Dramaterapii lze definovat jako záměrné použití dramatických/divadelních postupů pro dosažení terapeutického cíle symptomatické úlevy, duševní i fyzické integrace a osobního růstu. (Landy in Valenta, 2011, s. 23)*

Bartošek (2011) ještě připojuje fakt, že dramaterapie pracuje spíše s fantazií a tvořivostí klienta než se slovem. Svými technikami podporuje klienta v improvizaci, aby se vrátil do období her. Klient takto vstupuje do terapie, aniž by si uvědomoval, že to co se děje, je součástí terapeutického procesu.

Dramaterapii dále řadíme pod tzv. **expresivní terapie**. V expresivních terapiích dle Müllera (2014) je kladen důraz na uměleckou expresi tedy na vyjádření vnitřních pocitů, které nám poskytují různé druhy umění. Do této skupiny řadíme kromě dramaterapie také arteterapii (v užším slova smyslu), muzikoterapii, biblioterapii, popř. poetoterapii a tanečně – pohybovou terapii. Expresivní terapie se také mohou označovat jako arteterapie v širším slova smyslu.

## **2.2 Klientela dramaterapie**

Dramaterapie má velmi širokou klientelu. Možná je to tím, že nabízí spoustu možností a druhů práce. Spoustu variant práce. Tedy, že se může velmi rychle dané klientele přizpůsobit. Nejširší klientelu však dle Valenty (2011) tvoří osoby s mentálním postižením. Dále pak klienti s psychiatrickou diagnózou, mladí lidé se specifickými vývojovými poruchami učení a chování, mládež s jinými poruchami chování či mládež psychosociálně ohrožená, jedinci ohrožení či trpící sociálním vyloučením, jedinci ve výkonu trestu a v neposlední řadě také senioři.

Jennings (1994) taktéž upozorňuje na širokou škálu klientely. Poukazuje, že se pohybuje od schizofrenních klientů až po děti mateřské školy.

Majzlanová (2004) vyzdvihuje význam dramaterapie pro děti s narušenými sociálními vztahy nebo vzory. Dramaterapie jim nabízí možnost zažít situace, ve kterých může dojít k napravení emoční zkušenosti na základě nových a silných zážitků.

Nad tímto tvrzením se pozastavuje také Bartošek (2011), který pracuje s klientelou lidí se závislostí. Upozorňuje na možnost vstoupení klienta do různých rolí a do různých situací. Klient může takto půjčit roli své emoce.



## 2.3 Cíle dramaterapie

Před tím, než si vypíšeme cíle dramaterapie, je vhodné znát poslání dramaterapie, abychom cílům lépe porozuměli. Významná kalifornská dramaterapeutka Reneé Emunahová (1994) popisuje poslání dramatu, jako osvobození od „sebeuvěznění“ v sociálním a psychologickém významu slova. Člověku se naskytuje možnost zahrát si scény ze života v dramatu. Jedná se o prostor, který člověku nabízí volnost k překonání jeho obvyklých omezení. Ve světě dramatu má člověk svolení a svobodu dělat to, co pro něj není v životě lehké a tím i získat jistotu ve svém jednání. Pod maskou hrané role je člověk schopen, mnohdy i poprvé v životě, jednat jiným způsobem. Dramatický moment se stává druhem osvobození.

Mezi základní cíle dramaterapie Majzlanová (2004) řadí redukci tenze, rozvoj empatie, tvořivost, fantazii, kreativitu, odblokování komunikačního kanálu, integraci osobnostních vlastností, rozvíjení sebedůvěry, sebeuvědomění, vytváření pocitu zodpovědnosti a samostatnosti, úpravu reálné aspirace a nácvik sebeovládání.

Valenta (2011) naopak od Majzlanové, cíle dramaterapie zužil na pár okruhů. Valenta (2011) mezi cíle dramaterapie řadí dosažení symptomatické úlevy, zmírnění důsledků psychických poruch a sociálních problémů a dosažení personálně sociálního růstu a integrace osobnosti.

S. Jennings (1994) zmiňuje všeobecně zaměřené cíle dramaterapie. Jedná se o:

- soustředěnost na zdravé aspekty člověka;
- léčba přes divadelní umění;
- rozvinutí skrytého prostřednictvím tvořivého dramatu;
- rozvinutí dramatické představivosti, intuice a imaginace;
- procvičování si životní a sociální zručnosti
- přes „roli“ umožnit práci se spornými otázkami klienta;
- maximalizace osobnostního růstu a sociálního vývoje.

Také každá klientela má svá specifika. Proto se v dramaterapii dle Valenty (2011) stanovují dílčí cíle. Jiné dílčí cíle si terapeut zvolí, pokud bude pracovat se seniory, jiné pokud bude pracovat s dětmi s autismem.

Autorka se přiklání spíše k nespecifickým cílům Reneé Emunahové (1994), která mezi ně staví např. získání schopnosti uvolnit se, zvyšování sociální interakce, rozvoj představivosti a koncentrace, získání schopnosti spontánního chování a získání schopnosti poznat a přijmout svoje omezení i možnosti. Autorka se na detoxu setkává s lidmi, kteří se dle svých slov, neumí bavit bez návykové látky, nejsou si jisti, jací doopravdy jsou, protože jim závislost zkreslila představy o jejich chování, a podobně. Již mnohokrát se autorka stala svědkem chvíle, kdy klient v rámci dramaterapie, zakusil humor a zábavu z vlastního přičinění bez návykové látky. Autorka si v rámci dramaterapie na detoxu (mimo výzkum diplomové práce) klade tyto dílčí cíle: uvolnění napětí ve skupině, poznání členů skupiny, poznání sebe sama, najít dalšího náhledu na svůj problém.

## 2.4 Prostředky dramaterapie

Jak již bylo zmíněno výše, dramaterapie k dosahu svých cílů využívá různých divadelních a dramatických prostředků. Základním prostředkem dramaterapie je **improvizace**. A to z důvodu, že improvizace odráží (na rozdíl od strukturované hry) vnitřní stav klienta. (Valenta 2011). Majzlanová (2004) mezi další prostředky řadí **mimická a řečová cvičení, dramatickou hru, verbální hru, hru v roli, scénář, mýty, příběhy, práci s textem, vyprávění příběhů, líčení, masky, loutkovou a maňáskovou hru, pohyb, pantomimu, hru s objekty a kresbu**.

Můžeme sami vidět, že prostředků a technik je opravdu mnoho. Pokud bychom hledali i u jiných autorů, nalezneme další a další členění. Na toto téma lze napsat spousta řádků. Avšak autorka by se nyní ráda zaměřila na konkrétní prostředky dramaterapie, které využila ve svém výzkumu. Čtenáře, kterého zajímají prostředky a techniky dramaterapie odkazuje autorka na seznam literatury, konkrétně na Valentu (2011) a Majzlanovou (2004).

## 2.5 Masky v dramaterapii

Jedna z technik, která se v dramaterapii hojně využívá je práce s maskou. Můžeme si pod tímto pojmem představit buď tradičně hmotnou masku (z papíru, dřeva, a jiné), nebo naopak masku „obličejovou“. Myšleno tak, že se nechováme vždy přirozeně, dle našich aktuálních potřeb, ale klameme okolí maskou. (Vostárek, 2008)

Masky se používají především v divadle. S maskami se setkáváme i v různých rituálech. Proslulé jsou masky afrických kmenů, severoamerických indiánů i Inuitů. Tyto národy používají masky v rámci významné události pro kmen. Například slavnosti, obřady, přechodové rituály. (Dvořáček, 2008)

Valenta (2011) propojuje tyto dvě roviny. Jasně píše, že rituály, rodové obřady a magické tance, souvisely s „praktickým“ využitím divadla. Přesněji řečeno, s využitím předdivadelního tvaru. Šamanovi „performance“ měli často terapeutický účinek.

Jak už bylo řečeno, masky jsou často spojené s rituálem. V dramaterapii používání masek – stejně jako rituálu – má výsadní postavení. Masky slouží k nejrůznějším účelům. Nejčastěji se využívají jako nástroj distancování a „zanonymnění“ postav děje. (Valenta, 2011)

Majzlanová (2004), také hovoří o maskách hmotných a o výrazech (maskách) člověka ve společnosti. Majzlanová dále popisuje přínos masek v dramaterapii. V dramaterapii mluvíme především o maskách, které se dají nasadit na obličej a o maskách, které si vytvoříme barvami na obličej. Maska je záměrně využívána k hledání výrazů, zrcadlení nitra, prostředek k uvolnění napětí či k získávání zkušeností a zážitků. Masku můžeme použít jako uvolňující nebo příležitostní techniku na zpestření dramatické činnosti, někdy jako součást dramaterapie, nebo jako samostatnou techniku s vlastním příběhem, průběhem a gradací.

Majzlanová (2004) doporučuje, aby si při první práci s maskou, vyrobil masku klient sám, z obyčejného papíru. Tímto se také řídila autorka této diplomové práce.

O práci s maskou v dramaterapii s lidmi se závislostí, píše také Boháčová (2009), která vyzdvihuje terapeutické hodnoty masky. Maska v historii sloužila jako prostředek k naprosté proměně. Postupně se dostala ze sféry sakrální do sféry hry (divadla). Maska je součástí hry, ve které je navozen princip „jako by“, díky němuž může klient vstoupit do světa fikce a také z něj vystoupit. Maska má funkci osmělující a ochranou. Je zprostředkovatelem neverbální komunikace. Maska není v první řadě tím, co představuje, ale tím, co transformuje. V dramaterapii masky skutečně něco zakrývají a současně i odkrývají, poodhalují.

## 2.6 Symbol v dramaterapii

Symbol původně pochází z řeckého slova „symbolon“, což v překladu znamená poznávací znamení a prezentuje viditelné znaky neviditelné skutečnosti. Symbolické myšlení lze spatřovat všude kolem nás. V literatuře, v obrazech, v řeči, pohádkách, mýtech i rituálech. Z věcí se stávají symboly ve chvíli, kdy jsou propojené s emocí a tuto emoci vždy při pohledu na ně, vyvolávají. (Wollschlager, 2002)

Podle Majzlanové (2004), do hlavních technik dramaterapie patří kromě psychodramatu a sociodramatu také neverbální techniky. Mezi neverbální techniky můžeme zařadit práci se symbolem. Valenta (2011) taktéž jako Majzlanová vyzdvihuje důležitost neverbálních technik v dramaterapii. Kdy neverbální techniky v sobě skrývají potenciál pro rozvoj emocí.

Symbyly v terapii se dají reprezentovat například symbolonovými kartami. S těmito kartami se dá pracovat jako s prostředkem směřujícím k vyjádření emocí, situací či vztahů, které jsou pro klienta těžko sdělitelné. Práce se symboly je proces, který přináší mnoho variant a cest a pokaždé je průběh ovlivněn skupinou a energií, která ve skupině aktuálně převládá. Jelikož symbol otevírá témata, někdy těžko otevíratelná, je důležitý vztah terapeuta s klientem. (Olejníčková, Růžička, 2013)

O symbolismu v dramaterapii píše také britská asociace dramaterapeutů, která se tohoto tématu dotýká přímo ve své definici.

*„Dramaterapie pomáhá uchopit a zmírnit sociální a psychologické problémy, mentální onemocnění i postižení a stává se nástrojem zjednodušeného symbolického vyjadřování, díky němuž poznává jedinec sám sebe, a to prostřednictvím tvořivosti zahrnující verbální i nonverbální složku komunikace.“* (Valenta, 2011)

## 2.7 Metafora a příběh v dramaterapii

Autorka ve svém výzkumu zkoumala dramaterapeutickou techniku, kde metaforu propojila příběhem. Proto se v této kapitole bude autorka zabývat metaforou a příběhem zároveň.

Metafora, jako prostředek, se využívá v různých terapeutických systémech. Význam metafory v dramaterapii přibližuje S. Jennings (1994), když tvrdí, že navození odstupů nás dovede blíž. Za pomoci metafor, mohou klienti obejít či překonat své vnitřní bloky či překážky a projevit se autenticky. Polínek (2015) popisuje využití metafory v gestalt terapii

s prvky dramaterapie, jako vhodného prostředku ve chvíli, kdy se klient ocitá ve slepé uličce a kdy se nedokáže zkontaktovat s danou situací. Metafora s sebou přináší nekonečně mnoho možností.

Příběhy neustále prožíváme. Máme na mysli z hlediska příběhů, žijeme příběhy, jednáme ve shodě s příběhy. Z tohoto pohledu, je příběh do jisté míry alfa a omega dramaterapie a je výhodou, pokud tvoří jeden ze základních rámců dramaterapeutického setkání. (Labuťová, Laudová, Smolík, 2009)

Metodu, která je zaměřená na příběh, můžeme nazvat „storytelling“. Tato metoda je hojně v dramaterapii využívána jako prostředek sebevyjádření klienta. Taktéž odráží vnitřní prožívání klienta, jeho touhy a přání, a rovněž rozervanost, se kterou řeší svou závislost. (Krahulcová, 2012) Příběh se může při dramaterapii, vytvářet z tematických karet, z témat, která jsou klientům zadána přímo na dramaterapii, při práci s myšlenkou či v technice dokončení příběhu.

Velmi podobně vymezuje techniku storytelling Pavlovská (2009). Tvrdí, že příběhy jsou jedinečným nástrojem využívaným v terapii, neboť jsou přitažlivé pro lidi všech věkových skupin

## **2.8 Loutky v dramaterapii**

Majzlanová (2004) o použití loutky či maňáska v dramaterapii píše, že jsou používány jako motivační prostředek, jako prostředek k navázání kontaktu, k prezentaci výchovných zásad, pravidel dramatické hry, při přehrávání určité situace, dialogu – jako součást nebo prvek v příběhu jiných dramaterapeutických technik. Dále odkazuje na důležitý prvek, kdy si klienti vyrábí loutku sami. Již při výrobě loutky, se zlepšila komunikace mezi nimi, k loutce našli určitý vztah, což mělo vliv i na ochotu, hrát s nimi.

Loutky mají svůj magický význam. Člověk hovoří za loutku a zároveň i za sebe, přičemž loutka mu poskytuje určité bezpečí a vzdálenost od problémů a vlastní zranitelnosti. Tím je člověk přístupnější a ochotný reagovat na podněty, přijmout a modifikovat svůj postoj či chování, učí se empatii a toleranci. (Majzlanová, 2004)

Kováčová in Majzlanová (2011), upozorňuje na rozdíl mezi loutkovou hrou (tedy hra podle pravidel loutkového divadla – prostor umělecký) a hrou s loutkou (prostor terapeutický). První rozdíl je již v názvu, buď pracujeme s loutkou divadelní, nebo loutkou terapeutickou. Kováčová in Majzlanová (2011), chápe loutkovou hru jako divadlo určené pro

dětské diváky, kdy dochází k pasivnímu (aktivnímu), přijímání informací. V odborné literatuře dle Kováčové in Majzlanová (2011) se můžeme setkat také s pojmem terapeutická loutková hra, kdy jsou ve hře projektovány problémy klienta. Tato hra je součástí psychoterapeutického procesu. Loutka terapeutická je chápána jako prostředník komunikace mezi klientem a terapeutem.

Tomanová (2003) upozorňuje na proces výroby loutky. Popisuje jednu z možných technik práce s loutkou. Popisuje první fázi techniky jako přípravnou. Klienti rozmýšlí nad svou loutkou, vybírají si materiál a loutku vyrábí. Tato loutka má vlastní příběh, charakter a podobu. Klienti těmto loutkám často předají něco ze sebe. Dále technika pokračuje fází druhou. Klienti si navzájem své loutky představí a hledají k sobě partnera, se kterým následně pracují na krátkém představení. Vrcholem je samotné představení ostatním. Ve třetí fázi je realizován rozbor děl, prostor na sdílení a reflexe samotných tvůrců.

Valenta (2011) naopak upozorňuje na práci s loutkami v životní velikosti, které jsou vyrobeny především z krabic, papíru, kartonu a látky). Jsou vedeny většinou dvěma osobami. Tyto loutky nabízí svým vodičům vyšší identifikaci s loutkou.

### 3 DRAMATERAPIE U LIDÍ SE ZÁVISLOSTÍ

Dramaterapie u lidí se závislostí má svá specifika. Každá cílová skupina klientů má svá specifika. Pro každého, kdo chce s touto klientelou v rámci dramaterapie pracovat, je dobré tato specifika znát.

Bartošek (in Valenta, 2006) uvádí, že u lidí s drogovou minulostí je vhodné volit neverbální techniky. Tito lidé jsou často „mistři slova“ a z nepříjemných vnitřních stavů mají tendence utíkat do mluveného prožitku. Klienti s drogovou minulostí, často hledají únik do smíchu, mluvení nebo do jiných způsobů upozorňování na sebe.

Krahulcová (2012) také jako Bartošek, upozorňuje na potíže s verbálním vyjádřením pocitů u lidí se závislostí. Pro tyto lidi je mnohem snazší forma například příběhu. Krahulcová (2012) dále popisuje techniku „storytellingu“. Jedná se o složeninu anglických slov příběh a vyprávění. *„Storytelling je interaktivní forma sdělení příběhu, kdy toto vzájemné působení probíhá živě, ústním přenosem mezi vypravěčem a posluchačem.“* (Pavlovská in Valenta in Krahulcová, 2012)

V této kapitole by autorka ráda představila dramaterapii v zařízeních, která jsou určena lidem se závislostí. Autorka si není jista, nepodařilo se ji dohledat, zdali dramaterapie v níže popsaných terapeutických komunitách i nadále probíhá.

#### 4.1 Prvky dramaterapie v doléčovacím zařízení v Olomouci

Doléčovací zařízení si kladou za cíl navrátit klienta po léčbě zpátky do společnosti. Dramaterapie tedy vychází z předpokladu, že je klient stále zatížen svou minulostí. A to řadou let spojených s užíváním návykové látky, krádežemi, prostitucí či jinou nelegální činností. Během této doby dochází k silnému narušení rodinných vztahů, pracovní morálky, atd. (Růžička in Valenta, 2009)

V doléčovacím centru v Olomouci, prochází klienti šestiměsíčním programem, který zahrnuje terapeutické skupiny, které jsou kvůli své náplni, dělené na tematické, hodnotící a dynamické. Tematické skupiny jsou zaměřeny na téma, které určí terapeut. Jedná se o témata, která jsou zrovna pro klienty aktuální. Může se jednat o „Trávení volného času“, „Partnerské vztahy“ a podobně. Hodnotící jsou zaměřené na doléčovací proces každého klienta a dynamické skupiny odrážejí aktuální dění mezi klienty. Dramaterapie se využívá

právě na skupinách tematických. Dramaterapie zde probíhá formou Drama – projektů. (Růžička in Valenta, 2009)

Na začátku drama projektu je vždy stanovené téma. Například odmítání alkoholu, minulost, návrat domů. Vždy se začíná **diskuzí** na dané téma. S čím se klienti setkali, jaké strachy mají v tomto tématu, jaké si představují řešení, jak se při tom mohou cítit a jiné. Po diskuzi následuje krátká technika neboli **warm up**. Warm upy mohou probíhat formou pantomimy, soch, znázornění pocitů, emocí. Přibližují klientovi toto téma jiným způsobem než verbálním. Pak následuje **drama aktivita**. Většinou má podobu hrané situace. Klienti zkoušejí své chování v improvizované situaci. Například si nacvičují, jak na večírku odmítají alkohol a jiné. Ostatní klienti jim hrají další herce. Drama projekt je ukončen **závěrečnou diskuzí**. Vždy jsou přítomni 2 terapeuti na skupinu o velikosti 8 – 12 klientů. (Růžička in Valenta, 2009) Ukázky drama-projektů je možné dohledat v Rukověti dramaterapie, která je zahrnuta do seznamu literatury.

Tyto drama – projekty jsou určené pro skupinu, která má vybudovanou důvěru, která se zná, ví jak funguje. Jedná se o skupinu, která absolvovala alespoň 6 společných setkání. (Růžička in Valenta, 2009)

## 4.2 Dramaterapie v terapeutické komunitě

Dramaterapie či terapie s prvky dramaterapie je svou strukturou, náplní a časovou dotací závislá na terapeutovi. Není tedy nikde přesně dané, jak má dramaterapie probíhat. Jsou dané jen návody, doporučení a dál záleží na aktuální situaci, na klientech a na terapeutovi. Výzkumy, které v určitých terapeutických komunitách proběhly, ukazují, že dramaterapie v komunitách probíhá buď jako samotná terapie anebo jako terapie, která drama využívá jako doplněk. Tyto dramaterapeutické intervence většinou probíhají 1x za týden, někdy i 1x za 2 týdny. Dramaterapie většinou trvá 120 nebo 210 minut. Terapeuti se v těchto terapiích zaměřují nejvíce na osobnostní rozvoj klienta, dále na jeho sociální schopnosti, práce s rodinou a v neposlední řadě na komunikaci. (Fabíková, 2014)

Na toto téma bylo napsáno několik bakalářských a diplomových prací. Autorka by rády přiblížila několik z nich.

Dramaterapie v **terapeutické komunitě Sejřek** probíhá pod vedením dvou dramaterapeutů. Na programu je jedenkrát za měsíc v rozmezí čtyř hodin. Jedná se o otevřenou smíšenou skupinu (tedy muži a ženy závislí na nealkoholových drogách). Častá



dramaterapie není bohužel možná, jelikož jeden z dramaterapeutů dojíždí z daleka. (Vaverová, 2013)

V **terapeutické komunitě Podcestný mlýn** je dramaterapie využívána jako jedna ze základních terapeutických metod. Dramaterapeutické sezení má klasickou strukturu skládající se z warm – upu (zahřátí a naladění účastníků), jádra sezení, diskuze a závěru. Celé sezení začíná a končí rituálem. Účastníkům dramaterapie signalizuje rituál začátek a konec. Před každým sezením terapeut zopakuje pravidla. (Bartošek in Jourová, 2012)

Jádro sezení je zaměřené na improvizaci, při které vycházejí na povrch různá témata klientů. Na konci každého sezení je důležité vystoupení z role a následná reflexe. V rámci sezení se v terapeutické komunitě Podcestný mlýn pracuje se symbolickým textem. Klienti mají za úkol si vybrat text, který jim je něčím blízký. Následně se s textem pracuje. Tato práce vyústí v divadelní představení, kde je kladen důraz na estetickou složku (vzhled scény, řeč, atd.) Divadelní představení je tvořeno z příběhů jednotlivých klientů. Pro klienty je toto divadlo přínosné také tím, že se učí zpracovávat krizové situace. Pociťují stres, nervozitu a mohou je napadat myšlenky vzít si drogu, případně se může objevit zvýšený pocit agresivity a podobně. (Bartošek in Valenta, 2006)

### **4.3 Dramaterapie na detoxu v Olomouci**

Dramaterapie ve zdravotnictví stále nabývá na síle. Avšak na detoxikačním oddělení dle dostupných zdrojů nemá obdoby. Dramaterapie byla do systému péče na detoxikačním oddělení zařazena v roce 2009. V počátcích probíhala dramaterapie 2x týdně, středy a čtvrtky, později se ustálila na každou středu od 16:00 – 17:30. Aktuálně probíhá každé úterý od 16:30-17:30. Čas dramaterapeutické intervence se odvíjí od časových možností dobrovolníků, kteří dramaterapii vedou. Pro pacienty je dramaterapie povinná. Mezi dramaterapeuty a zdravotnickým personálem probíhá komunikace a spolupráce. Dramaterapeuti dostávají pravidelně zprávu o pacientech, kteří budou na intervenci přítomni. Jedná se o poznatky nových pacientů a pokroky či změny v léčbě stávajících klientů. Dramaterapeutický tým zase zasílá pravidelnou zprávu z intervence ošetřujícímu lékaři a primáři. Obsahem zprávy jsou popsány techniky použité v intervenci a informace o pacientech, jak danou intervenci prožívali. Cílem této spolupráce je co nejkvalitnější komplexní péče o pacienty. Z důvodu respektování etických aspektů, se zpráva dále nešíří. Na intervenci jsou přítomni vždy dva dramaterapeuti. Hlavní terapeut (který vede intervenci) a koterapeut (který má funkci pomocníka). (Krahulcová, 2014)

Dramaterapeutická intervence má danou strukturu, vytvořenou praktickými zkušenostmi a inspirací v odborné literatuře. Začíná se úvodním slovem dramaterapeuta – přivítání, připomenutí dohod (pravidel). Jedná se o dohodu vypnutí mobilních telefonů, tykání a dohoda „co se upeče, to se také sní“ neboli mlčenlivost. Pravidla byla od roku 2009 různě měněna na základě zkušeností a na základě jednání pacientů. Následuje úvodní kolečko, kdy má každý prostor sdělit, jak se mu daří, zdali se něco v jeho léčbě změnilo. Dále se pokračuje dle dané struktury. Následuje warm – up cca 10 minut, hlavní technika cca 35 minut a závěrečná reflexe + rozloučení s odcházejícími. Bohužel z kapacitních důvodů dramaterapeutická intervence trvá cca 60- 70 minut. Doporučený čas je 90 minut.

Mezi nejčastější dramaterapeutické techniky patří **storytelling**. O storytellingu a o technikách používaných na detoxikačním oddělení, věcně a přehledně píše Krahulcová (2014). Autorka sama z této odborné práce čerpá inspiraci při přípravě dramaterapeutických intervencí.

## EMPIRICKÁ ČÁST

Empirická část je rozdělena na tři části. První část se věnuje metodologickým východiskům, druhá analýze a interpretaci dat a poslední - třetí částí je diskuze.

V metodologické části je vymezen výzkumný problém, definovány cíle výzkumného šetření, výzkumné otázky a design výzkumu, který je autorkou chápán jako plán výzkumu. Autorka zde čtenáři přibližuje jednotlivé fáze plánování výzkumu a jeho realizace.

Dále je popsán výzkumný soubor a metody sběru dat. Jako metodu sběru dat zvolila autorka rozhovor. Tuto metodu považuje za stěžejní. Tato je doplněna metodou pozorování a deníkem účastníka. Navzájem se tyto metody doplňují. Autorka chce touto kombinací dosáhnout metodologické triangulace, a tedy i vyšší validace výsledků.

V této části jsou popsány také metody analýzy dat. Autorka se rozhodla pro metodu otevřeného a následného axiálního kódování, které používá při analýze rozhovorů a deníků. Sekundární interpretací výzkumníka doplňuje otevřené kódování v rozhovorech. Výsledky metody pozorování se autorka rozhodla zobrazit pomocí tabulky.

Následně je v empirické části popsána analýza a interpretace dat. Zde autorka čtenáři představuje dramaterapeutické techniky, které se rozhodla zkoumat a průběh analýzy. Podrobně zde autorka rozepisuje analýzu jednotlivých technik. Na závěr této kapitoly jsou autorkou zodpovězeny výzkumné otázky a interpretovány výsledky šetření.

Závěrem empirické části je diskuze. Zde se autorka zabývá limity studie, doporučeními pro praxi a rešerší dat.

## 4 METODOLOGICKÁ VÝCHODISKA VÝZKUMU

V této kapitole autorka představí výzkumný problém, cíle výzkumu a výzkumné otázky. Dále představí svůj výzkumný plán. Pro lepší pochopení zkoumané problematiky, představuje autorka výzkumný soubor před popisem metod sběru dat, které ve svém výzkumu použila. Dále autorka popíše metody analýzy dat. K závěru kapitoly bude představeno zařízení, ve kterém bylo výzkumné šetření realizováno.

