

ARTETERAPIE

Tyflokalinet České Budějovice, o.p.s.



- **Arteterapie nevidomých**

Obecně platí - není-li zrak, je užší okruh vnímání. Vnější realitu lze kompenzovat zbývajícími smysly, především hmatem a sluchem, jež se zdokonalují. Dochází však k nežádoucímu ochuzení reality vnitřní, k deprivaci kognitivní složky. Následkem je subjektivní omezení identity a objektivní omezení chápání celku v souvislostech. Optimálně rehabilitovat a případně rekonstruovat tyto kognitivní schopnosti a vnímání reality prostřednictvím výtvarného procesu, léčbou či nápravou jejich obrazu, spadá k úkolům arteterapie. Arteterapeut se snaží dávat do souladu jejich vnitřní obraz, tj. objektivní racionální složku se složkou subjektivní, emocionální.

S rožnovským arteterapeutickým přístupem¹ je obdobný přístup K. H. Menzena, který předpokládá, že tam, kde se tvoří - maluje, staví, konstruuje - buduje se u člověka i vnímání prostoru, vnímání času i celkového kontextu. Metodika bere v potaz i problematiku nevidomých, jejich individualitu osobnosti a poznatky z ontogenetického modelu výtvarného projevu. Proces směřuje k jejich harmonizaci², případně i k optimální rekonstrukci osobnosti, zlepšení duševních, zejména kognitivních, ale i motorických schopností. Dále vede k výtvarnému poučení, pochopení převodu reality do dvojrozměrné plochy, rozvoji prostorového vnímání, včetně ucelnějšího chápání jevů v celku.

Schopnost být tvořivý i v jiných oblastech praktického života nabízejí pro tuto populaci umělecké aktivity podněcující rozvoj kreativity. Volí se takové **výtvarné techniky**, jež pomocí hmatu podporují kognitivní funkce - zejména linkou a vyplňovaným tvarem, nejlépe konkrétnem. Vědomé vedení reliéfní linky v kresbě blahodárně pracuje s racionální složkou osobnosti, jež posléze umožňuje lepší orientaci v prostředí a chápání celistvosti. Výhodou výtvarných technik kognitivně a hapticky orientovaných je možnost realizovat objekty i prostor - přes objekty obecné s postupným budováním prostoru, po objekty konkrétní v prostoru iluzivním, až po imaginaci a filozofickou abstrakci. Také lze hmatem vnímat a poznávat nejen vlastní reliéfní produkci, ale i takto pojatou tvorbu ostatních nevidomých s případnou zpětnou vazbou.

Vhodně zvolené jsou, zejména techniky *hmatového modelování*. Tvorba s keramickou hlínou, mimo jiné svým abreakčním potenciálem, uplatňuje rozvoj trojdimenzionálního vnímání.

Výtvarná *propichovací technika* je založena na reliéfních, hapticky vnímatelných bodech. Děje se tak za pomoci bodce a čtvrtky na měkké podložce. Základním vyjadřovacím prostředkem je plastická stopa vytvořená po propíchnutí. Je čitelně hmatatelná na druhé straně podkladu. Několik stop v řadě značí linii. Nabízí se možnost realizovat výše zmíněné objekty i prostor, tedy přes objekty obecné s postupným budováním prostoru, po objekty konkrétní v prostoru iluzivním, až po imaginaci a filozofickou abstrakci.

První tématem, vhodné pro seznámení se s touto propichovací technikou, je *tvorba mandaly*³. V sanskrtu znamená svatý kruh - střed. Je tušení středu osobnosti, určitý centrální bod uvnitř duše, k němuž se všechno vztahuje, podle kterého je všechno uspořádáno (Jung). Jedná se o kombinaci kruhu (Kosmu) a čtverce (Země) symbolizující uspořádání sebe

¹ „předpoklad posunu člověka ve výtvarné produkci, jež odráží i rozvoj následných změn v činnostech ostatních“ (<http://www.pf.jcu.cz/stru/katedry/arte/>)

² Případná fixace symptomu v artefaktu může nevidomé udržovat ve stabilitě.

³ „Najít střed

Obruč kola špice drží, ale prázdno mezi nimi, jeto smysluplné při jeho použití.

Z mokré hlíny se tvarují nádoby, ale právě prázdno v nich umožňuje plnění džbánů.

Ze dřeva se vyhotovují dveře a okna, ale prázdno jimi tvořené dělá dům obyvatelným.

A tak viditelné sice je užitečné, avšak to, co je podstatné, zůstává neviditelné.“ (Lao-c’)

v kontextu s okolím. V rané dětské tvorbě kruh patří k prvním záměrným, vědomým artefaktům. Charakteristickými znaky mandaly je středová kompozice, pevné kontury a dekor. Tyto aspekty terapeuticky vedou k harmonizaci osobnosti, sebeuvědomění a koncentraci. Téma je vhodné nejen pro nevidomé, ale i pro osobnosti, pro něž je proces harmonizace více žádoucí, než uvolnění nevědomých vrstev, zejména klientela psychotická, mentálně retardovaní, psychicky nevyrovnaní, děti a senioři.

