

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI
Pedagogická fakulta

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2017

Kateřina Klusová

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalářská práce

Kateřina Klusová

Symbol a jeho využití ve speciálněpedagogickém kontextu

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, pod odborným vedením, a že jsem použila všechny prameny uvedené v seznamu literatury.

V Olomouci dne 20. 4. 2017

Podpis:

Poděkování

Mé vřelé díky patří mé vedoucí práce paní Mgr. Miluši Hutýrové, Ph.D. za odborné vedení a cenné rady. Velmi chci poděkovat všem účastníkům, kteří mi poskytli rozhovor a věnovali mi svůj drahocenný čas. Také chci poděkovat mé rodině a blízkým, kteří mě podporovali během celého procesu psaní bakalářské práce.

OBSAH

ÚVOD.....	6
TEORETICKÁ ČÁST	
1 SYMBOL A JEHO VÝZNAM.....	8
1.1 Napříč historií.....	8
1.2 Existence symbolu.....	9
1.3 Definice symbolu.....	9
1.4 Utváření symbolu v nás.....	10
2 ASPEKTY SYMBOLU.....	12
2.1 Symbolika rolí a vztahů.....	12
2.1.1 Vlajky.....	12
2.2 Symbol v řeči těla.....	13
2.2.1 Neverbální komunikace.....	13
2.3 Aspekty symbolu ve výchově.....	14
2.4 Symboly v umění.....	14
2.5 Symboly a lidská mysl.....	15
2.5.1 Archetypy.....	15
2.5.2 Anima a animus.....	16
2.5.3 Symbolika snů.....	16
2.5.4 Mýty.....	16
2.5.5 Rituál.....	17
3 SANDTRAY METODA.....	18
3.1 Historie Sandtray.....	18
3.2 Rozdíl mezi Sandtray a Sandplay.....	19
3.3 Hra je základ.....	20
3.2.1 Symbolická hra.....	22

3.3	Terapie hrou	23
3.4	Vybavení pro Sandtray.....	25
3.4.1	Písek.....	25
3.4.2	Miniatury.....	25
PRAKTICKÁ ČÁST.....		28
4	ANALÝZA VYUŽITÍ SANDTRAY TERAPIE V PRAXI.....	28
4.1	Cíle výzkumného šetření.....	28
4.2	Popis metody výběru a realizace výzkumu	29
4.2.1	Metody získávání dat.....	29
4.2.2	Metody zpracování dat.....	30
4.3	Výběr výzkumného souboru	30
4.3.1	Charakteristika účastníků	31
4.5	Výsledky a jejich analýza.....	33
4.6	I Okruh – Motivace.....	33
4.6.1	Shrnutí.....	36
4.7	II Okruh – Deskripce metody sandtray	37
4.7.1	Shrnutí.....	42
4.8	III Okruh – Průběh v sandtray	43
4.8.1	Shrnutí.....	46
4.9	IV Okruh - Cílové skupiny.....	47
4.9.1	Shrnutí.....	49
4.10	Závěr výzkumného šetření.....	50
ZÁVĚR.....		53
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ.....		55
PŘÍLOHA.....		59

ÚVOD

Pozorujeme existenci symbolů kolem nás? Dotýkají se našeho vnějšího i vnitřního života? Rozumíme jejich poslání a podstatě? Mají univerzální význam pro každého jedince z nás nebo je jejich obsah naopak pro všechny identický? Jakými způsoby můžeme se symboly během svého života zacházet a využívat je v praxi? Tyto otázky, které jsme si na počátku výběru tématu bakalářské práce kladli, se postupně utvářely do ucelené koncepce. Celkové schéma práce se soustředí na vymezení pojmu symbol, uchopení jeho významu, jeho pojetí z různých oblastí a odvětví a následně toho, jakým způsobem se dá symbol využít v terapeutické či diagnostické praxi. Pojetí symbolu nabízí velmi širokou oblast, kterou můžeme zkoumat z různých úhlů pohledů, směrů a odborných věd. Ukotvila jsem se pouze v takových sférách, které by mohly být výchozím bodem pro tuto práci, vzhledem k mému oboru dramaterapie.

Aplikování a práce se symbolem v praxi byly klíčové pro praktickou část. Na počátku jsme nepředpokládali, jakým směrem se přesně bude práce ubírat, protože jsme stále neměli záchytný bod pro empirickou část bakalářské práce. Mnohem později jsme náhodou narazili na metodu sandtray a sandplay, které pro nás byly odpovědí a jasnou volbou pro výzkumné šetření. V tomto směru nás zaujala metoda sandtray. Výzkumná část se odvíjela podle nashromážděných dat, jenž určovaly její směr. V empirické části se tedy zabýváme metodou sandtray, jejíž podstatou je práce s vlastní symbolikou člověka, ale zároveň s ní terapeut nemusí přímo pracovat. Je to klíč hlavně pro klienta, který má možnost skrze figurky a pískoviště odkrývat svůj vnitřní symbolický svět, který je u každého jedinečný. Zaujalo mě zjištění, že metoda sandtray ještě není v České republice úplně propagovaná, oproti jiným státům například. Teprve poslední desítky let se pomalu začíná šířit do povědomí lidí, kteří pracují s lidmi v různorodých oborech. Zpracování tématu týkající se metody sandtray bylo z velké části komplikované tím, že odborná literatura pojednávající o metodě sandtray je k dostání pouze v anglickém či německém jazyce a tyto zahraniční publikace nejsou k dispozici v knihovnách ani ve volném prodeji. Vzhledem k těmto důležitým faktům, jsme za výzkumný cíl praktické části zvolili analýzu metody sandtray v praxi. Na základě výzkumných otázek a výpovědí všech účastníků, jsme se pokusili o podrobnou analýzu nashromážděných dat výzkumného šetření.

Ráda bych, aby tato bakalářská práce byla užitečná všem lidem, kteří se chtějí dozvědět něco víc o symbolu jako takovém a dále také o přístupu, který využívá symboly k terapeutickým a jiným účelům. Může být tedy motivací k tomu, abychom více uplatňovali možné způsoby práce se symboly, které se nám nabízí.

TEORETICKÁ ČÁST

1 SYMBOL A JEHO VÝZNAM

Tato kapitola pojednává o pojmu symbol a jeho významu. Hned na úvod se můžeme dočíst o důležitosti symbolu v dávné historii. Dále se v kapitole věnuji existenci symbolu a o podstatě toho, co symbol obsahuje. Cítuji mnoho autorů, kteří se zabývali symbolem a definují ho. Na závěr může být zajímavou podkapitolou Utváření symbolu v nás, která vysvětluje, jakým způsobem symboly vnímáme, které kognitivní funkce a smysly potřebujeme.

1.1 Napříč historií

Původně se slovo symbol, které pochází z řeckého slova „symbolon“, užívalo ve významu jako poznávací znamení. Ve starém Řecku, pokud se dva přátelé loučili na delší dobu nebo navždy, rozlomili hliněnou destičku, prsten nebo minci. Jestliže se přítel nebo někdo ze spřátelené rodiny po letech vrátil zpátky, mohl se pak prokázat druhou polovinou rozpučené části předmětu. Jakmile tyto dvě poloviny do sebe zapadly, byl to automaticky impuls pro druhou stranu k podání přátelské ruky a také vznikl nárok na jejich pohostinnost (Kast, 2000). Gadamer to pojmenoval jako „cestovní pas starověku“ (H. - G. Gadamer in Pelcová, Hogenová, et al., 2011).

Symballein znamená hodit na jednu hromadu, sloučit. Symbol tedy značí „něco spojeného, složeného“, v čem se projevuje jinak neuchopitelná významová náplň. Už v Antice byly slovem *symbola* určovány různé předměty či jevy. Jednalo se například o právní smlouvy, heslo ve válečnickém prostředí a v mysterijních spolcích. Také let ptáků, ze kterého se věštilo (Lurker, 2005). Zjevným filozofickým odkazem na symbol je Platónův dialog **Symposion**. Aristofanes zde vypráví příběh o androgynovi. Jednalo se o původně jednotnou, kompletní bytost (kulovitého či válcovitého tvaru), která v sobě projevovala znaky mužství i ženství, síly i poddajnosti, racionality i emocionality. Povídalo se, že byli ohromní svou silou, dokonce bohové z nich měli strach. Nejvyšší bůh, aby je oslabil, je rozsekl napůl. Každý z nás je *symbolon*, půlka člověka (*symbolon ton anthropon*). Od té doby jedna půlka touží po té druhé. Snaží se jí najít, touží po ní, touží po původní celistvosti, po jejím obnovení (Platón *Symposion* in Pelcová, Hogenová, et al., 2011).

1.2 Existence symbolu

Mnoho lidí často hovoří na téma, jestli je něco krásné nebo nikoli: obraz, socha, nějaký umělecký výtvar, atd. Jedni mohou říct, že ano a druzí zase, že vůbec ne. Jednoho člověka to oslovuje, druhého zase vůbec ne. Určitá věc se v nějakém okamžiku objevila, dostala svoji konkrétní podobu a promlouvá k člověku. Podobně působí i symbol. Co vnímáme, když vyprávíme o symbolech? Co myslíme tím, když říkáme „to má symbolický význam“, „tento jazyk je symbolický“...? Otázkou je, jestli vnímáme vnější stránku, textovou podobu nebo samotný obsah symbolu. V dějinách je známo, že různé kultury tvořily velmi podobné mýty. Sepsaly je a ztvárnily mnohými způsoby, ovšem obsah zůstal velmi identický. O symbolech můžeme mluvit jako o jistých strukturách, které mají skutečný obsah, univerzálnost a vlastní existenci. Irelevantní je, zdali je dokážeme interpretovat či nedokážeme, či zda se nám líbí nebo nelíbí (Kročá, 2011).

Pokud má symbol existovat, musí mít svůj vlastní obsah. Také proto, abychom jej dokázali popsat. Naopak například mýtus o Heraklovi a jeho dvanácti pracích by bylo velmi obtížné uchopit. Bylo by zapotřebí mnoho času, úsilí a inspirace, která by potom možná umožnila prorazit do samotného obsahu symbolů z tohoto mýtu. Symbol a mýtus promlouvají svým jazykem a základem uchopení významů symbolů je, jak je tomu člověk otevřen. Nedokážeme vždy pochopit motivace, pohnutky nebo symbolické elementy uvnitř jednotlivce, které ho vedou k vytvoření nějakého díla, ať už uměleckého či jiného (Kročá, 2011).

1.3 Definice symbolu

„To, co nazýváme symbolem, je výraz, jméno nebo také obraz, který nám může být důvěrně známý z každodenního života, ale vedle svého konvenčního smyslu má navíc zvláštní vedlejší významy“ (Jung 1979 in Wollschlager, s. 18).

Fromm (1966) obohacuje svou definici symbolu ještě o emoce a popisuje jej jako *„něco, co zastupuje něco jiného ... vnitřní prožitek, pocit nebo myšlenku. Symbol tohoto druhu je něco vně nás samých, avšak to, co symbolizuje, je cosi v nás“* (Fromm in Wollschlager, s. 18).

Řeč symbolů, kterou Fromm (1996) popsal jako jazyk, *„který může vyjadřovat vnitřní prožitky, pocity a myšlenky, jako by se jednalo o smyslové vjemy, o události vnějšího světa. Tento jazyk má jinou logiku než naše všední řeč, kterou denně používáme. Jeho logice nedominují kategorie času a prostoru, ale intenzita a asociace“* (Fromm in Wollschlager, s. 17).

Athanasia Kirchera (1902-1980) jako profesor matematiky a orientálních jazyků poprvé mluvil na výzkumu symbolu (disciplína symbolica). Podstatu a účel symbolu pozoroval v tom, že

„vede ducha člověka k poznání určité věci prostřednictvím určité smyslové podobnosti s jinými věcmi“ (Lurker, 2005, nestr.).

„Symbol je obrazný objekt, jehož představa může být vyvolána bez přítomnosti okamžitého vnějšího stimulu“ (Beres, 1968, in Rubinová, 2008, s. 77).

Podle Berese (1960) je „symbol je jedním z nejranějších mentálních reprezentací chybějícího vnitřního či vnějšího stimulu“ (Beres, 1960, in Rubinová, 2008, s. 78).

1.4 Utváření symbolu v nás

V samém jádru každé kulturní identity se nachází symboly a ovlivňují všechny směry našeho života. Vyskytují se ve všech podobách: jako kresby, metafory, zvuky a gesta, jako postavy v mýtech a legendách, nebo jsou obsaženy v rituálech a zvycích. Podnětem jsou zdroje jak živé, tak neživé. Ve všech lidských kulturách na světě se odkrývá symbolika. V sociálních strukturách a náboženských systémech se symbolika objevuje již od jejich počátku a prostupuje lidským chápáním vesmíru a jeho místa v něm. Už dávno lidé rozpoznali obrovskou moc symbolů (O'Connel, Airey, 2008). Starověký čínský mudrc jménem Konfucius prohlásil: „Světlu vládnou znaky a symboly, nikoli slova či zákony“ (Konfucius in O'Connel, Airey, 2008, s. 8).

V řeči, literatuře, pohádkách, mýtech a náboženském ritu se uplatňuje symbolické myšlení, které je vlastní všem civilizacím. Jak se však symboly utvářejí? Mají všichni lidé tuto schopnost vnímat symboly? V jakém věku k nám symboly promlouvají? Tímto tématem se zabývala H. Salvisberg (1997), která tvrdí, že schopnost vytváření symbolů se buduje zároveň se schopností amodálního vnímání afektu. „Zde jsou počátky utváření symbolu, pokud tím míníme vázání citů na vnější svět“ (Salvisberg in Wollschlager, 2002, s. 19). Pokud se předmět nebo smyslový vjem, který vychází z vnějšího světa, spojí s emocí a pak při dalším setkání je starý pocit opět vyvolán, utvoří se symbol. Například chuť pečiva s čajem nebo husí pach vyvolaly vzpomínky na dětství (Wollschlager, 2002).

Z jedné smyslové soustavy, kde je vnímán podnět, se přenáší do jiné soustavy. Je tedy zpracován i z opačného hlediska. To znamená, že vjemy nejsou omezeny pouze na zrak, sluch, atd., ale užíváme jich hned několik a mohou se přemisťovat z jedné modalitě do druhé. Neurofyziolog W. Scheuler (1997) tento jev označil jako „komodální“ (Scheuler in Wollschlager, 2002, s. 19). Musí být dostatečně rozvinuté mnohé funkce ega, aby se symbol utvořil. Například jde o percepci, paměť, učení, konceptualizaci, organizační a realitní funkce (Rubinová, 2008). Symboly mají charakter impresivní i expresivní. Mohou zachycovat

intrapsychické děje a současně je zpětně ovlivňovat. Mnohdy jsou projevovány ve formě vizuálního obrazu, expresivního díla. Autor do díla projektuje své komplexy, aktuální problémy, vytěsněné obsahy, tedy svou vnitřní realitu. Symbol nabízí jakýsi fiktivní prostor, kde jedinec může nalézt sám sebe a také svou životní perspektivu. V symbolickém procesu se symbol prožívá, ztvárňuje a interpretuje. Jeho poselství je rozkrýváno a integrováno do vědomí. Jde o skrytou formu komunikace mezi námi a naším podvědomím (Blažek, Lovasová in Komzáková, Slavík, 2009).

Základní symboly nám mohou pomoci uspořádat si život vícero způsoby. Ani spočítat bychom to nedokázali. Původní tvůrci symbolů postavili základy, aniž by si to uvědomovali. Pro nás dnes často používané s velkou samozřejmostí (Kenner, 2007).

2 ASPEKTY SYMBOLU

Tato rozsáhlá kapitola se zaměřuje na symbol z jeho různých oblastí, které nám mohou ještě více dopomoci symbol uchopit. Vybírala jsem takové oblasti, které například pro pracovníka resortu ať už školství, zdravotnictví či resortu práce a sociálních věcí, mohou být užitečné. Psychologové, psychoterapeuti různých směrů, terapeuti expresivních přístupů, poradci, sociální pracovníci, pedagogové a jiní by mohli z této práce načerpat alespoň základní rámec pro pochopení významu symbolu. Zachycení symbolů v mnoha okruzích týkající se života či odborných věd, může být efektivní nejen k porozumění smyslu symbolu, ale také by mohlo být motivací začít symboly využívat v praxi.

2.1 Symbolika rolí a vztahů

Od 60. let 20. století vznikla teorie společenských rolí a pojímá o tom, že v každé společnosti se utvářejí různé role. Pro úspěšné fungování společnosti je důležité, aby vzájemně působily všechny tyto role. Každá z nich je definována svými vztahy k ostatním rolím. V současné moderní společnosti už není nikterak nová informace, že jedinec zaujímá hned několik rolí současně nebo během nějakého období. Symbolika se v tomto tématu podílí hlavně na definování rolí a jejich proměn. Například ukazatelé jako je uniforma, společenské chování nebo symbolické obřady a rituály, vyjadřující změnu role nebo její přenesení na jinou osobu. Jak se mění hodnoty kultury, tak se v závislosti na tom mění role a jejich symbolika. V západní společnosti bývalo zvykem, že pokud se žena vdala, nosila na ruce zásnubní a snubní prsten a přijala manžellovo příjmení. Bylo to na znamení své nové role. Dnes už je časté, že oba nosí stejné prsteny na znamení rovnocenného závazku a ženy už automaticky nepřijímají manžellovo příjmení (O'Connel, Airey, 2008).