Autorka by ráda na úvod ujasnila pojmy, které bude dále v textu používat. Jelikož detoxifikační oddělení spadá pod resort zdravotnictví, bude autorka používat pojem **pacient**. „*Pacient je nemocný, osoba v lékařské péči.*“ (Velký lékařský slovník, 2015, s. 745)

Účastníky výzkumu bude autorka nazývat pojmy jako je **participant** a **účastník**. Ráda by touto cestou oddělila pacienty od účastníků výzkumu. V intervencích, kde výzkum probíhal, byli přítomni i ostatní pacienti.

V popisu technik bude autorka používat pojem **klient**. Jedná se totiž obecný popis techniky.

Autorka vystudovala Speciální pedagogiku se zaměřením na dramaterapii, avšak nemá za sebou žádný psychoterapeutický výcvik. Proto se nepovažuje za terapeutku v pravém slova smyslu. Nebude tedy používat pojem dramaterapie, ale **dramaterapeutická intervence**. Zkráceně **DI**.

Dále bude v textu používán pojem „**detox**“. Jedná se o zkratku sousloví detoxifikační jednotka (oddělení či stanice), která se běžně používá.

### 4.1 Vymezení výzkumného problému

Dramaterapie probíhá díky dobrovolníkům ve Středisku sekundární prevence a léčby závislostí v Olomouci již od roku 2009. Za tu dobu bylo na toto téma sepsáno několik odborných prací a článků. (Krahulcová, Vožechová, 2012), (Krahulcová, 2014), (Gejdošová, 2016) Na tomto pracovišti bylo realizováno několik odborných výzkumů. Tímto tématem se zabývaly nejen studentky, které s realizací dramaterapie na detoxu začínaly, ale také jejich pokračovatelé. Vždy se jednalo o studenty/studentky oboru Speciální pedagogika – dramaterapie z Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci.

Autorka do tohoto střediska začala docházet v říjnu roku 2014, jako dobrovolník. Za tu dobu se jí naskytla možnost vidět, ale také realizovat mnoho dramaterapeutických technik v rámci DI.

Po této zkušenosti autorka shledala, že dobrovolníci na tomto oddělení v rámci dramaterapie, pracují spíše se slovem a pohybem. Všimla si, že málokdy se pracuje s materiálem. Například se zde nerealizují techniky jako práce s maskou, tvorba loutky. Autorka si začala klást otázky typu: Napadlo nás někdy tuto techniku v tomto prostředí realizovat? Je možné, že se tyto techniky nehodí pro tuto klientelu? Pomohl by tento druh techniky pacientům zamyslet se nad svým problémem, či změnit pohled?

Na základě těchto otázek se autorka rozhodla uskutečnit **předvýzkum**. O předvýzkumu se zmiňuje Švaříček (2014). V rámci kvalitativního výzkumu se předvýzkum příliš nerealizuje. Předvýzkum představuje sbírání dat různými metodami. Tím si ověříme, jaká metoda je pro náš výzkum vhodná a jaká ne.

Předvýzkumu se více věnuje Miovský (2006). Charakterizuje předvýzkum jako situaci, kdy výzkumník při přípravě ideového plánu výzkumu naráží na nedostatek informací. Z různých důvodů. V předvýzkumu se může jednat o zmapování prostředí nebo o ověření navržených výzkumných metod.

Autorka se ve svém předvýzkumu zaměřila na reakce pacientů na vybrané dramaterapeutické techniky, a jejich verbální zpětnou vazbu. Na základě výsledků tohoto předvýzkumu, se autorka rozhodla, zaměřit se na dramaterapeutické techniky tohoto typu ve své diplomové práci. Díky tomuto výzkumu by autorka ráda rozšířila výzkumnou základnu v oblasti dramaterapie na detoxikačním oddělení v Olomouci. Výzkumným problémem je tedy absence teoretických východisek pro užití konkrétních technik.

## **4.2 Cíle výzkumu**

Autorku již dlouho před realizací výzkumu zajímalo, jaký vliv mají dramaterapeutické techniky v DI, na smýšlení pacientů. V každé intervenci dostávala autorka od pacientů slovní zpětnou vazbu, avšak nikdy tato zpětná vazba nebyla od pacientů ověřena další metodou. Proto si autorka nebyla nikdy dostatečně jista, zda a jak zkušenosti z intervence pacienti vnitřně vnímají.

Autorka si vymezila hlavní a dílčí cíl.

**Hlavní cíl výzkumu:** „Zjistit reakce (jednání) pacientů detoxikačního oddělení v Olomouci na vybrané techniky dramaterapie.“

**Dílčí cíl výzkumu:** „Zjistit, jak vybrané techniky dramaterapie působí na smýšlení lidí závislých na alkoholu a pervitinu, při pobytu na detoxikačním oddělení.“

Před tím, než si autorka stanovila hlavní a dílčí cíl výzkumu, si pro sebe zformulovala 3 typy cílů.

„Maxwell (2005) rozlišuje trojí typy cílů: (1) Intelektuální – jakým způsobem projekt přispěje k rozšíření odborného poznání; (2) praktický – zda budou moci být výsledky nějakým praktickým způsobem využity; (3) personální – jak práce na projektu obohatí výzkumníka samého.“ (Švaříček, Šed'ová, 2014, s. 63)

**Intelektuální cíl:** Cílem je poukázat na vhodnost vybraných technik při práci s pacienty na detoxikačním oddělení. Prozkoumat více do hloubky smýšlení pacientů při těchto technikách.

**Praktický cíl:** Získané informace mohou být využity v další práci s touto klientelou jak na detoxikačním oddělení v Olomouci tak i na jiných pracovištích.

**Personální cíl:** Sama autorka pracuje jako dobrovolník na detoxikačním oddělení. Je pro ni osobně významné a motivační, toto téma prozkoumat.

### **4.3 Výzkumné otázky**

Z výše uvedených cílů si autorka odvodila tyto výzkumné otázky:

**VO1: Jaké emoce vyvolávaly v pacientech dané techniky?**

**VO2: V čem je DI na detoxikačním oddělení pro pacienty přínosná?**

**VO3: Jak se změní emoce pacientů po absolvování DI?**

### **4.4 Design výzkumu (výzkumný plán)**

Autorka si sestavila plán výzkumu. Nejdříve realizovala **předvýzkum**. V rámci předvýzkumu zjišťovala, jaké techniky se na detoxu, v rámci DI, nejčastěji používají. Nahlédla do starších zpráv, které vždy zasílá koterapeut primáři a staniční sestře. Zpráva představuje výstup z DI. Z těchto zpráv porovnávala popsané reakce pacientů na jednotlivé dramaterapeutické techniky. Následně autorka začala hledat v odborné literatuře, v časopisech a v odborných článcích, informace o realizaci dramaterapie na detoxikačním oddělení. V této

oblasti nenalezla autorka dostatečné množství informací, proto se rozhodla pole svého hledání rozšířit. Začala vyhledávat výzkumy na téma dramaterapie s lidmi se závislostí a nakonec i expresivní terapie s lidmi se závislostí. Na základě výsledků hledání se autorka ujistila, že její záměr by mohl být úspěšný. V rámci předvýzkumu si autorka vytvářela představu o technikách, které by ráda zkoumala. Čerpala z vlastních zkušeností a z manuálu, sestaveným v rámci dizertační práce, Mgr. Kristýnou Krahulcovou, Ph.D. Vybrané techniky následně realizovala v DI. Při těchto realizacích si vybrané techniky upravovala, podle potřeb plánovaného výzkumu. Každou techniku, vyzkoušela minimálně dvakrát.

Autorka po tomto předvýzkumu, začala hledat a studovat možné varianty sběru dat a analýzy dat. Při této studii se rozhodla pro kvalitativní výzkum. Po této fázi příprav, vypracovala autorka **koncept diplomové práce**, kde popsala techniky; metody sběru dat a analýzy dat; cíle výzkumu a pracovní postup.

Autorka si domluvila osobní schůzku se staniční sestrou detoxu, představila ji koncept výzkumu a poprosila o svolení výzkum na detoxu v rámci DI, realizovat. Autorce byl výzkum povolen a na místě byl paní Havránkovou (staniční sestra), podepsán informovaný souhlas, který má autorka k dispozici. Následně informovala i primáře oddělení a obdržela písemně informovaný souhlas také od něj.

Autorka se pustila do **další fáze příprav**. Jako metody sběru dat si autorka vybrala rozhovor, pozorování a doplňující metodu deník účastníka. Autorka si vytvořila osnovu rozhovoru, pozorovací formulář a připravila sešity sloužící jako deníky.

**Fáze realizace výzkumu.** Autorka realizaci výzkumu začala informačním setkáním s pacienty detoxu. Informovala je o výzkumu, který by s nimi ráda realizovala. Vysvětlila jim průběh výzkumu, metody a práva účastníků. Jelikož jednou z autorčiných zásad je přítomnost účastníků na všech setkáních DI, tak se skupina potencionálních participantů velice zúžila. Pacientů, kteří na detoxu setrvávají 4 týdny, je minimum. Na základě tohoto zúžení, autorka výzkum realizovala 2x, aby nasbírala dostatek dat.

Autorka nejdříve realizovala všechny 4 techniky a v průběhu si zapisovala poznatky z pozorování. Techniky byly realizovány 1x týdně, trvaly i s reflexí 90minut. Po první technice, kdy si účastníci měli možnost vyzkoušet o čem dramaterapie je, si nechala autorka podepsat informované souhlasy, které má k dispozici. Po poslední technice si autorka s účastníky výzkumu domluvila osobní setkání za účelem rozhovoru. Rozhovory zrealizovala.

**Fáze po realizaci výzkumu.** Autorka si po realizaci výzkumu přepsala všechna nasbíraná data do svého osobního počítače. Jednalo se o zvukový záznam z rozhovorů, poznatky z pozorování, a deníky z DI. Následně vypracovala analýzu dat.

Autorka záměrně použila tři metody sběru dat, aby tak docílila metodologické triangulace.

#### **4.4.1 Triangulace**

Triangulace nám ve výzkumu pomáhá k vyšší validitě výsledků. Jedná se o postup pro výzkumníka složitější, zato kvalitnější.

Idea tohoto pojmu pochází z teorie topografického měření (a navigace), kdy je třeba znát (v trojúhelníku) polohy bodu A a bodu B, abychom určili bod C. (Švaříček, Šed'ová, 2014)

Pojem triangulace velmi pěkně definuje Hendl (2016):

*„Pod pojmem triangulace se rozumí kombinace různých metod, různých výzkumníků, různých zkoumaných skupin nebo osob, různých lokálních a časových okolností a teoretických perspektiv, jež se uplatňují při zkoumání určitého jevu.“* (Hendl, 2016, s. 151)

Miovský (2006) chápe triangulace podobně. Jedná se o účinný kontrolní nástroj, jež obsahuje různé zdroje dat a přístupy k jejich získávání a analýze.

Existuje několik typů triangulace. Avšak ještě více rozdělení těchto typů. Jinak rozděluje triangulace Hendl (2016), jinak Miovský (2006) a jinak Švaříček, Šed'ová (2014). Tato rozdělení jsou si podobná. Autorka si však vybrala základní rozdělení dle Chrastiny, Ivanové (2010).

Chrastina, Ivanová (2010) rozdělují triangulaci na:

- Triangulace metodologická
- Triangulace výzkumníků
- Triangulace dat
- Triangulace teoretická
- Triangulace respondentů
- Triangulace vícenásobná



Autorka si pro svůj výzkum vybrala **triangulaci metodologickou**. Tuto triangulaci je možné charakterizovat takto:

*„Stejný jev je zkoumán různými metodami, přičemž výstupy s užitím té které metody jsou vzájemně komparovány.“* (Chrastina, Ivanová, 2010, s. 158, tabulka. č. 1)

Dále o důležitosti metodologické triangulace píše Miovský (2006). Díky této triangulaci můžeme zjistit, zda a jak se liší údaje získané různými metodami. V čem se doplňují, překrývají nebo si naopak odporují.

Denzin in Hendl (2016), si pod touto triangulací představuje něco trochu jiného. Rozděluje ji na dva typy. V prvním typu výzkumník použije více škál dotazníků, které jsou zaměřeny na jednu vlastnost. Ten druhý typ je reprezentován kombinací způsobů získávání dat pomocí dotazníku a polostrukturovaného dotazníku.

#### **4.4.2 Kvalitativní výzkum**

Autorka do zařízení, kde výzkum probíhal, chodívá jako externí dobrovolník již třetím rokem. Za tu dobu se autorka seznámila s chodem pracoviště, s denním režimem pacientů, s personálem. Slyšela různé životní příběhy a měla možnost poznat osobnosti lidí, kteří tímto oddělením „procházejí“. Během výzkumu si autorka psala různé poznámky, debatovala o svých hypotézách a výzkumných otázkách s kolegy, kteří s ní na oddělení dochází. Průběžně hovořila na téma výzkumu také s pacienty, kteří se výzkumu neúčastnili.

*„Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.“* (Creswell in Hendl, 2016, s. 46)

Typické pro kvalitativní výzkum je výzkumné téma a výzkumné otázky, které si výzkumník na začátku výzkumu definuje. Tyto otázky pak může během výzkumu měnit, doplňovat a to jak při sběru dat, tak i při analýze. Výzkumník si kromě výzkumných otázek klade také možné hypotézy a nová rozhodnutí. Seznamuje se s novými lidmi, pracuje přímo v terénu. Neustále si píše poznámky. Snaží se z každé informace vyzískat co nejvíce ke svému výzkumu. Své poznatky různými způsoby modifikuje. Z těchto důvodů, můžeme kvalitativní výzkum nazvat pružným typem výzkumu. (Hendl, 2016)

Švaříček, Šed'ová (2014) rozdělují definice kvalitativního výzkumu na základě určitých kritérií. Definice podle použité metody sběru dat, definice podle metody usuzování, definice podle typů dat, definice podle způsobu analýzy dat.

Pro kvalitativní výzkum jsou typické metody sběru dat. Některé z nich, například rozhovor, se dá využít také v kvantitativním výzkumu. Avšak je třeba k druhu výzkumu také přizpůsobit otázky a kritéria. Mezi základní metody sběru dat v kvalitativním výzkumu se řadí pozorování, rozhovor a dokumenty.

Výzkumník může sbírat data pro svůj výzkum nejen těmito metodami. Hendl (2016) uvádí, že v kvalitativním výzkumu se dále využívají prepisy terénních poznámek z pozorování, rozhovorů, fotografie, audio a videozáznamy, deníky, osobní komentáře, úřední dokumenty, úryvky z knih a všechno další, co výzkumníkovi přibližuje život zkoumaných lidí.

Autorka si vybrala **kvalitativní výzkum** na základě metod, které chtěla ve výzkumu použít. Jednoznačně ji zajímalo, o čem pacienti při DI přemýšlí, jaké pocity se v nich odehrávají a co si vlastně o DI myslí. Autorka předpokládala, že v případě kvalitativního výzkumu by se kvalita a pravdivost výpovědí mohla výrazně lišit. Proto se rozhodla přistoupit k pacientům přímo nikoliv zprostředkovaně. Kvalitativní výzkum nabízí výzkumníkovi možnost poznat zkoumaný problém zblízka. Nabízí mu přehodnocovat a měnit výzkumné otázky, cíle výzkumu.

## 4.5 Charakteristika souboru

Autorka si účastníky výzkumu vybrala pomocí **metody záměrného výběru**. Dle Miovského (2006) se jedná o nejrozšířenější metodu výběru. Na základě stanoveného kritéria cíleně vyhledáváme ty jedince, kteří toto kritérium nebo soubor kritérií, splňují a současně jsou ochotni se do výzkumu zapojit.

Autorka si jako výzkumný soubor vybrala pacienty se závislostí, pobývajících na detoxikačním oddělení v Olomouci. Nejčastěji se jednalo o závislost na alkoholu, dále na nealkoholových drogách a na lécích. Skupinu participantů tvořili muži i ženy. Konkrétně 4 ženy a 3 muži ve věkovém rozmezí 16-70 let. Tito lidé pobývali na detoxikačním oddělení minimálně 4 týdny.

Autorka si definovala kritéria výběru s ohledem na hlavní a dílčí cíl výzkumu. Jednalo se o tato **kritéria**:

- účastník musí být přítomen na všech čtyřech DI;
- účastník musí pobývat v léčbě na detoxikačním oddělení v Olomouci;
- účastník musí souhlasit s realizací výzkumného šetření, a podepsat informovaný souhlas, u mladších 18 let potřeba souhlas rodičů;
- účastník musí být závislý na alkoholu, pervitinu či marihuaně.

Autorka si záměrně vybrala tento soubor pro svůj výzkum. Na toto téma (dramaterapie na detoxikačním oddělení) bylo realizováno jen velmi málo výzkumů. Pro autorku bylo velmi lákavé zjistit, jak daní pacienti DI na detoxikačním oddělení prožívají a tím i rozšířit výzkumnou základnu na toto téma.

## 4.6 Metody sběru dat

Jak autorka uvádí výše, jako metody sběru dat si vybrala rozhovor, pozorování a doplňující metodu deník účastníka. V této podkapitole by ráda popsala každou z nich.

### 4.6.1 Pozorování

Pro metodu pozorování se autorka rozhodla především na základě své zkušenosti. Ještě před tím, než se autorka pustila do výzkumu, uskutečnila předvýzkum. V tomto předvýzkumu využila metody pozorování, která se jí osvědčila. Rozhodla se tuto metodu použít i ve své diplomové práci.

*„Účelem metody pozorování je deskriptivně zachytit, co se děje a jak vypadá daná situace. Popis by měl být přesný, detailní a neměl by obsahovat triviální situace. „ (Švaříček, Šed'ová, 2014, s. 143)*

Švaříček, Šed'ová (2014) doporučují, aby si badatel nejdříve stanovil cíl výzkumu. Dále, aby se badatel při pozorování držel problému a výzkumné otázky. Nespoléhal příliš na informace klíčových osob. Pozorování slouží k popisu jednání aktérů. Naopak rozhovor dokáže zachytit to, co účastníci říkají a tím více porozumět jejich myšlence.

Švaříček, Šed'ová (2014) píší o zaměření se na popis fyzického prostředí, popis sociální stránky prostředí pozorování, popis jednání aktérů. Hendl (2016) toto tvrzení doplňuje.

*„Začíná se popisným pozorováním. Základním cílem je podrobně popsat prostředí, lidi a události. Vytváříme podrobný portrét. Ve zprávě získá tento typ pozorování tvar vyprávění nebo narativní zprávy.“ (Hendl, 2016, s. 199)*

Pozorování probíhalo v místnosti určené k setkávání pacientů. Tedy pro účastníky na známém místě. V této místnosti jsou realizovány všechny společné terapie, sezení ale také společné jídlo. Jedná se o jedinou společnou místnost na oddělení. Autorka pro zajímavost vytvořila náčrt místnosti v programu Microsoft Word. (VIZ **příloha č. 1**) Autorka by ráda upozornila, že se nejedná o ideální prostor pro dramaterapeutickou intervenci.

Autorka si pro lepší přehlednost informací a poznámek připravila zápisový arch, na který si ihned po intervenci zaznamenávala výsledky pozorování. Tento arch si autorka vytvářela během předvýzkumu. Vylepšovala ho a předělávala. Při sběru dat do diplomové práce, používala autorka již konečnou verzi záznamového archu, vytvořeného v programu Microsoft Excel (VIZ **příloha č. 2**). Tyto vyplněné archy má autorka k dispozici.

Autorka se při pozorování zaměřila na verbální, neverbální komunikaci a samotné chování aktérů. Chování aktérů vnímá autorka jako celkové zhodnocení aktivity účastníka na DI. Jedná se o shrnující a posuzující pohled autorky na účastníka. Tuto část zařadila autorka do pozorování záměrně, aby tím získala celkový popis aktivity účastníka.

Jednalo se o zúčastněné pozorování, kdy autorka sama tyto intervence vedla. Autorka neměla mnoho času zapisovat si poznámky během intervence. Zapisovala si pouze pár informací a to ve zkratkách. Zapisování poznámek by mohlo intervenci narušit a účastníky výzkumu znervóznit.

#### **4.6.2 Polostrukturovaný rozhovor**

Jako další metodu sběru dat si autorka vybrala metodu rozhovoru. Jedná se o kvalitativní metodu. Metoda pozorování je náročná a nemusí být vždy přesná. Velmi vhodná je kombinace těchto dvou metod. Poznatky z pozorování, rozhovor skvěle doplňuje.

Díky kombinaci metod pozorování a rozhovoru si výzkumník může udělat komplexní obrázek o dané situaci. Tyto dvě metody se navzájem prolínají. Z rozhovorů výzkumník získává témata pro pozorování a z pozorování zase oporu pro otázky rozhovoru. (Švaříček, Šed'ová, 2014)

Autorka se rozhodla pro hloubkový polostrukturovaný rozhovor, který dle Švaříčka, Šed'ové (2014) vychází z předem připravených témat a otázek k rozhovoru.

O polostrukturovaném rozhovoru se také zmiňuje Miovský (2006). Polostrukturovaný rozhovor vyžaduje náročnější technickou přípravu. Tazatel si vytváří určité okruhy otázek

(schéma), které je pro tazatele závazné a na které se bude účastníků při rozhovoru ptát. Obvykle je možné měnit pořadí otázek podle potřeby. Pokud tato změna pomůže tazateli vytížit z rozhovoru maximum.

Otázky k rozhovoru autorka vytvářela na základě výzkumných otázek. Otázky rozhovoru si rozdělila na dvě části. Jednu část tvořily otázky zaměřené na techniky. Jednalo se o pět základních otázek, na které se autorka ptala u každé techniky zvlášť. Druhou část tvořily otázky doplňující, které se týkaly vedení DI a dramaterapie obecně. Tyto doplňující otázky autorka zařadila do rozhovoru úmyslně. Chtěla mít jistotu, že účastníci nejsou ovlivňováni způsobem vedení intervence a zajímalo ji, jak DI na detoxu vnímají.

Rozhovory se odehrávaly na oddělení, v pokoji účastníka. Vždy byl přítomný tazatel (autorka) a účastník. Tyto rozhovory se konaly až po té, kdy měl účastník za sebou všechny čtyři části intervence.

Než autorka rozhovor začala, připomněla každému dotazovanému účel výzkumu a poděkovala za ochotu se účastnit. Pro navození přátelské atmosféry a uvolnění nervozity, se autorka zeptala na pár jednoduchých úvodních otázek.

Po krátkém úvodu, informovala autorka účastníka o způsobu nahrávání rozhovoru a to pomocí diktafonu. Dotázala se na souhlas s nahráváním. Nakonec sdělila dotazovanému práva spojená s pořizováním záznamu:

- účastník bude veden v anonymitě;
- právo dotazovaného neodpovědět na otázku;
- možnost zopakování otázky, v případě nejasnosti.

Následně autorka zapnula diktafon a poprosila o zopakování souhlasu s nahráváním. Tyto záznamy má k dispozici. Jednotlivé rozhovory trvaly 20 – 30 minut.

**Audiozáznam** patří mezi nejčastěji používané metody dnešní doby. Jsou autentické, zajišťují komplexnost záznamu. Pro výzkumníka je to velká pomoc. Může se více soustředit na rozhovor a nerušit respondenta psaním poznámek. Zvukový záznam nám také zachycuje hloubku, výšku, rychlost hlasu, pomlky, důraz řeči a jiné prvky hlasového projevu. Výzkumník se k těmto rozhovorům může kdykoliv vracet, přehrávat si je. Může je přehrávat také kolegům, kteří se mohou zaměřit na jiné zajímavosti rozhovoru a výzkumníka se dále doptávat. Audiozáznam takto může mít i funkci kontrolní. (Miovský, 2006)

Autorka si rozhovory **přepsala do počítače** metodou **doslovné transkripce** (Hendl, 2016), kdy přepisovala (audiozáznam) do textové podoby do počítače. Autorka poslouchala audiozáznam a průběžně ho zastavovala, aby si vše doslova přepsala. Autorka si tyto záznamy často přehrávala, aby si byla jista správností přepisu a nedošlo tak ke zkreslení výsledků. Tuto kontrolu Miovský (2006) nazývá **kontrolou transkripce opakovaným poslechem**.

#### **4.6.3 Deník účastníků výzkumu**

Jako třetí metodu sběru dat si autorka vybrala rozbor deníku. Autorka na oddělení, kde výzkum probíhal, chodila pouze 1x týdně. Využila takto času, který účastníkům zbýval mezi jednotlivými intervencemi.

Techniky, které autorka zkoumala, mohly vyvolat v účastnících osobní vzpomínku, či důležitou myšlenku, kterou účastníci nechtěli verbálně s nikým sdílet. Z tohoto důvodu autorka zařadila metodu „deník“ do svého výzkumu. Některé myšlenky se člověku lépe sepisují na papír, než aby o nich mluvil.

Autorka nakoupila sešity velikosti A6 a rozdala je účastníkům. O denících autorka informovala účastníky na informačním setkání a pak také na první intervenci, kde deníky rozdala. Poprosila účastníky, aby si po každé intervenci do deníku zapsali své pocity, poznatky a zkušenosti z dané intervence. Zadání bylo volnější, aby účastníci deník nevnímali jako povinnost, ale jako reflektující část výzkumu. Autorka informovala účastníky také o tom, že si deníky na konci výzkumu vybere, přečte a výsledky využije do svého výzkumu. Účastníci dostali možnost si deníky po výzkumu nechat.

Tyto deníky byly pro autorku nesmírně důležité. Jedná se o další metodu, kdy si autorka mohla ověřit své domněnky. Pomáhaly autorce více pochopit prožívání účastníků.

Hendl (2016) tyto deníky řadí do skupiny Osobní dokumenty. Do této skupiny patří dokumenty, které byly sepsány, vyfotografovány či pořízeny k soukromým účelům. Kromě deníku sem také řadí dopisy, zápisníky, rodinné fotografie či videonahrávky.

Gavora (2010) řadí deníky mezi produkty člověka. Rozděluje je do tří skupin. Písemné, vizuální a hmotné. Tyto skupiny tvoří pak další podskupiny.

Mioviský (2006) tuto metodu řadí mezi textové dokumenty. Píše, že se nejedná o klasickou metodu, kdy získáváme a vytváříme data. Zde již data máme vytvořená a my je pouze sbíráme. Mioviský (2006) dále poukazuje na výhody a omezení tohoto sběru dat.

*„Výzkumník například nemůže ovlivnit podobu těchto dat. Například při analýze médií nebo osobního deníku nemůže jakkoli zasáhnout do charakteru a obsahu těchto dokumentů a nějak je měnit. Je tam omezená možnost zkreslení a každý, kdo by s daným materiálem pracoval, má prakticky stejné možnosti. (Miovský, 2006, s. 190)*

Maršálková s Mikšíkem in Miovský (2006) uvádí výhodu deníků. Jedná se o možnost získání cenných psychologických údajů, které jsou skryty v daném člověku.

Autorka si po rozhovoru se souhlasem účastníka deníky vybrala k analýze.

## **4.7 Metody analýzy výzkumného šetření**

V této podkapitole autorka popisuje metody analýzy dat, které ve svém výzkumném šetření využívá. Jedná se o metodu otevřeného kódování, následného axiálního kódování a sekundární interpretace výzkumníka.

### **4.7.1 Otevřené kódování**

Autorka metodu otevřeného kódování použila k analýze rozhovorů a dokumentů.

Obecně se jedná o operaci, kdy získané informace nejdříve rozebereme na jednotlivé části, roztrídíme podle významu a složíme novým způsobem. Jednoduše řečeno, text je rozbit na jednotky, které výzkumník pojmenuje. Dále už pracuje pouze s těmito jmény. (Švaříček, Šed'ová, 2014)

Otevřené kódování odhaluje v textu určitá témata, postoje, pocity a otázky. Jedná se o informace, vztahující se k výzkumním otázkám či k přečtené literatuře. Nebo se může jednat o nové myšlenky, vznikající, jak výzkumník proniká textem. (Hendl, 2016)

Autorka postupovala stejným způsobem, jak výše popisují Švaříček a Hendl. Autorka si pečlivě četla textový záznam, větu po větě, a průběžně si text rozdělovala na **jednotky**.