Postup je následující. Na čtvrtku se dle šablony propichováním vytečkuje kruh. Obrácením čtvrtky vznikne jeho hmatatelný reliéf, který plní funkci hranice. V kruhu se nalezne a vyznačí střed, z něhož se nadále vytváří čitelné linie - vhodný je kříž, rytmické křivky a případný kombinovaný dekor. Způsob lze také obdobně aplikovat i na zdobení kraslic či vánočních ozdob pro účelovou tvorbu tzv. přáníček.

Efektivní je hluboká znalost odborné problematiky nevidomých a oboru arteterapie. V hledání lidského potencionálu spočívá **úloha terapeuta**. Utváření kvalitního terapeutického vztahu závisí v navazování důvěrného lidského kontaktu a je jednou ze základních podmínek. Terapeut je zároveň v roli pečovatele, kterému je důvěra vlastní a na něž je spolehnutí.

Nedílnou součástí práce je terapeutovo motivační působení, jež působí blahodárně klientův rozvoj. Práce je vhodná v bezpečném prostředí s uvolněnou a příjemnou atmosférou, aby se všichni cítili spokojeně a pozitivně naladěni. Je-li k druhému člověku kladný vztah, snadněji se přistoupí k učení se novým věcem.

Za prvořadé by měl terapeut považovat potřeby a schopnosti klientů, aby jim mohl více porozumět. Potřebuje mít notnou dávku trpělivosti a poté je možno odhalit a poznávat bohatost jejich vnitřního života. Nároky by měly být odpovídající jejich omezeným možnostem. Jistý nadhled, optimismus a neutuchající hledání nových způsobů řešení hrají u trpělivého terapeuta v tomto okruhu nezbytnou roli.

V rozvoji záleží na terapeutovi, jakou volbu možností a postupů pro klientelu aplikuje. Zvolení činnosti by mělo převážně směřovat na podporu osobnosti, dále na rozvoj fantazie, imaginace, a osvojení si jemné motorické zručnosti, se kterými nachází uplatnění i v jiných oblastech. Prostřednictvím arteterapeutické intervence bývá klient v rámci možností seznamován s co nejširší škálou vhodných technik a veden k odvaze s novými technikami experimentovat a nacházet tak ve svém životě nové alternativy způsobů řešení, tj. je veden k dovednostem pracovat i s jinými technikami a docilovat odpovídajícího výtvarného vyjádření.

- *Arteterapie (léčba uměním)*

„Umění je klam, který hovoří o pravdě.“

(P. Picasso)

Ve 30. letech 20. stol. bylo v USA poprvé použito slovního výrazového spojení art therapy, jež bylo v souvislosti s psychoanalytickým pojetím. Poté v 60. letech následovala první univerzitní forma studia arteterapie. V České republice v roce 1990 založil PhDr. M. Kyzour Ateliér arteterapie při Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích - tzv. *Rožnovská arteterapie*, inklinující k dynamické psychoterapii, obor na pomezí umění a psychoterapie, který má svou teorii a metodiku.

Arteterapie obecně směřuje k metaforám, podpoře katarzi, integraci osobnosti apod. Jedná se o hraniční disciplínu, ve které je odborná znalost na pomezí klinických a uměleckých vědních oborů, a ve které jsou neméně důležité i osobní předpoklady terapeuta, jež by měl být odborně vyškolen. Osciluje v oblastech psychologie, terapie a umění. Má mnoho přístupů a podob. Podle zaměření a přístupů k interpretaci, preference - abreakce, náhled nebo učení je možno primárně rozdělit do dvou následujících odvětví.

1 - Dominujícím terapeutickým prvkem arteterapie tvoří terapie uměním, které je samo o sobě svým s významem⁴. Tento model bývá označen jako „arte of therapy“ a směřuje nikoli k interpretaci a analýze, nýbrž k zevšeobecnění poznatků v rámci člověka a kultury. Preferuje abreakční potenciál produkce, především proces tvorby a spontánnost, čímž dochází k aktuálnímu zklidnění na straně klienta a k přeměně jeho vnitřních destruktivních tendencí. Interpretace obrazu, jež nadále nabízí možnosti ke zmírnění úzkosti, zejména střet s klientovým symptomem, se zamítá. Forma se přibližuje k programově nedirektivním rogeriánským směrům. K východiskům ohledně přístupů neinterpretačních se řadí zejména tvarová psychologie a fenomenologie, humanistická psychologie C. R. Rogerse a existencionálně analytický směr V. Frankla, dále obdobný postoj lze spatřit v artefiletice a v duchovní nebo smyslové výchově.