Symbole jsou již od pradávna předmětem k vyjádření identity, také potvrzení sounáležitosti se sociální skupinou nebo rodinou. Ať už je základem organizované skupiny víra, společenské zájmy nebo činnosti, ať jsou místní, oblastní, celostátní nebo mezinárodní, využívají vlastních symbolů identity. Mohou mít podobu totemů, praporů, vlajek nebo standart (O'Connel, Airey, 2008).

2.1.1 Vlajky

Vše vznikalo v Číně, kde se začalo zpracovávat hedvábné vlákno. Výhodou bylo, že se daly snadno nosit a byly dobře viditelné z dálky. Z Číny se tyto látkové vlajky rozšířily do Evropy.

Prvně se užívaly jako válečné a obřadní symboly, až teprve později se začaly využívat na moři k identifikaci panovníků, jejich národností a území (O'Connel, Airey, 2008).

Etnické skupiny, firmy a sportovní kluby využívají vlajky. Všechny elementy vlajky jsou symbolické – barvy, motivy i celkové rozvržení. Používání vlajek upravuje složitá etika. Například během vojenské přehlídky, když se vlajka vytahuje na stožár nebo se spouští či nese kolem, se salutuje (O'Connel, Airey, 2008).

2.2 Symbol v řeči těla

Tělo předává značné množství informací. Ať už vědomě, nevědomě, záměrně či bezděčně, je nositelem komunikace. Tento jazyk těla je podmíněný kulturou a také symbolikou nevědomí a říší snů (O'Connel, Airey, 2008).

2.2.1 Neverbální komunikace

Můžeme ji definovat jako teorii komunikace, kde probíhá výměna samostatných útržků informací za pomoci určitých signálů (O'Connel, Airey, 2008). Jednodušeji ji také vymežíme jako porozumění mezi lidmi bez použití slov (Frotscher, 2008). Zahrnuje tón hlasu, držení těla, pohybu, postavení těla, směru pohledu a dotyku (O'Connel, Airey, 2008). Do odvětví neverbální komunikace (dále už jen n. k.) patří gesta a posunky. Pokud člověk zvedne ukazováček jako gesto značící hrozbu, jedná se o vědomou n. k.. Pokud bychom hovořili o částečně vědomé n. k., tak by příkladem mohla být mimika v delším časovém úseku. Do třetice existuje také nevědomý druh komunikace a zahrnuje například feromonovou komunikaci. V mnoha případech působí několik komunikačních cest současně najednou, a proto je možné určit, jestli člověk mluví pravdu nebo lže z rozdílu obsahu a n. k. (Frotscher, 2008).

L. A. Seneca (kol. 4 př. n. l. – 65 n. l.) k tomu podotknul:

„Vultus loquitur quodcumque tegis“

„Tvůj výraz prozradí i to, co se snažíš skrýt.“

(L. A. Seneca a kol., in Frotscher, 2008, s. 43)

Procentuálně je to asi 60% veškeré komunikace, která se uskutečňuje nonverbálně. Počet možných znaků, které jsou reálné pro jednotlivé části těla, je impozantní. 250 000 znaků pro obličej, ruka 5000 a za tělesné pózy je to 1000 znaků (Frotscher, 2008).

Z historického hlediska gesta vzešla z vyzoborovaného instinktivního chování člověka. Je nám známo, že např. gesto smích může být velmi univerzální. Zároveň existují také různosti

v gestech z regionálního hlediska. V Japonsku je vzdálenost dvou lidí, kteří se zdraví, velmi odlišná oproti Rusku například (Frotscher, 2008).

Komunikační metoda znaková řeč využívá gestikulaci a mimiku. Představuje tvorbu symbolů a metafor. Má velkou slovní zásobu a vlastní gramatiku. Pomocí posunků a gest se původně vyjadřovala hlavně čísla. Datuje se 9. st.. Ve středověku, byl Benediktiny zaveden příkaz zachovávat mlčení. Gesta byla ovšem povolena a tak došlo k rozvoji znakové řeči hlavně v kláštorech. První, kdo vytvořil první všeobecnou znakovou řeč na principu pozorování hluchoněmých dvojčat, byl francouzský opat Charles Michel de L'epée (Frotscher, 2008).

2.3 Aspekty symbolu ve výchově

Způsob, jak rozšířit dimenzi učitelské role, spočívá v symbolické povaze komunikace mezi učitelem a žákem (nejen pro učitele estetickovýchovných předmětů, ale kteréhokoliv iniciátora estetických projevů dítěte). Komunikace pojímá velké množství různých znakových elementů. Ikony, signály, symptomy a symboly jsou podle sémiologie¹ základními komunikativními jednotkami v komunikaci. Symbol je v komunikaci do jisté míry záhadou, ale naopak jsou zjevné jeho archetypové významy (Babyrádová, 2004).

Pokud se budeme omezovat pouze na účelovou úspornost našeho vyjadřování, může to vést k úbytku a následně až k úplné ztrátě symboličnosti v dorozumívání. Jestliže si budeme více všímat symbolů, které děti a umělci tvoří s takovou samozřejmostí a spontaneitou, naučíme se v nich číst poselství zpráv o lidské duši (Babyrádová, 2004).

2.4 Symboly v umění

Již od prvopočátku lidstvo skrze výtvarné vyjádření registrovalo velké množství hlubokých a stále platných symbolů. Jeskynní malby, sošky, artefakty kmenového umění, výtvary evropské renesance, surrealismus využívají množství symbolů. Díky nim můžeme vyjadřovat své názory, přesvědčení i obavy. Umělec měl za úkol formulovat podstatu a hodnoty své doby (O'Connel, Airey, 2008).

¹ Sémiologie/Sémiotika - obecná filozofická teorie znaků a symbolů zabývající se zvl. jejich funkcí (v přirozených i uměle vytvořených jazycích) a zahrnující syntaktiku, sémantiku a pragmatiku.
<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/semiotika>

2.5 Symboly a lidská mysl

Současné západní teorie o smyslu a užívání symbolů jsou velmi ovlivněné psychologíí a vědou zabývající se studiem lidské mysli. Už ve starověku byli lidé fascinováni symbolikou snů. Avšak v 19. století ji průkopníci psychologie začali využívat jako psychoanalytický prostředek. Sigmund Freud (1856 – 1939), někdy přezdívan jako „otec psychoanalýzy“, přišel s novým poznatkem a rozlišoval mezi vědomou a nevědomou myslí. Tvrdil, že symboly jsou výsledkem nevědomí, že se převážně objevují při snění a jsou nástrojem komunikace s egem neboli vědomým já. Carl Gustav Jung byl Freudův žák a od úsudků svého učitele se odvrátil. Vytvořil teorii „kolektivního nevědomí“, kde je symbolika spíš archetypálnější než osobní. Dle jeho úsudku je význam symbolu vždy širší než jejich nepochybný a prvoplánový smysl, protože poukazují na cosi dosud neznámého. Symboly podle něj nemohou vzniknout volným rozhodnutím, ale objevují se samovolně v nevědomí. Byl toho názoru, že jsou přítomné nejen ve snech, ale i v myšlenkách, pocitech, činech i situacích. Dokonce tvrdil, že i neživé předměty s naším nevědomím mohou „kooperovat“ při uspořádávání symbolických vzorců. Hodiny, které se zastavily v moment něčí smrti, ze zdi spadl obraz či se pohnulo zrcadlo. To jsou důvěryhodné příklady, které C. G. Jung uváděl v souvislosti s tím (O'Connell, Airey, 2008).

2.5.1 Archetypy

Carl Gustav Jung, původem švýcarský psycholog, který vytvořil teorii kolektivního nevědomí a archetypů, ze které vyplývá, že archetypy můžeme zakusit jako symbolické obrazy. Slovo archetyp znamená „být první, vést“. Z pohledu psychologie jsou archetypy prehistoricky zažitými obrazy chování lidí. Symboly těchto archetypů můžeme využít k orientaci v životě jako kolektivní obrazy. I dnes má mnoho lidí strach z hadů, i když se s nimi setkávají jen zřídka. Ovšem v prehistorických dobách zemřelo na hadí uštknutí až 10% lovců. Archetypy jsou dokonalé symboly, které působí v podvědomí. Nejčastěji jsou zobrazovány v mytologii a umění. Symboly archetypů sumarizují evoluční zkušenosti lidstva na bázi podvědomých a účinných mechanismů jedinců (Frotscher, 2008). Archetypální symboly jsou v oblasti vědomí ne zřídka překrývány jinými obsahy a je přerušována jejich kontinuita. Tyto procesy vědomí můžeme do značné míry ovládat a řídit silou vůle. Naopak nevědomí má nepodrobenou a svobodnou, námi neovlivnitelnou kontinuitu (Jacobi, 2013).

2.5.2 Anima a animus

Mužská a ženská sexualita, jako projevy hlubších tvořivých sil, jsou dle Jungovy koncepce označovány jako „anima a animus“. Mužskou a rozumovou stránku duše představuje animus. Anima tvoří její ženský, intuitivní aspekt. Symboly, které je prezentují, jsou notně proměnlivé. Jestliže některá z těchto stránek, ať už mužská či ženská je potlačována, může působit velmi škodlivě. Uvedeme na příkladu. Pokud se z „negativního anima“ vyvíjí striktní osobnost, která neúprosně omezuje buď sebe, nebo druhé, tak se potlačený animus může projevovat ve snech jako hrozivá mužská postava nebo v bdělém životě jako strach z výše postavených nebo autoritativních mužů. Podle Jungova mínění se duše pořád proměňuje a adaptuje, aby vyvážila oblasti, které nejsou v souladu a vyrovnanosti, a zklidnila tak protikladné síly. Jakmile se tyto síly vyváží, dostaneme se do stavu celistvosti a jsme psychicky vyrovnaní. Důvěřoval, že pomocí symbolů lze hlouběji prozkoumat hranice mezi protichůdnými sklony (O'Connel, Airey, 2008).

2.5.3 Symbolika snů

Neexistuje sen, který by neměl smysl či význam. Sny pojmají poselství, kterému můžeme porozumět, pokud máme ten správný klíč. Nesníme o ničem vedlejší (Fromm, 1999). Naše reakce na náš osobní symbolický svět nás vede k poznání našeho bytostného Já, tedy k jungiánskému archetypu celistvosti. Celý snový život jednotlivce může být potenciál pro jeho individuaci. Předpokládá se, že dětské sny zahrnují vzorce, které symbolizují náš životní mýtus nebo životní cestu (O'Connel, Airey, 2008).

2.4.4 Mýty

Nejen sen, ale i mýtus předkládá příběh, který se odehrává v prostoru a čase. Příběh v symbolickém jazyce, jenž vyjadřuje zkušenosti duše, religiózní a filozofické idee. V tomto spočívá pravý význam mýtu. Dle Fromma je „*jazyk symbolů jazykem, ve kterém vnitřní zážitek vyjadřujeme tak, jako kdyby šlo o smyslové vnímání, o to, co konáme, nebo o to, co se nám stalo ve světě věcí. Symbolický jazyk je jazyk, ve kterém vnější svět je symbolem světa vnitřního, symbolem naší duše a našeho ducha*“ (Fromm, 1999, s. 19).

2.5.5 Rituál

Symbole, které mohou být slova nebo obrazy, zachycují ideu, pocit nebo myšlenku. Existuje také jiný druh symbolů, jejichž význam je v dějinách lidstva nesmírně důležitý. Také tak významný jako symbolika snů, mýtů a pohádek například (Fromm, 1999).

Symbolický rituál je podoba jednání představující vnitřní prožívání, nikoliv slovo nebo obraz. Každodenní život zahrnuje symbolické rituály, které všichni používáme. Na znamení respektu smekneme klobouk, jako projev úcty skloníme hlavu, když někomu chceme potřást rukou – pak nejde o žádný slovní symbol, nýbrž o symbolické jednání. Vyskytuje se mnoho religiózních symbolů, kterým můžeme snadno porozumět, jako například, že Židé na znamení smutku roztrhají šaty. Jsou ale i takové, které jsou už složité a potřebují výklad (Fromm, 1999).

3 SANDTRAY METODA

V úvodu této bakalářské práce popisují nejen celkové zaměření práce a jednotlivé aspekty teoretické části, ale také k jakému výzkumnému cíli směřuje v praktické části. Skrze výzkumné šetření se tedy zabýváme analýzou Sandtray metody a jejího využití v praxi. Než ale přistoupím přímo k výzkumu v praktické části, ráda bych nejprve zaměřila na to, co tato metoda vlastně obnáší a jaký je její princip.

Sandtray terapie je expresivní a projektivní mód psychoterapie, zahrnující rozvíjení a zpracování intrapersonálních a interpersonálních problémů, prostřednictvím specifického použití určitých sandtray materiálů jako neverbálního prostředku komunikace. Klient je veden vyškoleným terapeutem a ten ho během sandtray podporuje (Homeyer & Sweeney, 2011, in Lyles, Homeyer, 2015). Koncept sandtray terapie je jako „všední úkol“ jak pro dospělé tak i děti. Dítě má přání a touhu se skrze hru vyjádřit, zatímco dospělý má možnost spojit vnitřní frustrace se společnými vnějšími symboly. Ať už s dospělým nebo dítětem, se používají základní prvky, kterými jsou písek, voda, nádoba, a různé neživé figurky, v ideálním případě s reprezentativní vlastností (Homeyer & Sweeney, 2011, in Isom, Groves-Radomski, McConaha, 2015). Sandtray terapie vychází ze hry jako takové. Pokud tedy během sandtray dochází ke spojení hry a tělesného prožitku z dotyku s pískem a figurkami, propojují se somatická rovina s emocemi a duchovními hodnotami (Galusová, 2016).

3.1 Historie Sandtray

Britská dětská lékařka Margaret Lowenfeldová, byla první, kdo aplikoval pískoviště jako terapeutickou pomůcku. Od roku 1928 působila v oblasti dětské psychoterapie. Tvrdila, že kniha H. G. Wellse Podlahové hry (1911) pro ni byla inspirací, začít využívat pískoviště v terapii. Autor ve své knize Podlahové hry (1911) popisuje, jak si hrál se svými syny na podlaze a jak to bylo užitečné pro osobní rozvoj dětí i pro něho samotného jako rodiče (Galusová, 2016). Do dětského koutku, který byl součástí institutu dětské psychologie v Londýně, M. Lowenfeldová zařadila dvě zinkové nádoby, jež jednu naplnila pískem a druhou nádobu vodou. Součástí materiálu byla také krabice s drobnými hračkami, malými předměty a různé nástroje pro tvarování písku. Jestliže si během vyšetření dítě mohlo hrát na svůj svět v pískovišti, Lowenfeldová postřehla, jak se začínaly vyobrazovat významné trojrozměrné scény (Galusová, 2016). Tehdejší dětská psycholožka a pediatrička Lowenfeldová, na vlastní oči pozorovala traumatické a ničivé následky války na dětech a jejich rodinách. Snažila se najít

způsob, jehož prostřednictvím by děti mohly komunikovat s dospělými o jejich vnitřních myšlenkách, pocitech a reakcích na svět kolem nich. Lowenfeldová svůj projekt nazvala jako „World Technique“ - Svět Techniky, který se stal součástí její rozsáhlejší práce. Tato práce byla později označena jako projektivní herní terapie (Lowenfeld, 2013 in Lyles, Homeyer, 2015). Důvěřovala, že by tato projektivní terapie mohla být víc než důležitým prostředkem komunikace mezi tím, kdo staví scénu a pozorovatelem. Jde o účinnou metodu jak nahlédnout do vnitřního světa stavitelem (Galusová, 2016).

Na mezinárodní konferenci v roce 1956, se s poznatky M. Lowenfeldové prvně seznámila Dora Kalffová, která je další významnou osobností, která pod vedením Lowenfeldové tuto metodu studovala. Metodu obohatila o teorii individuace Carla Gustava Junga² a o východní filozofii. Lowenfeldová souhlasila, aby byl tento směr nazván Sandplay (sandspiel v němčině). Dora Kalff se tedy stala zakladatelkou Sandplay terapie, která vychází z Jungovského přístupu (Galusová, 2016).

3.2 Rozdíl mezi Sandtray a Sandplay

Vedle sandtray existuje tedy ještě jedna metoda, která se nazývá sandplay. Sandplay a sandtray mohou být v mnohém podobné, ale zároveň dosti odlišné. **Sandplay** je založena na jungovské tradici, která zahrnuje řadu potenciálností, umožňující zpracování nevědomých procesů a individuaci v průběhu léčby klienta (Bradway, 2006, in Doyle, Magor-Blatch, 2017). Individuace, jak ji nazývá Jung, znamená integraci všech nevědomých a vědomých složek osobnosti, tedy směrem dovnitř (Kratochvíl, 2012). Jung považoval za hlavní úkol psychoterapie objasňování nevědomých procesů a souvislostí. Jacobiová (1992) uvádí sedm stupňů, dle kterých psychoterapie postupuje. Zahrnují:

- snížení prahu vědomí,
- vynořování obsahů nevědomí skrze sny a představy,
- zachycení a udržení těchto obsahů ve vědomí,
- prozkoumání a pochopení smyslu jednotlivých obsahů,
- začlenění tohoto smyslu do celkové situace jedince,
- přivlastnění a zpracování nalezeného smyslu,
- organické včlenění problému do celkové psychiky pacienta (Jacobiová, 1992, in Kratochvíl, 2012, s. 41).

² Více informací o koncepci C. G. Junga v kapitole 2.5 Symboly a lidská mysl, dále i navazujících podkapitolách.