Šed'ová (2014) uvádí, že jednotkou může být slovo, věta, odstavec, sekvence slov. Dále také doporučuje určit jednotku dle významu. Každé takto vytvořené jednotce přidělíme nějaký **kód**. „Při volbě kódu si klademe otázku, o čem daná sekvence vypovídá, jaký jev či téma reprezentuje.“ Švaříček, Šed'ová, 2014, s. 212). Neustále se ke kódům vracíme, revidujeme a předěláváme podle potřeby. Také můžeme v kódování použít **in vivo kódy**. Jedná se o výrazy, které užívají sami respondenti. Tyto výrazy fungují jako kódy. Důležité je,

aby autor, který použije metodu otevřeného kódování, věděl, jaký význam je schovaný za daným kódem.

Jak autorka píše výše, přepsaný text si rozdělila na jednotky. Těmto jednotkám přidělila kódy, místy použila i in vivo kódy. Autorka pracovala v programu Microsoft Word. V tomto programu si vytvářela ke každé jednotce komentář, do kterého si vpisovala kódy. Tyto kódy měli většinou formu slova či věty. Dále si autorka tyto kódy (pro lepší přehlednost) sepisovala do tabulky v programu Microsoft Excel, kde si k těmto kódům psala významové poznámky.

#### **4.7.2 Axiální kódování a sekundární interpretace výzkumníka**

Dále autorka postupovala metodou **axiálního kódování**, které navazuje na otevřené kódování. Cílem této metody je seskupení vzniklých kódů dle vnitřního jevu a významu, pomocí metody porovnávání, vyhledávání a vyznačování vztahů. (Miovský, 2006) Autorka si vytvořila pro lepší přehlednost tabulku, do které sepsala kódy a příklady jednotek.

Získané výsledky autorka shrnula pomocí metody **sekundární interpretace výzkumníka**. Jedná se o metodu, kdy výzkumník opětovně promýšlí již analyzovaný materiál. (Švaříček, Šedřová, 2014)

Z metody **pozorování**, si autorka sepsala nasbíraná data do jedné tabulky, kterou si vytvořila v programu Microsoft Excel.

### **4.8 Charakteristika zařízení**

V této části autorka podrobně popisuje zařízení, ve kterém realizovala svůj výzkum.

#### **Detoxifikační jednotka v Olomouci**

Detoxifikační oddělení v Olomouci spadá pod Středisko sekundární prevence a léčby závislostí ve Vojenské nemocnici. Oddělení funguje jako součást komplexní léčby závislostí na alkoholu, nealkoholových drogách, návykových léčivech a hráčství. Probíhá zde strukturovaný terapeutický proces, přičemž je kladen důraz na psychoterapii. Snahou terapeutického týmu je, aby následná péče přinesla pacientovi maximální prospěch. Oddělení úzce spolupracuje s nízkoprahovými centry, charitou, adiktologickými a poradenskými službami. Součástí střediska je i Protialkoholní a protitoxikomanická záchytná stanice. Kam jsou přiváženi lidé pod silným vlivem návykové látky. Po vystřízlivění mají možnost začít léčbu na detoxu či se vrátit domů. (Krahulcová, 2014)



Terapeutický program je na tomto oddělení rozložen do 4 týdnů. Podle okolností je však možné jeho prodloužení či naopak zkrácení. Pobyt zde je hrazen zdravotní pojišťovnou. Všeobecná zdravotní pojišťovna hradí svým klientům 28 dnů pobytu, ostatní zdravotní pojišťovny i pobyt delší. Průměrná doba pobytu je 1 měsíc. Kapacita je pouze 15 lůžek na oddělení. Je tedy potřeba přijetí pacienta objednávat telefonicky. K léčbě jsou především přijímáni motivovaní pacienti.

Jedná se o koedukované oddělení, tedy oddělení pro ženy i muže dohromady. Věk pacientů se pohybuje v rozmezí 16 – 75 let.

Pacienti mají k dispozici společenskou místnost a prádelnu. K zábavě dále pingpongový stůl ve sklepních prostorách, posilovnu, zahradu a pétanque. Venkovní prostor pacienti využívají v létě a v pauzách na cigaretu.

Mezi pacienty je vždy určen na jeden týden tzn. „předseda samosprávy“. Většinou je určen ten, kdo je na detoxu nejdéle. Tento předseda má funkci „mluvčího za skupinu“ s personálem. Pomáhá svolávat pacienty na program, sděluje pacientům denní plán a jiné.

Jak autorka psala výše, probíhá na tomto oddělení 4 týdenní terapeutický program. Mají zde přesně stanovený harmonogram. Autorka níže popisuje nejdůležitější body programu, které se každý týden opakují.

- **Supportivní skupinová terapie** - jak už název napovídá, jedná se o podpůrnou terapii. Tedy terapii, která pomáhá pacientovi objasnit si určitá témata, vztahy, životní hodnoty, podvědomé strategie a jiné. Pro zajímavější a mnohdy snazší práci, se využívají různé techniky. Například psaní, kreslení, imaginace. Pacienti se tak mohou v sobě lépe vyznat a tyto poznatky následně využít ve volných skupinách nebo při individuální terapii.
- **Edukační skupina** – aby se mohl pacient efektivně léčit, je důležité, aby léčbě porozuměl a znal své další možnosti. Proto je součástí léčby (už od nepaměti) osvětová činnost. Náplní této skupiny je diskuze. Zde si pacienti mohou ujasnit pojmy, jako jsou závislost, léčba závislosti, recidiva, prevence relapsu, podpůrná léčba, atd.
- **Pracovní terapie** – v této terapii se manipuluje s materiálem z okolí. Tedy činnost s okolním materiálem, surovinami, předměty za účelem pomoci lidem změnit jejich chování, myšlení, emoce a další osobní předpoklady společensky i individuálně přijatelným směrem. Pracovní terapie směřuje k jistému výrobku, k výsledku práce.

(Müller a kol., 2014) Na tomto oddělení se využívá především materiál pedig, noviny, suroviny závislé na ročním období, korálky, drátky a bavlnky. Výsledky pracovní terapie lze vidět ve společenské místnosti, kde se tyto výrobky pravidelně obměňují. Pracovní terapii vede externí pracovnice, která je v této oblasti kvalifikovaná.

- **Skupinová terapie** – skupinová terapie zde probíhá formou volné skupiny. Jedná se o prostor, který je určen pacientům. Hovoří zde o tématu, které je pro ně aktuální či o myšlenkách, které je právě v tuto chvíli zaměstnávají. Skupinovou terapii vede vždy terapeut a psychologka. Pokud nejsou přítomni, vede terapii sestra s výcvikem.
- **Komunita** – každé ráno se pacienti společně setkávají na 15 minut. Tímto společným setkáním (komunitou) začínají den. Rekapituluje se zde denní program, a informuje se o provozních záležitostech. Je zde dán prostor k návrhům, připomínkám, požadavkům.
- **Relaxace**
- **Dramaterapie**
- **Osobní volno, sportovní aktivity, zahrada**

Dále mají pacienti možnost individuální psychoterapie s psychologkou, nebo konzultace s terapeutem.

## 5 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Tato kapitola začíná popisem zkoumaných technik, kde je také zkráceně popsán průběh DI na detoxu. Dále je zde popsán průběh analýzy dat a samotná analýza jednotlivých technik, metod. Celá kapitola je zakončena interpretací dat.

### 5.1 Zkoumané techniky

Dříve než se autorka bude věnovat konkrétním technikám, popíše obecný průběh dramaterapeutické intervence (dále DI), v rámci které byly techniky realizovány.

#### Průběh DI na detoxikačním oddělení v Olomouci

Každá DI, začíná **pozdravením** skupiny terapeutem, představení terapeutů a připomenutím dohod. Aktuálně jsou na DI pacienti dodržovány následující **dohody**: Vypnuté zvonění na telefonu; Tykáme si; „Co se tady upeče, to se tady sní“. Následně se pokračuje **úvodním kolečkem**, kdy každý pacient sdělí, jak se jmenuje, jak se mu daří a s jakou závislostí na detox přišel. (Obsah úvodního kolečka se někdy mění či bývá doplněn seznamovací otázkou. Vše záleží na hlavním terapeutovi).

Po úvodním kolečku následují tzv. „**warm upy**“ (z ang. warm up - rozehrátí). Tyto warm upy, mají za cíl uvolnit atmosféru, zasmát se a rozhýbat. (Pokud autorka cítila skupinové pnutí, zařadila warm upy dva či tři.) Pestrou nabídku těchto technik lze najít v disertační práci Mgr. Kristýny Krahulcové, PhD., jenž je obsažena v seznamu literatury. Po těchto technikách je zařazena **hlavní technika**, která trvá je nejobsáhlejší částí intervence. Následně je zařazen závěrečný **warm up a reflexe**.

#### Zkoumané techniky

Tyto techniky byly vybírány na základě tří kritérií, které si autorka stanovila.

- Tyto techniky se na detoxikačním oddělení realizují jednou za půl roku nebo vůbec.
- V těchto technikách se pracuje buď s materiálem, papírem, tělem nebo s pohybem.
- S touto technikou má autorka osobní zkušenost, nebo tuto techniku převzala.

Jednalo se o tyto techniky:

#### Technika číslo 1: KARTY

Autorka pracovala s kartami deskové hry Dixit. Jedná se o karty, které v člověku vzbuzují různé asociace.

### **Průběh techniky:**

Před klienty se rozdají karty ze hry Dixit. Každý má za úkol si vybrat kartu, která zobrazuje jeho aktuální stav, je mu něčím blízká, či ho jakkoli zaujala.

- Následuje krátká imaginace, kdy se klienti setkávají s kartou v myšlenkách. Terapeut vede tuto imaginaci slovně. Klienti se v této imaginaci zaměřují, jak vnímají kartu pěti smysly.
- Po imaginaci si napíší či namalují na papír:
  - Co na kartě vidí? (ZRAK)
  - Cítí něco z této karty? Voní něčím, nebo naopak ne? (ČICH)
  - Ozývá se něco z karty? Nebo jen ticho? (SLUCH)
  - Jaká je karta (obrázek) na dotek? (HMAT)
  - Jak „chutná“ moje karta? (CHUŤ)
- Klienti si kartu pojmenují.
- Každý klient skupině ukáže svou kartu a sdělí název karty. Svou kartu položí před terapeuta do řádku. Karty vytvoří „čáru“ před terapeutem.
- Tato čára odděluje místnost na hlediště a jeviště. Hlediště je část za terapeutem. Všichni klienti si stoupnou do hlediště. Každý má za úkol svou kartu ztvárnit pohybem. Po jednom vstupují na „jeviště“ a ukazují svou kartu pohybem. Po té se vrací zpátky do hlediště.
- Klienti se vrací na svá místa. Mají nyní možnost svou kartu překreslit, tak aby s ní byli spokojeni. (Doplnit něco, nebo zcela předělat). Aby se s ní cítili dobře. Pokud tuto potřebu nemají, překreslovat nemusí.
- Následuje reflexe.

### **Technika číslo 2: METAFORY**

#### **Průběh techniky:**

Klientům terapeut vysvětlí, co je to metafora. Ve skupině si zkusí známé metafory připomenout. Například: „Život je jak bonboniéra, nikdy nevíš, co ochutnáš.“ (Forrest Gump)  
Klienti mají za úkol zamyslet se nad slovem „ŽIVOT“ a vymyslet na toto slovo 4 metafory. Tyto metafory musí začínat větou: Živo je jako...

- První metafora – klienti přirovnávají život k jídlu či k pití.
- Druhá metafora – klienti přirovnávají život ke geometrickému tvaru.

Třetí metafora – klienti přirovnávají život k interakci mezi lidmi (příklad: společná snídane, hádka, atd..)

Čtvrtá metafora – klienti vymýšlí svou metaforu ke slovu život.

Pokračuje se dále.

- Kdo chce, svoje metafory sdělí skupině.
- V celém textu si každý označí 4 pro něj nejdůležitější slova.
- Z těchto slov se klienti pokusí sepsat příběh.
- Příběhy klienti čtou před skupinou.
- Reflexe

### **Technika číslo 3: MASKY**

Autorka v této technice pracovala s obyčejnými maskami z tvrdého papíru. Autorka připojuje fotografii této masky (VIZ příloha č. 3). Autorka pouze jemně tužkou naznačila oči, nos a ústa, aby účastníkům nepodsouvala emoci masky. Účastníci si nejdříve masku pomalovali, popsali podle zadání, z obou stran a potom si sami připevnili špejli. Někteří klienti využili lepicí pásky, někteří si poradil bez pásky. Maska v rámci výzkumu měla účel distance. Účastníci dostali zadání zamyslet se nad vlastní osobností, svými vlastnostmi, dovednostmi, nad tím co rádi mají, co rádi nemají. Samotné tvoření masky, předcházeli krátké aktivity, které pomáhaly účastníkům dostat se do tohoto tématu různými formami. Jednalo se o techniku sochy a o systematické rozdělení myšlenek.

#### **Průběh techniky:**

Klientům jsou rozdány papíry formátu A4 a tužky. Tento papír si rozdělí na 4 části. Do každé části si klienti napíší a následně vyplní:

1. část – Co mám rád, co mě baví?
2. část – Co nemám rád – čeho se bojím?
3. část – Čeho si na sobě cením?
4. část – Co bych rád na sobě zlepšila?

(Autorka zařadila nejdříve tuto techniku, aby se účastníci systematicky zamysleli nad sebou samými. Tito lidé, často potřebují nějaký řád, strukturu.)

Následovala další část hlavní techniky a to sochy.

## **Sochy**

- Nejdříve je klientům vysvětleno, co je čeká.
- Dále jsou vyzváni, aby chodili po prostoru místnosti. Nejdříve si klienti připomínají první políčko. Vybírají si jednu věc, kterou v předešlém zamyšlení, napsali do prvního políčka na papír a přemýšlí nad její podobou.
- Na tlesnutí terapeuta se klienti zastaví v soše, která danou věc, emoci, znázorňuje. Takto setrvávají asi 2 vteřiny. Terapeut znovu tleskne a klienti se dají znovu do pohybu.
- Takto si účastníci „vysochají“ 4 sochy. Za každé políčko, jednu.
- Cílem této techniky je, dotknutí se daného tématu fyzicky. Propojení myšlení s tělem.

## **Maska**

Klienti dostanou od terapeuta bílé masky a zadání, že si mají vybrat 2 věci, které je charakterizují (mohou být z vytvořeného seznamu). Jednu věc (část) ztvární výtvarně či slovně na jednu stranu masky a druhou část na stranu druhou. Zda-li bude každá jiná, obě pozitivní či naopak negativní, nechá terapeut na klientovi.

## **Předstoupení**

Závěrečná část techniky.

- Prostor je terapeutem rozdělen na jeviště a hlediště.
- Všichni klienti si stoupnou do prostoru „hlediště“.
- Každý klient vystoupí jednotlivě na „jeviště“ čelem k divákům. Přiloží si první masku na tvář a řekne: „to jsem já“ – vydrží 5 vteřin- otočí masku, přiloží druhou část na tvář a řekne „to jsem taky já“ – znovu vydrží 5 vteřin.
- Klient se zařadí zpátky do hlediště.

Autorka pro zajímavost, zařadila vymalované masky jednoho z účastníků, s jeho souhlasem, do příloh (VIZ **příloha č. 4**).

## **Závěrečná reflexe**

### **Technika číslo 4 – LOUTKY**

Před klienty se položí různé materiály a potřeby: drátky, papíry, noviny, nůžky, lepicí páska, lepidlo, špejle, voskovky atd..

Klienti vytvoří loutku, která znázorňuje věc či člověka, na kterou aktuálně myslí. Klienti následně na papír napíší jméno loutky, co ráda jí, kde bydlí a co ráda dělá. Své loutky představí skupině. Následuje reflexe.

## 5.1 Průběh analýzy dat

Autorka začala nejdříve analýzou **rozhovorů**. Přepsaný text si rozdělila na jednotky. Každé jednotce přiřadila kód, který zapsala do komentáře prostřednictvím programu Microsoft Word. Tyto kódy si pro lepší přehlednost, sepisovala v programu Microsoft Excel. Nakonec si autorka vytvořila v tom samém programu tabulku, kam vložila jednotlivé otázky rozhovoru. Ke každé otázce přiřadila kódy a ukázky jednotek. Tato tabulka byla souhrnem metody **otevřeného kódování** a následného **axiálního kódování**. Každého účastníka výzkumu, si zde označila jinou barvou. Takto získané poznatky autorka okomentovala metodou **sekundární interpretace výzkumníka**.

Poznatky z metody **pozorování** si autorka rozepsala do **přehledné tabulky**, ve které rozdělovala komunikaci na verbální a neverbální. Tuto tabulku si autorka vytvořila v programu Microsoft Excel.

Přepsaný text z **deníků**, autorka analyzovala pomocí metody otevřeného kódování a sjednotila do tabulky.

Přepsané a kódované rozhovory autorka zařadila do příloh (VIZ **příloha č. 5**). Přepsané a kódované deníky autorka také zařadila do příloh (VIZ **příloha č. 6**).

## 5.2 Otevřené kódování rozhovory

### Technika číslo 1 – KARTY

Tabulka č. 1 – Otevřené kódování\_technika „Karty“

Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?	Divné	"Divné. Nevěděl jsem, co ze mě vypadne."
	Zájem	"Jsem si uvědomil ten pocit, jako kdyby to byla fotka nějakého děje."
	Známa věc	"A cítil jsem chemikálie, to si pamatuju, to se mi hodně dobře vybavilo."
	Nevím	"Nevím, já jsem hodně spíš hledala sama sebe."
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Osobní život	"...o svém životě." "A připomínalo mě to mě samotnou."
	Závislost	"... co to pro mě bylo, co pro mě představovala ta droga." "...ten čas, bez toho alkoholu, ten si vzal hodně času..."

	Nad skupinou	"V podstatě nad tou partou."
	Nad sebou	"Proč jsem takový byl."
	Nad kartou	"Představoval jsem si, že ta vlna se přes toho pána přežene a shodí mu klobouk."
<b>Odnosl/a sis z této techniky nějakou myšlenku?</b>	Přítomnost	"Musíme žít přítomností."
	Budoucnost	"... užít si toho života s čistou hlavou..."
	Minulost	"Že jsem se na ten balet měla dát, ještě když jsem byla malá." " Vybaví se mi myšlenka na ten můj život."
	Ne	"Tady ne."
<b>Vracíš se někdy k této myšlence?</b>	Nezodpovězeno	"Tady nic jiného není, jen myslet a něco změnit." "Jo jo určitě." "Furt, celý pobyt, co jsem tady." "Protože často se vracím k tomu, co jsem třeba promeškala v tom dětství."
	Ano	
	Ne	"Ne."
	Už ne	"Ještě v minulých týdnech možná, ale teďka už mám jasné priority, už se k ní nevracím, pro mě je to hotové, vyřešené a tím to pro mě hasne."
<b>Chtěl/a bys něco dodat k této technice?</b>	Zájem	"...možná bych to chtěla zkusit s jinou kartou. Docela mě to zajímá, co by to ve mně vyvolávalo."

## Technika číslo 2 – METAFORY

Tabulka č. 2 – Otevřené kódování\_ technika „Metafory“

Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
<b>Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?</b>	Dobry	"Dobry pocit,..." "To bylo v pohodě . Jen hrozně záleží, jakou má člověk zrovna náladu."
	Přidušení	"Bylo to takový přidušení pro mě..." "...s téma papírama , nebo obrázkama se mi pracovalo lépe."
	Chuť tvořit	"Takové tvořivé."
	Nervozita	"...hlavně něco vymyslet, moc nevím."
	Veselé	"...určitě veselé pocity..." "To mě bavilo, to byla sranda ."
<b>Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?</b>	Život	"Tož tak nad tím životem."
	Přítomnost	"Že kdybych nebyl tady, nikdy bych nic takového nevymýšlel."
	Minulost	"Zase nad tou minulostí. Že opravdu jak je člověk čistý tak to je opravdu rozdíl."
	Nic	"Nad ničím."
<b>Odnosl/a sis z této techniky nějakou myšlenku?</b>	Ne	"Já na to všechno hned zapomínám,..."
	Myšlenka od skupiny	"...jako že třeba Matěj říkal, že život je jako schůdky do kurníku, krátký a posraný. Sem si říkala, to je zajímavé teda fakt." "...tam jsem asi začal více poslouchat ostatní lidi."
	Osobní	"Překvapil jsem se " "...jako že bych měl víc přemýšlet."
	Život	"Na to bon pari, samozřejmě, aj na ten jehlan. No



		<i>prostě ten život je kluzký že."</i>
Vracíš se někdy k této myšlence?	Ne	<i>"Ani ne."</i>
	Ano	<i>"Jo furt dokola jsem se točil už od puberty v jednom kruhu " "Furt , já tady nad tím hodně přemýšlím."</i>
Chtěl/a bys něco dodat k této technice?	Zájem	<i>"Že mě to taky hodně pobavilo." "Zajímavé by bylo, vyzkoušet jiné slovo. Například závislost."</i>

## Technika číslo 3 – MASKY

Tabulka č. 3 – Otevřené kódování \_technika „Masky“

Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?	Neutrální	<i>"Ty mě moc nenadchli." "Musel jsem hodně přemýšlet, co budu malovat. "</i>
	Ano	<i>"No určitě, pocity měla."</i>
	Nelibost	<i>"...technika se mi nijak zvlášť nelíbila."</i>
	Aktuální potřeba	<i>"Štve mě to, že jsem tady zavřenej."</i>
	Bomba	<i>"To byla bomba, to mě bavilo nejvíc."</i>
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Osobní život	<i>"No že se to ve mně celý život pere. Jedna hodná jedna zlá."</i>
	Můj obličej	<i>"Nad tím jak jsem vypadala."</i>
	Skupina	<i>"Přemýšlela jsem nad tím, že se tam někdo nakreslil jako klaun,..." "Nad těma lidma z toho kolektivu."</i>
	Aktuální stav	<i>"Proč se mi chce spát, když jsem tady. Jsem tady vždycky unavenej."</i>
	Moje osoba	<i>"Myslel jsem na sebe, jak asi působím na lidi."</i>
Odnesl/a sis z této techniky nějakou myšlenku?	Ne	<i>"Ne. Z těch masek ne." "Tady a teď. Nevzpomínám na takové věci."</i>
	Můj obličej při závislosti	<i>"...už bych takto nechtěla vypadat. Jak jsem vypadala."</i>
	Skupina	<i>"Musíme vědět, že všichni mají nějaké chyby, všichni jsou tady s nějakým problémem."</i>
Vracíš se někdy k této myšlence?	Ano	<i>"Taky si to připomínám." "Ano, určitě."</i>
Chtěl/a bys něco dodat k této technice?	Více času na rozbor	<i>"Mě to možná připadalo i příliš krátké."</i>
	Rušivé elementy	<i>"Když zrovna měl někdo něco vyjadřovat a druhá strana začala bzučet, tak to bylo takové, že jsem ho chtěl slyšet, ale nemohl."</i>
	Zábava	<i>"Spíš si vzpomenu na smích, který ve mně vyvolala maska Petra."</i>

## Technika číslo 4 – LOUTKY

Tabulka č. 4 - Otevřené kódování \_technika „Loutky“

Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?	Vzpomínka	"No už jsem se těšila domu."
	Velké	"Velké pocity. Protože ta flaška mi vzala hodně času." "Byl to nějaký zase pocit. Zrovna co mnou projel právě v ten moment, v tu chvíli."
	Fajn	"...bylo to fajn." "Tak jsem byl tak dobře rozjetej, naladěnej." "Dobrý, mě to bavilo."
	Nepříjemné	"...přišlo mi to trochu nepříjemný."
	Nad ostatními členy	"Já jsem přemýšlela dost aj nad tím, jak všichni tam dělali ty děti."
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Závislost	"Ztráta času." "Že pokud bych neměl ty problémy tak jsem mohl zažít nějaké dobrodružství."
	Někdo blízký	"Já jsem dělala svého psa." "Já jsem udělala svého syna."
	Nad loutkou	"Nevím přesně, co to mělo být."
	Nad sebou samým	"To jsem přemýšlel hodně nad tou agresí."
	Ne	"Nepřemýšlel jsem o tom."
Odnesl/a sis z této techniky nějakou myšlenku?	Zhodnocení života se závislostí a bez	"Určitě, že to bylo hodně hodně špatný a že teď to bude jenom lepší a lepší bez toho alkoholu."
	Obecně	"Když jsem nad tím přemýšlel, že záleží na tom člověku, jak si to postaví, vymyslí, jak by to mohlo fungovat."
	Nad svou agresivitou	" Že bych nad tím měl možná ještě více přemýšlet."
Vracíš se někdy k této myšlence?	Ano	"Vrátila. Hodně se k tomu vracím."
	Ne	"Tady se k tomu člověk moc nevrací."
Chtěl/a bys něco dodat k této technice?	Skupinová dynamika	"A najednou jsme viděli i při té poslední technice, kdo jaký má umělecký vlohý."

## Otázky pro doplnění

Tabulka č. 5 - Otevřené kódování \_doplňující otázky

Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Setkal/a ses někdy s dramaterapií?	Ano	"Ano." "Jsem ji už zažil ve sdružení D."
	Ne	"Ne."
	Pěkné	"Pěkné, moc moc moc, ..." "...bylo to super."
Jak na tebe působilo vedení terapeuta?	Dobrovolnost	"Mně se líbilo, že i když někdo nechtěl mluvit tak jsi to akceptovala."
	Překvapení	"Když ty přijdeš, tak nevím jestli budeme hrát hry, budeme lepit."
V čem pro tebe byla dramaterapie	Něco nového	"V podstatě to pro mě byla úplná

jiná než ostatní programy?		<i>novinka..."</i> <i>"...ta dramaterapie je úplně jiná..."</i>
	Uvolnění	<i>"Bylo to takové uvolnění."</i> <i>"Je to volnější."</i>
	Zábava	<i>"Že jsme se tam zasmáli."</i> <i>"...strašně zábavný."</i> <i>"Tady je to takové příjemnější, člověk se zasmál."</i>
	Skupinová dynamika	<i>"A ty lidi se občas pěkně otevřou."</i> <i>"Takový ten stud tam není."</i> <i>"...lidi si byli daleko blíž."</i>
	Dobrovolnost	<i>"Bylo to dobrovolné a my jsme se na to těšili."</i> <i>"...nebyl tam žádný návlak..."</i> <i>"...člověk může přemýšlet svobodomyšlně..."</i>
	Bezpečí	<i>"Protože jsi tam byla jenom ty, nebyla tam celá řada doktorů."</i> <i>"...to se mi lépe vyjadřuje takhle s jednou osobou."</i>
	Být sám se sebou	<i>"Protože se něco dozvíš sama o sobě..."</i>
	Zajímavost	<i>"Určitě to bylo zajímavější."</i>
	Nenásilné přemýšlení	<i>"...že to bylo pomocí hry."</i> <i>"...nějak jsem si to dal v hlavně dohromady. Aniž by člověk chtěl."</i>
	Kreativita	<i>"A jak se pracuje rukama, tak to i líp myslí."</i> <i>"...zatímco tady tak to člověk může podat, jak chce..."</i>

### 5.3.1 Sekundární interpretace výzkumníka

První čtyři tabulky jsou výsledkem analýzy **rozhovorů**. Autorka postupovala metodou otevřeného a následného axiálního kódování. Podle všech tabulek můžeme vidět, že účastníci nepopisovali konkrétní pocity. Vyjadřovali své pocity spíše pomocí myšlenek. Autorka se na pocity doptávala, někdo dokázal odpovědět, ale většina spíše ne.

#### První tabulka – karty

Podle tabulky můžeme vidět, že tato technika působila na každého účastníka jinak. Někdo se do této techniky zcela ponořil, někdo vnímal pouze kartu, a někdo se nechal technikou překvapit. Účastníci při této technice přemýšleli především o svém životě, o sobě, o závislosti. Tyto karty účastníky přímo svými obrázky vtahovali do jejich nitra. Jen jeden účastník přemýšlel o významu karty, jako takové. Myšlenky, které si účastníci z této techniky odnesli, se odvíjely od jejich témat. Jak již psala autorka výše, účastníci přemýšleli především nad svými životy. Myšlenky, které si z této techniky odnesli, byly s jejich životy spjaté.

Někdo si uvědomoval důležitost přítomnosti, někdo klad důraz na budoucnost bez závislosti, někdo vzpomínal na minulost a to, co ztratil. Jeden účastník si myšlenku neodnesl. Přemýšlel pouze nad kartou jako takovou. Tato technika byla pro většinu účastníků důležitá. K této technice a k tématům, nad kterými přemýšleli, se i po této DI, často vraceli. Že tato technika byla úspěšná, dokazuje podle autorky i fakt, že účastníci projevili zájem, vyzkoušet tuto techniku znovu s jinými kartami.

### **Druhá tabulka - metafory**

Tato technika byla více zaměřena na přemýšlení, nebyla tak spontánní jako technika s kartami. Tento požadavek pak měl vliv i na pocity účastníků. Někteří byli z této techniky nervózní, nevěděli jak metaforu vytvořit. Jiní vnímali tuto techniku jako zábavu. Někdo to bral jako výzvu tvořit. Jak popisoval jeden účastník, záleželo hodně na náladě, se kterou účastník na DI, dorazil. Tato technika je zaměřená konkrétně na téma život. Většina účastníků také při této technice nad životem přemýšlela. Ať už o minulosti či přítomnosti. Tato technika podporovala skupinovou dynamiku. Účastníci si navzájem četli své metafory/úvahy nad životem. Na základě těchto úvah, se účastníkům naskytla možnost přemýšlet nad pojetím života předčítajícího člověka. Proto myšlenka, kterou si z této techniky odnesli, byly úvahy ostatních účastníků nad životem, ve většině případů. Takto si odnesl myšlenku i ten, kterému se metafory vytvořit nepodařilo. Pro některé účastníky byla myšlenka silná, a proto se k ní také vraceli. Jiní hned po DI na metafory a své myšlenky zapomněli. Taktéž padl od účastníků nápad, vyzkoušet tuto techniku s jiným slovem. Například se závislostí.

### **Třetí technika – masky**

Tato technika v účastnících vyvolávala různorodé pocity. Někdo tuto techniku vnímal jako „bombu“ – byl z ní nadšen. Někoho tato technika příliš nenadchla. Při této technice účastníci přemýšleli nad sebou samými, nad svými životy, nad svou tváří a nad ostatními účastníky. Myšlenky, které si účastníci odnesli, se vztahovaly k samotným účastníkům a k podobám jejich tváří. Jak vypadá jejich tvář pod vlivem a jak, když jsou čisti. Tato technika byla spíše neverbální, což uvítali někteří účastníci výzkumu. Mohli své vlastnosti nakreslit. Odkryli tak kousek svého já i ostatním členům. Účastníci se k těmto myšlenkám vraceli. Na konci rozhovoru podotkli, že by uvítali více času na reflexi, či poukázali na pacienty, kteří někdy techniku rušili hlasitým rozhovorem.

### **Čtvrtá technika – loutky**

Tato technika vyvolávala ve většině účastníků příjemné pocity. Účastníci své pocity pojmenovávali jako fajn, bavilo mě to, byl jsem dobře „naladěný“. Účastníci jako loutky, vyráběli nejčastěji někoho blízkého, v pár případech vyráběli i přímo věc, na které jsou závislí, někdo vytvářel podobu svému konkrétnímu problému. Účastníci při této technice přemýšleli nad svými výtvary, i nad loutkami ostatních. Myšlenky, které si z této techniky odnesli, byly spojené se životem obecně, se životem bez závislosti, s vlastní osobností.

### Otázky doplňkové

Pět ze sedmi účastníků se s dramaterapií ještě nikdy nesetkalo. Vedení terapeuta všichni hodnotili pozitivně. Vedení terapeuta hodnotili slovy „pěkné“, „fajn“, „super“. Líbilo se jim, že nebyli do aktivit nuceni. Že samotná aktivita byla pro každého dobrovolná. S tím se pojí odpovědi i na poslední otázku. Účastníci dramaterapii na oddělení, jako takovou, hodnotili velmi pozitivně. Mezi odpověďmi zaznělo například, že dramaterapie pro ně představuje něco nového, kde se dokážou uvolnit a také se zasmát. (Smích uvolňuje napětí). Dramaterapeutické techniky dokázaly podpořit skupinovou dynamiku. Velmi si vážili dobrovolnosti v aktivitě a společných dohod, které vytvářely bezpečné prostředí. Dále hodnotili dramaterapii jako kreativní, která svou kreativitou pomáhá člověku setkat se se svým problémem, se sebou samým nenucenými technikami.

## 5.4 Pozorování

### Technika číslo 1 – karty

Tabulka č. 6 – Vyplněný záznamový arch „Karty“ – neverbální komunikace

Neverbální komunikace			
	posturika	gestika	oči
Účastník č. 1	trochu sklíčený posed, během terapie své sevření uvolňovala	když mluvila, používala minimálně své ruce	koukala hodně do země, někdy koukala po ostatních, nebála se očního kontaktu s terapeutem
Účastník č. 2	seděla trochu nervózně na židli, postupně se uvolnila	při mluvení si pomáhala rukama, během terapie se začala více usmívat	z počátku koukala do země, postupně více pozorovala ostatní
Účastník č. 3	na židli shrbená, postupně došlo k uvolnění	neusmívala se, postupně se začala usmívat, nevýrazná	pozorovala terapeuta, jinak koukala po ostatních a do země
Účastník č. 4	uvolněný posed, záda opřená, nohy od sebe, častá změna posedu	usmíval se, výrazná gesta,	koukal do země, postupně více pozoroval ostatní
Účastník č. 5	předklon, ruce spojené, pak změna narovnění a pozorování	nevýrazná, postupně bylo možné pozorovat zájem, zapálenější	koukal do země, postupně po ostatních

<b>Účastník č. 6</b>	předklon, ruce spojené, na dotazy zvedal hlavu	nevýrazná, působil smutně, nervózně	očima přímo vysel na terapeutovi, pozoroval ostatní, a koukal do země - střídal
<b>Účastník č. 7</b>	sezení na turka, postupně nohy dolů a předklon	velmi výrazná, energická	navazovala oční kontakty

**Tabulka č. 7 – Vyplněný záznamový arch „Karty“ – verbální komunikace**

Verbální komunikace			Chování
Zpětná vazba	dialogy	zapojení	
"Bylo to pro mě nové, ale během terapie jsem se uvolnila a nakonec to bylo pro mě i příjemné"	naslouchala ostatním, zajímaly ji karty druhých	ANO do všeho	působila klidně, nekonfliktní
"Bylo to pro mě příjemné, nečekala jsem, že to bude takové. Zvedlo mi to náladu. Děkuji."	naslouchala ostatním, zajímaly ji karty druhých	ANO do všeho	působila klidně, nekonfliktní
"Jo, bylo to pěkné, připomněla jsem si svůj baletní sen."	naslouchala ostatním, dialogy nenavazovala	ANO do všeho	Působila nervózně, časem uvolněná, tichá, mluvila potichu
"Jo, v poho, zajímavé."	reagoval na mladší členy skupiny, mluvil dost	ANO do všeho	působil tak, že mu je to všechno trochu jedno, nechtělo se mu moc přemýšlet.
"Zajímavé, a zábavné, zas to bylo něco jiného."	naslouchal ostatním, reagoval, mluvil klidně, v rozvinutých větách	ANO do všeho	Z počátku působil velmi tiše, ale potom se začal více zapojovat
"Cítil jsem hodně tu kartu, zvuky, a hlavně ten smrad, to je teď hodně silné."	Na ostatní slovně nereagoval, mluvil v jednoduchých větách.	ANO do všeho	Zapojil se velmi zapáleně. Jako jediný projektoval své zkušenosti s drogou do karty, a bylo to pro něj velmi intenzivní.
"Tak nálada dneska nic moc, ale dramka dobrá, byla zajímavá ta karta, trochu jsem si ji vylepšila, připomíná mi mě."	reagovala slovně na ostatní, zvučný hlas	ANO do všeho	Působila hodně energicky, hlasitý smích.

## Technika číslo 2 – metafory

**Tabulka č. 8 – Vyplněný záznamový arch „Metafory“ – neverbální komunikace**

Neverbální komunikace			
	posturika	gestika	oči
<b>Účastník č. 1</b>	seděla pohodlně na židli, překřížené nohy a opřená záda	nevýrazný projev, mluvila, jen když byla vybídnuta	více se koukala do papíru, né tolik po skupině jako minule
<b>Účastník</b>	seděla trochu nervózně na	celkem klidná, reagovala	pozorovala skupinu

č. 2	židli, postupně se uvolnila	na skupinu, usmívala se	
Účastník č. 3	posed uvolněnější, natažené nohy, ruce v klíně, opřená záda	úsměv	pozorování skupiny
Účastník č. 4	posed uvolněný, časté přeseďy	úsměv, výrazná gesta	navazoval oční kontakty
Účastník č. 5	uvolnění, ruce v klíně	úsměv	navazoval oční kontakty
Účastník č. 6	seděl uvolněně po celou dobu	usmíval se, výrazná gestika	navazoval oční kontakty
Účastník č. 7	uvolněný posed	usmívala se, velmi výrazná gestika	navazoval oční kontakty

Tabulka č. 9 – Vyplněný záznamový arch „Metaforý“ – verbální komunikace

Verbální komunikace			Chování
Zpětná vazba	dialogy	zapojení	
"Zajímavé, nikdy mě nenapadlo takto nad životem přemýšlet. Mále hry super."	nevyhledávala, spíše jen přikyvovala	ANO do všeho	Ze začátku se velmi bavila. Potom byla zahlobána do svých myšlenek.
"Neseděla mi ta technika tolik jako ta minule. Nerada takto složitě přemýšlím. Ale jinak moc fajn."	nijak nenavazovala, poslouchala	ANO do všeho	působila z počátku nervózně, pak se uvolnila
"Nutilo mě to přemýšlet, to bylo fajn a ještě zajímavější byly metaforý ostatních."	Reagovala neverbálně, verbálně spíše ne	ANO do všeho	Bylo vidět, že už se cítí ve skupině líp, zajímali ji ostatní, působila velmi tiše.
"Tak trochu složitý, nechťelo se mi moc přemýšlet."	reagoval na mladší členy skupiny	ANO do všeho	pořád trochu nervózní, uvolňoval se smíchem
"Zase to bylo fajn, jen my ty metaforý moc nešly, až ten příběh, to už mi šlo."	reagoval na ostatní	ANO do všeho	působil komunikativně, přemýšlel nad svou prací i nad pracemi ostatních
"Bylo to moc fajn, zábava a příjemné pocity."	reagoval na ostatní, byl velmi komunikativní	ANO do všeho	působil velmi vesele a spokojeně
"Jo vážně zajímavé, poslouchat ostatní, jak to mají a tak dál."	reagovala na ostatní, byla hodně komunikativní	ANO do všeho	působila velmi vesele i když ji nebylo moc dobře

### Technika číslo 3 – masky

Tabulka č. 10 – Vyplněný záznamový arch „Masky“ – neverbální komunikace

Neverbální komunikace			
	posturika	gestika	oči
Účastník č. 1	Seděla na židli velmi sklesle. Ruce na klíně. Hlava skloněná.	Mluvila tlumeně, nuceně se někdy pousmála.	Koukala pouze do země. Zvedla oči jen při otázce mířené na ni.
Účastník č. 2	Seděla uvolněně, ruce v klínu, opřená záda	Mluvila živě a se zájmem, pomáhala si rukama	pozorovala ostatní

<b>Účastník č. 3</b>	Seděla trochu nervózně, časem uvolnění	nevýrazná	pozorovala ostatní
<b>Účastník č. 4</b>	posed uvolněný, více zahloubaný	úsměv, výrazná gesta, pomáhal si rukama	navazoval oční kontakty
<b>Účastník č. 5</b>	posed uvolněný, více zahloubaný	úsměv, výrazná gesta, pomáhal si rukama	navazoval oční kontakty
<b>Účastník č. 6</b>	posed uvolněný, měnil posedy	úsměv, výrazná gesta, pomáhal si rukama	navazoval oční kontakty
<b>Účastník č. 7</b>	uvolněný posed	Úsměv, výrazná gesta, pomáhal si rukama, zapojovala celé tělo	navazoval oční kontakty

**Tabulka č. 11** – Vyplněný záznamový arch „Masky“ – verbální komunikace

Verbální komunikace			Chování
Zpětná vazba	dialogy	zapojení	
"Dneska mi to nic nedalo, jsem špatná z Evžena (další spolupacient), umřela mu maminka a on mi tady brečel. Ne dneska nic. Špatný den."	žádné	ANO-jen okrajově	Zapojila se, ale pouze okrajově. Nešla do dialogů, nebyla ve své kůži.
"Bylo to moc fajn, je mi bylo trochu nepříjemné stát před ostatními."	naslouchala ostatním, někdy zareagovala	Ano do všeho	uvolněnější, bezproblémové
"Dnes mi ta technika moc nesedla, ale zajímavé."	žádné	ANO - jen okrajově	Působila trochu napjatě, potom se uvolnila
"Jo zajímavé, v pohodě."	reagoval na mladší členy skupiny, někdy až vyrušoval	Ano do všeho	Působil uvolněněji, hodně reagoval na mladší členy.
"Z počátku se mi nechtělo nic malovat, pak jsem se tomu podvolil, jo zajímavé."	reagoval na ostatní, byl komunikativní	Ano do všeho	šlo na něm vidět, že ho velmi zajímají ostatní
"Bylo to moc fajn, fakt jsem se zasmál a samozřejmě i zapřemýšlel."	reagoval, komunikativní, navazoval slovní kontakty s dalšími pacienty	Ano do všeho	působil uvolněněji, hodně reagoval na další členy skupiny, byl veselý
"Hej, vážně sranda, dneska se mi to moc líbilo."	reagovala, velmi komunikativní, podněcovala další k aktivitě	Ano do všeho	působila velmi energická, ke konci klidněji, velmi ji nadchla kreativní práce

## Technika číslo 4 – loutky

**Tabulka č. 12** – Vyplněný záznamový arch „Loutky“ – neverbální komunikace

Neverbální komunikace			
	posturika	gestika	oči
<b>Účastník č. 1</b>	velmi uvolněná, střídání pozic	výrazná, častý smích	kontakt se skupinou, s terapeutem, veselé oči



Účastník č. 2	uvolněná, ke konci terapie zhloubaná, ramena povislá	nevýrazná	ze začátku kontaktování očima skupinu, potom spíše do země
Účastník č. 3	sezení z počátku uvolněné, potom skleslé, ke konci zase uvolněné	nevýrazná	spíše u země oči
Účastník č. 4	uvolněné, střídání posedů	úsměv, výrazná	pozoroval ostatní, postupně spíše do země
Účastník č. 5	uvolněný posed na židli	úsměv a zapojení rukou	navazoval oční kontakty
Účastník č. 6	uvolněný posed na židli, potom zase předklon a hloubavý	výrazná, moc se neusmíval	vyhledával oční kontakt s terapeutem, jinak se zaměřoval na svůj výtvar
Účastník č. 7	uvolněný posed na židli, turecký sed	výrazná, úsměv, pohyb celým tělem	navazoval oční kontakty

**Tabulka č. 13** – Vyplněný záznamový arch „Loutky“ – verbální komunikace

Verbální komunikace			Chování
Zpětná vazba	dialogy	zapojení	
"Dnes to bylo moc fajn, vzpomněla jsem si na svého pejsánka a ty malé hry byly také srandovní."	Reagovala na ostatní	ANO do všeho	působila velmi vesele, uvolněně, a přirozeně
"Bylo to zase pěkné a zajímavé, přemýšlela jsem nad sebou zase nějak jinak."	odpovídala na otázky ale nijak se nerozmluvila	ANO do všeho	ze začátku veselá uvolněná, později zhloubaná v myšlenkách
"Vzpomněla jsem si na svého pejska, tak mi bylo smutno, ale poslední technika mi náladu zvedla."	nenavazovala verbální komunikaci, odpovídala heslovitě	Ano - jen okrajově	nic zvláštního
"Bylo to zajímavé, přemýšlet nad tou lodí, co jsem promarnil, ale co mě čeká."	reagoval na mladší členy skupiny	ANO do všeho	Bylo na něm možné pozorovat větší zájem o terapii a ostatní
"Bylo to velmi zajímavé, jsem celkově dnes dobře naladěn."	reagoval na ostatní, mluvil v souvětích	ANO do všeho	bylo na něm možné pozorovat uvolnění, a zájem
"Zajímavé, popisoval jsem agresivitu, která ve mně je. Myslel jsem, že jsem agresivní kvůli droze, ale asi to tak není."	reagoval slovně více na ostatní než minule	ANO do všeho	Zase jako jeden z mála pracoval intenzivně na tématu, týkající se jeho osoby a jeho problému.
"Bylo to moc fajn, mě ty dramky vážně moc baví."	reagovala rychle, zapojovala se do debat. Dotazovala se ostatních členů.	ANO do všeho	působila velmi uvolněně, práce s materiálem ji bavila, smála se

## 5.5 Otevřené kódování – deníky

**Tabulka č. 14** – Otevřené kódování \_deníky\_karty

TECHNIKA 1 (KARTY)		
Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této	Příjemné	"...byla příjemná."

techniky?		<i>"Velmi příjemné, zvedla se mi nálada."</i>
	Sranda	<i>"rozhýbalo, sranda, zlepšení nálady."</i>
	Dobré	<i>"Před dramaterapií mi bylo dobře a po ní taky. "</i>
	Zábava	<i>"...s jistotou můžu říci, že mě to bavilo."</i>
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Někdo blízký	<i>"Jelikož jsem máma 5ti letého syna, hned se mi zalíbila a nazvala jsem ji Zrození."</i>

Tabulka č. 15 – Otevřené kódování\_deníky\_metafory

TECHNIKA 2 (METAFORY)		
Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?	Super	<i>"Bylo to super,..."</i>
	Příjemný	<i>"Opět příjemně prožitý čas."</i>
	Zajímavé	<i>"Zajímavá byla tvorba metafor."</i>
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Můj vývoj	<i>"Čím dál víc dokáži pojmenovat své emoce."</i>

Tabulka č. 16 – Otevřené kódování\_deníky\_masky

TECHNIKA 3 (MASKY)		
Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?	Neutrální	<i>"...nic mě nebavilo, nemyslelo mi to."</i>
	Nezájem	<i>"...kreslení na masky, mě nezaujala."</i>
	Zájem	<i>"Třetí dramaterapie se mi líbila asi nejvíc." "Působilo to na mě dobře,..."</i>
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Nad skupinou	<i>"...že nakreslí své tváře lidem otevřít a ukázat, že mají i své tajemné druhé stránky."</i>

Tabulka č. 17 – Otevřené kódování\_deníky\_loutky

TECHNIKA 4 (LOUTKY)		
Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Jaké jsi měl/a pocity z této techniky?	Zajímavé	<i>"Zajímavá byla i technika, kdy jsme měli ze zbytků novin vyrobit trojrozměrný obraz..."</i>
	skvělá zábava	<i>"Zábava skvělá."</i>
	Zájem	<i>„Dramaterapie mě hodně zaujala a hlavně bavila.“</i>
Nad čím jsi při této technice přemýšlel/a?	Někdo blízká	<i>"...ale nakonec to byla psí bouda."</i>

Tabulka č. 18 – Otevřené kódování\_deníky\_doplňující otázky

#### DOPLŇUJÍCÍ OTÁZKY

Otázka	Kód	Přímá výpověď účastníka
Setkal/a ses někdy s dramaterapií?	Ne	"Setkala jsem se poprvé." "Moje první dramaterapie" "S dramaterapií jsem se setkala poprvé."
V čem pro tebe byla dramaterapie jiná než ostatní programy?	Příjemné	"Příjemně strávený čas."
	Odreagování	"Je to vlastně takové odreagování." „Bylo to takové příjemné odreagování."
	Zábava	"Terapie jsou zábavné, veselé."
	Skupinová dynamika	"Do dnes se takto na oddělení zdravíme." "Mohla jsem celkem už mluvit na komunitě."
	Něco nového	"Něco nového pro mě."
	Pestrost programu	"Na dnešní terapii se mi opět zalíbilo střídání fyzických a přemýšlivých aktivit."
	Možné zlepšení nálady na konci DI	"Nálada se mi vysloveně zvedla."
	Nenucené přemýšlení	"...díky tomu a těm zábavným technikám učili poznávat sami sebe a druhé z kolektivu."

## 5.6 Zodpovězení výzkumných otázek

### Jaké emoce vyvolávaly v pacientech dané techniky?

Účastníci výzkumu nepojmenovávali své emoce a pocity jako takové. Spíše emoce přirovnávali ke svým myšlenkám. Podle slov účastníků velmi záleží, s jakou náladou daný pacient na DI dorazí. Hodně záleží, komu je jaký způsob práce příjemný. Proto i techniky vyvolávaly v každém účastníku jiné emoce. Někdo, kdo se cítil veselý, popisoval své emoce jako zábavu. Někdo, kdo nerad maluje a pracuje s materiálem, popisoval techniku jako „že si ji neužil.“ Účastníci v každé technice vnímali jiné emoce.

### V čem je DI na detoxikačním oddělení pro pacienty přínosná?

DI je pro pacienty na detoxu přínosná v mnoha směrech. Především se jedná o druh aktivity, kterou nevede zdravotnický personál v bílém plášti, ale dobrovolník. Je to druh terapie, pro ně neznámý. Je podáván hravou formou, tedy formou pro detox netypickou. V DI nejsou pacienti nuceni do aktivity. Pokud je jim druh techniky z nějakého důvodu nepříjemný, nemusí pokračovat. Nemusí tedy čekat v nervozitě třeba 15 minut, než se někdo vyjádří (jak to bývá na skupinové terapii. pozn. autorky) Pokud se pacient vyjádřit nechce, nemusí.

Dramaterapie využívá skupinové dynamiky. Tu si ovšem musí ve skupině vybudovat. Pomocí krátkých a zábavných her se pacienti dokážou uvolnit, zapomenout na chvíli na své problémy a být sami sebou tady a teď. To mnoho účastníků výzkumu ocenilo. Pacienti se ve

skupině viděli navzájem z jiného pohledu. Viděli se jako lidi, kteří mají rádi legraci, dokážou umělecky tvořit. Viděli se jako lidi, kteří mají nějaký život za sebou, jsou něčím jedineční. Ne jen jako alkoholici a „feťáci“.

Při takto navození bezpečné atmosféry se dokážou i méně mluvní pacienti otevřít. Mluvit o svém životě i o závislosti.

### **Jak se změní emoce pacientů po DI?**

Většina účastníků vnímá DI pozitivně. Při reflexi pojmenovávají svou náladu jako *„zlepšení nálady, zapomenutí na problémy, zasmání se, uvolnění vnitřního napětí“*.

## **5.7 Interpretace výsledků**

Cíle, které si autorka stanovila, byly následující:

**Hlavní cíl výzkumu:** *„Zjistit reakce (jednání) pacientů detoxikačního oddělení v Olomouci na vybrané techniky dramaterapie.“*

Reakce na tyto techniky byly od účastníků ve většině případů pozitivní. Podle slov účastníků se uvolnili, poznali ostatní členy skupiny zase z jiného pohledu. Hravou formou se vnitřně setkali se svým problémem, se svým životem, což hodnotili také pozitivně. V případě, že technika někoho nezaujala, viděl přínos intervence alespoň v pozorování ostatních.

**Dílčí cíl výzkumu:** *„Zjistit, jak vybrané techniky dramaterapie působí na smýšlení lidí závislých na alkoholu a pervitinu, při pobytu na detoxikačním oddělení.“*

Zkoumané techniky opravdu pomáhají více se zamyslet nad sebou, vlastním životem, vlastním přemýšlením. Už samotné zadání vybízí k zamyšlení. Účastníci ve většině případů pojmenovávali své myšlenky. Přemýšleli nad svou závislostí, nad životem, nad svými blízkými, nad sebou samými.

Výsledky šetření jasně ukazují na vhodnost těchto technik na detoxikačním oddělení v Olomouci. Dobrovolníci by se neměli bát zkoušet v DI tvořivější techniky. Důležitá je také vhodnost warm upových technik. Vždy se najde několik pacientů, kterým daná technika nesedne. V tom případě je pro ně smysluplné i jen sedět a pozorovat. Z pozorování autorka vyvozuje, že lidé závislí na drogách se zapojují s mnohem větší energií a spontánností než lidé závislí na alkoholu a lécích.

## **6 DISKUZE**

V této kapitole se autorka zamýšlí nad limity výzkumného šetření. Zpětně hodnotí výsledky tohoto šetření a navrhuje doporučení pro praxi. Tuto problematiku zakončuje porovnáváním výsledků studií na podobné téma a závěrem.

### **Zhodnocení práce**

Dramaterapie v rezortu zdravotnictví je doposud nedostatečně probádané téma. Jedná se o poměrně nový směr. Při procesu hledání literatury, článků a výzkumů na dané téma, dosáhla autorka závěru, že nejvíce prací na téma dramaterapie a lidé se závislostí, pochází od autorů, kteří většinou jsou buď studenty, absolventy či lektory Univerzity Palackého. Autorka také většinu těchto lidí osobně zná, proto využila možnosti a s některými z nich o svém výzkumném šetření diskutovala. Při sepisování teoretické části, našla autorka několik ukázek dramaterapie s lidmi se závislostí a skoro vždy se jednalo o výše popsané osoby. Na základě tohoto uvědomění, hodnotí autorka tuto práci jako velmi přínosnou pro praxi. Teoretická základna této problematiky je nyní rozšířena o další poznatky. Jedná se o poznatky, konkrétních dramaterapeutických technik a jejich vliv na lidi se závislostí.

Podle autorky byly také vhodně zvolené metody sběru dat. Při realizaci podobného výzkumu je vždy výhodou využití více metod. Pacienti mohou při realizaci techniky působit na první pohled jinak, než jak celou věc ve skutečnosti prožívají.

Autorka tuto práci hodnotí také jako motivační, jak pro sebe samotnou tak pro další výzkumy, zaměřené na toto téma. Autorka získala pozitivní zpětnou vazbu od účastníků výzkumu. Participanti konkrétně pojmenovali, v čem je pro ně dramaterapie na detoxu přínosná a v čem může být ještě vylepšena. Zamýšleli se také nad různými variantami zkoumaných technik. Autorka si těchto poznatků cení. Na tyto poznatky bude ve svém dalším působení na detoxikačním oddělení, brát ohledy.

### **6.1 Limity studie**

Ačkoliv bylo dosaženo stanoveného cíle, autorka zaznamenala několik limitů výzkumného šetření, které mohly ovlivnit výsledky.

Jako hlavní limit vnímá autorka stálý nedostatek podobně realizovaných výzkumů na toto téma v České republice. Výzkumy na toto téma z prostředí detoxu, které proběhly a které autorka v rešerši porovnává, byly realizovány pouze na detoxikačním oddělení v Olomouci.