Sandplay (sandspiel) terapie se na rozdíl od sandtray liší tím, že se terapeut zaměřuje na podvědomí klienta a umožňuje jedinci neverbálně komunikovat ve volném a chráněném prostoru (Galusová, 2016). V tomto prostoru má klient velkou svobodu se vyjádřit a terapeut působí jako ochránce této svobody. Písek a terapeut slouží jako psychologický „kontejner“ pro klienta (Homeyer, Sweeney, 2005, in Isom, Groves-Radomski, Mcconaha, 2015). Sandplay terapeut se nesnaží během terapeutického sezení klienta jakýmkoli způsobem řídit, něco interpretovat nebo ho vyrušovat během procesu. Až po skončení terapeutického sezení probíhá analýza. Sandplay je zaštitěna oficiální organizací ISST³ a současnými osobnostmi jsou Barbara Turner a Kay Bradway (Galusová, 2016).

Sandtray terapie, pro srovnání, umožňuje mnoho různých teoretických výkladů a často se používá při posuzování klientovy problematiky a během klientovy interpretace svých obtíží (O'Brien, Burnett, 2000 in Doyle, Magor-Blatch, 2017). V sandtray terapii se apeluje na přítomný okamžik, to, co se odehrává tady a teď a na prožívání klienta během procesu. Sandtray terapeut není během procesu klienta upozaděn jako v sandplay terapii, ale je aktivně zapojen do aktuálních zkušeností, ukotvování a růstu osobnosti klienta. Terapeut má možnost zvolit direktivní nebo nedirektivní způsob práce a je kladen důraz na terapeutický vztah (Galusová, 2016). Sandtray může být kombinována s jinými technikami herní terapie. Využívá se s dospělými i s dětmi napříč nastavenými systémy, jako jsou školy například (O'Brien, Burnett, 2000 in Doyle, Magor-Blatch, 2017). Svět techniky (Lowenfield, 1979) ztělesňuje psychodynamické hledisko, kde terapeut aktivně interpretuje a verbalizuje klientovu perspektivu a jeho proces vytváření. Terapeut poskytuje pravidelnou zpětnou vazbu na každou volbu klienta, umístění objektu, figurky, manipulaci s pískem, atp. Tato pozorná zpětná vazba zahrnuje otázky, jako například: „Tak, je to to, co se chystáš udělat s tím?“, „Změnilo se něco od minule?“ a „Pokládáš ten náklad'ák tam?“ (Lowenfield, 1979, in Isom, Groves-Radomski, Mcconaha, 2015).

3.3 Hra je základ

Jeden z mnoha odborníků, kteří definovali hru, byl například Johan Huizinga⁴ (1971), kterého M. Valenta zmiňuje ve své publikaci Dramaterapie (2011).

³ <http://www.isst-society.com/>

⁴ Johan Huizinga (1872-1945) byl nizozemský historik a teoretik kultury. Ve svém díle „Homo ludens“ souhrnně sepsal svou teorii hry (Valenta, 2011).

„Hra je dobrovolná činnost, která je vykonávána uvnitř pevně stanovených časových a prostorových hranic, podle dobrovolně přijatých, ale bezpodmínečně závazných pravidel, která má svůj cíl v sobě samé a je doprovázena pocitem napětí a radosti s vědomím ‚jiného bytí‘, než je všední život“ (Huizinga, 1971, in Valenta, 2011, s. 46).

Hra je nekonečně mnohotvárná a především evokuje uvolněnou atmosféru zábavy. Při hře se lidé mohou zrelaxovat a rozptýlit. Je protikladem k vážné realitě světa, života a proto není hře přikládána velká důležitost. Na základě důkladných výzkumů historiků a po pozorování psychologů je nezbytné sdělit, že na základě hry vznikají vrcholné projevy kultury ve společnosti. Existence hry je nepostradatelná pro výchovu a intelektuální vývoj jedince (Caillois, 1998). Děti se skrze hru zcela přirozeným způsobem vyjadřují. Ne zřídka bývá spojena s pozitivními emocemi či uvolněním. Hra je většinou spontánní a tvořivá a funguje na bázi symbolické komunikace, která v sobě spojuje vědomou a nevědomou rovinu vyjadřování. Hra umožňuje zpracovat běžné konflikty a události. Může být pro dítě pozitivní autoterapií. Děti se učí o světě, vztazích, zkouší si různé role, prožít a pojmenovat emoce a to právě díky hře. Základ zdravého vývoje dítěte je hra a skrze ní se jedinec rozvíjí po stránce fyzické, psychické i sociální (Rezková, Kleinová, 2012). Hra je pro děti improvizované představení, kde si může vyzkoušet nové vzorce chování. Hra je úplně základním prvkem života dítěte, ale bohužel dospělí z ní většinou činí lehkovážnou či malichernou činnost. Hra užívá symbolů, které zastupují slova, a tím nahrazuje funkci jazyka. Dítě není vždy schopné zpracovat tak velké množství zážitků, které prožívá a právě hra je skvělý prostředek ke zpracování (Oaklander, 2003).

Fenomémem hry se už od pradávna zabývají psychologové, myslitelé, filozofové a učitelé. Už od počátku se hledají různá vysvětlení a psychologické teorie, které se zabývaly motivací hry (Rezková, Kleinová, 2012).

Hra zahrnuje širokou škálu činností, od houpání, třepání chrastítkem, stavebnic, mariáše, hracích automatů, rulet, lidových her s pravidly až po světová mistrovství a olympiády. Během celého života, v různé intenzitě a podobě, člověk uplatňuje hru. Hra je u dítěte předškolního věku zcela hlavní náplní času. U školáka je velmi důležitá, ale postupem času jde do pozadí a dostává se do popředí záměrné a vědomé učení. V pubertě si už jedinec vybírá, o jaké herní aktivity a typy her má zájem (Machková, 2004).

Francouzský filozof Roger Caillois ve své publikaci Hry a lidé (1998) rozlišil čtyři základní typy her:

- soutěživá hra „agon“ neboli soutěž, zápas – pro všechny soupeře jsou nastaveny stejné pravidla a vyžaduje se od nich co nejlepší projev v určitém výkonu (sportovní hry, šachy);
- hra založená na náhodě „alea“ – protikladem k typu „agón“. Výsledek totiž nezáleží na hráči, ale na štěstí (kostky, ruleta, loterie);
- hra „mimikry“ – vstup do hry, in-lusio. Je založená na dočasném přijetí fikce, staneme se iluzorní postavou (divadelní a dramatické aktivity, kostýmování a maskování);
- hra „ilinx“ – hráč se oddá určitému omámení a transu. Podstatou této hry je potěšení z pohybu, rychlé rotace, závratí, pádu do volného prostoru, klouzání a narušení stability (akrobacie, bungee jumping). (Caillois, 1998)

3.2.1 Symbolická hra

Velice významná pro dítě je symbolická hra, je to vrchol dětské hry. Dítě se musí neustále přizpůsobovat sociálnímu světu dospělých, jejichž pravidla a zájmy jsou mu velmi vzdálené. Také fyzikálnímu světu, kterému ještě dobře nerozumí. Dospělý člověk se tomuto světu vcelku dobře přizpůsobuje, ovšem u dětí je to jinak. Čím je mladší, tím je menší adaptace. Je velkou nezbytností brát v úvahu citovou a intelektuální rovnováhu dítěte. Dítě by mělo mít prostor vykonávat činnosti, které nebudou motivovány adaptací na skutečnosti, ale asimilací skutečnosti k sobě samému. Ovšem bez nátlaku a sankcí (Piaget, Inhelderová, 2000).

Jazyk je hlavním nástrojem k sociální asimilaci. Dítě ho přejímá v dokončených závazných formách. Potřebu dítěte se vyjádřit, jen stěží uspokojí mluvený jazyk. Dítě vyžaduje vlastní prostředek, kterým by se mohlo projevit. Například soustavu označujících elementů, které si samo dítě formuluje a může je utvářet podle vlastní vůle. Tuto potřebu splňuje systém symbolů v symbolické hře. Zvláštním v symbolické hře, je způsob užití sémiotické⁵ funkce, která je projevem systematické asimilace. Spočívá ve vytváření symbolů, skrze které dítě vyjadřuje ty zážitky, které nemohou být formulovány a přizpůsobeny pouze jazykovou formou. Příklad: malou holčičku jednou velice znepokojilo, když viděla na stole oškubanou kachnu. Večer si lehla na postel a vypadala jako nemocná. Ostatní se ji vyptávali a holčička jim nejprve neodpovídala. Posléze ale řekla slabým tónem: „Já jsem mrtvá kachna!“. Příklad, na kterém lze dobře vidět, že herní symbolika může plnit funkci, kterou má pro dospělého vnitřní řeč (Piaget, Inhelderová, 2000).

⁵ Sémiotika – viz kapitola 2.3 výše

3.3 Terapie hrou

Pro dítě, které je stále ve vývojovém období, kdy abstraktní zacházení se skutečností prostřednictvím řeči a myšlení de facto není účinným terapeutickým prostředkem, je hra nejvhodnějším nástrojem psychoterapeutické práce (Říčan, 1997). Dítě se vyjádří skrze hru mnohem svobodněji než v rozhovoru. Děti mohou ve hře odhalit a zpracovat své obtíže, lze tedy hru využít jako terapeutický nástroj (Rezková, Kleinová, 2012). Violet Oaklander ve své publikaci *Třinácté komnaty dětské duše* (2003) popisuje, jakým způsobem pracuje skrze hru v terapii. Terapii hrou využívá stejným způsobem, jako při vyprávění příběhů, malování, kreslení, hře na pískovišti, hře s maňásky či při improvizovaném hraní rolí. Prvním krokem je bedlivé pozorování dítěte během hry. Například jaké věci si vybírá, jak s nimi zachází, jestli má jeho hra nějaká pravidla nebo jestli má potíže přejít z jedné věci na druhou, atp. Důležitou kapitolou je pak samotný obsah hry a jaká se v ní objevují témata. Také se sleduje způsob, jakým dítě navazuje kontakt v rámci hry, mezi objekty, se kterými si hraje. Objevují se nějaké vztahy mezi postavami, zvířaty či auty, které jsou na scéně? Oklander (2003) také zmiňuje, že může vést pozornost dítěte směrem k vlastnímu procesu, který má během jeho hry. Může dítě přímo dovést k uvědomění si jeho emocí, které souvisejí s obsahem nebo průběhem jeho hry. Oaklander (2003) dále ve své publikaci popisuje velké množství variant, které využívá při práci s dětmi v terapii (Oaklander, 2003).

Britská asociace herních terapeutů (BAPT, 1996) definuje terapii hrou jako:

„...dynamický proces mezi dítětem a herním terapeutem, ve kterém dítě prozkoumává svým vlastním tempem a svým vlastním přístupem ty minulé a současné události, které vědomě i nevědomě ovlivňují jeho současný život. Vnitřní zdroje dítěte jsou aktivovány vztahem s terapeutem a díky tomu může docházet k osobnímu růstu a změnám. Terapie hrou je zaměřena na děti, hra je primárním a řeč sekundárním médiem“ (West in Rezková, Kleinová, 2012, s. 9).

Podle Britské asociace herních terapeutů (2014) je terapie hrou velmi přínosná a obohacující terapie, jež pomáhá dětem obměnit jejich chování, vytvářet zdravé vztahy a pochopit své sebepojetí. Terapie hrou také pomáhá dětem rozkrýt a zpracovat si bolestivé obtíže. Tato terapie jim velmi pomáhá nalézt vyhovující komunikaci, navázat smysluplné vztahy a podporuje projevy emocí (British Association of Play Therapists, 2014). Je neobyčejné, jakým způsobem si dítě během terapie hraje. Může se stát, že si dítě bude hrát stále stejným způsobem s jedinou hračkou nebo naopak bude hračky střídát a neustále měnit styl hry (Rezková, Kleinová, 2012).

Terapie hrou vychází podle Britské asociace herních terapeutů (2014) ze třech důležitých teoretických principů:

- aktualizace
 - lidé jsou motivováni vrozeným sklonem k rozvoji konstruktivních a zdravých schopností,
 - tato tendence aktualizuje vnitřní potenciál každé osoby, včetně aspektů tvořivosti a zvědavosti, touhu stát autonomní,
- potřeba pozitivní zpětné vazby;
 - všichni lidé velmi potřebují vřelost, respekt a přijetí od druhých lidí,
 - jak dítě roste, je třeba ho naučit vážit si sebe sama,
- hra jako komunikace;
 - děti používají hru jako primární prostředek komunikace,
 - hra je forma pro přenos dětské emoce, myšlenky, hodnoty a vnímání,
 - je to médium, které je především kreativní (British Association of Play Therapists, 2014).

Psychické zdraví u dětí je definováno jako schopnost dítěte dosáhnout takové úrovně psychologické svobody, která umožňuje plný potenciál využití jeho talentu, schopností a posun směrem k úplnému poznání sebe sama a svých zkušeností. Psychické zdraví je udržováno na základě toho, jaké má dítě zkušenosti a sebepojetí. Rozvíjení sebepojetí dítěte může být podpořeno bezpodmínečně pozitivní pozorností od druhých (British Association of Play Therapists, 2014).

Výsledkem terapie hrou může být například snížení úzkosti a nově nabyté sebevědomí. Konkrétněji to mohou být lepší vztahy s rodinou a přáteli, a změny v chování (British Association of Play Therapists, 2014).

Oaklander ve své publikaci zmiňuje, že se hra může využít také v diagnostice. Na začátku nechá dítě si volně hrát a sleduje, jak je vyzrálé, inteligentní, jak je tvořivé, jakým způsobem navazuje kontakt, jakou má představivost, kognitivní schopnosti, jak se orientuje v realitě, jak je schopné udržet pozornost a jakým způsobem řeší konflikty. Upozorňuje, že se vyhýbá rychlým soudům (Oaklander, 2003).

3.4 Vybavení pro Sandtray

Sandtray terapie zahrnuje použití nádoby, která má přesně stanovené rozměry. Doporučuje se používat nádobu, která má rozměry stanovené Dorou Kalff, tj. 57 x 72 x 7 cm. Jsou navrženy přesně podle zorného pole dítěte. Tyto rozměry nádoby, do které je nasypán písek, umožní pohled na celou scénu v pískovišti, aniž by klient musel hnout hlavou (Homeyer, Sweeney, 2011, in Galusová, 2016). Vnitřek nádoby je natřený modrou barvou a měl by být nepromokavý, aby bylo možné pracovat i s mokřým pískem. Boční strany mohou představovat obzor, nebe. Kolekce drobných hraček, zvané miniatury, které představují různé kategorie. Například skupiny lidí, budov, vozidel, volně žijících a domácích zvířat, rostliny, mystické, duchovní a náboženské osobnosti, nástroje, atd. V nádobě pomocí miniatur může klient postavit scénu (Homeyer, Sweeney, 2011, in Lyles, Homeyer, 2015).

3.4.1 Písek

Základním principem a podstatou sandtray terapie je písek. Ten je klíčem k celému léčivému procesu v herním pískovišti. Pokud si hrajeme s pískem, může to v nás vyvolávat jisté vzpomínky a také spontánní touhu po doteku a kreativitě. Pro každého z nás je činnost či hra s pískem přirozenou a spontánní aktivitou. Dochází k propojování nejhlubších částí našeho Já. Manipulace a upravování písku v nějakém prostoru má velký terapeutický potenciál a například v některých kulturách má písek rituální důležitost (buddhistické mandaly). Pokud se dotýkáme písku a umístíme do něj figurky, navodí to v nás silný prožitek a můžeme pocítit kontakt s přítomností (Homeyer, Sweeney, 2011, in Galusová, 2016).

Díky písku a vody, které nás pobízejí, můžeme vytvořit různé naše představy. Například znázornit krajinu, mořské pobřeží, tunel, ale i pohřbívat či topit. Pokud je písek suchý, je příjemný na dotek a můžeme si hrát s taktilními vjemy. Jestliže je písek mokřý, můžeme z něj formovat. Písek lze usušit a pak zase namočit, nebo dalším přidáváním vody z něj udělat můžeme udělat bláto a nakonec třeba i moře, kde suchou zem voda zcela pohltila (Lowenfeld, 1967, in Oaklander, 2003, s. 141).

3.4.2 Miniatury

Neoddělitelná součást vybavení v sandtray terapii jsou figurky neboli miniatury. Každá jednotlivá figurka může pro jedince představovat různé symboly, slova či metafory, skrze které se neverbálně vyjadřujeme. Mohou zastupovat různé pocity, myšlenky, rozhodnutí a přání každého z nás. Promlouvají k nám tím, jak vypadají a také svým postavením a polohou

v pískovišti. Každá postavená miniatura v pískovišti s sebou nese význam a zároveň i k dalším umístěným figurkám (Galusová, 2016).

„V herní terapii se říká, že hračky jsou jako slova a hra jako jazyk“ (Galusová, 2016, s. 12).

Tento výrok platí podobně i v sandtray. Slova zastupují figurky a jazykem je umístění figurek v prostoru pískoviště. Tímto jazykem klient s terapeutem komunikuje a obsah jednotlivých figurek určuje jedinečně a pouze klient. Pro každého z nás totiž, může mít stejná figurka úplně jiný význam. Je nezbytné, aby se terapeut u klienta ujistil, co přesně pro něj figurka představuje. Neexistuje žádný slovník, kde bychom našli jednotlivé symboly, které by se následně analyzovaly, tak jako v sandplay terapii (Galusová, 2016).