Jako další limit autorka vnímá dobu, ve které je DI na detoxu realizována. Tedy pozdní odpoledne 16:00 – 17:30. Jedná se o čas, kdy jsou pacienti již unavení z celého dne, mnohdy i před večerí hladoví a někdy bývají v různém psychickém rozpoložení z předešlého programu. Tento fakt, se zatím nepodařilo změnit. Detox má jasně stanovený harmonogram dne. Nad tímto limitem se zamýšlí také Gejdošová, (2016).

Dalším limitem může být negativní atmosféra ve skupině. Vnitřní konflikty. Účastník výzkumu mohl v sobě řešit konflikt s jinými pacienty. Jedna účastnice výzkumu poukázala na svou špatnou a smutnou náladu, která vznikla na základě úmrtí matky jednoho z pacientů. Účastníci se nemuseli plně soustředit na techniku v době realizace výzkumného šetření.

Výsledky mohou být ovlivněny i metodou pozorování. Autorka osobně DI vedla, poznatky z pozorování zapisovala až po realizaci DI.

V neposlední řadě je důležité si uvědomit, že tento výzkum byl realizován pouze na jednom detoxikačním oddělení a to v Olomouci. Autorka vnímá velký limit v tomto faktu. Autorku by velmi zajímala reakce pacientů jiných detoxikačních oddělení v České republice.

## **6.2 Doporučení pro praxi**

Autorku již při realizaci výzkumného šetření napadaly možnosti, jak by se dané výsledky daly využít v praxi. Jedná se především o praktické poznatky.

Účastníci výzkumu ocenili kombinaci pohybových technik a technik, které probíhaly v klidu (v sedě). Autorka doporučuje u této klientely v rámci dramaterapie střídat různé druhy dramaterapeutických technik.

V dramaterapii se používají různé druhy karet. Nejčastěji se jedná o karty symbolonové. Autorce jsou svým zpracováním bližší karty deskové hry Dixit, které se ukázaly být také vhodným nástrojem, využitelným v dramaterapeutické intervenci. Jedná se o další předmět, do kterého si člověk lehce projektuje svůj aktuální stav, své myšlenky. Autorka tyto karty doporučuje jako další možný prostředek v dramaterapii.

Klientela detoxikačních oddělení je různorodá. Většinou se jedná o lidi v pokročilém věku a s různorodou diagnózou. Tito lidé nemusí znát pojmy, jako je například „metafora“. Autorka doporučuje nezapomínat i na tato drobná fakta, na která by měl být každý terapeut připraven.

Kromě neznalosti pojmů se často pacienti ptali, k čemu daná technika slouží, jaký si klade cíle. I na takové otázky by měl být terapeut připraven. Techniky pacienty zajímají, ale někdy v této hravé formě nevidí smysl.

Dále autorka doporučuje pacientům nabízet nejen možnost výtvarných metod, jako vyjádření myšlenek a pocitů, ale také psaní textu. Pro někoho může malba představovat stres a tím se pacient uzavře k další aktivitě. Účastníci výzkumu si cenili různých možností vyjádření.

Autorce se dále osvědčilo tematicky propojovat warm upy s hlavní technikou. Nenuceně připravovaly pacienty na hlavní techniku. Celou DI pak byla vedena tzv. červená nit.

### **6.3 Rešerše dat na podobné téma**

Jak již autorka v této práci zmiňovala, na pracovišti, kde bylo výzkumné šetření realizováno, proběhly i jiné výzkumy. Základní poznatky o dramaterapii na detoxikačním oddělení, autorka čerpala z výzkumu s názvem *Využití dramaterapie na detoxikačním oddělení* (Krahulcová, 2014). Tento výzkum byl zaměřen na vyzkoušení metodiky dramaterapeutických technik, která v závěru byla hodnocena jako úspěšná. Z této metodiky autorka čerpala inspiraci pro zkoumané dramaterapeutické techniky. Autorka výzkumného šetření také shledala shodu výpovědí účastníků výzkumu. Účastníci výzkumu (Krahulcová, 2014) vnímali dramaterapii jako prostředek relaxace, uvolnění napětí, získání náhledu na svůj život, uvědomění si sebe sama a budování skupinové dynamiky. Takto vnímali dramaterapii i účastníci tohoto výzkumného šetření.

Jako dalším podobným a dohledatelným zdrojem, dostupným na licencovaných elektronických zdrojích (databázích) předplacených Univerzitou Palackého v Olomouci, byla diplomová práce s názvem *Dramaterapie v terapeutických komunitách*. (Fabíková, 2014). V této práci se autorka zaměřila na podstatu dramaterapie v prostředí terapeutických komunit. Jsou zde popsány příklady různých dramaterapeutických sezení. Ve struktuře těchto terapií autorka spatřuje shodu se strukturou sezení, probíhajících na detoxu.

Jako další práce, věnující se této problematice je diplomová práce s názvem *Vliv dramaterapeutických prostředků na osobnosti klientů závislých na alkoholu a pervitinu*. (Gejdošová, 2016). Hlavním cílem této práce bylo zjistit, jak ovlivňuje dramaterapie proces léčby klienta a jak klienti reagují na určité typy dramaterapeutických technik. Zde autorka

poukazuje na důležitost warm upových technik, které uvolňují napětí a připravují pacienty na hlavní techniku. Také vyzdvihuje potřebu hlubšího seznámení pacientů mezi sebou. S tímto poznatkem souhlasí i autorka tohoto výzkumného šetření. Zde autorka spatřuje shodu také klientely (zkoumaného souboru), místa realizace výzkumu (detoxikační oddělení v Olomouci) a podobnost použitých metod při sběru dat.



## ZÁVĚR

Tato diplomová práce je zaměřena na konkrétní techniky dramaterapie. Jmenovitě na práci s maskou, výrobu loutky, práci s metaforou a práci se symbolem (karty deskové hry Dixit). A na jejich vliv na pacienty detoxikačního oddělení v Olomouci. Teoretická část této práce popisuje a propojuje dramaterapii a léčebný systém lidí se závislostí.

Stanovené cíle diplomové práce byly naplněny. Výzkumné otázky byly zodpovězeny. Autorka vyzkoušela vybrané techniky s lidmi se závislostí na alkoholu a pervitinu. Autorka dospěla k závěru, že tyto techniky lze na detoxikačním oddělení realizovat. Doporučuje však promyslet warm upové techniky, které jsou řazeny před hlavní technikou. Výzkumné šetření ukázalo, jaký pacienti vnímají dramaterapii na detoxu. Autorka usoudila, že je dramaterapie důležitým prvkem léčby na detoxu, vnáší do léčby nové přístupy, dynamiku mezi pacienty, zábavu, a uvolňuje napětí ve skupině. Autorka ke sběru dat použila stěžejní metodu rozhovor, pozorování a doplňující metodu deník účastníka. Tak vznikla metodologická triangulace. Získaná data autorka analyzovala pomocí metody otevřeného kódování, následného axiálního kódování a sekundární interpretace výzkumníka.

Autorka se domnívá, že tato diplomová práce rozšiřuje teoretickou základnu dané problematiky, prohlubuje postavení dramaterapie ve zdravotnictví a poukazuje na důležitost této formy terapie na detoxu.

Díky této práci si autorka vyjasnila řadu otázek a získala velké množství poznatků, které využije ve svém dalším působení, na detoxu.

## SEZNAM LITERATURY

1. BOHÁČOVÁ, K. *Tvůrčí fotografie, práce s maskou a dramaterapie při komunitní léčbě drogově závislých: Projekt Člověk ...ící/y*. Arteterapie. Praha: Časopis arteterapeutické společnosti. 2009, číslo 18.
2. CASSON, J. *Dramatherapy and psychodrama with people who her voices*. 1.vyd. New York.Rouledge.2004. ISBN 978-1-5839-805-0.
3. DENZIN, N. K. 1978. *The research Act: a theoretical introduction to sociological methods*. 2nd ed. New York: McGraw-Hill, 1978. ISBN: 978-0-202-36248-9.
4. DENZIN, N. K., LINCOLN, Y. 2005. *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. 3rd ed. USA: Sage Publications, 2005. 1232 p. ISBN 978-0761927570.
5. DVOŘÁČEK, P. *Masky – Mystérium proměny – Masky šesti kontinentů*. 1. vyd. Olomouc: Fontána, 2008. 170 s. ISBN 978-80-7336-478-6.
6. EMUNAH, R. *Acting for real: Drama Therapy Process, Technique, and Performance*.1.ed. New York: Brunner/Mazel 1994, 336p.
7. FABÍKOVÁ, L. *Dramaterapie v terapeutické komunitě*. Olomouc, 2014. Úspěšně obhájena diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Vedoucí práce: Mgr. Kristýna Krahulcová.
8. GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2. vyd. Brno: Paido, 2010. ISBN 978-80-7315-185-0.
9. HARTL, P. *Komunita občanská a komunita terapeutická*. Praha: Sociologické nakladatelství, 1997. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 80-85850-45-1.
10. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum*. 4.vyd. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.
11. CHRASTINA, J., IVANOVÁ, K. 2010. *Využití metodologické triangulace kvalitativního výzkumu pro zkoumání limitů životního stylu chronicky nemocných dle ošetrovatelských domén*. PROFESE on-line. 2010, roč. III, č. 3/2010, s. 151-164. ISSN 1803-4330. (článek v časopise)
12. JENNINGS, S. *The handbook of Dramatherapy*. London, New York: Routledge. 1994. 326s. ISBN -415-09970-6.
13. JOUROVÁ, J. *Percepce využití dramaterapie v terapeutické komunitě při práci s klienty závislými na drogách*. Úspěšně obhájena diplomová práce. Brno, 2012. Masarykova Univerzita. Vedoucí práce:Mgr. Jiří Vandera, Dis.

14. KALINA, K. et al. *Drogy a drogové závislosti: mezioborový přístup 1, 2*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády České republiky, 2003. 392 s. ISBN 80-86734-05-6.
15. KALINA, K. et al. *Základy klinické adiktologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008. 392 s. ISBN 978-80-247-1411-0.
16. KALINA, K. *Terapeutická komunita*. 1.vyd.Praha:Grada, 2008.400s.ISBN 978-80-247-2449-2.
17. KOLEKTIV AUTORŮ SANANIM, o. s. *Drogy: otázky a odpovědi*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. 200 s. ISBN 978-80-7367-223-2.
18. KRAHULCOVÁ, K. VOŽECHOVÁ J. *Storytelling u klientů na detoxikačním oddělení*. Arteterapie. Praha: Časopis České arteterapeutické společnosti. 2012
19. KRAHULCOVÁ, K. *Využití dramaterapie na detoxikačním oddělení*. Olomouc, 2014. Úspěšně obhájená disertační práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Školitel: prof. PaedDr. Milan Valenta, Ph.D.
20. KUKLOVÁ, M. *Kognitivně-behaviorální terapie v léčbě závislostí*. 1.vyd.Praha.Portál.2016.ISBN 978-80-262-1101-3.
21. LABUŤOVÁ, I., LAUDOVÁ, K., SMOLÍK, Š. *Příběh v dramaterapii*. Arteterapie. Praha: Časopis arteterapeutické společnosti. 2009 číslo (20-21)
22. MAJZLANOVÁ, K. *Dramatoterapia v liečebnej pedagogike*. 2.vyd. Bratislava:Iris 2004, 196s. ISBN 80-89018-65-3.
23. MAJZLANOVÁ, K. a kol. *Súčasná dramatoterapia – prístupy, výzvy*. Bratislava.2011. ISBN 978-80-89328-56-7.
24. MARHOUNOVÁ, Jana a Karel NEŠPOR. *Alkoholici, feťáci, gambleři*. Praha: Empatie, 1995, 110 s. ISBN 8090161898.
25. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. 1.vyd. Praha. Grada Publishing, 2006. ISBN 80-247-1362-4
26. MKN-10. *Duševní poruchy a poruchy chování*. 3. vyd. Praha: Psychiatrické centrum Praha, 2006. 251 s. ISBN 80-85124-11-5.
27. MÜLLER, O. et al. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2.vyd. Praha: Grada, 2014.512 s. ISBN 978-80-247-4172-2.
28. NEŠPOR, K. *Návykové chování a závislost*, 2.vyd.Praha:Portál 2011.176s. ISBN 97-880-736-790-88.
29. NEŠPOR, K, Csémy L. *Marihuana: rizika a krátká intervence*. Praktický lékař 2012; 92:455-459.

30. OLEJNÍČKOVÁ, J., RŮŽIČKA, M. *Symbyly v terapii u klientů v doléčovacím programu*. Arteterapie. Praha: Časopis České arteterapeutické společnosti. 2013. Číslo 33.
31. OLEJNÍČKOVÁ, J. *Dramaterapie u klientů s neurotickou poruchou*. Olomouc, 2013. Úspěšně obhájená disertační práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Školitel: prof. PaedDr. Milan Valenta, Ph.D.
32. PAVLOVSKÁ, A. *Zkušenosti klientů doléčovacích center v Praze s uplatněním na trhu práce*. Adiktologie. Praha: Odborný časopis pro prevenci, léčbu a výzkum závislostí. 2014, číslo 2.
33. POLÍNEK, M. *Expresivní (kreativní) práce s metaforou v gestalt terapii*. 1. vyd. Univerzita Palackého. Olomouc: 2015. SPOLEČNÝ PROSTOR 2015. ISBN – 978-80-244-4603-5.
34. SKÁLA, J. *Novinky v medicíně-Alkohol a jiné (psychotropní) drogy:abúzus a závislost*, Praha:AVICENUM – ZDRAVOTNICKÉ NAKLADATELSTVÍ, 1986. 92 s.
35. ŠVARÍČEK, R. ŠEĐOVÁ, K. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2.vyd. Praha. Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.
36. TOMANOVÁ, M. *Setkání mezi ploty. O šesti letech práce pracovního terapeuta v psychiatrické léčebně na gerontopsychiatrickém odd.* [online]. 2003. Dostupné z: <<http://www.pvsps.cz/data/document/20100505/ppf-zp-tomanova.pdf?id=270>>
37. ÜHLINGER, C., TSCHUI, M. *Když někdo blízký pije*. 1. vyd. Praha: Portál, 2009. 144 s. ISBN 978-80-7367-610-0.
38. VALENTA, Milan, et al. *Rukověť dramaterapie a teatroterapie*. 1. vyd. Olomouc : Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. 139 s. ISBN 8024413582.
39. VALENTA, M. a kol. *Rukověť dramaterapie II*. 1.vyd.Olomouc:Univerzita Palackého.2009. ISBN 978-80-244-2274-9.
40. VALENTA, M. *Dramaterapie*, 4.vyd.Praha:Grada 2011.264s.ISBN 978-80-247-3851-2.
41. VAVEROVÁ, L. *Dramaterapie z pohledu účastníku a terapeutů*.Olomouc,2013. Úspěšně obhájena diplomová práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Vedoucí práce:Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D.
42. VOKURKA, Martin a Jan HUGO. *Velký lékařský slovník*. 10. aktualizované vydání. Praha: Maxdorf, 2015, xv, 1113, mcxvi-mcxxiv. Jessenius. ISBN 978-80-7345-456-2.

43. VOSTÁREK, K. *Předmět – maska – loutka : habilitační práce*. Praha : Akademie múzických umění v Praze, Divadelní fakulta, 2008.
44. WOLLSCHLÄGER, Maria a Gerhard. *Symbol v diagnostice a psychoterapii: práce s předmětnými symboly v individuální, rodinné a skupinové terapii*. Praha: Portál, 2002. Spektrum (Portál). ISBN 80-7178-643-8.

### Internetové zdroje

1. Vojenská nemocnice Olomouc. Středisko sekundární prevence a léčby závislostí.[online]. [cit. 2016-11-18]. Dostupné z WWW: <https://www.vnol.cz/index.php/cs/oddeleni/stredisko-sekundarni-prevence-a-lecby-zavislosti>
2. ÚZIS ČR. Údaje o detoxifikačních jednotkách a pacientech podstupující detoxifikaci od návykových látek v roce 2015. [online]. [cit. 2017-1-25]. Dostupné z WWW: [http://www.uzis.cz/system/files/ai\\_2016\\_13\\_detox\\_2015.pdf](http://www.uzis.cz/system/files/ai_2016_13_detox_2015.pdf)
3. Alkoholik. Delirium tremens a další alkoholické psychózy – příznaky. [online]. [cit. 2017-2-2]. Dostupné z WWW: [http://www.alkoholik.cz/zavislost/psychika\\_a\\_telo/delirium\\_tremens\\_a\\_dalsi\\_alkoholice\\_psychozy\\_priznaky.html](http://www.alkoholik.cz/zavislost/psychika_a_telo/delirium_tremens_a_dalsi_alkoholice_psychozy_priznaky.html)
4. Drogová poradna. Léčebné programy. [online].[cit. 2017-3-7]. Dostupné z WWW: <http://www.drogovaporadna.cz/pomoc-a-lecba/lecebne-programy.html>
5. Závislost na alkoholu, prevence a léčba. Karel Nešpor. [online]. [cit. 2017-3-7]. Dostupné z WWW: <http://www.alkohol-alkoholismus.info/lecba/lekari/nespor-prim-mudr-karel-nespor-csc/zustat-strizlivy-prim-mudr-karel-nespor-csc/817-jak-vypada-protialkoholni-lecba-zustat-strizlivy-prim-mudr-karel-nespor-csc.html>
6. Celostní medicína. Mgr. Michal Hanzlovský. *Příznaky a rizika užívání marihuany*. [online]. [cit. 2017-1-22]. Dostupné z WWW: <https://www.celostnimedicina.cz/priznaky-a-rizika-uzivani-marihuany.htm>
7. Magdaléna, o.p.s. Terénní programy. [online].[cit. 2017-2-3]. Dostupné z WWW: <http://www.magdalena-ops.eu/cz/sluzby-pro-zavisle/terenni-a-kontaktni-sluzby/terenni-programy>

## **ANOTACE**

Jméno a příjmení:	Bc. Bohdana Štěpánová
Název práce:	Vybrané techniky dramaterapie a jejich vliv na klienty se závislostí na detoxikačním oddělení.
Název v angličtině:	The chosen techniques of drama therapy and their influence for clients with addiction in the detoxical department.
Vedoucí práce:	Mgr. Kristýna Krahulcová, PhD.
Katedra nebo ústav:	Ústav speciálněpedagogických studií
Obor:	Speciální pedagogika – dramaterapie
Počet stran:	82
Počet příloh:	6
Rok obhajoby:	2017

### **Klíčová slova:**

dramaterapie, závislost, detoxikační oddělení, dramaterapeutické prostředky, maska, loutka, metafora, symbol

### **Anotace práce:**

Diplomová práce pojednává o vlivu vybraných dramaterapeutických technik na klienta se závislostí v prostředí detoxikačního oddělení. Je zaměřena na čtyři konkrétní techniky. Zkoumá, jaké pocity tyto techniky v pacientech vyvolávají, nad čím pacienti přemýšlí a zdali si odnáší z této techniky hlubší prožitky. Cílem této diplomové práce je zjistit vhodnost vybraných technik.

## SUMMARY

Name and surname: Bc. Bohdana Štěpánová  
Title: The chosen techniques of drama therapy and their influence for clients with addiction in the detoxical department.  
Supervisor: Mgr. Kristýna Krahulcová, PhD.  
Institute: Institute of Special Education Studies, Faculty of Education, Palacký University Olomouc  
Specialization: Special Education  
Pages: 82  
Attachments: 6  
Year of defence: 2017

### **Key words:**

drama therapy, addiction, detoxical department, dramatherapy methods, mask, puppet, metaphor, symbol

### **Summary:**

The thesis discusses the influence of selected dramatherapy techniques for client with addiction in detoxification unit. It focuses on four specific techniques. Looks into the feelings of these techniques in patients raise over what patients are thinking and whether it takes away from this technique deeper experiences. The aim of this thesis is to determine the suitability of selected techniques.

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1 Nákres terapeutické místnosti

Příloha č. 2 Záznamový arch

Příloha č. 3 Bílá maska

Příloha č. 4 Ukázka vymalované masky

Příloha č.5 Kódované rozhovory

Příloha č.6 Kódované deníky



## SEZNAM ZKRATEK

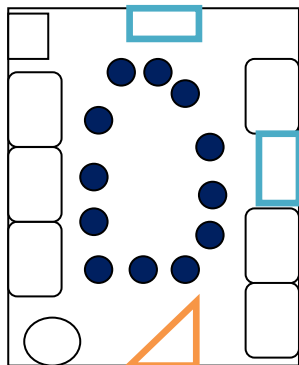
Detox	detoxikační oddělení
DI	dramaterapeutická intervence
Např.	například
Tzv.	tak zvaně
Tzn.	to znamená
TK	terapeutická komunita
Apod.	a podobně
MKN	Mezinárodní klasifikace nemocí

## SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1 - Otevřené kódování _technika „Karty“ .....	55
Tabulka č. 2 – Otevřené kódování _technika „Metafory“ .....	56
Tabulka č. 3 - Otevřené kódování _technika „Masky“ .....	57
Tabulka č. 4 - Otevřené kódování _technika „Loutky“ .....	58
Tabulka č. 5 - Otevřené kódování _doplňující otázky.....	58
Tabulka č. 6 – Vyplněný záznamový arch „Karty“ – neverbální komunikace.....	61
Tabulka č. 7 – Vyplněný záznamový arch „Karty“ – verbální komunikace.....	62
Tabulka č. 8 – Vyplněný záznamový arch „Metafory“ – neverbální komunikace.....	62
Tabulka č. 9 – Vyplněný záznamový arch „Metafory“ – verbální komunikace.....	63
Tabulka č. 10 – Vyplněný záznamový arch „Masky“ – neverbální komunikace.....	63
Tabulka č. 11 – Vyplněný záznamový arch „Masky“ – verbální komunikace.....	64
Tabulka č. 12 – Vyplněný záznamový arch „Loutky“ – neverbální komunikace.....	64
Tabulka č. 13 – Vyplněný záznamový arch „Loutky“ – verbální komunikace.....	65
Tabulka č. 14 – Otevřené kódování _deníky _karty.....	65
Tabulka č. 15 – Otevřené kódování _deníky _metafory.....	66
Tabulka č. 16 – Otevřené kódování _deníky _masky.....	66
Tabulka č. 17 – Otevřené kódování _deníky _loutky.....	66
Tabulka č. 18 – Otevřené kódování _deníky _doplňující otázky.....	66

# PŘÍLOHA č. 1 Nákres terapeutické místnosti

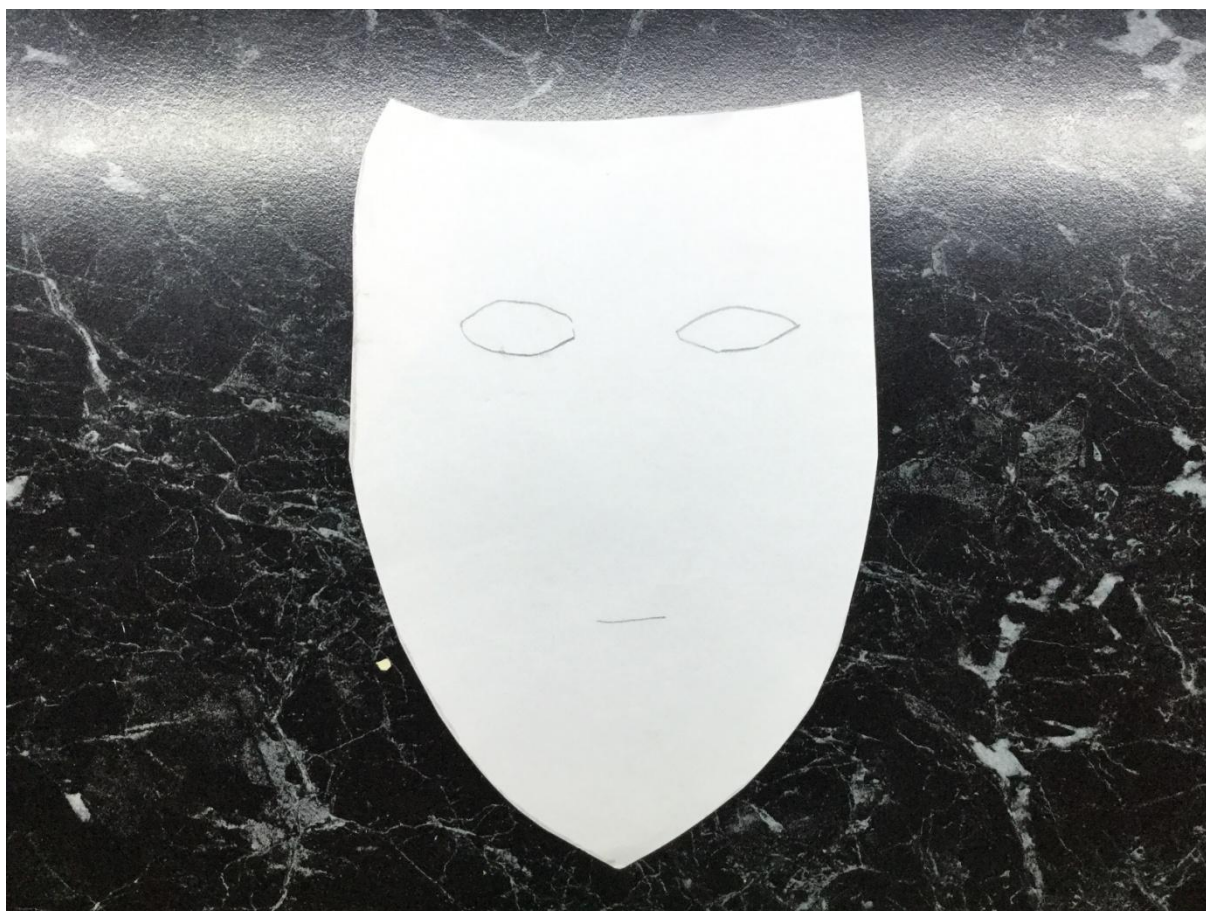
Legenda k nákresu



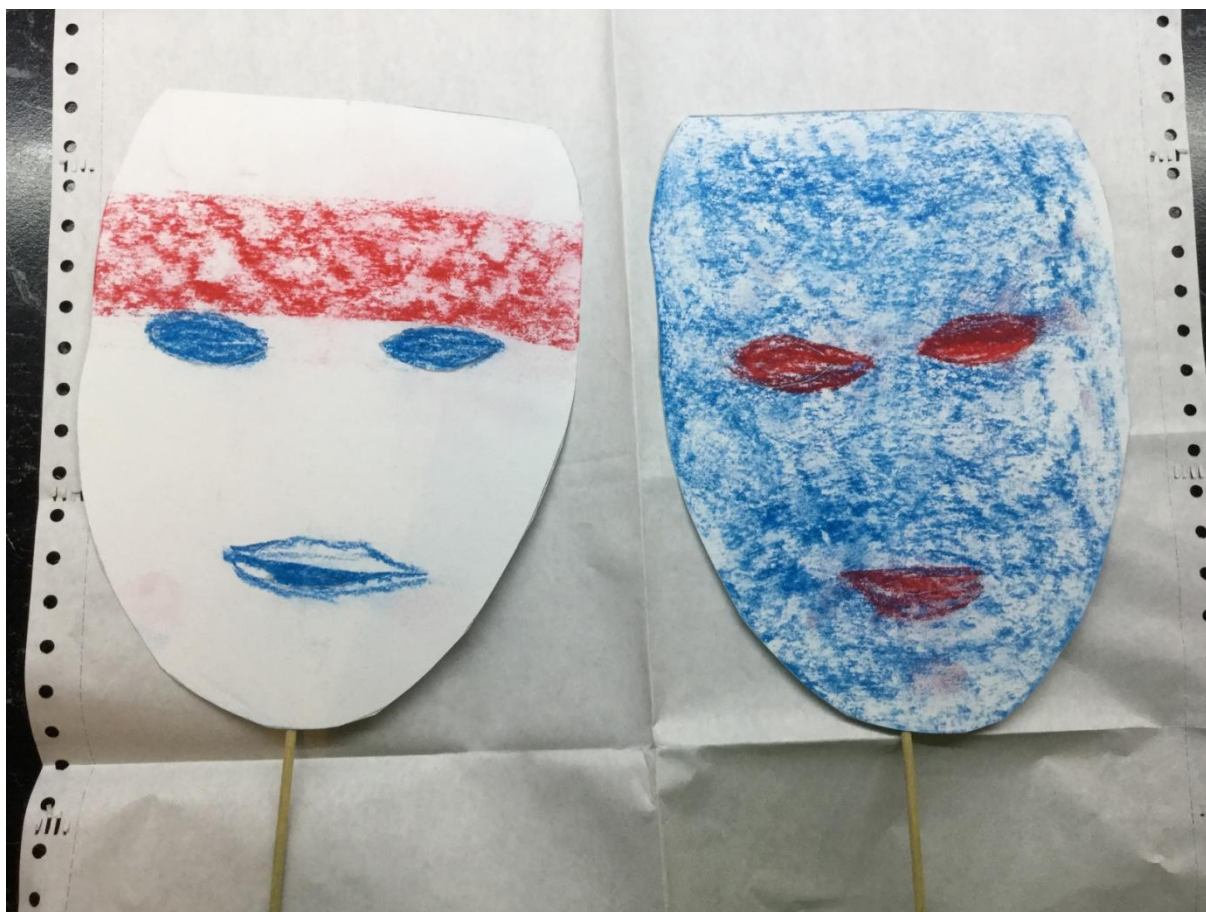
	Skříň
	okno
	umyvadlo
	lednice
	dveře
	židle



### **PŘÍLOHA č. 3 Bílá maska**



**PŘÍLOHA č. 4 Ukázka vymalované masky**



## PŘÍLOHA č. 5 Kódované rozhovory

Účastník č. 1

### PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

Setkala ses někdy s dramaterapií?