Hračky představují různé oblasti našeho prožívání. Jejich nabídka by měla být co nejbohatší a měla by zahrnovat všechny oblasti lidského života. Měly by být nepoškozené, snadno přístupné a umístěné tak, aby byl možný snadný výběr. Jejich uspořádání by mělo být systematické (dle témat). Ideální počet figurek není přesně stanovený, ale je potřeba nejméně 300 figurek, ovšem ideálně 1000. Na druhé straně velký počet figurek může v některých nerozhodných klientech vyvolat úzkost. Čím více možností volby, tím větší úzkost. (Homeyer, Sweeney, 2011, in Galusová, 2016). Galusová (2016) ve své ebook také zmiňuje, že takových úzkostlivých klientů má mnoho, ale jejich schopnost volby se v průběhu sandtray terapie mění. Dle jejího názoru je tedy lepší mít více figurek (Galusová, 2016). Všechny figurky, kterými si terapeut vybaví terapeutickou místnost, by měly být v regálech či policích a uspořádané ideálně tak, aby byly pro klienta přehledné. Figurky by neměly být poškozené a měly by být takového materiálu, aby je bylo možné umýt vodou (Homeyer, Sweeney, 2011, in Galusová 2016).

Galusová (2016) ve své ebook uvádí, kde sandtray může pomoci:

- zloba a agresivní chování – kompenzační funkce,
- strach, úzkost a panika,
- deprese – hledání životní motivace,
- posttraumatický syndrom,
- zneužívání,
- truchlení – vyrovnání se se ztrátou,
- zlepšení schopnosti učit se,
- zlepšení pozornosti,
- vztahové problémy,
- rodinné problémy,

- zlepšení komunikace s okolím,
- zvýšení sebevědomí,
- sebepoznání a osobní rozvoj (Galusová, 2016, s. 5).

PRAKTICKÁ ČÁST

4 ANALÝZA VYUŽITÍ SANDTRAY TERAPIE V PRAXI

Tato empirická část práce vychází z nashromážděných dat realizovaného výzkumného šetření, který byl zaměřen na zkoumání dílčích aspektů sandtray terapie v praxi. V této kapitole zaznamenáváme průběh zkoumání, způsob sběru dat, postup výběru účastníků a poté se již orientujeme na práci a výsledky výzkumného šetření.

4.1 Cíle výzkumného šetření

Z počátku byl výzkumný cíl orientován na specifika Sandtray práce s různými cílovými skupinami. Avšak během výběru účastníků výzkumného souboru, se musel výzkumný cíl šetření přehodnotit. Snahou bylo navázat kontakt alespoň s několika účastníky, kteří by byli ochotní poskytnout nám svůj čas a dopomoci naplnit výzkumný cíl praktické části. Vzhledem k faktu, že sandtray metoda u nás v České republice ještě není tolik věhlasná, zabýváme se pouze analýzou této metody v praxi.

Cílem tohoto výzkumného šetření je prozkoumat zákonitosti Sandtray metody, to znamená:

- jestli má nějaké zásady a pravidla, které se musí dodržovat,
- jaké jsou výhody a také naopak nevýhody této metody,
- způsoby využití v praxi,
- průběh procesu v Sandtray,
- jestli se dosahuje skrze Sandtray nějakých cílů, atd.

Z tohoto šetření může vyplývat poznatek, do jaké míry je u nás Sandtray vlastně rozšířená.

Vymezení čtyř tematických okruhů:

- Motivace
- Deskripce metody sandtray
- Cílové skupiny
- Proces v Sandtray

4.2 Popis metody výběru a realizace výzkumu

K dosažení požadovaného cíle bylo zapotřebí zvolit kvalitativní výzkumné šetření. „*Termínem kvalitativní výzkum rozumíme jakýkoliv výzkum, jehož výsledků se nedosahuje pomocí statistických procedur nebo jiných způsobů kvantifikace. Může to být výzkum týkající se života lidí, příběhů, chování, ale také chodu organizací, společenských hnutí nebo vzájemných vztahů*“ (Strauss, Corbinová, 1999, s. 10). Kvalitativní výzkum je považován za velmi flexibilní typ výzkumu, jelikož si na začátku výzkumu zvolíme téma, stanovíme základní výzkumné otázky a ty se pak mohou během práce upravovat nebo doplňovat. Výzkumník pracuje přímo v terénu a během šetření se seznamuje s novými lidmi. Sběr dat a jejich analýza probíhá současně a vyžaduje to delší časový úsek (Hendl, 2005).

Pro tuto práci byla metoda kvalitativního výzkumu výhodná, neboť byl získán hloubkový popis o daném případě.

4.2.1 Metody získávání dat

Jako hlavní metodu, kterou jsme zvolili pro výzkumné šetření, byl polostrukturovaný rozhovor. Avšak s několika účastníky byl realizován také rozhovor skupinový.

Rozhovor patří mezi nejobtížnější metody pro získávání kvalitativních dat, ale zároveň se řadí k nejvýhodnějším. Skrze rozhovor můžeme nasbírat velké množství informací a také hlouběji pozorovat motivy a postoje účastníků. Na základě vnějších reakcí účastníků můžeme pohotově reagovat a korigovat další průběh kladení otázek.

Tazatel si vytvoří závazné schéma, ve kterém se dále specifikují okruhy otázek, které jsou výchozím bodem při dotazování účastníků. U polostrukturovaného rozhovoru je nezbytné, aby měl dotazující vypracované tzv. jádro rozhovoru, které zahrnuje otázky či témata, na které se v rozhovoru musí účastníků zeptat. Existuje varianta, že tazatel může měnit pořadí otázek dle svých potřeb a možností. Na zpracovaný základ schématu pak navazuje další množství konkrétnějších otázek. Tazatel pokládá různé doplňující otázky, může požádat o podrobnější vysvětlení ohledně odpovědi účastníka, aby správně pochopil, co má na mysli. Obecně platí, že tímto způsobem se může téma rozpracovat do hloubky (Miovský, 2006).

používaný kvalitativní rozhovor s větším počtem jedinců. Skupinový interview se provádí najednou s větším počtem jedinců. Tento často používaný kvalitativní rozhovor se snaží pobrat určité témata a trvá asi hodinu a půl. „*Účastníci skupinového rozhovoru obvykle tvoří poměrně homogenní skupinu. Mají reflektovat otázku, kterou jim položí tazatel. Slyší odpovědi ostatních, reagují na ně a doplňují své odpovědi. Není nutné, aby se ve skupině dosáhlo souhlasu, ale ani*

toho, aby se dospělo k rozporům. Skupinový rozhovor má několik výhod. Během krátké doby se získá kvalitní informace od skupiny lidí, a ne pouze od jedné osoby. Skupinová dynamika přispívá k zaměření na nejdůležitější témata“ (Hendl, 2016, s. 188).

4.2.2 Metody zpracování dat

Pro podrobnou analýzu metody sandtray jsme se rozhodli použít ke zpracování dat kvalitativní analýzu. Na počátku výzkumného šetření jsme definovali otázky, které se rozdělili do čtyř tematických okruhů. Tyto okruhy neboli oblasti zkoumání zůstaly neměnné. Strukturovali jsme otázky, které byly vždy přizpůsobeny dané situaci, byly doplňovány podotázkami a vyplývaly ze souvislostí a atmosféry rozhovoru. Kvalitativní výzkumné šetření probíhalo vždy podle možností účastníka, například na Pedagogické fakultě, v terapeutických místnostech účastníků, v kavárně či přes skype. Délka rozhovorů se asimilovala podle hovornosti a otevřenosti účastníka. Rozhovory byly z velké části individuální s osobním kontaktem s účastníkem výzkumného šetření. Ovšem jeden z rozhovorů proběhl skupinově a další z rozhovorů bylo nezbytné absolvovat přes aplikaci skype, opět z časových a jiných možností. Délka rozhovorů se pohybovala v časovém rozmezí od 30 – 50 minut, což bylo potřebné, abychom nashromáždili podstatné informace. Výjimkou byl skupinový rozhovor se čtyřmi účastníky, který trval 1,5 hodiny. V úvodu rozhovoru byli účastníci výzkumu seznámeni s tématem bakalářské práce, a co je jejím výzkumným cílem. Všechny rozhovory byly se souhlasem účastníků nahrávány na hlasový záznamník mobilního zařízení. Nashromážděná data byly kategorizována a následně analyzována. Následovala transkripce textu a výběr jeho podstatných částí. Pro analýzu kvalitativních dat jsme zvolili metodu vytváření trsů (clustering).

Metoda vytváření trsů je založená na principu shromáždění a konceptualizaci výroků do skupin (trsů), které vznikají na základě určité podobnosti. Základní podstatou této metody je seskupení a srovnání dat směřující ke strukturalizaci (Miovský, 2006). V praktické části bakalářské práce vyhodnocujeme nasbírané data a uvádíme odpovědi, které jsou nejzajímavější, nejpočetnější nebo ojedinělé.

4.3 Výběr výzkumného souboru

Před samotným výzkumným šetřením jsme usilovali o získání co nejvíce kontaktů na sandtray či sandplay terapeutů. Na odborníky z řad psychologů, psychoterapeutů, speciálních pedagogů, poradců a dalších, kteří tuto metodu aplikují ve své praxi. Pokusili jsme se po celé České

republiky vyhledat co nejvíc specialistů, ale nakonec jsme jich získali nemnoho. Musíme doplnit skutečnost, že někteří neodpověděli.

Ze začátku bylo obtížné předvídat, jestli budeme tyto dvě metody (sandtray a sandplay) porovnávat nebo se budeme věnovat pouze analýze jedné z nich. Vše záleželo na účastnících, na jejich časových možnostech a jejich specializaci v praxi. Někteří z účastníků pochází až ze západních krajů Čech a vzhledem k faktu, že mé působiště je až na hranici s Polskem v oblasti Slezska, bylo velmi komplikované skloubit jejich i mé možnosti jak časové, tak finanční.

4.3.1 Charakteristika účastníků

Účastnice 1

- v současnosti pracuje v krizové intervenci, učí na Pedagogické fakultě v Ústí nad Labem a nárazově se specializuje na individuální terapii,
- vzdělání v oblasti sociální pedagogiky – obor etopedie,
- absolvovala terapeutický výcvik Carla R. Rogerse,
- absolvovala workshop v oblasti terapie hrou v rámci organizace PCA⁶, 5denní kurz Zuzany Tatárové a Daniela Sweeneyho v rámci symposia na Slovensku (spadá pod slovenský institut pro terapii hrou⁷) a jednodenní kurz Sandtray terapie hrou v písku v Kolíně.

Účastnice 2

- současně pracuje jako speciální pedagožka v SVP v Děčíně,
- absolvovala jednodenní kurz Sandtray terapie hrou v písku v Kolíně.

Účastník 3

- pracuje jako speciální pedagog ve věznicích,
- vzdělání v oboru speciální pedagogiky v Ústí nad Labem (původní vzdělání Vysoká škola vojenská),
- absolvoval kurz v oblasti terapie hrou v rámci organizace PCA.

Účastnice 4

- pracuje jako speciální pedagožka v SVP v Děčíně,

⁶ <http://www.pca-institut.cz/cs/>

⁷ <http://terapiahrou.sk/>

- vzdělání v oblasti sociální práce, sociální pedagogiky a v současnosti také v oblasti speciální pedagogiky,
- absolvovala jednodenní kurz Sandtray terapie hrou v písku v Kolíně,
- samostudium o sandtray metodě.

Účastnice 5

- v současnosti má soukromou praxi Gestalt koučování, kterou doplňuje sandtray metodou,
- původně inženýrka ekonomie (vzdělání ekonomická fakulta VŠB Ostrava v oboru marketing a obchod),
- pracovala v oddělení zaměstnaneckých vztahů v automobilce Hyundai Nošovice,
- absolvovala dvouletý osobnostní výcvik v Gestalt psychologii a roční výcvik Gestalt koučování,
- absolvovala jednodenní kurz Sandtray, terapie hrou v písku, v Kolíně.

Účastnice 6

- pracuje jako široce orientovaná terapeutka,
- původní vzdělání v oblasti sociální pedagogiky a sociální práce,
- absolvovala akreditovaný výcvik Analytické psychoterapie a také výcvik Daseinanalytický,
- samostudium o sandtray metodě od roku 2000,
- absolvovala tři letý výcvik u kanadské terapeutky Madeline de Little⁸ (skrze institut Virginie Satirové), která pracuje se sandtray z pohledu Transformační a systemické psychoterapie,
- rozšiřuje si informace o sandtray i mimo terapii a psychoterapii,
- zaujímá eklektický⁹ přístup, vize zapojit sandtray do pedagogiky a školství (prevence sociálně patologických jevů).

⁸ **Virginie Satirová** – narodila se v USA a působila jako sociální pracovnice, psycholožka a terapeutka. Je autorkou metodiky pro zkvalitňování komunikace v rodinách i v organizacích. Některými je označována za *matku rodinné terapie*. https://cs.wikipedia.org/wiki/Virginia_Satirov%C3%A1

⁹ **Eklekticismus/eklekticismus** - přístup, který nestaví na vlastním novém přínosu ani nenavazuje jen na jeden vyhraněný myšlenkový či umělecký podnět, ale vybírá si to, co mu vyhovuje z různých předloh, a tyto prvky pak spojuje ve více či méně jednotném celku;(hanl.) nepůvodnost. Dostupné z: http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?cizi_slovo=eklekticismus

Účastnice 7

- pracuje jako klinická psycholožka,
- doktorské studium psychologie na Filozofické fakultě sociálních studií v Brně, atestace z klinické psychologie klasické i terapeutické (v praxi je od roku 2002),
- se sandtray metodou se poprvé setkala v roce 2010,
- absolvovala čtyřdenní workshop sandtray terapie pro práci s dětmi u kanadské terapeutky Madeline de Little (institut Virginie Satirové), poté absolvovala další tři kurzy sandtray terapie, které se konaly každý rok.

4.5 Výsledky a jejich analýza

Na základě nashromážděných dat můžeme konstatovat, že již všichni účastníci absolvovali kurz či workshop zaměřený na metodu sandtray a na základě toho nabyli sebezkušenosti. Je nezbytné také podotknout, že někteří z účastníků pracují se sandtray metodou po dlouhá léta, kdežto u jiných je zkušenost se sandtray krátkodobá.

Nyní se zaměříme na samotnou analýzu dat výzkumného šetření.

4.6 I Okruh – Motivace

V tomto okruhu se snažíme zjistit, jaká je motivace účastníků aplikovat sandtray metodu v praxi. Jak se o metodě dozvěděli a co bylo pro ně impulsem k tomu, aby sandtray zakomponovali ve své profesi. Dále se také zabýváme otázkou výhod a nevýhod, které mohou ze sandtray přístupu vyplývat.

Výpovědi všech účastníků na otázku, **co je motivovalo v sandtray**, byly velmi variabilní. Zaznamenali jsme ovšem i určité podobnosti ve výpovědích. Účastnice 1, 2 a 4 uvádějí, že sandtray je výborný prostředek při práci s dětmi. Metoda totiž vychází z terapie hrou a hra je pro dítě velice přirozená a spontánní. Účastnice 4 je toho názoru, že je to určitá možnost ke vstupnímu navázání určitého vztahu s dítětem, které například nereaguje na rozhovor jako na primární techniku. Může se díky pískovišti posunout někam dál. Sandtray vnímá, jako výbornou doplňkovou metodu k propojení toho všeho s čím pracuje, do jednoho celku. Účastník 3 podotýká fakt, že skrze hru se mu klienti odsouzení k výkonu trestu více otevírají. U této cílové skupiny je to klíčové. *„Odsouzení jsou hodně opatrní v tom, aby byli spontánní a autentičtí. Vždy se snaží to za něco zamaskovat a i v té terapii si hlídají hranice. Jsou velice opatrní. Zvláště pokud je tam člověk v roli speciální pedagoga, jako určité authority.“* Účastnice

4 pracuje primárně s dětmi a během své práce pozoruje, že i pubertáči mají problém být spontánní a projevit se. Během skupinových setkání s nimi provádí herní aktivity a tam vidí, že to funguje. Podle účastnice 2 je sandtray nejen výborný prostředek pro děti, ale také pro dospělé, protože ti také potřebují různé vjemy a jen tak si hrát. Účastnice 1 zmiňuje, že sandtray metodě nebyla úplně nakloněná, nevěděla, co od toho má očekávat. Rozuměla hře jako takové, která je součástí sandtray, ale ne tomu, jakou úlohu tam má to pískoviště. Teprve jakmile získala zkušenost sama na sobě, zjistila, že to funguje. Oproti tomu účastnice 2 uvádí, že písek je dobré médium, díky kterému zažíváme taktilní vjemy. Popisuje, že i když si odmyslí figurky, které jsou taky součástí sandtray, tak už jenom ten písek má určitý efekt. Na semináři, kterého se zúčastnila, se jí líbilo, že v sandtray se můžeme propojit s tělem. Dle účastnice 2 nejde jen o to, co vidím, že mám nějaké figurky, ale i o to, co cítím. *„I když do pískoviště strčím ruce a nic nevidím, pořád si z toho něco odnáším. Tento zážitek mě přesvědčil o tom, že je tato metoda dobrá, že s tím chci pracovat. Má to větší rozsah, než se zdá.“* Uvádí příklad, jak v Montessori škole dávali dětem táč s krupicí, aby v něm děti prstem psali. Toto je oproti tužce a papíru nová idea.

Účastník 3 popisuje, že jeho klienti, když vidí to pískoviště, tak se začnou zajímat. Nabídne jim, že si můžou něco zkusit a klienti souhlasí. Pro něj je to potom i jednoduché přejít do individuální terapie PCA¹⁰. Vnímá to jako dobrou cestu k tomu, dozvědět se o klientech víc, než by sami o sobě řekli během klasické terapie. Stejného názoru je i účastnice 6, jenž tvrdí, že touto metodou se dá hodně rychle vyřešit něco, co třeba běžným rozhovorem řešíme mnohem déle.

Účastnice 1 a 5 popisují, že v souvislosti se seminářem, který absolvovaly a nabyly sebezkušenosti, zjistily důležitou skutečnost. Sandtray metoda je pro ně velmi bezpečná. Účastnice 1 říká: *„Klient může něco prožít a nemusí mi o tom jako terapeutovi vykládat a může to pro něj být to klíčové. Jako terapeut nemusím vůbec vyzvídat, co tím klient myslel, ale vidím tu reakci, když pojmenuju tu jeho reakci, tak já nemusím vědět, co ta reakce znamená, ale ten člověk tomu rozumí. Tohle mě přesvědčilo. Někdy je to pro ty lidi i pro ty dospělé jednodušší, protože to vyjádří beze slov. Nějaké emoční stavy nebo co se děje v člověku.“* Účastnice 5 podotýká, že je to způsob, jak se podívat na svůj problém z jiného úhlu pohledu a zapnout jinou část mozku. Baví jí to, ráda pracuje s hrou v písku, takže to nabízí i svým klientům. Účastnice 7 přesvědčila vlastní sebezkušenost v roli klienta, díky níž zjistila, že to funguje, a že to jsou hodně silné procesy. *„Změny jsou tady opravdu hluboké.“* Účastnice 6 se dozvěděla o sandtray

¹⁰ <http://www.pca-institut.cz/cs/>

metodě v roce 2000 a v té době nebyla možnost si to vyzkoušet sám na sobě. Velmi se jí líbí tento přístup. Poté, co měla možnost se setkat s Madeline de Little, která pracuje humanisticky a orientuje se na to, co probíhá právě tady a teď, zjistila, že to má mnohem víc výhod. Fascinuje ji na tom právě ta velká svoboda, která se terapeutovi nabízí a možnost prolínat sandtray s různými dalšími obory.

Vzhledem k otázce, jaké jsou **výhody z hlediska terapeuta**, se někteří účastníci shodli na stejné odpovědi a jiní přispěli odpovědí univerzální. V této výzkumné otázce se objevují úplně stejné názory jako uvedené výše. Účastnice 1, 5, a 7 ve svých výpovědích uvádějí, že je to obrovská výhoda hlavně při práci s dětmi.,,Pro mě to byl obrovský objev pro práci s dětmi. Dříve když jsem pracovala s dětmi, tak jsem neměla kanál k tomu, jak s nimi můžu fungovat. Měla jsem dojem, že jsem s nimi pořád spíše v tom dospělém světě.“ (Účastnice 7) Účastnice 5 dodává, že pro děti je tato metoda jako šitá na míru.

V dalších výpovědích opět narážíme na zcela shodné názory motivací a zároveň výhod účastníků. Opět, někteří považují sandtray za velmi výhodnou pro práci s dospělými osobami. (Účastnice 2, 4 a 7) „Výhoda pro dospělé je nejen sandtray, ale jakákoliv projektivní metoda, která toho dospělého odvede od příliš analytického řešení těch svých věcí. Rozumem to mají všechno uchopené a jsou v tom zamotaní. Odehrává se to většinou na opačné straně mozku a dojde k takovému regresi, o krok zpátky a je to mnohem víc prožitková práce. Nastane změna, která trvá.“ (Účastnice 7) „Překonání té jejich hranice, mohou se do toho nechat vtáhnout.“ (Účastnice 4) Pro účastníky 2, 3, 4 a 5 je výhodou to, že se jim klient otevře a mohou nahlédnout do jejich vnitřního světa. Účastník 3 dodává, „Dostanu se mnohem hlouběji, než bych se v běžné terapii dostal a jde tam vidět vývoj.“ Účastnice 7 ve své výpovědi dále popisuje. „Pro mě je to způsob práce, ve kterém i kdybych neudělala nic, žádnou změnu a žádný velký proces by se neodehrál, tak vím, že tomu dítěti tím neublížím a že bude odcházet s něčím příjemným pro sebe.“

Pro účastnici 6 je to velmi svobodná metoda. „Nemusím přemýšlet, co a kdy říct, ale pouze popisuji, co se tam děje v pískovišti. Nepřebírám za nic zodpovědnost. Všechno, co se tam děje je na klientovi a všechno jenom popíšu a vystavím ho jeho vlastní zodpovědnosti. Je to bezpečné.“ Účastnice 2 na to nahlíží i z pohledu klienta. „Je to pro klienta velká svoboda. Není ničím limitován, žádnou terapií. Je to o něm, je tam svobodný.“

Účastnice 2 podotýká úplně jasnou výhodu, že se nevyčerpá, jako například u canisterapie, kde pes má své limity. „Další výhodou může pro klienta být, že se to dá zdokumentovat. Mohou mít tu potřebu.“ (Účastnice 1) Účastnice 2 líčí, jak hezky vypadá terapeutická místnost, když se do regálů vyskládají všechny figurky a u lidí to vzbuzuje zájem.

U otázky **jaké mohou být nevýhody v sandtray** dvě účastnice (2 a 4) ze sedmi namítají, že nevýhodou je pro ně především finanční a časová náročnost. *„Nejde nasbírat okamžitě všechny tematické figurky a na druhý den dělat pískoviště.“* (Účastnice 2) Účastníci 2 a 3 se dotýkají podobné problematiky v tom, že například nemají nějaké figurky, které by zrovna klient potřeboval postavit na svou scénu pískoviště. Účastník 3 doplňuje, že má potřeba vyhovět klientovi a pokud něco nemá, motivuje ho to, to do příště sehnat.

Dále účastnice 1, 5, 6 a 7 podotýkají, že nevýhodou to může být při práci s dospělými. Může ho to odrazovat a může to trvat, než se do toho dospělý klient dostane. Účastnice 6 se k tomuto tématu vyjadřuje tak, že první dvě tři setkání s klientem dospělého věku, probíhají bez pískoviště. *„Musí mít chuť to zkusit, mít ve mně důvěru, že se mu nevysměje, musí mě znát. Tato metoda je velmi intenzivní a prožitková. Jednou pískoviště a pak si dvakrát povídáme.“* Účastnice 7 doplňuje, že u dospělých lidí, ne každý si to bude chtít vyzkoušet, protože to pro ně může být hodně zvláštní.

„Má to omezený časový prostor, nejde to využívat pořád, děti to začne nudit. Už neví, co by s tím dělali, a tak je třeba to změnit.“ (Účastnice 7) Pro pubertáky, kteří se snaží vymanit z dětské role, to také zrovna nemusí být ideální volba, poznamenala účastnice 5.

Jedna z účastnic (6) zmiňuje v přístupu sandtray další zajímavou nevýhodu. Práce v pískovišti může být velmi náročná na koncentraci. Terapeut musí být stoprocentně soustředěn a zároveň funguje pro klienta jako zrcadlo. Dle názoru účastnice 6 terapeut zvládne denně maximálně čtyři hodiny práce v pískovišti a pak už na to nemá energii.

4.6.1 Shrnutí

Cílem tohoto okruhu bylo vypátrat jaká je motivace jednotlivých účastníků k tomu, aby sandtray metodu zakomponovali ve své praxi. V tomto okruhu se také zabýváme výhodami a nevýhodami, které jsou pro účastníky pro práci se sandtray klíčové.

Velkou motivací pro tři ze sedmi účastníků byl nový a účinný způsob práce s dětmi, který měl zároveň určitý přesah. Na základě výpovědí konstatujeme, že sandtray vychází z terapie hrou a hra je pro děti přirozenou činností. Je to bezpečný způsob, jak můžeme s dítětem navázat kontakt, porozumět jeho světu a odhalit jeho případné těžkosti, které bychom např. jinými přístupy nerozpoznali. K tomuto námětu se vyjadřuje také další účastník, jehož klientela jsou osoby odsouzené k odnětí svobody. Uvádí, že i vězni se prostřednictvím hry a metody sandtray, snáze odkrývají. Z dalších výpovědí vyplývá, že je to výborný nástroj také pro mladistvé, kteří mohou mít také potíže se projevit. Z těchto motivací plyne, že jak pro dospělé, mladistvé nebo dětské klienty, je to pro některé účastníky výborný nástroj k tomu, se skrze tuto metodu dostat

ke klientovi blíží a dokonce možná i k jeho hlubším tématům. Další zmíněnou motivací bylo, že procesy a změny v sandtray jsou velmi hluboké a intenzivní. Většina z účastníků tuto metodu vnímá jako velmi účinnou, bezpečnou a svobodnou. Podstatou sandtray je, že se orientuje na to, co probíhá v okamžiku tady a teď. Metoda se také může kombinovat s jinými přístupy a obory.

Okruh, který obsahuje tvrzení účastníků ohledně výhod a nevýhod v sandtray metodě, je v určitých názorech zcela shodný s motivacemi v předešlé výzkumné otázce. Opět se objevují názory, že sandtray je účinný prostředek pro práci s dětmi a s dospělými, a že prostřednictvím tohoto přístupu se mohou dostat hlouběji, než by se v klasické terapii dostali. Tento fakt potvrzuje víc účastníků. V oblasti výhod se zase objevují tvrzení, že je to svobodné pro terapeuta, protože nepřebírá zodpovědnost za klienta a také pro klienta. I když v pískovišti nedojde k nějakému hlubokému procesu a změně, tak terapeut klientovi tím neublíží, uvedla jako výhodu jedna z účastnic. Klient má možnost si svůj vytvořený obraz zdokumentovat.

Sandtray metoda je výhodná nejen pro práci s dětmi, ale i s dospělými klienty. Zajímavé pro nás bylo zjištění, že i klienti ve výkonu trestu se skrze sandtray otevírají.

Jakmile jsme se účastníků ptali na nevýhody v sandtray metodě, narazili jsme na protikladné názory vzhledem k výpovědím uvedené výše. Pro některé účastníky je práce s dospělými klienty prostřednictvím této metody nevýhodou. Domnívají se, že je herní pískoviště může odrazovat. Dospělé osoby mohou mít k tomuto přístupu odstup a může to trvat nějaký čas, než si to budou chtít vyzkoušet. K jejich motivaci může přispět dobrý terapeutický vztah. Opakem jsou výpovědi ve výzkumné otázce týkající se výhod, kde účastníci uváděli zcela opačný názor. Z uvedeného plyne, že tento přístup může být pro dospělé osoby jak výhodou, tak nevýhodou. Práce v sandtray je velmi náročná na koncentraci a terapeut proto nezvládne pracovat v pískovišti po celý den. Další názor vypovídal o tom, že nelze s klienty pracovat v pískovišti během každém setkání, jelikož je to může přestat bavit. Další nevýhodou je pro některé časová a finanční náročnost.

4.7 II Okruh – Deskripce metody sandtray

V této kapitole je naší snahou, na základě výpovědí všech účastníků, zmapovat jednotlivé aspekty metody sandtray. Dílčí otázky, které byly kladeny účastníkům, se v tomto okruhu zabývají například principem a podstatou této metody, jestli má nějaká pravidla, jaké jsou výhody a nevýhody, atp. Opět se i v tomto tematickém okruhu setkáváme s velkou rozmanitostí

výpovědi všech účastníků, ovšem vzhledem ke stanovenému cíli výzkumu bakalářské práce je to velmi opodstatněné.

Jednou z prvních dílčích otázek bylo tázání se účastníků na **stručnou definici sandtray metody**. Pro některé účastníky bylo obtížné tuto metodu stručně a jednoduše popsat.

„Je to terapie, při které se využívají prostředky, kterými jsou miniatury a pískoviště.“ Tímto způsobem by to vysvětlila laikovi, ale podotýká, že o tom to není, že terapeut má pískoviště a figurky a je to sandtray. (Účastnice 1) Účastnice 6 také popisuje, že při práci v sandtray se pracuje s pískovištěm a figurkami. *„V pískovišti si klient vytváří svůj vlastní „jakoby“ obrázek svého vlastního světa, kde má možnost se sám se sebou potkat a z nadhledu vidět situaci, která ho tíží.“* Účastník 3 uvádí podobnou definici. *„Zvnitření vlastní představy formou ztvárnění v písku.“* Účastnice 7 objasňuje, že sandtray využívá hru jako prostředek v této terapii. *„Vnitřní svět se projektuje do hry. Je to bezpečnější, dostupnější, je to metafora toho, co se odehrává vevnitř.“* V sandtray terapeut klientovi pomáhá postavit obraz, vytvořit scénu, podporuje změnu a doptává se. *„Pomáhá jednotlivým figurkám v té scéně dojít k tomu, co potřebují. Tím, že se ty projektované věci v té scéně mění, tak se to zpětně odráží do vnitřního světa toho člověka, ať už dítěte nebo dospělého, a tím vzniká ta změna.“* Účastnice 6 ve své výpovědi doplňuje. *„Propojí se ten vhled na situaci, ten obraz, to co vidím, s tím, co cítíme, tou tělesnou rovinou a ještě navíc to popíšeme.“* Také uvádí, že sandtray chápe jako podprahovou metodu, která využívá podnětů podvědomí. *„To, že to je podprahové, znamená, že děláme určité věci, které cítíme, že tak mají být a až o tom začneme hovořit, tak zjistíme, že jsme to udělali naprosto správně a že to mělo svůj význam.“* Účastnice 2 během sebezkušenostního zážitku také došla k názoru, že hlavní úlohu v sandtray má podvědomí, které se může projevit v bezpečném prostoru ohraničené pískovištěm. *„Každou figurku si vybíráme intuitivně a už jenom ten samotný výběr něco odráží. Pořád je to ale v bezpečí pískoviště, ze kterého můžu kdykoli vystoupit.“*

„Sandtray je něco, co nevyužívá slova, ale symboliku. U většiny lidí je to něco, co rozpohybovává pravou hemisféru, která není tak využívána. Může jim to umožnit přístup do skrytých míst, do kterých se běžně nepodívají. Přestane tam na chvíli mluvit ten rozum a objeví se takové ty hlasy, které nemají možnost být slyšeny.“ (Účastnice 5) Zmínku o pravé hemisféře do své výpovědi zahrnul také účastnice 6. Pravá hemisféra se prostřednictvím zážitku propojí s levou a tím zjistíme, co nám nevyhovuje a pomocí terapeuta máme možnost to změnit. *„V sandtray můžu změnit názor a můžu ho změnit víckrát a to ne vždycky v životě jde. Budu měnit názor, dokud s tím nebudu spokojená, což je vlastně ta změna.“* (Účastnice 2)

Účastnice 4 se v rámci sebezkušenosti ještě více utvrdila v myšlence, že sandtray není pouze jenom hra, ale nese s sebou intenzivní prožitek a může se tam promítnout spousta věcí, které

nemusí být vždy očekávané a příjemné. Účastnice 1 dodává, že „*Prožitek v sandtray je autentický a to je důležité.*“ ; „*Tady a teď něco prožívám, protože s tím, když vytvářím tu scénu, jak s ní manipuluji, tak u toho prožívám ten svůj vnitřní svět a to co prožívám je velmi reálné. Často se při té práci projeví spousta emocí a různých jiných tělesných pocitů a je dobré se k nim vztáhnout a pracovat s nimi.*“ (Účastnice 7)

U otázky, jestli **má sandtray nějaké pravidla, které musíme dodržovat**, jsme u skupinového rozhovoru museli dát účastníkům (1, 2, 3, 4) příklad jednoho z pravidel, které jsou pro práci v sandtray důležité. Například, že klientovi nikdy nesahám do prostoru pískoviště. Účastnice 2 na to reaguje, že toto bylo jediné pravidlo, které jí napadlo. „*Já jako terapeut nešahám do pískoviště, klienta k ničemu nenavádím.*“ Účastníci 1, 2, 3 tuto otázku pojali akademicky a tudíž to chápou tak, že v sandtray nejsou žádné limity. Účastníci 1, 2, 3 a 4 se shodli na tom, že v sandplay jsou pravidla – například nejde vzít nestandardní pískoviště, ale v sandtray vnímají jediné pravidlo, že klientovi nesmíme zasahovat do pískoviště. Účastnice 4 uvádí další pravidla, že je důležité nehodnotit a nepodsouvat své významy. „*Nezasahuju do procesu.*“ (téhož názoru jsou účastnice 5, 6, a 7). Účastnice 2: „*Necpu tam svoji symboliku.*“ Účastnice 5, 6 a 7 velmi ctí pravidla, které jim byla předána na výcvicích či workshopech sandtray a jejich výpovědi jsou v mnoha směrech totožné. Nejen, že je pro ně podstatné nezasahovat klientovi do pískoviště (jeho posvátného prostoru), nehodnotit, nemanipulovat, nepodsouvat mu své významy, ale také klienta nijak nenavádět. Ačkoli účastnice 5 líčí zkušenost z praxe, že například v případě klienta ve věku 50 let nemusí být úplně přirozené si najednou začít „hrát“ v pískovišti, a tak mu dopomůže tím, že ho navede. „*Řeknu mu třeba, aby si vybral figurku, která se mu líbí. Někteří klienti neví, jak k tomu přistoupit, potřebují popostrčit, protože je to pro ně nezvyklé.*“ Účastnice 7 dodává, že je nutné: „*Přijímat tempo klienta, jeho způsob řešení, terapeut by neměl být překvapený, že klient použije úplně něco jiného, že jde úplně jiným směrem, než by šel terapeut, netlačit ho zpět k tomu svému.*“

Účastnice 6 vysvětluje, že z hlediska terapeuta jsou to zásady, které vychází z terapie hrou. „*Musím respektovat klienta, klient je režisérem toho, co se tam děje. Všechno si dělá klient a veškerou zodpovědnost za to nese on. Je to svoboda a zároveň zodpovědnost v jednom, což už samo o sobě je terapeutické. Terapeut se drží pouze popisu. Pozoruje jeho řeč těla klienta, jeho emoce a to, co říká. Vrací mu zpátky to, co slyšel. Hlídá ten prostor toho pískoviště, neodbíháme od pískoviště.*“ Účastník 3 doplňuje další pravidlo: „*Uzavřu to.*“ Účastnice 2 na to reaguje a říká: „*Ano, je to důležité, protože se dostáváme do podvědomí. Klesám níž a je to víc potřeba to uzavřít.*“ Účastnice 1 a 2 doplňují, že je nutné si s klientem, popřípadě jeho rodinou, nastavit pravidla hned na začátku terapie a tím si to ošetřit. Například dokumentace jeho vytvořených

scén, a jestli terapeut klientovi umožní vzít si je domů či ne. „*Vysvětlit mu to.*“ (Účastnice 1) Účastnice 2 popisuje příklad ze své vlastní zkušenosti, jaký to mělo důsledek na ni i její rodinu, když si domů vzala fotografii, na které byl vyfocený obraz její postavené scény v pískovišti. Podotýká, že to nemusí být vždy žádoucí. Dále se i účastnice 7 ve své výpovědi zmiňuje, že je důležité na začátku upozornit klienta na různá rizika. „*Může se stát, že ty procesy mohou člověku dojít až po té, co dojde domů a že se může rozsypat. Je potřeba na to být připravený, hlavně u těžkých poruch, psychóz, poruch osobnosti. Je to hluboký proces.*“ Podotýká další fakt, že je nutné nenechat dítě, aby odcházelo emočně vypjaté, musí tomu dopomoci terapeut. „*Dítě se vede více k tomu, aby se to uzavřelo spíš v pozitivním obraze.*“ „*Klient má svobodu v tom, že může říct, že chce přestat, to se mi nelíbí, potřebuju pomoci, je to na něm.*“ (Účastnice 5)

Dále jsme se zabývali tím, **jaký význam mají v pískovišti figurky**. Tato otázka je rozmanitá, neboť zahrnuje nejen význam figurek, ale také jejich symboliku a jakým způsobem se s nimi v sandtray pracuje.