Ne, tady to bylo **poprvé**.

Komentář [B 1]: Zkušenost s dramaterapií

**První technika.** (*Třížkovnice připomíná účastníkovi techniku*)

Já jsem měla ty hodiny tady. Jak jsem ji nazvalo, to nevím, asi nějak čas.

Jaký jsi měla pocity z této techniky?

**Příjemně.** Líbilo se nám to všem, si myslím. A mě jo. Asi protože jsem urněla o těch hodinách vykládat. Taký to byla první karta, na kterou si říkám jo, to je jednoduché. A hodiny se dají **pkecat**.

Komentář [B 2]: Pozitivní pocity

Komentář [B 3]: Požádala jí po povrchu, nechala se poměřit do hloubky

Nad čím jsi při této technice přemýšlela?

No takto jsem viděla, že jsou to hodiny. Až když jsem si tu kartu **vzala blíž**, tak jsem zjistila, že mají opačný ciferník. Už jsem se s takovýma hodinami setkala, a nikdy jsem nevěděla, kolik je hodin. A že nemají ručičky. Tak jsem si říkala, tak jo je to nějaký chaos a ten já jsem v **životě měla** ale už je to za mnou, protože tady je tak krásná hvězdná obloha (ukazuje na kartu). No ale je tady pořád ten řetěz. Vidím, že tady mám tu **kouli pořád** na noze. Pořád to ve mně vyvolává, ale ty barvy jsou **příjemně** (ukazuje na pozadí karty). Mám ráda takovou podzimní škálu, skořicově, kaka, žlutě, rezavě. Je mi ta karta hrozně **příjemná**.

Komentář [B 4]: zájem o interakci (snažila se více kartu poznat)

Komentář [B 5]: Myšlenka o životě

Komentář [B 6]: sálavost

Komentář [B 7]: Pozitivní pocity

Komentář [B 8]: Pozitivní pocity

Odesla sis nějakou myšlenku z této techniky?

Ze **čas** nám sice běží, ale nejsou tady ty ručičky. **Musíme žít přítomnosti** a nemyslet na nějaké hodiny.

Komentář [B 9]: Hlavní téma - čas

Komentář [B 10]: Téma - přítomnost

Vracíš se někdy k této myšlence?

No víš co, tady jsem měla měsíc na to, abych si fakt odpočinula. Mě to teda dalo hodně. Měla jsem měsíc volno. Tak jsem nakonec ráda, že jsem sem jela. Člověk to musí trochu přehodnotit zvolnit a tady na to je čas. Tady nic jiného není, **jen myslet a něco změnit**.

Komentář [B 11]: novost

Chtěla bys něco dodat k této technice?

Nevím, možná bych to chtěla zkusit s jinou kartou. Docela mě to zajímá, **co by to ve mně vyvolávalo**. Je **pěkná** moc. A vypadá taková jednoduchá na první pohled a já mám ráda jednoduché věci. Ale není **potvůrka**.

Komentář [B 12]: zájem o techniku

Komentář [B 13]: Pozitivní pocity

Komentář [B 14]: Hlubší nežekání prožitků

Celkově, jakým způsobem pro tebe byla dramaterapie jiná?

V podstatě to pro mě byla **plná novinka**, protože **všecko už jsme někdy dělali**. Já už jsem byla mockrát. Strom jsme kreslili, potřet jsme kreslili, potom jsme k tomu něco psali, mluvili jsme o tom.

Komentář [B 15]: Níže nověto

Jako tady na skupinách?

Ano tady na **skupinách**.

Komentář [B 16]: Zkušenost s podobnou činností

Dokázala bys říci, v čem to bylo jiné?



Bylo to takové **uvolnění**. Ze jsme se tam **kasnáli**, já jsem teda moc dobře nepochopila, zdali to bylo dobře pro nás, nebo pro vás. Nebo udělali jste si snáz o nás nějaký obrázek? Já si myslím, že to máme spíše pro zpestření. Pořád nám tu jede cvak, cvak, cvak. Pořád se d tím **kravímá**.

- Komentář [8 17]: uvolnění
- Komentář [8 18]: síliva
- Komentář [8 19]: skupinová dynamika

#### DRUHÁ TECHNIKA - METAFORY

Život je jako vánočka, chutná a voní, dle toho, co si dáš do ní. Život je jako zamáčkoule, pořád se točí.

Jaké jsi měla pocity?

Dobrý pocit, my se na to těšíme. Protože se něco dozvíš **sama o sobě**. Má někdo nějak, jaký se mi líbí geometrický tvar. Jsem nad tím **šamě nepřemýšlela**.

- Komentář [8 20]: Pozitivní pocity
- Komentář [8 21]: myšlenka - sama o sobě
- Komentář [8 22]: Níže nověla

Nad čím jsi přemýšlela, při této technice?

Tož tak nad tím **životem**. Já už trochu **bilancuju**, co mi dal a co vzal. Všecko spojuju s tím **životem**. Zas někdo říká, ještě ho máš kus před sebou a ještě se zamiluješ a já nevím co všechno, ale já už nic nečkáme od toho života. Já se tomu nebráním, ale nevyhledávám to. Až to přijde tak to přijde. Až zakopnu o nějakého toho Vinnetoua.

- Komentář [8 23]: myšlenka - život
- Komentář [8 24]: myšlenka - život
- Komentář [8 25]: hlavní téma - život

Odsela sis nějakou myšlenku?

Já na to všechno hned **papomínám**, já už jsem vyplá. A ně že by tady, celkově

- Komentář [8 26]: ne

Chtěla bys něco dodat?

Jenom k té zamáčkouli, že bych potom řekla a přeče se točí ☺

#### TŘETÍ TECHNIKA - MASKY

Ty máš moc **kasadchil**. Jako já se nestydím, já klidně budu hrát divadlo, i ráda.

- Komentář [8 27]: Houbiční pocity/masájem

Jaké pocity to v tobě vyvolalo?

No že se to ve mně celý život **perá**. Jedna hodná jedna zlá. Dokonce jsem se ptala pana primáře, jestli se dostanu do nebe nebo do pekla za tu svou dobrotu a obětavost a zase na ten chlast jo. Že vždycky nějak uježu, tak nevím. Já jsem mu řekla, nejsem náhodou rozdělená osobnost? Nejsem schizofrenik?

- Komentář [8 28]: myšlenka - nad světem

Nad čím jsi přemýšlela?

Tak že **život** je takové divadlo. Dokonce znám jeden citát. Život je jedno velké jeviště, na kterém musíš stát, i když ti srdce krvácí, musíš se smát. Takže tak, jdeme dál.

- Komentář [8 29]: hlavní téma - život

Odsela sis nějakou myšlenku?

Ne. Z těch masek ne, to jsem byla zrovna taková nějaká, ten den protivná. Spíš taková melancholická, nic mě ne bavilo, nesoustředila jsem se, nevím proč. Co mi to volali. Jo to byl ten Radak, co odešel, maminka mu zemřela. On mi tady **brečel** na rameni, no mě ho bylo strašně líto. A měli jsme **šileny** strach, že se napije.

- Komentář [8 30]: skupinová dynamika
- Komentář [8 31]: skupinová dynamika

Jste spolu nějak v kontaktu?



Ano jama, hned mi volal, že v **pohodě** že napije. Ta technika - no **bebavilo mě to**, vím jak mě uměli **šáti**. Vlastně táta se zastřelil a já jsem byla v blázninci, ani mě nepustili na pohřeb. Jsem byla v Kroměříži. Je zajímavá, že oni ráno mi řekli sestřičky, že mu volala sestra a že ji má zavolat. A my jsme v ten moment **šedá**, že mi ta maminka zemřela.

- Komentář [8 32]: skupinová dynamika
- Komentář [8 33]: Houbiční pocity
- Komentář [8 34]: vzpomínka
- Komentář [8 35]: skupinová dynamika

#### ČTVRTÁ TECHNIKA - LOUTKY

Poslední technika, loutky. Jaké jsi měla pocity z této techniky.

Já jsem dělala tu psi boudu. No už jsem se **ššila** domů. Já volám denně a přám se jak **pejsák**. A vím, že je v pohodě, protože se u něho střídá asi 5 lidí. Věnci ho pořád a dokonce i ten soused s ním jezdí autem úplně daleko, aby ho mohl vypustit na louce. Oni maj strach, že je neposlechne, tak ho vypouští až někde, kde nejsou lidi a psi. Akorát mi říkali, že jak přijedu domů, že mě rani mrtvice, protože nikdo mi nevyšává, to teda nedělají, protože jsou to vasměs chlapi. Říkám, no co, tak vysaju. Budu vysávat dva dny v kuse. Tak už jsem si to **představovala**, jak budu doma.

- Komentář [8 36]: myšlenky jiné
- Komentář [8 37]: vzpomínka
- Komentář [8 38]: myšlenka - domov

A nad čím jsi přemýšlela?

Já jsem přemýšlela dost až nad tím, jak skoro všichni tam dělali ty **ššiti**, tak to je hrozná věc, že tam matka je tady odtřezena od toho dítěte, to musí být něco **hrozného**. Já jsem začala pít až ve 40ti letech.

- Komentář [8 39]: Ostatní členi
- Komentář [8 40]: skupinová dynamika

Odsela sis z toho nějakou myšlenku?

Zas mě napadá **život** je pes a my jsme jeho patník. To mě tam nenapadlo, to mě napadá až teď. Tady je strašně dobře, když je toho co nejvíc, prostě jakýkoliv aktivity, že ten den utuče úplně jinak, než když tady na něco pořád čekáme. Já třeba nemůžu spát. Jsem už v 5 hodin vzhůru a teď do sedmi že. Tak já už tady čtu u okna a nesvítím a a' nevzbudím Mírku.

- Komentář [8 41]: hlavní téma - život

Chtěla bys něco dodat k té technice?

Ne, netrap mě ☺ Nic mě nenapadá.

A jak na tebe působilo mé vedení?

**šškná** moc, moc, moc. Já si myslím, že prospíváš dobře v té škole. Myslím, že ti to pasuje. Bylo to dobrovolné a my jsme se na to **ššili**.

- Komentář [8 42]: mediace/terapie
- Komentář [8 43]: pozitivní pocity

Děkuji za rozhovor.

#### Účastník č. 2

#### PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

První technika, karty. Vzbuzovalo to v tobě nějaké pocity?

Ano, vzbuzovalo. Vzbuzovalo to **mimlost** a to co mě čeká, až vyjdu tady z těch vrat. Mimlost mi to připomíná, že jsem ztratila hodně času a do budoucna až vyjdu tady z tadyma, mi to připomíná, že mám **hromadu času** do dalšího života. Je to velká zkušenost jako toliensto a že s tím časem daleko líp.

- Komentář [8 44]: myšlenka - minulost
- Komentář [8 45]: pozitivní pocity





jako budu víc užívat si jen čas, bez toho alkoholu, ten si vzal hodně času a myšlenek a obrazově jako rodina tím byla taky dost zasáhla a jak dál.

Komentář (B 46): myšlenka závažnost

#### Nad čím jsi při této technice přemýšlela?

No nad to minulostí a bo bude dál. Vidím to světle, pěkně. Já jako vzpomínám ráda na ty hodiny, mám je v paměti, abych si to zapamatovala, co jsem si slibila, že budu čistá a budu si užívat života a čistou hlavou. Už si ji nanechám zakalit.

Komentář (B 47): myšlenka minulost, budoucnost

#### Mí hezky odpovídáš i na ty další otázky ☺ Odesla sis nějakou myšlenku?

No právě že, užít si toho života a čistou hlavou nanechat si ji nikým zakalit, nanechat se stáhnout a těmuju už slovo NE. Musím se naučit hodně ne, nanechat se zlákat druhýma, věnovat se svému.

Komentář (B 48): život bez alkoholu

#### To není jednoduché se to naučit.

No, já jsem byla spíš že jsem každému vyhověla, a neuměla jsem mu říct ne, pak jsem byla zhraná a nervozní poslední dobou, jsem se uklidnila 2decinky 4 decinky a pak to šlo veš k večeru. Musím říkat ne, mám hodně práce, to už nestihám, prostě ne. Neustále jsem se starala o druhé o domácnost, o děti o rodiče a na sebe jsem zapomínala. Až poslední dobou mi to v hlavě šrotovalo a nevěděla jsem co se svým časem. Byla jsem zmudněná, bez nálady. No a pak to vinečko přišlo, přestala jsem i chodit do hospody, protože tam se točili rumy, to se taky nedalo odříct. Tak jsem tam přestala chodit. Než jsem odjela sem, tak jsem seděla venku jen při kofeolu s kolegou z práce, ten si dal rum, mě přišli 2 rumy. Jsem řekla ne, já už je nebudu. Tak jsem si to jako určila a oni mi pak neobjednali, když viděli že jsem to nepila.

#### Vracíš se někdy k té myšlence.

Jo jo určitě. Protože já jsem se trápila sama, a přitom jsem trápila i je. A oni nevěděli z jakého důvodu. Já jsem se nikdy nějak nestěžovala, nesvěřovala, nechtěla jsem je zatěžovat ničím, myslela jsem, že to zvládnu sama, že to sama v sobě nějak urovnujím. A teď jsem měla čas přemýšlet jenom nad sebou, nemusela jsem vymýšlet, co budu vařit, kdy co uklidím, nebo tak. Taková pohoda, klidke. Ty myšlenky jsem měla jenom v sobě. To mi hodně dalo. Asi po 20 letech jsem si takto odpočinula. Dobrá zkušenost. Nevěděla jsem, do čeho jdu, jak to tu bude vypadat, ze začátku jsem se všech stranila, nechtěla jsem s nikým mluvit, jsem spíš samotář. Jen pro tu blízkost rodině. Rodina je pro mě na prvním místě. Když holky odešly tak mada. Se synem, co s ním. Holky s ním probírat nebudu, fotbal taky ne. U počítače nevydržím sedět.

Komentář (B 49): vrací se k myšlence

#### Vedení terapeuta

Ze začátku se mi moc nechálo, protože to bylo pro mě nové, ale bylo to strašně zábavné. Vždycky mě to tak povzneslo to hlavně, vrátila jsem se, když byli děcka malý jako téma hraha. Při oslavách něco uskutečnim, co jsem se naučila, třeba s téma zvířátkama. S téma zvířátkama to hlavně. Bylo strašně zábavné, se muselo zapojit mozek a rychlost, tělem. To bylo hodně zajímavý taky.

Komentář (B 50): nojám

Komentář (B 51): první dí

Komentář (B 52): záživa

Komentář (B 53): pozitivní posto

Komentář (B 54): vzpomínka

Komentář (B 55): záživa

Komentář (B 56): bezpečí

Komentář (B 57): toužout

Komentář (B 58): pozitivní posto

Komentář (B 59): toužout

Komentář (B 60): klidší prostředí

#### Dokázala bys popsat, jakým způsobem byla pro tebe dramaterapie jiná?

Protože jsi tam byla jenom ty, nebyla tam celá řada doktorů a sestřiček a to se mi lépe vyjadřuje takhle s jednou osobou. Byla to hrada, úplně něco jiného. Nebylo to tak stlačující, nebyl tam žádný nátlak šlo to tak pomaloučku v pohodě, jako dál. To má jako hodně pomohlo.

#### Chtěla by jsi něco dodat k této technice?



Pak na druhý den jsem se už dokázala na komunitě trochu otevřít a mluvit o minulosti a co bych chtěla žít v budoucnu.

Komentář (B 61): skupinová dynamika

Komentář (B 62): klidší prostředí

#### Pomohla ti ta technika poznat trochu více lidí a nebylo pro tebe těžké se pak otevřít?

Ano, perfektně.

Komentář (B 63): drama, pozitivní posto

#### DRUHÁ TECHNIKA - LOUTKY

##### Druhá technika. Dáváme podobu.

Já jsem vytvořila sedmičku vína.

##### Vzbuzovalo to v tobě nějaké pocity?

No určitě. Vzbuzovalo to ve mně velké pocity. Protože ta flaška mi vzala hodně času a té nálady. Abych byla vyrovnaná a schopná co udělat. To mi vzala hodně ta flaška. Na to vzpomínám a hned jsem věděla, co mi ublížilo, kvůli čemu tady vlastně su a ztrácím ten drahocenný čas, že jsem si to zavinila sama tím svým nepraktickým myšlením a tak.

Komentář (B 64): myšlenka - závažnost

##### Nad čím jsi přemýšlela?

Ztráta času. Kdyby se to nestalo, šla bych ten život poklidně, co jsem šla před tím, před tou flaškou. Takhle nějak.

Komentář (B 65): nojám

Komentář (B 66): klidší myšlenka

##### Možná to je tak, aby to člověka posunulo dál.

Ano posunulo mě to.

##### Odesla sis nějakou myšlenku?

Určitě, že to bylo hodně hodná (spatně) a že teď to bude jenom lepší a lepší bez toho alkoholu. Nemůžu se už na něj ani podívat. A právě mě mají spouštět tu reakci na ten alkohol a mám z toho velký strach se toho dotknout té skleničky a napít se. Že budu moct. A co já můžu, to mě nebaví. Spíše zakázaný ovoce je lepší. Ta reakce je jednou pod téma přístrojema, nás budou hlídat, kontrolovat.

Komentář (B 67): život bez alkoholu

Komentář (B 68): další posto

##### Vracíš se někdy k této myšlence?

Vrátila. Hodně se k tomu vracím. Pořád to vidím před sebou. Jak jsme to tam tvořili, všechno možný kolem té flašky. Je to strašně bubák. Taková bublina s flaškou nad hlavou a pořád mě to straší.

Komentář (B 69): vrací se k myšlence

##### Chtěla by jsi něco dodat?

Ne, bylo to fajn.

Komentář (B 70): pozitivní posto

#### TŘETÍ TECHNIKA - METAFORY

##### Třetí technika. Metafory, život je jako. Pamatujes si nějakou metaforu?



Život je jako voda, která plyne moc rychle, a když si to člověk neuvedomí včas, tak to uplyne hodně rychle. Bez nějakých radostí a úsměvů. Ta voda ten život rychle protěče jako víno hrdlem. Pak je z toho taková pačtur, nechut. Ze lepší vody nebo zchlazené mlíko s úsměvem na tváři. To je takový lepší.

Pamatuješ si, zdali ti to vyvolávalo nějaké myšlenky?

Bylo to takový přidušený pro mě. Protože já jsem o tom nějak přemýšlím, protože jak se říká myšleni bolí. Proto raději uvažu. To je jednodušší. Ale nebylo to špatné. Jako s těma papírkama nebo obrázkama se mi pracovalo lépe.

#### ČTVRTÁ TECHNIKA - MASKY

Další technika, masky. Nemáš je u sebe?

Poslala jsem je domů.

Vyvolávalo to v tobě nějaké pocity?

No určitě. Když jsem se viděla v zrcadle, přivřeně oči, unavený, kruhy pod očima strašný, neupravená taková, nehleděla jsem na vlasy, jaké mám, nebo tohleto. Takže to byla kráva. I dcera mi říkala, běž se konečně vyspat. Máš kruhy pod očima, plný pytle vaky. Když mě tady viděla prakticky po týdnu, tak říkala, že už mám ty vaky skoro pryč. Takže teď už žádné vaky nemám, jsem vyspaná, pákně se mi spí. Spokojená, ani bouzka mi neuvádila, kteréj si večer. Nic má naprobudilo. Se mnou doma spí pes, nebo sem tam nějaký kocour, kočka. Přelazou po mně. Nebo že nemají vodu. Mě neuvádí, že mě třeba probudí. Ví, že tam pro někoho jsou, že má tam někdo potřebuje, alespoň ty kocoury.

Nad čím jsi přemýšlela?

Nad tím jak jsem vypadala. Tať je to něco úplně jiného. Mám oči rozšířené, dokážu se smát křehké malíčkovitě. Užij se, když se Marko s Dárou hádají. Nevnímám je. Neplatu se jim do toho. Ať si to vyřeší jak chtěou.

Odnela sis nějakou myšlenku?

No určitě, už bych takto nechtěla vypadat. Jak jsem vypadala. Někdy ty pytle pod očima. Oči malý přivřený, lesklý a takový zvláštní.

Vracíš se někdy k tomu?

Taky si to připomínám a ještě mi to bude doma chvíli připomínat, než mi to kocoury zlikvidují.

Chtěla by jsi k něčemu něco dodat?

Ještě se mi líbilo třeba těch 11 předmětů, aniž bych věděla, co s nimi budeme dělat, tak mě hned zaujalo právě to struhadlo. Nevěděla jsem co se s tím bude dělat, až potom při vyrovnávání majetku jak jsem ostrouhala. A pak jsem si vzpomněla na svou úrodu, jak všechno nastrouhám, třeba na podzim mrkev s pastinákem do mrazáku a pak mě hned napadl ten hudební nástroj s tím náprtkem. Já nevím. Nemusela jsem nějak dlouho přemýšlet jako. To má úplně sedlo. Já jsem to měla hned. Měla jsme jasno. To mi strašně pomohlo a moc se mi to líbilo.



Děkuji za rozhovor.

#### Účastník č. 3

##### PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

První technika byly karty, najdeš si svou kartu?

Ano, to je ona.

Připomenutí karty. Tato dramaterapie byla tvoje první?

V listopadu jsem tady ještě byla jednou, takže tehdy a vy jste byli 3.

A pamatuješ si, co jste tehdy dělali?

Vzpomínám si jen na jednu aktivitu, kdy jsme pracovali jako skupina a ztroskotali jsme na poušti.

A bylo to pro tebe snažší, čím že už jsi dramaterapii zažila?

Ne, to byly zase úplně jiné techniky.

Měla jsi nějaké pocity z této techniky,

Ně.

To je v pořádku.

☹

Nad čím jsi přemýšlela při této technice?

V podstatě nad tou partou. Tam byly ty otázky, zda mi to něco přináší, co mi to připomíná, jestli z toho cítím nějakou vůni, proč jsem si to vybrala, jinak jako nic.

Ty jsi říkala, že sis ji vybrala i pro to, že máš ráda balet.

Ano

A přemýšlela jsi nad tím baletem?

Taky taky.

Odnela sis nějakou myšlenku z této techniky?

Ze jsem se na ten balet měla dát, ještě když jsem byla dítě ☹. Ze jsem možná měla chodit do hodin baletu.

Oslovilo tě něco od ostatních?

Už si nevzpomínám, co oni měli teda.

Vracíš se někdy k té myšlence, která ti vyvstala během té techniky?

Ále ano, jako k tomu, že jsem měla něco takového kdysi dělat, že se mi to líbí a tak se k tomu někdy vracím. Protože často se vracím k tomu, co jsem třeba promeškala v tom dětství. Že se mi nechtělo.



Komentář [871]: propojená metafora

Komentář [872]: těší se na budoucnost

Komentář [873]: další postoje

Komentář [874]: záporné postoje

Komentář [875]: neuvěření postoje

Komentář [876]: malomá v OI

Komentář [877]: dramata - zarážkové samičku +

Komentář [878]: vyvolávalo pocity

Komentář [879]: vzpomínka

Komentář [880]: záporné postoje

Komentář [881]: vzpomínka

Komentář [882]: myšlenka - já a máť

Komentář [883]: pozitivní postoje

Komentář [884]: odněla si myšlenku

Komentář [885]: já a moje máť

Komentář [886]: samička

Komentář [887]: dramata +

Komentář [888]: propojená metafora

Komentář [889]: vzpomínka

Komentář [890]: sdělení ústně

Komentář [891]: pozitivní postoje

Komentář [892]: důležitá pohoda

Komentář [893]: zkušenost dramaterapie

Komentář [894]: žádná pocity

Komentář [895]: skupinová dynamika

Komentář [896]: vzpomínka

Komentář [897]: vracení se k myšlence

Komentář [898]: vzpomínka

nebo že jsem málo tlačila na rodiče, že bych to chtěla dělat a podobně. Já jsem bohužel byla hodně nemocná, když jsem byla malá. Měla jsem neustále angíny, takže takové sportovní aktivity nepřicházeli v podstatě v úvahu.

V čem ty techniky pro tebe byly jiné než ostatní na tomto oddělení?

Určitě to bylo **zajímavější**, že jsem třeba někdy na těch jiných skupinách jen seděla a modlila se ať už to skončí. Ze už nechci ani do toho jít a že se mi to prostě nelíbí a že jenom trnu, kdy na mě přijde řada. Takže tady prostě ne. Tady se mi to **líbil**.

Komentář [B 99]: zajímavost

Komentář [B 100]: pozitivní postoje

Chtěla by jsi dodat něco k této technice?

Ne.

Jsem ráda, že ses zapojila.

To mě ani nenapadlo, se **zapojit**. Vím, že tam byli tati.

Komentář [B 101]: aktivní účast

#### DRUHÁ TECHNIKA - METAFORY

Druhá technika byly metafory. Pamatuješ si, co jsi tehdy měla?

Ano, už vím. Vím, že  **jsem říkala**, že život je jako kruh, že se taky někdy uzavírá. A pak sem tam měla ještě nějaký další, ale to už si nevzpomínám.

Komentář [B 102]: aktivní účast

Další byla s jídlem.

Ano, to jsem tam měla sýr. Že bývá zralý i ten život, i ten sýr.

Jaké jsi měla pocity z této techniky?

Takové **voňavé** prostě, že jsem to musela vymyslet, že mi něco nepřiletělo rovnou pod nos, ale musela jsem se nad tím zamyslet, musela jsem na tom **pracovat**.

Komentář [B 103]: postoje

Komentář [B 104]: aktivní účast

Odesla sis nějakou myšlenku?