Účastníci 1, 2 a 3 se shodli na tom, že figurky se nepojmenovávají, ale je to pouze o prožitku. Účastník 3 podotýká, že pokud mu klient poví jeho příběh, který vznikl pomocí figurek vyskládaných do pískoviště, nikdy mu do něj nezasahuje. „*Terapeut reaguje na to, jak proti sobě figurky stojí, jak jsou od sebe daleko, jak jsou k sobě natočené, atd.*“ Účastnice 1 přidává svou výpověď, která se z části liší. „*Nemluvím o figurkách, nezajímá mě to, víc reaguji na to, jak vnímám toho klienta, jeho prožitky, když něco otevírám. Pojmenovávám spíš reakce toho klienta.*“

Účastnice 6 objasňuje funkci figurek v pískovišti. Vysvětluje, že pracuje humanisticky, tedy orientované na člověka a s okamžikem tady a teď. „*Každá figurka je v podstatě nějaký pojem, ale ke kterému zná klíč pouze ten klient. Já si musím nechat vysvětlit, co to znamená pro klienta. Pro každého klienta může každá figurka znamenat stotisíc jiných věcí, než já si myslím. Plně respektuji to, co si o tom on myslí.*“ (Účastnice 6) „*Ve figurkách je všechno, škola, dětství, dospělost, strachy, traumata, atd.*“ (Účastník 3) Ve své výpovědi účastnice 6 dále popisuje, že jako terapeut může pracovat s velmi silným traumatem, nemusí vědět, co je to za trauma a přesto to trauma může zpracovat, aniž by věděla, co to znamená. „*Figurka je prostředek k vyjádření něčeho, co je mi bytostně blízké a pro každého to může být úplně jiné. Nedělám obecnou symbolickou analýzu, že kříž znamená víra. Pro někoho kříž může znamenat, že mu zrovna zemřelo morče.*“

(Účastnice 7) V sandtray je to o symbolu, který je často podle účastnice 7 neuvědomovaný. Vysvětluje, že to platí především u dětí, a že u dospělých je to jinak. Jelikož dospělé osoby už

mají vyvinuté abstraktní myšlení, mají díky tomu náhled na to, co v pískovišti vytváří. „*V tom symbolu figurky představí to, co prožívá vevnitř.*“ Účastnice 7 dá dospělému klientovi pokyn, aby zkusil postavit, jak vypadá jeho strach například. Klient vybere figurky, které nějakým způsobem jeho strach symbolizují. „*U dětí je to méně uvědomované, je tam méně instrukce ze strany terapeuta. Ovšem u pískoviště to abstraktní myšlení není potřeba, dá se pracovat i s velmi malými dětmi.*“ (Účastnice 7) „*S dítětem, se kterým pracuji, tak z něho nikdy nedostanu, co ta figurka cítí. Všechno je symbolické a chaotické. Nejsou tam figurky, které bych mohla napasovat do reálného života.*“ Na základě výpovědi účastnice 5, se to, co se děje v pískovišti klienta, může celé terapeutovi jevit jako nesmysl, ale smysl to má. Pořád dokola popisuje holé fakta, které na pískovišti vidí a až to začne být klientovi trochu nepříjemné, sám začne popisovat příběh, který se tam odehrává. „*Vždycky je tam k tomu něco napadne, co si odnáší.*“

Co potřebujeme k tomu, abychom byli kompetentní využívat sandtray metodu?

Výzkumná otázka se zabývá tím, jaké potřebujeme vzdělání či zkušenosti k tomu, abychom sandtray mohli aplikovat v praxi. Tuto výzkumnou otázku bereme zcela nepochybně jako nedílnou součástí výzkumného šetření. V České republice není sandtray metoda zaštitěná žádnou společností a proto pro nás bylo důležité znát názory účastníků. Většina účastníků (1, 3, 6 a 7) byla toho názoru, že bez psychoterapeutického (dále jen PST) výcviku, nelze s touto metodou pracovat. „*Je to velmi bezpečná metoda, můžeme s ní nakládat, aniž bychom ublížili druhému. Tam stačí zájem o člověka. Je to samozřejmě lepší, aby každý, kdo s touto metodou pracuje, měl PST výcvik.*“ (Účastnice 6) „*V této relativně nevinné, bezpečné terapii, pokud se klientovi něco otevře a terapeut nebude kompetentní a nebude to umět uzavřít, tak to může být velký průšvih.*“ (Účastník 3) Účastnice 1 dodává, že je důležitý nejen PST výcvik, ale také supervize terapeuta. „*Pro práci s méně závažnými věcmi, není podstatné, jestli je terapeut klinik nebo není, ale je podstatné, jestli má nebo nemá PST výcvik. Myslím si, že se dá využít ve školském prostředí, u školních psychologů, v poradenském prostředí určitě ano a to jsou lidé, kteří ne vždy mají pst výcvik. Podle mě by ho ale mít měli, i když nedělají terapii.*“ (Účastnice 7) Další důležitou zmínkou účastníků 1, 3, 4 a 7 bylo, že bez sebezkušenosti nemůžeme se sandtray pracovat. Sebezkušenost je pro účastnici 1 klíčová. Osobní zkušenost účastnice 7 je taková, že na fakultě ji nenaučili to, co potřebovala v praxi, proto je dle jejího názoru důležitá zkušenost. Naopak účastnice 2 si myslí, že stačí jeden dva kurzy sandtray a můžeme tuto metodu využívat pracovat v praxi.

Účastnice 4 je toho názoru, že musíme znát svoje limity, nepodcenit vzdělání a dál se vzdělávat. Podle účastnice 5 by facilitátor měl být nápáditý, aby byl schopen nabídnout víc možností.

4.7.1 Shrnutí

Okruh II, který se zabývá deskripcí metody sandtray, je ze všech nejobsáhlejší. Zahrnuje mnoho výzkumných otázek, které jsou nezbytným jádrem výzkumného šetření a podstatné pro naplnění výzkumného cíle. Účastníci přispěli velmi pestrými výpovědi, které bylo potřebné náležitě zaznamenat. Za významné jsme především považovali shodné výpovědi u výzkumné otázky týkající se pravidel v sandtray.

V otázce, jestli by mohli stručně definovat sandtray metodu jsme se setkali jak se shodnými reakcemi, tak s odlišnými. Valná většina účastníků se shodla na tom, že jde o projekci vlastního vnitřního světa, představy či metafory, která se zhmotní v pískovišti. Metafora se projektuje do hry. Je to bezpečný prostor ohraničený pískovištěm. Další tvrzení vypovídalo o tom, že sandtray využívá namísto slov symboliku. Zároveň další účastnice popisuje, že se během procesu v sandtray propojí několik složek člověka najednou. Vhled na situaci, tedy to, co vidím, pak to, co cítím, tedy tělesná rovina a ještě verbální složka, protože se popíše, co se na scéně odehrává. Dvě z účastnic zmiňují také pískoviště a figurky, které jsou součástí sandtray. Některé z účastnic uvádějí, že v sandtray se otevírá především podvědomí, které se odráží nejen ve výběru figurek, ale také během celého procesu klienta. Jde o nevědomé obsahy, jak říká jedna z účastnic. Dozvěděli jsme se, že během procesu v sandtray se zapojuje pravá hemisféra, která není jak oproti levé analytické části mozku, využívána. Úplně na závěr jsme se setkali s názory, že v sandtray hraje důležitou roli přítomný okamžik, ve kterém klient něco reálně prožívá tady a teď a pokud klient udělá změny na scéně, odrazí se i v jeho skutečném životě.

Důležitou výzkumnou otázkou, na kterou jsme se účastníků ptali, byla oblast, která se týkala pravidel v sandtray. U některých účastníků trvalo, aby vyslovili nějaké pravidlo, které by se mělo dodržovat. Nakonec se ale většina z nich doplňovala a všichni se shodli na velmi důležitém pravidle, že nikdy nezasahují do prostoru pískoviště klienta. Nesmí s ničím manipulovat, k ničemu ho navádět, nekládat si tam své hypotézy nebo domněnky, nehodnotit, atp. Jedna účastnice uvádí, že občas klienta musí navést, protože klient neví, jak má k pískovišti a celému tomu pojetí sandtray přistupovat. Pro 50 letého klienta může být docela zvláštní najednou se začít „hrabat v písku a hrát si.“ Ovšem, jak jsme již zjistili výše, není to jen hra. Důležité pravidlo uvedli někteří z účastníků, že je nezbytné si s klientem nastavit pravidla hned na začátku a vysvětlit mu vše, co je nutné. Upozornit ho na možná rizika. Například proběhne v pískovišti nějaký proces, v klientovi to může „dozrát“ až po příchodu domů a následně to může mít nějaké nepříjemné důsledky. Terapeut by měl ke klientům s poruchami osobnosti nebo psychotickým onemocněním přistupovat velmi opatrně. Z dalšího tvrzení vyplývá, že

klient za sebe na pískovišti bere veškerou zodpovědnost. Klient může svobodně říct, že už nechce dále pokračovat a může kdykoli skončit.

V další výzkumné otázce nás zajímalo, jako úlohu mají v sandtray figurky. Jakým způsobem se s nimi pracuje, apod. V tomto směru narážíme na rozmanitost výpovědí všech účastníků. Někteří účastníci potvrzují, že nejde o figurky, ale o prožitek. Nesoustředí se na to, co jaká figurka znamená, ale spíš na to, jakým způsobem jsou postavené v pískovišti, v jaké jsou interakci s ostatními figurkami, atd. Další účastníci tvrdí, že jsou to pojmy či symboly, které jsou pouze klientovi vlastní. Jenom klient zná význam figurek. Pokud dospělý klient dostane pokyn, aby třeba postavil, jak vypadá jeho strach, vybere přesně takové figurky, které ten jeho strach symbolizují. Nutné podotknout, že stejná figurka může mít pro každého jednotlivce úplně jiný význam. Dle názoru jednoho účastníka je ve figurkách zahrnuté úplně vše. Dětství, škola, strachy, traumata, atd.

Z poslední výzkumné otázky v tomto okruhu plyne, že abychom byli způsobilí v sandtray, měli bychom mít psychoterapeutický výcvik a vlastní sebezkušenost. Pouze dvě účastnice ze sedmi psychoterapeutický výcvik vůbec nezmínily a jedna z nich se domnívá, že stačí jeden či dva absolvované kurzy sandtray a můžeme s tím pracovat. Vzhledem k důležitému faktu, že sandtray metoda u nás ještě není zaštitěná žádnou organizací či společností, je výslovně důležité brát zřetel na bezpečnost klientů. Každý, kdo chce pracovat se sandtray musí znát své limity.

4.8 III Okruh – Průběh v sandtray

Ve čtvrtém a tedy posledním okruhu výzkumného šetření se zaměřujeme na otázky týkající se průběhu a ukončování procesu v sandtray. Dále nás zajímalo, jestli můžeme klienta nějakým způsobem v sandtray poškodit.

Účastníkům jsme se tázali, **jakým způsobem probíhá setkání s klientem v herním pískovišti**. Jakmile klient vytvoří obraz v pískovišti a mlčí, tak terapeut dle účastnice 2 začne popisovat, co tam vidí. Přesně a jednoduše. Výpověď účastnice 4 je téměř shodná s výpovědí účastnice 2. Zároveň účastnice 4 dodává, že během toho, jak terapeut popisuje viditelné fakta na scéně v pískovišti, může se stát, že klient převezme roli a začne sám vysvětlovat a vyprávět příběh, který se skrývá v jeho obrazu. Účastník 3 se ještě nesetkal s tím, že by do toho musel klientovi nějak zasahovat, že by mu sám klient nechtěl povědět, co je v jeho výjevu za příběh. Podle účastnice 2 je zásadní sledovat reakce klienta, které terapeut nesmí opomenout. „Často až když to tam postaví a figurky jsou v nějaké blízkosti, v interakci, otočeny naopak, atd., až se podívá na to, co vytvořil, tak najednou chápe, o co v těch vztazích vlastně jde a je to mnohem přímější

najednou. Přes tu analytickou mysl, levou hemisféru, by se k tomu člověk tak často dobře nedostal.“ (Účastnice 7)

Klíčové jsou otázky, které terapeut klientovi pokládá. *„Chcete tam něco doplnit nebo vám to takhle stačí? Mohu klienta posunout a může to vést k nějaké změně. Za celou dobu se mě terapeutka v sebezkušenostním výcviku nezeptala, co jaká figurka znamená. Otázky jsou dobré pro klienta, kteří nejsou úplně upovídání.*“ (Účastnice 1)

Účastnice 6 ve své praxi pracuje s klienty tematicky, ale tvrdí, že z počátku je dobré si to vyzkoušet i bez toho, abychom klientovi zadávali téma. *„Někdy to není v podstatě potřeba, stačí vyzvat člověka, aby si udělal obrázek jakýkoliv, jaký ho napadne. Podvědomí tam velmi účinně zapůsobí a vytvoří přesně to, co zrovna potřebuje v tu danou chvíli. Na příštím setkání vytvoří úplně něco jiného. Nikdy neudělá dvě stejná pískoviště.*“ Účastnice 7 má zcela shodnou výpověď. U dospělých klientů někdy zadává téma a v případě dětí jen dá pokyn, aby postavily nějaký obrázek.

Účastnice 5 pracuje jako Gestalt kouč a v rámci jejího zaměření vždy ví, o jakou zakázku u klienta přesně jde. Řídí se potřebami klienta.

V této výzkumné otázce, která se týkala **ukončování procesu v sandtray**, bylo klíčové, jakým způsobem terapeut ukončí proces klienta, kterému se otevřely nějaké hluboké a náročné témata například. Dbá se v této metodě na tom, aby klient nešel domů úplně emočně vypjatý?

Zde narážíme na obširnou rozmanitost odpovědí účastníků. Účastník 3 dává klientovi prostor přeformulovat svůj příběh tak, aby to pro něj bylo přijatelnější. *„Nebo přejdeme do normálního individuálu a odžije si ty další části.*“ (Účastník 3)

„Záleží, jestli mám prostor a kde pracuji. V SVP si ten čas natáhnu.“ (Účastnice 2) Účastnice 4 má velmi shodné tvrzení. *„Na ambulanci jsem omezená časem a nemůžu to natáhnout, kdežto na internátu jsem schopná tomu věnovat víc času.*“ Účastnice 5 často přetáhne čas, který má pro práci s klientem vyhrazený. Uvádí názor, že by bylo ideální mít na práci v herním pískovišti 70 minut.