No možná ano, když zas někdo **uváděl jiná** jako že třeba Matěj říkal, že život je jako schůdky do kumklu, krátký a posrany. Sem si říkala, to je zajímavé teda fakt. A je to pravda.

Komentář [B 105]: skupinová dynamika

A vracíš se někdy k této myšlence?

Ne.

Chtěla bys něco dodat k těm metaforám?

Používáš i jiné slovo, než ŽIVOT?

Ne.

Tak bych třeba **použila i jiná**.

Komentář [B 106]: podnět

A napadá tě třeba jaký?

Teď zrovna ne.

Přemýšlela jsem, že by někdy zvolila slovo detox je jako, ale nevím jaké by to bylo.

Jo jo to by bylo zajímavé. Nebo **kávislost** konkrétně.

Komentář [B 107]: podnět

Jště jsem to nezkusila.

Hm, to by bylo dobré. Nebo použít dvě **slova v této technice**.

Komentář [B 108]: podnět

#### TŘETÍ TECHNIKA - MASKY

Zajímavé, moc děkuji. Třetí technika byly masky. Jaké jsi měla pocity z této techniky?

Tak ta technika se mi nijak **zvlášť nelíbila**. Nevím proč, ale nijak mě to nezaujalo prostě.

Komentář [B 109]: postoje

Ale zapojila ses tehdy že?

Ano **zapojila**.

Komentář [B 110]: aktivní účast

Přemýšlela jsi nad něčím při této technice?

Přemýšlela jsem nad tím, že se tam **někdo nakreslil** jako klan, sám sebe. Já jsem tam tehdy **nakreslila** jednu usměvavou a jednu smutnou tvář. Ale opravdu nijak **zvlášť** se mi to. Ani si na to nijak moc nepamatuju.

Komentář [B 111]: myšlenka o skupině

Komentář [B 112]: aktivní účast

Chtěla by jsi něco dodat k těm maskám?

Mě to možná připadalo i příliš **krátké**. Nad tím bychom se mohli i víc **zamyslet**. Že to bylo šup šup nalapit a honem si s tím stoupnou a něco k tomu říct. A při tom jsme k tomu ani nic neřekli. Vlastně jen to jsem já a to jsem taky já. Že říct jako proč to ten dotyčný takto zvrátil.

Komentář [B 113]: podnět

Komentář [B 114]: skupinová dynamika

#### ČTVRTÁ TECHNIKA - LOUTKY

Děkuji. Poslední technika byly loutky. Pamatuješ si, co jsi tehdy vytvářela?

Já jsem dělala svého **psa**. Lépe řečeno svého bývalého psa, protože manžel v tom vztahu, co dělá prostě doma, tak mi toho psa prodal. (pláč)

Komentář [B 115]: myšlenka - nádo blaky

*(rozhovor účastnice s výzkumníci o její situaci - není zde uvedeno, jednalo se o soukromý rozhovor)*

Chceš se o této technice bavit dál?

Ne.

Jak na tebe působilo vedení terapeuta?

Mně se **líbil**, že i když někdo nechtl mluvit tak jsi to **akceptovala**. Protože to tady není zvykem. Vždycky jako za každou cenu. A to je pak ticho. To dělá pan primář a všichni čekají až se ten dotyčný vyjádří a když se nevyjádří tak za naprostého ticha všichni sedí třeba 5 minut. A teď v tom dotyčném roste napětí.

Komentář [B 116]: pozitivní postoje

Komentář [B 117]: otázka +

Děkuji za rozhovor.

#### Účastník č. 4

Byla to tvá první zkušenost s dramaterapií?

Ne jsem ji už **zažil** ve sdružení D

Komentář [B 118]: Zkušenost s dramatem má

PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

Technika karty. Měl jsi z toho nějaké pocity?

Divně. **Nevím**, nevěděl jsem co se má vypadne

Komentář [B 119]: Další pocity

A vyvstala ti při tom nějaká myšlenka?

Proč jsem takový **byl**. Jsem to říkal, že jde do takové temnoty, jako že jsem byl sám, že jsem rád byl sám, a nikým jsem se nebavil moc. Nevím, proč jsem byl takovej.

Komentář [B 120]: myšlenka

Je nějaká myšlenka, kterou sis z toho odnesl?

**To že netřeba být sám, když mám kamarády.**

Komentář [B 121]: myšlenka

A vracel ses k této myšlence?

**Ně**

Komentář [B 122]: možná ne

A vedení terapie?

Jo, bylo to **super**

Komentář [B 123]: superová

DRUHÁ TECHNIKA - LOUTKY

Druhá technika, loutky.

Jo jo vim

Vzbuzovalo to v tobě nějaké pocity?

Tak určitě, ale teď si nevzpomenu, přišlo mi to trochu **nepříjemný**, ale řekl jsem to, že jo.

Komentář [B 124]: pocity

A nad čím jsi přemýšlel, pamatuješ si to?

To nevím. No něco s téma problémama. Jsem stavěl tu **lodu**. Že pokud bych neměl ty problémy tak jsem mohl zažít nějaká dobrodružství, něco takového tam bylo.

Komentář [B 125]: myšlenka o sdělnosti a životě

Odnesl sis z toho nějakou myšlenku?

Nepřemýšlel jsem o **tom**

Komentář [B 126]: možná?

TŘETÍ TECHNIKA - METAFORY



Další technika metafory. Pamatuješ si nějakou metaforu?

Myslím, že něco s kokosem, že život je tvrdý jak kokos, ale časem se rozloží. **Nevím**, něco takového. Život je jako hudba, ať hraješ jak chceš, tak to nikdy není dokonalý. Už nevím.

Komentář [B 127]: pocity

Pamatuješ si, jaké pocity to v tobě vzbuzovalo?

Na poprvý, **hlavně** něco vymyslet, moc nevím.

Komentář [B 128]: Nervozita, možná

Nad čím jsi přemýšlel?

Že kdybych nebyl tady, nikdy **bych** nic takového nepřemýšlel, nikdy bych se o to nestaral. Takový věci.

Komentář [B 129]: myšlenka

A bylo to pro tebe třeba zajímavý?

Jo, bylo to **dobré**. Překvapil jsem se.

Komentář [B 130]: Pozitivní pocity

Vyvstala ti třeba nějaká myšlenka, ke které ses vracel?

Ani **ně**. Všechno jsem říkal tam.

Komentář [B 131]: pocity

ČTVRTÁ TECHNIKA - MASKY

Poslední technika, masky. Vzbuzovalo to v tobě nějaké pocity?

Mohlo by to tady být lepší. Mohli by tu udělat sportovní hřiště, nebo něco takového. **Stavě** mě to, že jsem tady zavřený.

Komentář [B 133]: pocity

Přemýšlel jsi nad něčím, když jsi dělal tu masku?

Proč se mi chce spát, když jsem tady. **Jsem** tady vždycky unavený. Ale když se vzbudím doma, je to všechno dobré. Tady se neumávám, jdu spát třeba brzo a nechce se mi pak vstávat. Doma se unávám, jdu spát pozdě, lehnu, něco juknu na mobilu je jedna hodina ráno. A tady to není no.

Komentář [B 134]: sám naž s dlu

Byla dramka pro tebe v něčem jiná, než ostatní programy?

Byla určitě **záživnější**. Řekl bych, že více **kommunikativnější** pro ty lidi i. Protože když tady máme ty skupiny, všichni jsou hned ospalý. Všichni se vají v posteli. Nemá náladu nikoho poslouchat prostě, nevím, je to moc dlouhý. Třeba sedět hodinu a půl na **nejiným** místě, to taky není moc dobré

Komentář [B 135]: zážitek

Komentář [B 136]: komunikace

Komentář [B 137]: Samostatně sehnat

Děkuji ti za rozhovor.

#### Účastník č. 5

S dramaterapií ses zde setkal poprvé?

**Ano**

Komentář [B 138]: První zkušenost

PRVNÍ TECHNIKA - KARTY



První technika – karty. Pamatuješ si, jakou jsi tehdy vybral?

Pamatuju. Tuhle.

Jaké pocity vyvolávala v tobě tato technika?

Jsem si uvědomil ten pocit, jako kdyby to byla fotka nějakého děje. Nemí to statická fotka. Že ta vlna se hme dopředu. Že to není, jako že tam před ní stojím. Představoval jsem si, že ta vlna se přes toho pána přezene a shodí mu kloubouk.

Komentář [B 139]: pocit

Komentář [B 140]: myšlenka

Přemýšlel jsi nad něčím konkrétním, když sis tu kartu vybíral?

Asi jen že mě nejvíce zaujala.

Dokázal bys to spojit s něčím z tvého života, nebo tě jen zaujala?

To nebude ze života. Myslím, že mě zaujala tím, možná ta voda nebo, to že tam ten pán stál, **nevím** přesně.

Komentář [B 141]: Nevědění pocity

Odnesl sis z této techniky nějakou myšlenku?

Tady ne.

Komentář [B 142]: nezájem

Jinak ta technika pro tebe byla v pohodě?

Jo jo v pohodě.

Jak na tebe působilo vedení terapeuta?

**Ne, ta dramaterapie je úplně jiná.** Když přichází personál, tak si představujeme, co asi budeme dělat. Jaké otázky nám budou dávat. Už ten vztah personál – pacient je jakoby. Dokážu si představit, co přijde. Když ty přijdeš, tak nevím jestli budeme hrát hry, budeme lepit. Je to i hravou formou. Takový, že stačí 3, 4 pokyny a úplně to mezi těma lidma vykvetne. A ty lidi se občas pákně **stevouj**. Někteří jsem si všiml, že jsou dost uzavřeni.

Komentář [B 143]: málo navěho

Komentář [B 144]: Drama +

Komentář [B 145]: hravá forma

Komentář [B 146]: Skupinová dynamika

Stalo se, že tě třeba někdo překvapil, že se otevřel?

Když jsme dělali ten, no z těch věcí jak jsme stavěli. Někdo dělal co ho napadlo, to je jedna věc a druhá věc, **jak nějak jsem si to dal v hlavě dohromady. Aniž by člověk chtěl. Aniž by se bránil.**

Komentář [B 147]: Neuvolně přemýšlení

Moje další otázka je, jestli bys mohl popsat, v čem je dramaterapie pro tebe jiná, než ostatní programy zde na detoxu.

Určitě. Když přijde personál, je to většinou jen rozhovor. Jenom hrám si se slovičky. A je to takéové kostrebaté. Vždycky někdo něco řekne a personál ho jako by ne napadne, ale otočí ho otázkou aby šel trochu zpátky. Takže jsou důležitá slova a významy vět. Ale ty k tomu přidáš třeba **karty** nebo něco, tak už to můžu držet v ruce, něco mít. A **přemýšlejo** tom trošičku jinak, úplně jako nemusím hned vymýšlet odpověď. Odpadá tam takéové trapné mlčení. Ale teď máte chvíličku, tak přemýšlejte a tvořte **rukama**. A jak se pracuje rukama, tak to i líp myslí. Zvlášť, když někdo nevymyslí ani co s těma rukama, tak je to v pohodě. Ale když se řekne, že nic nemá ve stylu pacient doktor, tak já nic nemám, to znamená že si nic nemyslím, že **tě nic nenapadá** a je to takéové hodně tvrdší pro lidi. Protože co si myslíš? Já si nemyslím nic. Zatímco ty řekneš postavte kouli z papíru, tak prostě udělá kouli z papíru a

Komentář [B 148]: metafor

Komentář [B 149]: neuvolně přemýšlení

Komentář [B 150]: Drama +

Komentář [B 151]: Drama +



přemýšlí proč to dělá, nač to dělá a co to může znamenat a když já nemám nic, takový **ten** stud tam není.

Komentář [B 152]: Nemí stud

Děkuji. Chtěl by jsi dodat něco k této technice s kartama?

Ne, byl to **super** nápad.

Komentář [B 153]: Drama +

## DRUHÁ TECHNIKA - LOUTKY

Druhá technika, bylo to, o čem jsi teď mluvil.

Jo jo to jak jsem do něho foukl a on spadnul.

Vyvolávala tato technika v tobě nějaké pocity?

To bylo zrovna v období, kdy jsem odcházel od pamí psycholožky, tak jsem byl takéový nabuzení, v pohodě. Ten den před tím a potom mi tu docvaklo více věcí. Tak jsem byl tak dobře rozjetej, naladěnej. Tak u někoho to bylo jednoduchý, řekl tohle je jako flaška, bylo to u někoho přímočařejší. To bylo **hobré**. Tam nezáleželo na tom co jak dělat. Protože podívat se a přirovnat třeba zmačkanou kouli papíru k nějakým myšlenkám, nebo k nějakému fungování svět, jako člověk si musel trochu představit.

Komentář [B 154]: Positivní pocity

A vyvstala ti nějaká myšlenka.

Tak to bylo takéové že. **Nevím** přesně co to mělo být, jestli já, nebo představu nebo nějaké myšlenky. Na první pohled to stálo, ale stačilo do toho fouknout, a celý se to sesype. Nevím, jestli jsem to byl já nebo člověk nebo něco jiného. Ale když jsem si to představil, věděl jsem, co chci dělat, to postavil, tak to spadlo. Takže člověk myslal v hlavě, představoval si nějaká, jak to má vypadat, aby to bylo jednoduché shodit, ale aby to i stálo.

Komentář [B 155]: pocity

A našel sis v tom tehďá myšlenku?

Potom jak jsem to dostavil, přidal jsem si k tomu tu velkou kouli. Tam na tu třetí část, aby to nešlo shodit. Ta bude pevně stát. **Když jsem nad tím přemýšlel, že záležej na tom člověku jak si to postaví, vymyslí, jak by to mohlo fungovat.**

Komentář [B 156]: myšlenka

Vracel ses k této myšlence zpětně?

**Tady se k tomu člověk moc nevrací.** Člověk, nebo aspoň já tady pracuje s tím, co si uvědomuje. Většina těch dní a týdnů už se to tady slivá do minulosti.

Komentář [B 157]: nouze

Tak to bylo spíše tady a teď?

Ano.

A způsob práce? Bylo pro tebe v pohodě?

Ne, všechno co je takéové na tvoření mi nevadí. Jen jednou mi to nešlo. U těch metafor my to moc nešlo no, to bylo **horší**. Tam jsem byl ale spatickej. Tam to nešlo.

Komentář [B 158]: pocity



### TŘETÍ TECHNIKA - METAFORY

Ano, k tomu se teď dostaneme. Metafora – vysvětlit.

To bylo v pohodě. Jen hrozná záležitost, jakou má člověk zrovna náladu. Nemí tam ten popud – musí něco napsat. Tak u mě to dopadlo tak že já jsem tam seděl a ŽIVOT je jako – nic. To zas mě nadávalo žádný smysl. Takže jsem si musel udělat v hlavě vlastní projekci, než jsem to napsal. A tam jsem toho moc (vyplořil). A když jsem měl pak udělat tu anekdotu, tak tam mi to sešlo na poprvé, tam jsem věděl, co tam kapitulu.

Komentář [B 159]: Pozitivní poezy

Komentář [B 160]: poezy

Komentář [B 161]: zapojení se

Pamatuješ si, cos tam napsal?

Jo myslím, že jo. To bylo, ŽIVOT je jako rybař, nikdy nevíš co chytneš na prut. Já když už něco řeknu, tak se to snažím vést do takového směšného humoru. Ten který si to poslechne a nespapne mu to, tak to jenom přejde a pak jenom slyšíš za t 4 vteřiny výbuch smíchu, poznáš komu to kdy sepe. Protože jinak by se asi člověk zaseknul. Pořád tu někdo říká nějaké hlášky.

Komentář [B 162]: skupinová dynamika

Odnesl sis z toho nějakou myšlenku?

Myšlenka – tam jsem asi začal více poslouchat ostatní lidi. Když mají nářky. Věm jsem si, že je tu mezi některými lidma napětí, jestli si pamatuješ, jak se tady holky pohádaly. Lidi který jsem potom slyšel až potom napsal tu povídku, že princ zachraňuje království, což je druhý pokoj že jo a teď to hraje neuvěřitelně tak když jsem to četl, tak mi to vůbec necvaklo. A všichni se smáli a já jsem si říkal, co se děje, co se děje. A na jedinou, to byl moment když jsem si začal postatně více věnovat.

Komentář [B 163]: hluboký předitek

Komentář [B 164]: skupinová dynamika

Říkal jsi, že se snažíš myslet tady a teď. Vracel se i přes to k těm metaforám?

Ne.

### ČTVRTÁ TECHNIKA - MASKY

Poslední technika byly masky.

Masky jsou tuším na denní místnosti tam pověšená. Ty moje jsou tam taky a jak se bude v sobotu uklízet, tak se to všechno vyhodí. Jinak by se tam kumulovali věci.

A nevidilo ti, že to jsou tvoje masky?

Co jsem chtěl si vzít, jsem si schoval. Protože jedna malá místnost a každý den tam je 10 věcí. Masky dobré, ale občas mi dělá problémy vyjádřit jako nějaké emoce, přetavit to do nějakého tvaru, nebo myšlenky a ještě to nakreslit. Do toho neumím kreslit. Neumím vyjadřovat emoce a ještě to dát na ten papír. Říkal jsem si, že nakreslím špatně nastavený deštník, to nikomu vadit nebude, že jo.

Komentář [B 165]: skupinová dynamika

Vyvovalo to v tobě nějaké pocity, když jsi to dělal?

Musel jsem hodně přemýšlet co budu malovat. Lehce to šlo no, věděl jsem jaké z těch vlastností, které jsem tam napsal, věci jsou ty, které by se mi nejlépe malovali. To stoupnutí před ty lidi, taky je v pohodě. Prakticky že ukazují, to jsem já, podívejte si co si myslím. A to jsem se taky nestyděl. Tam vlastně nebyl nikdo, kdy by do toho našel.

Komentář [B 166]: poezy

Zůstala ti z toho nějaká myšlenka v hlavě? Nebo jsi to prožíval tady a teď?

Tady a teď. Nevzpomínám na takové věci. Každý jsi vezme z toho třeba nějaký střípek, ale že bych se k tomu vracel v hlavě, to ne.

Komentář [B 167]: situationalnost

Dobře, napadá tě k tomu ještě něco? K čemukoliv?

Občas to bylo takové že, kdyby to bylo delší, tak by to pro tebe bylo těžší. Ty by sis musela udržet těch 10 – 15 lidí na udu, aby to tam trošku našumělo. To musí být dost náročný. Že mi se někdy tak rozchechtáváme, děláme si z toho vlastní program.

Rušilo tě to tam někdy?

Jako jak se tam baví? jak když. Když někdo zrovna povídal a zrovna měl něco vyjadřovat a druhá strana začala bzučet, tak to bylo takové, že jsem ho chtěl slyšet, ale nemohl. A někdy to člověk ani nevnímá.

Komentář [B 168]: dramma +

Komentář [B 169]: podnět

Ty jsi říkal, že bys byl rád, kdyby to někdy bylo delší

Někdy to bylo dobře zvolené téma a lidé se lehce rozmluvili. A mluvili nejen jako, tohle jsem udělal proto a proto, ale také myslím si něco o týmu. A když se ta debata rozvinula, tak to bylo hezké.

Komentář [B 170]: dramma +

Dobře, děkuji za rozhovor.

Účastník č. 6

Souhlasíš s tím, že budu náš rozhovor nahrávat?

Ano

Děkuji. A nyní k otázkám. Setkal ses s dramaterapií zde poprvé?

Ano.

Komentář [B 171]: první zkušenost

### PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

Nyní budeme mluvit o technice, kde se používaly karty. Přiblížím ti tu techniku. Měli jste si vybrat kartu, přemýšleli jste, jak voní, co v ni vidíte, slyšíte a tak dále, jestli si pamatuješ. Vymýšleli jste název té kartě a před skupinou jste ukazovali pohyby, kterým by ta karta šla ztvárnit.

Jak ta karta voní to si přesně pamatuju.

Komentář [B 172]: hlubší předitek

Paráda. Zapojil ses do této techniky?

Ano zapojil.

Pamatuješ si jaké pocity jsi cítil, při této technice?

Tak v té době jsem ještě procházel nějakými abstinenciemi příznaky, takže jsem měl hodně velké kuřáky. Takže jsem si vybral právě kartu, kterou tady vidíš. A cítil jsem čistotě to si pamatuju to se mi hodně dobře vybavilo. Okamžitě mi to sešlo. Že to pro mě bylo cennější než plato, máš to i

Komentář [B 173]: neutralizující stav

Komentář [B 174]: vzpomínka

Komentář [B 175]: myšlenka

v tom prvním zápisku. Že jsem si tam uvědomoval, co to pro mě bylo, co pro mě představovalá ta droga.

Takže sis to hodně spojil.

Jo, hodně jsem si to spojil.

To se rovnou dostáváme k té druhé otázce. Nad čím jsi přemýšlel když sis tu kartu vybíral. Ty už jsi tady hezky nazačil, že jsi přemýšlel hodně o

No o [tě droze a o svém životě].

A přemýšlel jsi nad tím, jakou kartu si vybereš? Nebo jsi hned svou kartu uviděl?

Jakmile jsem tu kartu uviděl, tak jsem po ní šáhl.

Odnesl sis nějakou myšlenku z této techniky? Vybaví se ti něco?

Vybaví se mi myšlenka na ten můj život. Že já už jsem od puberty považoval ten bohémský život za ten prvotný. A neměl jsem tam vyrovnanou tu povinnost a bohémského života. Takže jsem měl i problémy finanční že jo a kolikrát jsem byl hodně ve stresu a zjišťoval jsem a přemýšlel jsem, díky tomu prvnímu sezení, že je opravdu potřeba asi ten život trochu vyvážit.

Vracíš se někdy k této myšlence?

Ještě v minulých týdnech možná, ale teď ka už mám jasné priority, už se k ní nevracím, pro mě je to hotové, vyřešené a tím to pro mě hasne.

Dobře. Pak tady mám otázku, co se týká vedení terapeuta. Jak na tebe působilo vedení terapeuta. Motivoval tě k práci?

V pohodě.

Jakým způsobem byla tato technika jiná než ostatní programy zde na detoxu?

Tady je to jinací v tom, že člověk může přemýšlet svobodně. Že jako člověk, musí přemýšlet na některých terapiích, protože tam jsou psychologové, pokládají ti různé otázky, člověk se musí nad sebou zamyslet, zatímco tady tak to člověk může podat jak chce, může podat čtvrtku nebo se do toho zcela vložit. Co jsem to studoval u [patrně], tak oni to tak taky brali. Že je to volná terapie.

A nějaký podobný program tady nemáte?

Žádný takový ne. Tady je to takové příjemnější, člověk se [kasmál].

To je dobře. Chtěl bys něco dodat k této technice s kartama?

Já si myslím, že už nic.

#### DRUHÁ TECHNIKA - LOUTKY

Ve druhé technice jsme pracovali s materiálem. Snažili jsme se vyrobit loutku. Jestli si pamatuješ. Vzpomínáš si, co jsi vytvářel?



Tak kreslil jsem červenou barvou. Jsem vyplnil papír, arch papíru. A tam jsem napsal slovo agresivita. Nebo něco takového.

Zase se zeptám. Jaký jsi měl pocity při této technice?

To jsem [přemýšlel] hodně nad tou agresí. Protože kolikrát mě to úplně ovládlo. Ještě i tady. Kvůli tomu mám aj ruku v dlazi.

Jsi bouchl do zdi?

Jo, zase.

To musíš bouchat do zdi, kde je molitan ☹

Taky jsem už nad tím přemýšlel, že si vezmu polítač.

Pomohlo ti, to že jsi té agresivitě dal obraz?

Já jsem s tím už bojoval dlouho. Tak to pro mě bylo jasné. Byl to nějaký zase pocit. Zrovna co mnou projel právě v ten moment, v tu chvíli.

Zase když bych se ptala, nad čím jsi přemýšlel při této technice, tak nad tou agresivitou?

Jo.

Odnesl sis z této techniky nějakou myšlenku?

Že bych nad tím měl možná ještě více přemýšlet. Protože jsem si myslel, že to byly vždycky následky alkoholu, protože jsem často střídal ty drogy. Tak že to je následek toho, že jsem opilý. A tady jsem zjistil, že to nemá následek opilosti, ale že je to následek i toho, že abstinuju. Takže s tou zlostí se musím vypořádat asi už celý život. Musím se s tím vypořádat trochu jinak ji takto projevít okamžitě, ale spíš jít dál.

#### TŘETÍ TECHNIKA - METAFORY

Ve třetí technice jsme pracovali s metaforou. Slovo život jsme přirovnávali k něčemu, co se dá jíst nebo pít, dále ke geometrickému tvaru a potom jste si mohli něco vymyslet. Pamatuješ si, jaké byly tvé metafory?

Život je jako víno, když se o něho pořádně nepostaráme při archivování tak zhořkne. A když se o něj staráme dobře, tak je sladké a takové márnivé. A tvar. Jsem přirovnal jako obvod kruhu. Že život je jako kruh. Že se občas točime neustále furt dokola. Nad tím jsem přemýšlel, že jsem se fakt v některých případech, točil furt dokola. Ze jsem se z toho nemohl vymotat. Přes ty bludné kořeny. A potom že život je jako chameleon, že občas má barvu podle toho jakou máme náladu.

Když jsi přemýšlel nad těmi metaforami, vyvstávaly v tobě nějaké pocity?

No pocity – určité veselé pocity, že se můžu projevít, protože mám básničky rád i poezii a skládám písničky. Projev to byl pro mě příjemný.

Nad čím jsi přemýšlel při této technice?

Komentář [B 176]: vzpomínka

Komentář [B 177]: myšlenka

Komentář [B 178]: myšlenka - život

Komentář [B 179]: vzpomínka

Komentář [B 180]: pozitivní pocity

Komentář [B 181]: drank +

Komentář [B 182]: volnost

Komentář [B 183]: skupinová dynamika

Komentář [B 184]: pozitivní pocity

Komentář [B 185]: myšlenka

Komentář [B 186]: pocit

Komentář [B 187]: myšlenka

Komentář [B 188]: myšlenka

Komentář [B 189]: pozitivní pocity

Zase nad tou minulostí. Ze opravdu jak je člověk číry tak to je opravdu rozdí. Že já jsem si tady vylézal ven a viděl jsem světo. To dřív jsem si nevíšal. Spoustě věcí. Nevíšal jsem si, jak je krásná příroda. Tady jsem najednou viděl rozkvetlé pampelišky, létající vzduchem. Já jsem byl spíš zalezlej a cigo. Opravdu **úžasná**.

Komentář (B 190): myšlenka

Komentář (B 191): pozitivní pocity

Odnesl sis z této techniky nějakou myšlenku?

To co jsem už v sobě měl. Z toho prvního sezení jsem si odnesl myšlenku, jako že bych měl víc přemýšlet. Ať je toho druhého. Tady už jsem se projevil. Sestavil jsem si pár priorit a už to byla práce jenom další doba, co jsem stráživý a už to nebylo takové rozjeté.

Komentář (B 192): myšlenka

A říkal jsi, že sis teď někdy vzpomněl na ten kruh.

Jo furt dokola jsem se točil už od puberty v **jednom kruhu**. Vlastně já jsem utíkal, vracel se zase zpátky, utíkal. Bylo to takové zajímavé. Hodně lidí ale furt to stejné.

Komentář (B 193): spojená metafora

Dobře. Chtl bys něco dodat k této technice?

Že mě to taky hodně **pobavilo**.

Komentář (B 194): zážitek

ČTVRTÁ TECHNIKA - MASKY

Když jsi ty masky vyráběl tak zase měl jsi při tom nějaké pocity?

**Myslel** jsem na sebe, jak asi působím na lidi a zkoušel jsem si tu masku vyvodit sám na sebe. Člověk totiž takto sám vyhodnocuje nejlip. Když má vyhodnotit nějakou svoji masku a já si ty masky snažím nasazovat, ale někdy se to prostě nedaří. Tak jsem zkoušel spíš se koukat okolo, jak působím na lidi a trochu si to probrat hlavou. Zapřemýšlel na ty, co mi zpátky v minulosti lidi řekli, jak působím, jaký jsem.

Komentář (B 195): myšlenka

A přemýšlel jsi spíše nad svou lepší stránkou nebo tou horší?

Ono je to spolu spojené, mi přijde. Že ty dvě části se prostě spolu skloubily a to je můj charakter, se kterým musím prostě žít.

Nad čím jsi přemýšlel, když jsi vytvářel ty masky? Což jsi teďka říkal, ale jestli chceš něco dodat?

Já si myslím, že už nic. Že je to charakter člověka.

A když se na ty masky podíváš zpětně tak vzpomeneš si na něco, máš to s něčím spojené?

Spíš si vzpomenu na smích, který ve mně vyvolala maska Petra. To mě dokázalo opravdu zabít ☺

Chceš něco k tomu všemu, o čem jsme se bavili něco dodat?

Ne, myslím, že je to všechno.

Dobře. Moc ti děkuji za rozhovor.

Účastník č. 7

Setkala ses už někdy s dramaterapií

**Ně**.

Komentář (B 196): zkušenost

PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

První technika, karty dixit.

Já jsem svou kartu nazvala **prozření**. A měli jsme tam něco dodat. Já jsem ten den moc nekomunikovala, tak jsem tam dodala slunce, protože mi to přijde, jako těhotná. A připomínalo mě to mě samotnou. Ty kořínky, že furt hledá ten pevný bod, to zázemí. Ta paní byla strašně smutná, tak jsem jí na konci dokreslila slunce, že jí čeká lepší život. Že t není jen to špatný.

Komentář (B 197): sdělení

Komentář (B 198): myšlenka

Jaké jsi měla pocity z té techniky?

**Nevím**, já jsem hodně spíš hledala sama sebe. Spíš jsem přemýšlela, proč mě oslovila ta karta, myslala jsem na to, proč, co jsem udělala špatně v tom životě, že jsem skončila takto, spíš jsem přemýšlela sama nad sebou takto.

Komentář (B 199): myšlenka

A emoce?

Vzbuzovalo to ve mně emoce, proto jsem nakonec tam dala to slunce, protože ona byla úplně smutná ta paní, proto jsem nakonec dala to slunce, že to bude lepší.

Dokázala bys popsat přímo ten pocit?

**Zklamání**, že jsem jako matka selhala.

Komentář (B 200): pocit

Nad čím jsi při této technice přemýšlela, ale to už jsi vlastně řekla teďka. Vracíš se někdy k té myšlence?

**Furt**, celý pobyt, co jsem tady. Přemýšlím tu sama nad sebou. Byl to ten **impuls** k přemýšlení.

Komentář (B 201): vracení se k myšlence

Komentář (B 202): klíčový předtisk

Dokázala bys říct, jakým způsobem jsou pro tebe ty techniky jiné?

Je to **volněji**. Že to není prostě **luceny**. No ne luceny. Tam bylo dobré, že jsme si určili ty **pravidla** takže ty lidi si byli daleko blíž a bylo to provedeny v té hře, takže ty lidi prostě poznávali sami sebe, poznávali ten kolektiv. Ale ne díky těm otázkám, které máme třeba na té skupinové terapii, ale že to **bylo pomocí hry**. Ty lidi byli mnohem **uvolněnější**.

Komentář (B 203): volněji

Komentář (B 204): nenucené

Komentář (B 205): pravidla

Komentář (B 206): skupinová dynamika

Komentář (B 207): skupinová dynamika

Komentář (B 208): Uvolněná atmosféra

Komentář (B 209): Otv.

Komentář (B 210): Skupinová dynamika

Komentář (B 211): Pozitivní pocit

Mě to tak přišlo, proto se mi **líbí** ta dramaterapie.

Napadá tě něco dalšího k té technice?

Ne.

DRUHÁ TECHNIKA - METAFORY

Druhá technika, metafora.

Přirovnávání, život je jako. Já jsem napsala, život je jako pivo, hořký, ale při tom výborný. Pak jsme tam měli život je jako jehlan, špičatý, ale má kluzký strany, na horu, dolu. Záleží jak se na to člověk dívá. Pak jsme měli vlastní přirovnání a já jsem dala jako bon pari, zelené bon pari, vymykající, ale stejně ho docucáš, jednou.



Setkala ses už někdy s dramaterapií

Ne

PRVNÍ TECHNIKA - KARTY

První technika, karty dixit.

Já jsem svou kartu nazvala **proznění**. A měli jsme tam něco dodat. Já jsem ten den moc nekomunikovala, tak jsem tam dodala slunce, protože mi to přijde, jako těhotná. A připomínalo mě to mě samotnou. Ty kořínky, že furt hledá ten pevný bod, to základy. Ta paní byla strašně smutná, tak jsem ji na konci dokreslila slunce, že ji čeká lepší život. Že t nemí jen to špatný.

Jaké jsi měla pocity z té techniky?

Nevím, já jsem hodně spíš hledala sama sebe. Spíš jsem přemýšlela, proč mě oslovila ta karta, myslela jsem na to, proč, co jsem udělala špatně v tom životě, že jsem skončila takto, spíš jsem přemýšlela sama nad sebou takto.

A emoce?

Vzbuzovalo to ve mně emoce, proto jsem nakonec tam dala to slunce, protože ona byla úplně smutná ta paní, proto jsem nakonec dala to slunce, že to bude lepší.

Dokázala bys popsat přímo ten pocit?

Zklamání, že jsem jako matka selhala.

Nad čím jsi při této technice přemýšlela, ale to už jsi vlastně řekla teďka. Vracíš se někdy k té myšlence?

Furt, celý pobyt, co jsem tady. Přemýšlím tu sama nad sebou. Byl to ten impulz k přemýšlení.

Dokázala bys říct, jakým způsobem jsou pro tebe ty techniky jiné?

Je to **volnější**. Že to není prostě nucený. No ne nucený. Tam bylo dobré, že jsme si určili ty pravidla, takže ty lidi si byli daleko blíže a bylo to provedeny v té hře, takže ty lidi prostě poznávali sami sebe, poznávali ten kolektiv. Ale ne díky těm otázkám, které máme třeba na té skupinové terapii, ale že to bylo pomoci hře. Ty lidi byli mnohem **volněnější**.

Mě to tak přišlo, proto se mi líbí ta dramaterapie.

Napadá tě něco dalšího k té technice?

Ne.

DRUHÁ TECHNIKA - METAFORY

Druhá technika, metafory.

Přirovnávání, život je jako. Já jsem napsala, život je jako pivo, hořký, ale při tom výborný. Pak jsme tam měli život je jako jehlan, špičatý, ale má kluzký strany, na horu, dolu. Záleží jak se na to člověk dívá. Pak jsme měli vlastní přirovnání a já jsem dala jako bon pari, zelená bon pari, vynikající, ale stejně ho docuáš, jednou.

Jaké jsi měla pocity při této technice?

To mě bavilo, to byla **brandá**. Vidělaš ty lidi, jak přemýšlí že. Každý se snažil to tak nějak přirovnat. Ta první technika byla taková **šepřimující** pro mě, ale ta druhá, i ta třetí a čtvrtá už mě bavila.

Nad čím jsi přemýšlela při těch metaforách?

Nad **ničím**. Ono jak to přišlo, tak jsme to tam napsala.

Odesla sis z toho nějakou myšlenku?

Na to bon pari, **samozřejmě** si na ten jehlan. No prostě ten život je kluzký že. Záleží, jak ten člověk se na to dívá, z jakého úhlu. Jestli to jde nahoru, nebo dolů. A stejně to dopadá stejně, když jdeš nahoru, pak jdeš jednou dolů.

Vracíš se někdy k této myšlence?

Furt j tady nad tím hodně přemýšlím. I nad těma technikami i nad těma skupinovými terapiemi, co tu máme. Furt se to honí hlavou, že. Člověk nemá na výběr, přemýšlí sám o sobě. Já už se těším domů. Ono to člověka ubíjí, protože to slyší každý den. A slyší to jak ráno, slyší to i odpoledne.

Zde jsou všechny programy zaměřeny čistě na vás že?

Buď to děláme technikou, nebo se o tom bavíme že. Už to pak na toho člověka doléhá a už se těší ven. Ale je to jejich taktika, že ten člověk přemýšlí sám o sobě.

Chtěla by jsi něco dodat k této technice?

Nic mě nenapadá.

TŘETÍ TECHNIKA - MASKY

Třetí technika byly masky.

To byla **bombá**, to mě bavilo nejvíc.

Jaké jsi měla pocity z této techniky?

To mě **bavilo**, protože tam šlo vidět, jak jsme museli stát před tím kolektivem a museli jsme tam vydržet, kdo to z těch lidí zvládne že. A na některých lidech šlo vidět, že jim to dělalo těžko tam prostě, tam za tou maskou, jak jsme to viděla z té boční strany, tak jim to dělalo těžko tam stát. A prostě přijímali tím způsobem, přijímali sami sebe, že oni se třeba nechcou o tom bavit na té skupinové terapii, ale díky těm maskám to alespoň mohli **vykreslit** a prostě se takto představit tomu kolektivu, že a stát tam a prostě přiznat si to sami sobě a přiznat to tomu kolektivu. To byla bomba, to mě fakt bavilo.

Nad čím jsi přemýšlela?

Nad těma lidma z toho kolektivu. **Že někteří** vážně méně mluví a díky té masce se - jak říkám poznávali jsme se už navzájem, už mám na něj třeba jiný pohled a na jedinou tím jak se o tom se mnou bavili, nebavili. Ale díky těm maskám vím, že to nejsou jenom ty **chlada** lidi, kteří nechcou spolupracovat, ale že tam u sebe uvnitř něco mají. A bojí se to dát ven.

Komentář (B 196): zkušenost

Komentář (B 197): aktivita

Komentář (B 198): myšlenka

Komentář (B 199): myšlenka

Komentář (B 200): pocit

Komentář (B 201): vztah se k myšlence

Komentář (B 202): hlubší předtisk

Komentář (B 203): volnější

Komentář (B 204): motivace

Komentář (B 205): pravidla

Komentář (B 206): skupinová dynamika

Komentář (B 207): skupinová dynamika

Komentář (B 208): uvolněná atmosféra

Komentář (B 209): o-

Komentář (B 210): skupinová dynamika

Komentář (B 211): pozitivní pocit

Komentář (B 212): Pozitivní pocity

Komentář (B 213): Skupinová dynamika

Komentář (B 214): Další pocity

Komentář (B 215): Pozitivní pocity

Komentář (B 216): myšlenka

Komentář (B 217): Hlubší myšlenka

Komentář (B 218): vztah se k myšlence

Komentář (B 219): Pozitivní pocity

Komentář (B 220): Pozitivní pocity

Komentář (B 221): o-

Komentář (B 222): Skupinová dynamika

Komentář (B 223): myšlenka

Komentář (B 224): Skupinová dynamika

#### A přemýšlela jsi také o sobě?

Já jsem to věděla hned. Já si tady napřipustím někoho k tělu, ale díky tomu, že jsem tady s těmi lidmi 4 týdny a jsem s nimi furf, tak mi se o těch věcech bavíme. A mě ta první skupina, co jsme tu byli a co jsme tady zbyly poslední tři, tak oni mě strašně rychle dobře přijali mezi sebe. Takže jsem se naučila o tom bavit. A to byl taky jeden z těch důvodů, proč jsem skončila tam, kde jsem skončila. Že jsem nemluvila o sobě. A díky tomu, že jsem o sobě mluvila, úplně jiný pohled. Uplně mě to bavilo a hned jsem věděla o sobě, kdo jsem. Najednou mi to nedělalo problém nakreslit jak tu dobrou, tak i tu špatnou. Jak říkám, ta první skupina, ten kolektiv, mě rychle přijali a byli jsme jako rodina. Proto už teď nevylízám z pokoje, když nemusím.

#### Odesla sis nějakou myšlenku?

Přemýšlet o těch lidech. [Nesmím si něco myslet hned na poprvé. Musíme vědět, že všichni mají nějaké chyby, všichni jsou tady s nějakým problémem.]

#### Vracíš se někdy k té myšlence?

[Ano, určitě.]

#### Chtěla bys něco dodat?

Já myslím, že ne. Že jsem řekla všechno.

#### ČTVRTÁ TECHNIKA - LOUTKY

##### A poslední technika. Loutky. Jaké jsi měla pocity z této techniky?

Dobry, mě to bavilo. Mě celou tu dobu ta dramaterapie bavila. I když jsem se ze začátku nazapojovala. Ze začátku ten byl špatný a pak mi bylo zle. Ale bavilo mě to. Jak jsme řekla ty lidi, uvědomovali jsme si spolu, poznávali jsme se ostatní i sebe, díky těm hrám. Nebylo to tím, že by jsme seděli u stolu a muset poslouchat ty doktory. Že to bylo takové [volnější]. A najednou jsme viděli i při té poslední technice, kdo jaký má umělecký vlohý ☺

##### Nad čím jsi přemýšlela?

[Já jsem udělala svého syna. On ten den zrovna slavil narozeniny.]

##### Odesla sis nějakou myšlenku?

Tady jsem se těšila jen na toho malého.

##### Vracíš se někdy k té myšlence- předpokládám, že asi ano ☹ Chtěla by jsi něco dodat?

Já si myslím, že už jsem takto řekla ke každému. Fakt [dobry] ta dramaterapie. Na těch skupinových mi přijde takový ten nátlak od těch vyšších. Takhle to bylo fakt [volnější], že jsme se tam no škola hrou. Hráli jsme si tam, poznávali jsme se díky hrám, ti lidé mysleli na něco úplně jiného. Ale při tom nevěděli, že přemýšlí o sobě. Přemýšlí o těch ostatních. Na těch skupinových víme, že na nás něco chystají, že budeme muset zase mluvit o sobě.

##### A myslí, že by bylo těžší se poznat, kdyby tady ta dramaterapie nebyla?



Já nevím, těžko říct. Jak jsem řekla, ta první skupina jak jsme tady byli. To byli úplně úžasní lidi. Ani bych nikdy neřekla, že se třeba léčí z alkoholu nebo ze závislosti na drogách. Mě to přišli jako úplně normální lidi. Byli jsme tu taková rodina že. Ale teď co je tady ta nová skupina tak určitě, protože tady ty lidi navzájem na sebe nadávají, nemají se rádi, nepřijímají se a je to takový. Myslím si, že kdyby nebyla ta dramaterapie, tak vůbec. Že je to taky takové [spatiřem], kdy musíme pracovat a hrát si kolektivně, ale bez ní by to asi našlo.

##### Jak na tebe působilo mé vedení?

[Chvilím, palec nahoru.] Líbilo se mi, že to bylo takové uvolněnější. Kdo chtěl, se zúčastnil, kdo [nechtěl] se nezúčastnil.

##### Děkuji za rozhovor.

Komentář [B 225]: Mílobí myšlenka

Komentář [B 226]: myšlenka

Komentář [B 227]: vracení se

Komentář [B 228]: Pozitivní pocity

Komentář [B 229]: o-

Komentář [B 230]: myšlenka - máda blásky

Komentář [B 231]: o-

Komentář [B 232]: volnější

Komentář [B 233]: Pozitivní se navzájem

Komentář [B 234]: Dramaterapie spozření

Komentář [B 235]: tenout

Komentář [B 236]: o-

# PŘÍLOHA č 6 Kódování deníky

## Účastník č. 1

13. 6. 2016 - karty

S terapií jsem se setkala **poprvé**, byla **příjemná**, bavila mě. Vybírali jsme si kartu, vybrala jsem si hodiny s opačným ciferníkem a bez ručiček.

Komentář [B 1]: První zkušenost

Komentář [B 2]: Positivní postoje

16. 6. 2016 - metafory

Terapie jsou zábavné, **veselé**, příjemně strávený čas. Gordický uzel jsme **rozpleli**, potom výměra židli kdo má něco společného, věc nebo prožitek a tak je to vlastně takové příjemné **odreagování**.

Komentář [B 3]: Positivní postoje

Komentář [B 4]: Skupinová dynamika

Komentář [B 5]: Di. odreagování

21. 6. 2016 - masky

Dramaterapie dnes náročná, špatný den. Úmrtí matky jednoho **pacienta** a nehody s personálem a tak jsem se nesoustředila, nic mě **nebavilo** a nemyslelo mi to. I když byly terapie zajímavé, moc jsem si dnes neodnesla a moji melancholii to nepomohlo.

Komentář [B 6]: Skupinová dynamika

Komentář [B 7]: postoje

23. 6. 2016 - loutky

Dnes **zábavná** terapie, vyráběli jsme z papíru věc, na kterou myslíme, která se nám líbí. Já jsem vyrobila domeček, ale nakonec to byla psi **pouda**, protože mám doma psa Bertika a moc se mi po něm stýská. Potom jsme hráli BINGO, které vyhrála Jana. Já jsem byla pomalá. Chybělo mi 6 políček. Největší zážitek byl pro všechny „cvak, cvak, cvak, tdrn, tdrn, tdrn, cvak, cvak, cvak. Do dnes se tak na oddělení **dravíme**. Nakonec společně foto „kolotoč“ vlastně pouť. Já a Jana jsme seděly na lavičce a čekaly, až vnučata vylezou z kolotoče.

Komentář [B 8]: Positivní postoje

Komentář [B 9]: vzpomínka

Komentář [B 10]: Skupinová dynamika

## Účastník č. 2

15. 5. 2016

Něco **nového** pro mě, rozhýbalo, sranda, zlepšení **nálady**.

Komentář [B 11]: Nová věc

Komentář [B 12]: Di. zlepšení nálady

17. 5. 2016 -

Bylo to **super**, ještě lepší. Mohla jsem celkem už mluvit na **komunitě**. Nálada potom opět lepší.

Komentář [B 13]: Positivní postoje

Komentář [B 14]: Skupinová dynamika

24. 5. 2016

**řešila** jsem se na dnešek. Je to zajímavé a hlavně mi to pomohlo **přemýšlet** nad sebou samou a životem. Co bylo a není, co je a v první řadě, co bude. Paráda.

Komentář [B 15]: Drama +

Komentář [B 16]: Hlubší prožitek

26. 5. 2016 karty přesýpací hodiny

Dalo mi to **strašně** moc. Moje myšlenky se posunuly do **předu** daleko od minulosti. Přesýpací hodiny: uvědomila jsem si **promarněný** čas s tím oným **prokletým** alkoholem. Ukázaly hlavně také, že mám **hromadu** času před sebou a věřím, že budu clevědomá jako dřívě.

Komentář [B 17]: Hluboký prožitek

Komentář [B 18]: Křek v pláči

Komentář [B 19]: myšlenka

Komentář [B 20]: vzpomínka

Komentář [B 21]: naděje

Komentář [B 22]: drama +

Komentář [B 23]: projekční metafora

Položeno na zem 11 předmětů, mezi nimi bylo struhadlo. To zaujalo **nejvíce** asi, že mám k němu blízko. **Připomnělo** mi, že jsem při vyrovávání majetku po rozvodu hodně dosti ostrouhala. Jináč struhadlo používám nejvíce na stouhání ledajaké zeleniny i nějaké ovoce. Dále se dá využít i jako



hudební nástroj s náprstkem na šiti. U toho jsem nemusela ani nějak přemýšlet. Hned jsem to viděla před sebou a přitahovalo mě. Aniž bych věděla co s ním budeme dělat.

Masky také fajr. Podívat se na sebe do minula a pak jak se vidím dnes. Zvřátka: rychle reagovat, mozek i celé tělo. Vše co jsme na dramaterapii děláli bylo super. Děkuji za to, že jsem mohla něco takového poznat.

#### Účastník č. 3

13. 6. 2016 - karty

Moje první dramaterapie. Velmi příjemná zvedla se mi nálada. Obzvlášť se mi líbilo úvodní rozteskávání a hra skartami. Vybrala jsem si kartu s baletními piškotami. řeším se na další terapii.

16. 6. 2016 - metafory

Opět příjemně prožitý čas. Nejvíce se mi líbila hra s výměnou židli podle toho, kdo má třeba něco společného na sobě, nebo stejný zážitek. Zajímavá byla tvorba metafor - Život je jako....

21. 6. 2016 - masky

Na dnešní terapii se mi opět líbilo střídání fyzických a přemýšlivých aktivit. Jejich výběr byl velmi pestrý. Legrační bylo úvodní cestování vláčku přes závory a propletání se spleteným provázekem a tím, že jsme se nesměli pustit sousedových rukou. Následovalo pojmenování našich vlastností na papíru, rozděleném na 4 čtverce a následné předvádění vybraných vlastností jako sochy. Poslední aktivita, kreslení na masky, mě hezaujalo. Jako na závěr jsme předvedli „fotku“ s názvem „u zubaře“.

loutky

Dnešní dramaterapie začala hrou Bingo. Na listu papíru jsme dostali předepsané různé „zážitky“ a mezi ostatními jsme měli zjistit, kdo už je absolvoval. Moc mě to bavilo a hru jsem i vyhrála. Zajímavá byla i technika, kdy jsme měli ze zbytků novin vyrobit trojrozměrný obraz někoho, nebo něčeho, co je nám blízké. Vytvořila jsem pejska, o kterého jsem nedávno přišla. Manžel mi jej schválně prodal. Na závěr opět přišla tzv. „fotka“, tentokrát na téma kolotoč. Nálada se mi vysloveně svědla.

#### Účastník č. 4

17. 5. 2016

Před dramaterapií mi bylo dobře a po ní taky. Aktivně sem si to užil.

19. 5. 2016

Čím dál víc dokážu pojmenovat své emoce.

24. 5. 2016

Ospalé počasí, vypjatá nálada. Zábava skvělá.

Komentář [B 24]: aktivní účast

Komentář [B 25]: pozitivní postoje

Komentář [B 26]: vzpomínka

Komentář [B 27]: pozitivní postoje

Komentář [B 28]: touha

Komentář [B 29]: první zkušenost

Komentář [B 30]: Pozitivní postoje

Komentář [B 31]: Drama +

Komentář [B 32]: Pozitivní postoje

Komentář [B 33]: Pozitivní postoje

Komentář [B 34]: Drama +

Komentář [B 35]: Pozitivní postoje

Komentář [B 36]: Pozitivní postoje

Komentář [B 37]: podnět

Komentář [B 38]: Pozitivní postoje

Komentář [B 39]: podnět

Komentář [B 40]: drama +

Komentář [B 41]: postoje

Komentář [B 42]: pozitivní postoje

Komentář [B 43]: zájem

Komentář [B 44]: podnět

Komentář [B 45]: pozitivní post

Komentář [B 46]: Pozitivní postoje

Komentář [B 47]: Drama +

Komentář [B 48]: Vývoj pacienta

Komentář [B 49]: zábava

### Účastník č. 5

S dramaterapií jsem se setkala poprvé, tak těžko říci, zda by měla probíhat, tak jak probíhala, ale s jistotou můžu říci, že mě to bavilo. Taková škola hry, dalo by se říct. Je pravda, že v první hodině terapie musela být slečna Bohdanka se mnou nespokojena. Nespolupracovala jsem, řešila jsem v ten daný moment dní venku a byla duchem mimo. Nepříjemná, protivná a mrzí mě to, pač se velice snažila. Ze začátku jsme se roztleskávali a posílali tlesknutí dokolečka. Po sléze Bohdanka rozkládala obrázkové karty na podlahu a měli jsme si každý z nás vybrat jednu kartu, která nám padla do oka. Já jsem si vybrala kartu s těhotnou ženou s tmavými šaty, které se na konci proměňovaly v kořeny. A potom jsme ji měli nazvat. Jelikož jsem máma (t)letého syna, hned se mi zalíbila a nazvala jsem ji Zrození. Poté jsme se měli na ni podívat a popřemýšlet, co by jsme nebo čím by jsme tu naši kartu vylepšili. Já dokreslila jen slunce, protože mi ta slečna a celkově ta karta na druhý pohled přišla pochmurná a smutná. Hodinu jsme zakončili tím, že ztělesníme fotografii. Fotografie k dovolené. Každý z nás měl představovat jeden předmět např. léhátko, palmy, vlny, slunečník apod.

Na druhé hodině dramaterapie jsme též dělali různé hry. Na začátku na rozcvičení jsme dělali Gordický uzel. Všichni jsme si stoupli do kolečka, zavřeli oči a měli jsme natáhnout ruce a chytit se navzájem. Díky tomu jsme se zamotali a měli jsme s bez puštění rozmotat. Poté jsme dostali za úkol dělat metafory o životě. Například život je jako...a dolnit, pak jsme se opět loučili fotografií.

Třetí dramaterapie se mi (bila) asi nejvíc. Dostali jsme vystřižené, prázdné dvě masky, na které jsme měli dokreslit dvě naše stránky povahy. Pak jsme s těmi maskami měli předstoupit před ostatní jako v divadle a představit se a vydržet. Působilo to na (mě) dobře u některých špatně. Dobrá hra s psychikou člověka zda se aspoň díky tomu, že nakreslí své tváře lidem otevřít a ukázat, že mají i své tajemné druhé stránky. Něco podobného jsme dělali i na moji čtvrté a poslední dramaterapii.

Z novinového papíru jsme měli vyrobit nějakou věc, nebo osobu na kterou v tu chvíli myslíme a vymyslet jí jméno, co má rád za jídlo, nebo čím se živí a proč jí máme rádi. Dramaterapie mě hodně zaujala a hlavně bavila. Bylo to takové příjemné (doreagování) ale i těž jsme se díky tomu a těm zábavným technikám učili (poznávat) sami sebe a (druhý) z kolektivu. Bylo to i díky tomu, že jsme si určili pravidla přijatelná pro všechny, proto se líp pracovalo. U mě rozhodně jen samé (chvály). Doufám, že se ještě někdy s touto technikou setkám.

### Účastník č. 6

18. 5. 2016

Z dnešního sezení jsem si odnesl jednu (důležitou myšlenku) perspektivy mého života. Za první (a v této chvíli, co tyto slova píšou asi jediný) dramatické terapie jsem pochopil smysl mého vztahu ke mně, i k mému egu. Na vysvětlenou: nebyl jsem nikdy kapitalistou, ale bohémem. Jenomže díky vašim kartám a sezení s Vámi jsem přehodnotil tuto svou nevyváženost a ke svému štěstí se stávám kapitalistickým bohémem. Možná nechápete význam, ale to jen z důvodu, že nevíte do jakých špatností jsem se zapletl jenom díky své jednostranně založenému myšlení. Proto Vám děkuji slečno, že jste mi (pomohla) tímto vkládat sílu do více částí své povahy a to do zodpovědné části a souměrně i

Komentář [B 50]: První zkušenost s dramkou

Komentář [B 51]: Pozitivní postoje

Komentář [B 52]: Špatná nálada

Komentář [B 53]: Někdo blízký

Komentář [B 54]: Pozitivní postoje

Komentář [B 55]: postoje

Komentář [B 56]: skupinová dynamika

Komentář [B 57]: Pozitivní postoje

Komentář [B 58]: odraňování

Komentář [B 59]: Hlubší prožitok

Komentář [B 60]: Skupinová dynamika

Komentář [B 61]: bezpečí

Komentář [B 62]: Pozitivní postoje

Komentář [B 63]: myšlenka

Komentář [B 64]: tónout

do části co si ráda užívá, ať bez návykových látek nebo i s nimi. S přáním pevného zdraví a skvělé nálady.

### Účastník č. 7

Odevzdal prázdný sešit