Účastnice 1, 2, 5, 6 a částečně i účastnice 7 se shodly na tom, že klíčem k ukončení těžkého procesu je pozitivní změna, kterou klient učiní. *„Z každého setkání na pískovišti je pozitivní výstup a klient i terapeut ho hned vidí, V tomto směru je to neskutečně nabíjející, protože tam nejsou ty pochybnosti, hned to můžeme vidět. Během jiných přístupů mám mnoho domněnek, ale tady to vidím.*“ (Účastnice 5) *„Máme 45 minut a v té době je každá naše práce zakončena pozitivním způsobem. K tomu vedu klienta tak, že mu dávám moc, aby to změnil. Najdeme to, co mu vadí, co mu tam nehraje a dávám mu možnost, ať to změní. Nenavrhuju vůbec nic, ale vždycky to ten klient umí změnit. Úplně rozložený klient mi v podstatě neodchází nikdy, protože*

to vždycky změni v to pozitivní.“ (Účastnice 6) „Přijde mi to velmi klíčové v této terapii. Klienti mohou zažít pocit změny, právě třeba skrze kouzelnou, imaginární formu v pískovišti. Může je to pak posílit a mohou příště reagovat jinak v běžném životě. Když se něco změni v hlavě, tak se pak rázem začnou chovat jinak a věci se vyvíjejí jinak.“ (Účastnice 1) Naopak dle účastnice 7 se někdy nepodaří, aby klient odcházel „nerozložený“ a někdy to ani není žádoucí, aby to skončilo úplně pozitivně. V terapii to tak bývá a emoce jsou tady na místě. Kouzlo toho písku je, že klient tam něco postaví, baví se o tom s terapeutem, prochází to, může během toho plakat a být tím zasažen, (..) „tím pádem jde reálně vidět, že člověk něco prožívá, něco velmi hlubokého, ale zároveň je to v tom extenalizovaném¹¹, bezpečném prostředí a udělá nějakou změnu. V té době, kdy se to odehrává v písku, v ten okamžik to má dopad na toho člověka vevnitř.“ Účastnice 7 ve své výpovědi upozorňuje, že je nezbytné s procesem v sandtray nakládat velmi opatrně, protože zasahuje nevědomé procesy a klient se může po příchodu domů „rozsypat.“

Účastnice 1 a 2 se shodují na tom, že je možné využít moci kouzelné hůlky, rybičky, která splní tři přání nebo různých rituálů. Příklad rituálu, který se v sandtray využívá je například zapálení a sfouknutí svíčky. Dále se shodují v otázce změny na pískovišti, která se reflektuje i v reálném životě.

Další výzkumnou otázkou bylo, jestli **jako terapeut v rámci sandtray terapie, mohu nějakým způsobem klienta poškodit?** Zajímalo nás, jestli účastníci přemýšlejí nebo mají zkušenost s možnými riziky, které by mohly vést k nějakým nežádoucím důsledkům například. Vnímáme tuto problematiku jako velmi citlivé téma a zároveň nedílnou součást výzkumného šetření. Hned na úvod uvedeme výrok účastnice 7, která to shrnula do jedné věty. Pokud terapeut nebude dodržovat pravidla, které jsou v sandtray metodě jasně vymezené, může klienta vystavit velkému riziku. Účastnice 6 nezkoušela tyto pravidla nedodržovat, protože to je první, co ji učili na výcviku. „*Jakmile do toho jeho prostoru pískoviště a procesu terapeut zasahuje, zbavuje klienta jeho zodpovědnosti a vnáší mu tam ten svůj nadhled na tu věc, svůj pohled a manipuluje jím, takže je to velmi nebezpečné v tomhle tom směru. Porušuje se bezpečnost této metody.*“ Popisuje, že tato metoda je velmi bezpečná, pokud se dodržují pravidla. Klient zachází jenom tak daleko, jak to dokáže zvládnout. I ve velmi krizových situacích, když to nechá na klientovi, dopadne to dobře. Oproti tomu účastnice 5 tvrdí: „*Poškodit leda v tom smyslu, pokud by byli tlačeni, že něco musí a necítili by se komfortně, a že někdo ohrožuje to jejich bezpečí. Takže poškodit ne, třeba mu to jen znechutit, že už by o tom nechtěl slyšet. I*

¹¹ Externalizace – přenesení do vnějšku.

Dostupné z: <http://slovník-cizích-slov.abz.cz/web.php/slovo/externalizace>

kdyby se to nedělalo podle pravidel, tak přemýšlím, jestli by se tím dalo ublížit. Nic mě nenapadá v tomhle tom. Maximálně klient odmítne dál pracovat na pískovišti, ale nic jiného se tam stát podle mě nemůže.“

Výroky účastnic 1, 2, a 4 jsou na podobné bázi. V sandtray se nesmí nic uspěchat. Účastnice 4 tvrdí, že nesmíme uspěchat uzavírání procesu v sandtray. Uspíšit proces celkově, doplňuje účastnice 1. „*Uspěháním toho výběru figurek. Nevkládám si své hypotézy a domněnky o tom, co mohou jednotlivé figurky značit.*“ (Účastnice 2) Stejný názor má i účastnice 1. „*Nic neinterpretovat, to může být největší průšvih. Nevkládám si své myšlenky.*“

Jako další riziko zmínila účastnice 7. Jestliže terapeut nebude přistupovat opatrně během práce s osobami s těžší poruchou osobnosti či s psychotickým onemocněním, tak může dojít k rapidnímu zhoršení jejich stavu.

4.8.1 Shrnutí

V posledním okruhu jsme se věnovali průběhu setkávání se s klientem a možnými způsoby ukončení procesu v sandtray. Účastníci uváděli částečně shodné výpovědi. Někteří z nich líčili, že jakmile klient vytvoří obraz v pískovišti a nezačne sám terapeutovi vyprávět příběh, který je tam ukrytý, tak terapeut začne velmi jednoduše popisovat, co vidí v jeho obraze. Někteří účastníci zmiňují, že u dospělých klientů občas zadávají téma nebo pracují přímo tematicky, protože znají zakázku klienta. V případě dětských klientů to většinou nestrukturují. Dle některých z účastníků jsou v sandtray klíčové také otázky, které terapeut klientovi klade. Terapeut vychází z toho, co vidí na scéně v pískovišti a může se klienta například ptát, jestli mu to stačí tak, jak to vytvořil nebo tam chce ještě něco doplnit, apod. Za důležitou skutečnost považujeme tvrzení jedné účastnice. Klientovi může proces, který si prožil v herním pískovišti doběhnout až po příchodu domů a může dojít k ne příliš příjemnému rozpoložení.

V otázce ukončování procesu v sandtray je většina účastníků přesvědčená o účinném prostředku, který je v této metodě velkou pomůckou pro terapeuta. Nástrojem k bezpečnému ukončení třeba silného procesu, je právě pozitivní změna, kterou klient na pískovišti uskuteční. Sumarizovali jsme odpovědi některých účastníků, z kterých vyplývá, že změna uskutečněná klientem na pískovišti se odrazí v jeho reálném životě. Skutečná změna v pískovišti se stane skutečnou i v životě. Klient zpravidla ví, jakou změnu a jakým způsobem ji udělat, aby byla podle jeho představ. Účastníci uvedli několik příkladů, které nám osvětlily možné způsoby, jak se mohou pozitivní změny provést. Pokud je klient v bezvýchodné situaci, terapeut může klientovi nabídnout třeba figurku čaroděje, která má kouzelnou moc a může uskutečnit změnu dle jeho přání.

Zároveň jsme do tohoto okruhu zahrnuli výzkumnou otázku, jestli můžeme klienta nějakým způsobem v sandtray poškodit. Za velmi podstatné považuje výpovědi některých z účastnic, které poukazují na důležitost pravidel, které se musí v sandtray dodržovat. Jestliže terapeut pravidla nedodržuje, zbavuje klienta jeho zodpovědnosti a především narušuje bezpečnost této metody. Opakem k těmto názorům byl výrok, že metoda je pro klienta bezpečná i v případě, že pravidla nebudeme dodržovat. Účastnice tvrdí, že tuto metodu můžeme klientovi maximálně znechutit. Za další důležité tvrzení považujeme fakt, že v sandtray se nesmí nic uspěchat. Terapeut nesmí uspěchat jak proces, tak ukončování procesu. Nesmíme na klienta nijak naléhat v jakémkoliv směru.

4.9 IV Okruh - Cílové skupiny

Nedílnou součástí tematických okruhů, které utváří pevně stanovené schéma ve výzkumném šetření, je oblast zaměřená na cílové skupiny. Nashromážděné data tohoto odvětví mohou velmi přispět k podrobnější analýze metody sandtray v praxi. Jestliže je výzkumným cílem analýza této metody, je nezbytné vyšetřit, jestli **existují cílové skupiny, pro které není sandtray vhodná**, a jestli **můžeme narazit na nějaké kontraindikace**. Dvě účastnice (2 a 6) tvrdí, že neexistuje žádná kontraindikace. Účastnice 2 doplňuje, že to jim bylo řečeno na kurzu. „*U některých cílových skupin jsem byla zvědavá, co to udělá, ale zatím jsem nenarazila na to, že by byl problém. Nevím, možná lidi, kteří mají problém s nějakou introspekci, nemají náhled, jestli je to pro ně úplně přínosné.*“ (Účastnice 1) Účastnice 4 zmiňuje, že není vhodná pro ty, kteří mají odpor k písku.

Účastnice 1 uvádí myšlenku ve formě otázky, jak by to asi probíhalo s lidmi v nějaké akutní psychotické atace například, ale i tak si myslí, že by to neměl být problém. Pro účastnici 6 je to zcela zřejmé. V sandtray můžeme pracovat jak s jedincem s psychopatií, tak se schizofrenií. Je to bezpečné tvrdí. „*Například u podprahových metod by to byl problém, protože je utvrzujeme právě v tom negativním stavu, ale tady ne, protože tady to pískoviště prostřednictvím dotyku a práce s pískem tady a teď s tím okamžikem, je neustále vracím do reality. Takže v tomto směru je to bezpečné.*“ Oproti tomu účastnice 7 má jiný názor. „*U rozjetých psychóz bych do písku vůbec nesahala. Je to proces, který běží a zasahuje hluboká místa v člověku.*“ Je pro ni velké riziko pracovat s člověkem, který má nějakou těžkou poruchu osobnosti nebo je zrovna v psychotické atace. Domnívá se, že pokud není terapeut opatrný, mohl by stav klienta v uvedených příkladech zhoršit.

K tématu práce s autistickými dětmi se vyjadřuje účastnice 6 a 7. Účastnice 6 tvrdí, že u autistických dětí či dětí v pěti letech neudělá terapeutickou změnu takovou, jako u dítěte ve dvanácti letech například. Popisuje, že dítě práci v pískovišti pojímá spíše jako hru, ale přesto to může mít svůj význam. *„Tady bych to spíš nazvala než jako sandtray, tak spíš jako terapii hrou v písku. Volná terapie hrou. U této cílové skupiny bych se neomezovala pouze na písek, měla bych ho jako doplňkový. Spíše bych se zaměřila na vybití potenciálů prostřednictvím hry jako takové.“* ; *„Nedovedu si představit práci s autistickými dětmi v pískovišti. Ti pracují úplně jinak. Nechápu ten symbol, protože nemají vytvořenou teorii mysli věcí, vnímají doslovně. Tam si myslím, že to je velmi omezené. Může to být o nějakém zklidnění, ale asi to nemá takový cíl, jako u ostatních.“* (Účastnice 7)

Vše, co se odehraje na pískovišti a na první pohled se nejvíce jako žádoucí pro terapeutickou práci (například dítě v afektu rozhází všechny hračky nebo naopak dítě, které je tak ponořené do hry, že se nesoustředí na práci), není dle názoru účastnice 2 kontraproduktivní. *„Každý si tam odžije to, co potřebuje. Je to svobodné.“* Účastník 3 tvrdí, že u nich ve věznici to může být někdy problém, ale zároveň popisuje ze své zkušenosti kazuistiku s klientem, u kterého se řešila problematika sebepoškozování. Klientovi vyhovovalo jít příběhem skrze pískoviště a prostřednictvím toho zcela uvolnil napětí a tenzi. Z jeho výpovědi není zcela zřejmé, jestli u některých cílových skupin je kontraindikace nebo není.

Na závěr uvedeme výpověď účastnice 5, která vysvětluje, že cca pro 70% klientů je metoda sandtray vhodná a bude tedy fungovat. U zbylých 30% to nejde, protože si neumí hrát, nemají v sobě to dítě, nejsou hraví, atp. *„Pro každého je vhodná jiná metodika, ale to důležité stejně vyjde na povrch.“* Účastnice 4 se k danému tématu nevyjádřila.

Do jaké míry může člověk například s mentálním postižením využít pískoviště? Další z dílčích otázek, kterou jsme se dotazovali účastníků.

Pro osoby s mentálním postižením se nedá říct, že by to pro ně nebylo přímo vhodné. *„Člověk s mentální retardací se může ventilovat, ale nějaký přínos, jako třeba pro jiného, to pro něj nemá. Ale není tam kontraindikace.“* (Účastnice 1) Další z účastnic (5) se domnívá, že pro osobu s mentální retardací je to víc než smysluplné. Taktilní vjemy, hrabání v písku by jim určitě neuškodily. *„Patří to mezi různé terapie, kde si třeba hrají s hlinou a přes ty dotykové vjemy.“* Účastnice 2 ve své výpovědi uvádí, že pro člověka s mentálním postižením i pro nevidomého například je to užitečné díky dotykovým vjemům. Pokud chybí klientovi nadhled a retrospektiva, tak jde podle účastnice 6 spíše o využití kompenzační funkce této metody. Lidé s postižením mají možnost si skrze kontakt s materiálem zpracovat nějakou emoci, ale nemusí proběhnout ta terapeutická změna. Z tvrzení účastnic 1, 2, 5 a 6 vyplývá, že pro osobu

s mentálním postižením (nejen mentální retardace), může být skvělý nástroj v sandtray písek a figurky, které umožňují taktilní vjemy a skrze to si třeba zpracovat nějakou emoci. Nemusí mít ovšem terapeutický přesah jako osob jiných cílových skupin. Zajímavá je výpověď účastnice 7. Tvrdí, že i člověk s mentálním postižením může využít pískoviště, že je to stejné jako s dětským věkem. „*V sandtray se dá s dětmi pracovat zhruba od věku tří let, tři roky jsou minimum. Pokud je mentální úroveň člověka na téhle úrovni, tak s ním můžu pracovat a dovedu si představit, že je to úplně stejné. Je to o vnitřním světě člověka, o tom, co se v něm děje. Ten člověk je sice mentálně postižený, ale také věci prožívá, vytváří si nějaké představy, má nějaké očekávání, po něčem touží v životě a vlastně je to způsob, kterému rozumí, protože je to hra.*“ (Účastnice 7) Účastníci 3 a 4 se nevyjádřili.

4.9.1 Shrnutí

V okruhu, zabývajícím se tématem možných kontraindikací u různých cílových skupin, jsme se zabírali také otázkou využití sandtray s osobami s mentálním postižením například. Snahou výzkumného šetření bylo zjistit, jestli existuje klientela, pro kterou není metoda sandtray vhodná.

Shledali jsme různé názory a pohledy, které se z určité části lišily. Několik účastníků vypovědělo, že v sandtray nemůžeme narazit na kontraindikaci. Dokonce i u klientů se schizofrenií a psychotickým onemocněním, jedna účastnice svou výpovědí mínila, že to je bezpečné, protože pracuje s okamžikem tady a teď. Opakem je úsudek jiné účastnice. Tvrdí, že by s lidmi s tímto onemocněním v pískovišti vůbec nepracovala a pokud ano, bylo by nutností k nim přistupovat velmi strážlivě, aby nedošlo ke zhoršení jejich stavu. Dvě účastnice ze sedmi se zabíraly klienty s poruchou autistického spektra. Na základě jejich tvrzení vyplývá, že osoby s autismem nedokážou uchopit princip symbolů a může být obtížné je vézt k nějaké terapeutické změně. Může to být pro ně o zklidnění, o hře, atp., ale nedosáhneme u nich takových cílů, jako u jiných klientů. Není vhodná pro ty, kteří mají odpor k písku, byl výrok další účastnice. Setkali jsme se s názorem, že může být vhodná pro 70% lidí a pro zbytek být nemusí. Účastnice tvrdí, že pro každého je vhodné něco jiného. Z odpovědi účastníka 3 není zřejmé, jakého je názoru. Účastnice 4 se k tomuto tématu nevyjádřila.

Na otázku, do jaké míry může člověk s mentálním postižením využít pískoviště, odpovědělo 5 účastníků. Účastníci 3 a 4 nevyjádřili svůj názor. Z tvrzení ostatních můžeme konstatovat, že pískoviště, figurky a hra, může být pro osobu s mentální retardací dobrým prostředkem umožňující taktilní vjemy a ventilaci emocí. Ovšem nemusí dojít k terapeutickému přesahu jako u jiných klientů. Zajímavý byl názor jedné z účastnic. Domnívá se, že je to stejné jako u klientů

s dětským věkem a pokud je mentální úroveň klienta nad 3 roky, může se s ním pracovat úplně stejně.

4.10 Závěr výzkumného šetření

Na počátku výzkumného šetření, jsme si stanovili cíl práce, který jsme postupně naplňovali pomocí výzkumných otázek.

Motivace

Usoudili jsme, že pro podrobnou analýzu určitého přístupu v praxi, je důležitá motivace a jaké výhody a nevýhody zahrnuje. V oblasti motivace a výhod jsme u účastníků shledali souhlasné výpovědi. Metoda sandtray má velký potenciál dostat se do hlubších rovin jedince. Je to účinný prostředek pro práci s dětmi, adolescenty i s dospělými různých cílových skupin. Pro mnohé je metoda zcela bezpečná, svobodná a velmi intenzivní. Může se zdokumentovat a prolínat s jinými obory.

Zaznamenali jsme hlavní nevýhody, které z výpovědí účastníků vyplývají. Za důležité považujeme názory, že práce v herním pískovišti je velmi náročná na koncentraci terapeuta. Zároveň nás zaujal názor, že může být vyčerpateľná a klienta může přestat práce v pískovišti bavit. Těživá může být také časová a finanční náročnost.

Je nezbytné poznamenat, že vzhledem k výzkumnému cíli, je rozmanitost odpovědí účastníků do určité míry výhodou. Shodné i neshodné výpovědi přispívají k podrobnější analýze této metody v praxi a poskytují další spektrum úvah a pohledů, které mohou být pro mnohé užitečné a inspirovat k dalšímu zamyšlení.

Deskripce metody sandtray

Většina účastníků vymezila metodu jako vnitřní svět, který se projektuje do pískoviště. Pracuje s podvědomými obsahy, které se skrze figurky a pískoviště zhmotní. Jestliže je člověk jedinečný tak potom je i jeho vnitřní symbolický svět. Propojuje se složka tělesná, emocionální i verbální a to všechno probíhá v přítomném okamžiku tady a teď v bezpečném prostoru ohraničeném pískovištěm. Změna na pískovišti se uskuteční pak i v reálném životě. Definice metody sandtray byly velmi podobné a někteří přispěli svou univerzální odpovědí, která umožnila prozkoumat podstatu této metody. Z výpovědí účastníků je zřejmé, co je základem a jádrem sandtray přístupu. Považujeme za velmi podstatné dodržování pravidel, které jsou v sandtray jasně vymezené. Potěšilo nás, že jsou si účastníci vědomi pravidel, které sandtray

obnáší a že je nezbytné je dodržovat. Na základě všech vyřčených pravidel účastníků můžeme konstatovat, že nejčtenější pravidlo bylo, nikdy nesmíme klientovi zasahovat do jeho prostoru pískoviště a procesu celkově. V otázce ohledně významu figurek narážíme na poněkud rozdílné názory. Můžeme však vyvodit závěr, že figurky jsou dobrým nástrojem k vyjádření čehokoliv, co se nás samotných týká a terapeut nemusí vědět, co zrovna jaká figurka v klientově postavené scéně promítá a vyjadřuje. Z poslední výzkumné otázky v tomto okruhu plyne, že abychom byli způsobilí a mohli aplikovat sandtray ve své praxi, měli bychom mít psychoterapeutický výcvik a vlastní sebezkušenost. Tuto informaci podotklo pět účastníků ze sedmi.

Proces v sandtray

Okruh týkající se analýze procesu a jeho ukončování. Za důležitou otázku jsme také považovali možné eventuální případy poškození klienta. Na základě některých shodných odpovědí jsme zjistili, že průběh práce s klientem po jeho vytvoření obrazu v pískovišti, vychází hlavně z popisování klienta. Pokud klient sám nezačne popisovat příběh, který se odehrává na scéně, terapeut popisuje jasné fakta, které v obraze vidí. Klíčové mohou být otázky, kterými se terapeut doptává. Účinným prostředkem a pomůckou, jak ukončit proces klienta v pískovišti, je dle drtivé většiny účastníků, pozitivní změna, kterou klient v jeho scéně uskuteční. Pomocí kouzelné moci některých figurek nebo rituálů může klient udělat pozitivní změnu a ta se zároveň odrazí i ve skutečném životě. V otázce týkající se případného poškození se většina účastníků obracela na pravidla. Několik z nich mínilo, že pokud se nebudou tyto pravidla dodržovat, klient tak může být vystaven velkému riziku. Bezpečný prostor je tímto jednáním ohrožen a terapeut klienta zbavuje jeho zodpovědnosti. Zároveň za důležité považujeme zjištění, že v sandtray se nesmí nic uspěchat, protože se pracuje s podvědomými obsahy člověka.

Cílové skupiny

Na základě vypracované analýzy tohoto okruhu plyne, že podle některých účastníků není kontraindikace u žádných cílových skupin a zároveň pro jednu z účastnic je kontraindikací u lidí se schizofrenií a psychotickým onemocněním. Pro lidi s poruchou autistického spektra a mentální retardací může metoda plnit kompenzační funkci.

Doporučení

Na základě realizovaného výzkumného šetření, jehož cílem byla podrobná analýza metody využívající různé prostředky směrem k vnitřnímu já člověka, se pomocí odpovědí účastníků

podařilo vytvořit souhrnnou koncepci přístupu sandtray. Na počátku jsme si stanovili jako výzkumný cíl, specifika práce s různými cílovými skupinami v sandtray terapii. Jelikož jsme museli tento cíl empirické části přehodnotit, rádi bychom na základě toho doporučili věnovat se sandtray metodě podrobněji a zkoumat její jednotlivé aspekty právě z pohledu různých oborů pracujících s odlišnou klientelou. Jestliže je v České republice metoda teprve na samém počátku rozkvětu, můžeme postupem času bádát i více specifikovaných tématech. Například podrobné zkoumání možností práce, efektivity a jednotlivých specifik jedné cílové skupiny v sandtray. Užitečné by také mohlo být zaměření se na porovnávání východisek dvou a více cílových skupin a možnosti práce v sandtray. Velmi zajímavé by mohlo být výzkumné šetření v oblasti školství a diagnostiky. V rámci školního prostředí by mohlo být středem zájmu téma šikany, sociálně patologických jevů, atp.

ZÁVĚR

Na základě zpracování nashromážděných dat a informací v teoretické části, se nám podařilo proniknout do jádra symbolu, jaký má smysl pro člověka a do toho, jakým způsobem se dá využít v praxi. Použili jsme množství dostupných zdrojů, především českou literaturu. Avšak v kapitole, která pojednává o metodě sandtray, jsme byli nuceni vyhledávat alternativní zdroje. Publikace o sandtray metodě ještě nebyly přeloženy do českého jazyka a bohužel ani zahraniční literatura u nás není volně k dostání. Naštěstí jsme na internetových zdrojích objevili anglické články, které nám poskytly velké množství informací o této metodě. Než jsme přistoupili k analýze výzkumného šetření, museli jsme nejprve charakterizovat jednotlivé aspekty této ne tolik rozšířené metody u nás.

V praktické části se nám podařilo realizovat výzkumné šetření a následně jeho analýzu. Jako výzkumný cíl jsme si stanovili analýzu metody sandtray v praxi. Je nezbytné podotknout, že tento cíl byl zvolen na základě shromažďování dat, ze kterých bylo patrné, že metoda sandtray v České republice ještě není tolik rozšířená. Ve výzkumném šetření se nám zdařilo analyzovat reakce všech účastníků a díky jejich ochotnému přístupu byl naplněn výzkumný cíl, za pomoci výzkumných otázek a odpovědí. Během výzkumného šetření jsme došli k závěrům, že metoda sandtray může být velmi účinným prostředkem při práci s různými cílovými skupinami. Zároveň může být dobře využitelná s osobami různých věkových kategorií. Jako každá metoda má své výhody a nevýhody a každý jedinec si v ní může najít své další univerzální klady či zápory. Za úplně nejdůležitější, na základě výzkumných otázek a odpovědí účastníků, považujeme okruhy vztahující se k pravidlům, kompetencím a možným rizikům v sandtray. Můžeme konstatovat, že kdokoli bude mít v úmyslu pracovat s touto metodou, měl by dodržovat pevně stanovené pravidla, absolvovat psychoterapeutický výcvik a být si vědom možných rizik. Na základě zmíněných doporučení a vlastní sebezkušenosti nabytou skrze výcvik či kurz sandtray, se může kdokoli stát specializovaným odborníkem.

Symbol a jeho význam je to, co může pojít teoretickou i praktickou část. Jestliže jsme v teoretické části vymezili symbol a jeho smysl v různých oblastech, v praktické pak můžeme spatřovat jeho využití v praxi. Metoda sandtray, kterou jsme si zvolili pro výzkumné šetření, je velmi unikátní svým skrytým potenciálem dostat se hluboko „pod kůži“ a odkrývat vnitřní svět skrze symboly. Hlavní nástroje sandtray jsou pískoviště a figurky, díky kterým můžeme proniknout do nevědomých obsahů podvědomí. Každý z nás je individuální bytost s odlišnými podvědomými obsahy a zkušenostmi, a tedy i symbolika figurek a vytvořený obraz v pískovišti bude u každého jedinečný.

Na závěr bych chtěla říci, že už od prvního okamžiku mě tato metoda fascinovala. Jelikož jsem si mohla sama na sobě proces v sandtray během dvoudenního kurzu prožít, mohu zcela verifikovat její účinek. Jsem ráda za příležitost věnovat svůj čas tomuto tématu a doufám, že bude inspirací pro mnohé, kteří se o tuto problematiku zajímají. Bakalářská práce na téma „Symbol a jeho využití“ by mohla být inspirací také pro ty, kteří pouze pátrají po něčem, co by jim ukázalo další směr v terapeutickém či jiném prostředí.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ

CAILLOIS, Roger. *Hry a lidé: maska a závrat'*. Přeložil Nina VANGELI. Praha: Nakladatelství Studia Ypsilon, 1998. ISBN 80-902482-2-5.

FROTSCHER, Sven. *5000 znaků a symbolů světa: podrobný výklad s barevnými ilustracemi*. Ilustroval Birgit FROTSCHER. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2230-6.

FROMM, Erich. *Mýtus, sen a rituál*. Praha: Aurora, 1999. ISBN 80-85974-70-3.

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

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.

JACOBI, Jolande. *Psychologie C. G. Junga*. Přeložil Ludmila MENČÍKOVÁ, přeložil Jiří KOCOUREK. Praha: Portál, 2013. Spektrum. ISBN 978-80-262-0353-7.

KAST, Verena. *Dynamika symbolů: základy jungovské psychoterapie*. Přeložil Jana VAŠKOVÁ. Praha: Portál, 2000. Spektrum. ISBN 8071783714.

KENNER, T. A. *Symboly a jejich skrytý význam: [záhadný smysl a zapomenutý původ znamení a symbolů v moderním světě]*. Praha: Metafora, 2007. ISBN 9788073590796.

KOMZÁKOVÁ, Martina, Jan SLAVÍK a Vladimír BLAŽEK. *Umění ve službě výchově, prevenci, expresivní terapii: výzkumný záměr Učitelská profese v měnících se požadavcích na vzdělávání*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2009. ISBN 978-80-7290-415-0.

KROČA, Slavko. *Mýtus a symbol*. Praha: Nová Akropolis, 2011. Fénix (Nová Akropolis). ISBN 9788086038520.

KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 6., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0302-5.

LURKER, Manfred. *Slovník symbolů*. [1. vyd.]. Přeložil Alena BAKEŠOVÁ. Praha: Euromedia Group - Knižní klub, 2005. Universum. ISBN 80-242-1588-8.

MACHKOVÁ, Eva. *Jak se učí dramatická výchova: didaktika dramatické výchovy*. Praha: Akademie múzických umění, Divadelní fakulta, Katedra výchovné dramatiky, 2004. ISBN 80-7331-021-X.

MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístupy a metody v psychologickém výzkumu*. 3 vyd. Praha: Grada, 2006. 332 s. ISBN 80-247-1362-4

O'CONNELL, Mark a Raje AIREY. *Znaky a symboly: rozpoznávání a analýza vizuálních signálů, které spoluvytvářejí naše myšlenky a určují naše reakce na svět kolem nás: ilustrovaná encyklopedie*. Praha: Reader's Digest Výběr, 2008. ISBN 978-80-86880-96-9.

OAKLANDER, Violet. *Třinácté komnaty dětské duše: tvořivá dětská psychoterapie v duchu gestalt terapie*. Dobříš: Drvoštěp, 2003. ISBN 80-903306-0-6.

PELCOVÁ, Naděžda a Anna HOGENOVÁ. *Symbol ve výchově, umění a sportu: (filosofická reflexe)*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2011. ISBN 9788072904280.

PIAGET, Jean a Bärbel INHELDER. *Psychologie dítěte*. Vyd. 4., V nakl. Portál 3. Praha: Portál, 2001. ISBN 807178608X.

REZKOVÁ, Vlasta a Gražina KOKEŠOVÁ KLEINOVÁ. *Hra jako lék: teorie a praxe nedirektivní psychoterapie hrou*. Praha: Pražská pedagogicko-psychologická poradna, 2012. ISBN 978-80-260-3503-9.

RUBIN, Judith Aron, ed. *Přístupy v arteterapii: teorie & technika*. Praha: Triton, 2008. Psyché (Triton). ISBN 978-80-7387-093-5.

ŘÍČAN, Pavel a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Dětská klinická psychologie*. Vyd. 3., přeprac. a dopl. Praha: Grada, 1997. ISBN 80-7169-512-2.

STEHLÍKOVÁ BABYRÁDOVÁ, Hana. *Symbol v dětském výtvarném projevu*. 2. vyd. V Brně: Masarykova univerzita, 2004. ISBN 80-210-3360-6.

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

VALENTA, Milan. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3851-2.

WOLLSCHLÄGER, Maria-Elisabeth a Gerhard WOLLSCHLÄGER. *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

BAPT, © 2014 British Association of Play Therapists. Dostupné z: www.bapt.info

DOYLE, Kirsten a Lynne E. MAGOR-BLATCH. 'Even adults need to play': Sandplay therapy with an adult survivor of childhood abuse. *International Journal of Play Therapy* [online]. 2017, **26**(1), 12-22 [cit. 2017-04-07]. DOI: 10.1037/pla0000042. ISSN 15556824.

Dostupné z: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=eceef42f-0dfa-4604-a1d5-28b8a594d0c3%40sessionmgr4006&hid=4203>

HUMPOLÍČEK, Pavel. Diagnostika a terapie hrou. *Psychologie Dnes*, Praha: Portál, 2005, XI., č. 1, s. 30-32. ISSN 1212-9607.

Dostupné z: http://www.phil.muni.cz/~hump/psychoterapie/deti/Papers/IV_2004.pdf

Jacob Levy Moreno. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2017-03-25].

Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Jakob_Levy_Moreno

GALUSOVÁ, Veronika. Sandtray, terapie hrou v písku. Ebook, 2016. Dostupné z: <http://www.sandtray.cz/ebook/>

ISOM, Elliot E., Juliana GROVES-RADOMSKI a Melissa M. MCCONAHA. Sandtray Therapy: A Familial Approach to Healing Through Imagination. *Journal of Creativity in Mental Health* [online]. 2015, **10**(3), 339-350 [cit. 2017-04-06]. DOI: 10.1080/15401383.2014.983254. ISSN 15401383.

Dostupné z: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?sid=5801429d-1557-43d3-a189-a5145fe30faf%40sessionmgr4010&vid=3&hid=4203>

LYLES MARSHALL, LINDA E. HOMEYER, *The Use of Sandtray Therapy With Adoptive Families, Quarterly*, 18:67–80, 2015 Copyright © Taylor & Francis Group, LLC ISSN: 1092-6755 print / 1544-452X online DOI: 10.1080/10926755.2014.945704.

Dostupné z: <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?sid=eceef42f-0dfa-4604-a1d5-28b8a594d0c3%40sessionmgr4006&vid=2&hid=4203>

Slovník cizích slov. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/>

TOSCANI FRANCESCA, M.Ed., CP*. *SANDRAMA: PSYCHODRAMATIC SANDTRAY WITH A TRAUMA SURVIVOR*. The Arts in Psychotherapy, Vol. 25, No. 1, pp. 21–29, 1998 Copyright © 1998 Elsevier Science Ltd Printed in the USA. All rights reserved 0197-4556/98 \$19.00 1 .00. Dostupné z: <http://ezdroje.upol.cz/>

Virginie Satirová. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2017-03-25].

Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Virginia_Satirov%C3%A1

PŘÍLOHA

Struktura výzkumných otázek:

- Co Vás motivovalo k tomu, abyste začal(a) využívat metodu sandtray v praxi?
- Jaké jsou pro vás výhody v práci se sandtray?
- Jaké mohou být v herním pískovišti nevýhody?
- Jak byste stručně popsal(a) sandtray metodu?
- Jsou součástí metody sandtray nějaké pravidla, kterými je třeba se řídit?
- Jakou hrají roli v sandtray figurky a symboly?
- Co potřebujeme k tomu, abychom byli kompetentní využívat sandtray metodu?
- Může být kontraindikací pro nějakou cílovou skupinu?
- Co se týče různých druhů postižení, například mentálního, do jaké míry je pro tuto cílovou skupinu vhodné pískoviště?
- Mohl(a) byste krátce popsat průběh setkání s klientem v herním pískovišti?
- Jakým způsobem ukončíte proces v sandtray?
- Můžu nějakým způsobem skrze tuto metodu klienta poškodit?

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Kateřina Klusová
Katedra:	Ústav speciálněpedagogických studií
Vedoucí práce:	Mgr. Miluše Hutýrová, Ph.D.
Rok obhajoby:	2017

Název práce:	Symbol a jeho využití ve speciálněpedagogickém kontextu
Název v angličtině:	Symbol and its use in special pedagogic context
Anotace práce:	Bakalářská práce se orientuje na vymezení pojmu symbol, uchopení jeho významu, jeho pojetí v různých odvětvích a následně toho, jakým způsobem se dá symbol využít v terapeutické či diagnostické praxi. Zaměřuje se seznámení s podstatou metody sandtray, která vychází z terapie hrou. Dále se specifikuje se na jednotlivé aspekty této metody. Principem sandtray je především práce s podvědomými obsahy člověka, které prostřednictvím miniatur a pískoviště mohou být přístupné. Za pomoci výzkumného šetření předkládá podrobnou analýzu metody sandtray v praxi.
Klíčová slova:	Symbol, aspekty symbolu, hra, terapie hrou, sandtray metoda, analýza sandtray, rozhovory
Anotace v angličtině:	Bachelor thesis is oriented in specifying the phrase of symbol, understanding its meaning and its usage in different fields and how to use it in pedagogic or diagnostic practice. It focuses on the sandtray method, which is based on teaching through play therapy. Furthermore it concentrates on the single aspects this method represents. Sandtray method works with the subjects subconscious mind., which enables miniatures and sand pit to be used. Thanks to investigative research it provides detailed analysis of the Sandtray method in practice.
Klíčová slova v angličtině:	Symbol, aspects of symbol, game, teaching through game, sandtray method, analysis of sandtray and talks.
Přílohy vázané v práci:	Příloha: Struktura výzkumný otázek
Rozsah práce:	59 stran

Jazyk práce:

český