2 - Arteterapie je pojímána jako artpsychoterapie, jež výslednou výtvarnou produkci i prožitky psychoterapeuticky nadále rozvíjí⁵. Klade zaměření na interpretaci, diagnostiku a strukturu osobnosti⁶. Pracuje se s ontogenezí výtvarného projevu, se souvislostmi osobnosti autora a vlastní produkce v rámci výtvarné a psychoterapeutické metodiky⁷. Vychází se z hypotézy, že posun člověka ve výtvarné produkci se odráží i v rozvoji následných změn v činnostech ostatních⁸. Udává se směrem k behaviorálním přístupům upřednostňujícím (výtvarné) učení, jež nachází uplatnění ve výtvarné metodickém vedení klienta a přístupům analytickým pracujícím s nevědomými momenty psychiky a symbolikou. Výchozími interpretačními směry jsou zejména psychoanalýza S. Freuda, spirituální psychologie C. G. Junga a psychologie A. Adlera (Šicková 2002, Prochaska, Norcross 2001).

V individuální nebo skupinové formě arteterapie jsou patrné rozdíly. Nejvíce záleží na individuálních dispozicích osobnosti. Výhodou individuálního přístupu je vyšší stupeň soukromí a snazší dosažitelnost hloubky problému, ale nevýhodou je pomalost. Skupinová terapie má výhodu v dynamice zpětné vazby, ale nevýhodou je případný ostych a sklony povrchnosti.

⁴ <http://www.arteterapie.cz/>

⁵ <http://www.arteterapie.cz/>

⁶ Šicková, 2002

⁷ http://pestounskapece.cz/aktuality/Prirucka_Arte.pdf

⁸ <http://www.pf.jcu.cz/stru/katedry/arte/>

- **Pojetí teorie rožnovské arteterapie (léčba umění, léčba obrazu)**

Východiskem terapie v rámci uvedené teorie⁹, je „*předpoklad posunu člověka ve výtvarné produkci, jež odráží i rozvoj následných změn v činnostech ostatních*“¹⁰. Rožnovský přístup pojímá metodicky řízený výtvarný proces, analýzu a interpretaci.

Metodicky řízený výtvarný proces koriguje nesrovnalosti požadavků objektivní reality s realitou vnitřní. Skrze výtvarnou imaginaci usiluje o jejich soulad. Koriguje se forma provedení, nikoli výtvarná myšlenka. Smysl instrukce tkví ve zvnitřnění, tj. osvojení si naučeného, jež lze v následných artefaktech nadále aplikovat. Probíhá verbálně, případně i vhodným výtvarným zasažením do autorova artefaktu. „*Arteterapeut je svým metodickým vstupem do klientem rozpracovaného artefaktu schopen ovlivnit výtvarné řešení a jeho konečnou podobu. Cílem metodického vstupu je dospět ke kompozičně a barevně vyváženému artefaktu, který je poměrně realistický, nejlépe iluzivní a figurativní. Metodické připomínky se nejčastěji týkají proporčnosti figur, kompozice, obsazení zlatého řezu, barevnosti ve smyslu komplementárních barev, poměru mezi barevnou skvrnou a kresbou, tvrdosti kontur apod. Artefakt je pak výsledkem mnoha režijních změn, které si je jakoby svými hluchými místy (bloky) vyžádá sám, a je podobenstvím pohybu vrstev zamýšlených a popřených. Žádoucího výsledku je dosahováno „odpouzdřením“ racionálního konceptu vedoucího k výtvarně tuhému projektu, čímž dochází k uvolnění nevědomých pnutí nedestruktivní cestou využitím náhodně vzniklých efektů, kdy náhoda má vypadat jako záměr (a naopak), jestliže ji podrobíme výtvarnému zpracování. Akceptace metodických pokynů a jejich tvořivé uplatnění v dalších artefaktech napomáhá klientovi i ve změně náhledu na příznak a jeho významnost. (E. Perout)*“¹¹.

Při výtvarném procesu, při němž využíváme především eidetických představ, dochází k napětí mezi volním záměrem a výsledným provedením. Co je příčinou případného zkreslení? Odmyslíme-li inhibice ve výtvarném zobrazování, omezení motoriky, narušené smyslové funkce a potřebu expresivního vyjádření nevyjímaje, pak původcem tohoto jevu je pnutí mezi objektivitou vědomí a iracionální vrstvou subjektivní, tj. psychické reality. Tedy za chybné úkony, jako například kaňky, nezáměrně vzniklé útvary na artefaktu apod., deformace reálií, je zodpovědné nevědomí. Ozdravná funkce výtvarné symbolizace spočívá v prolnutí vědomí, tj. volních záměrů s nižšími vrstvami psychiky. Cílem metodicky řízeného výtvarného procesu je tedy jistá harmonie mezi výtvarnými pojmy a výtvarnými znaky. Jestliže totiž pojmy chápeme jako výraz racionality a adaptačního potenciálu člověka, pak symbolizace zrcadlí to, co člověka přesahuje, a spojujeme ji s tvůrčím potenciálem člověka¹².

Analýza artefaktu „*je zaměřena na výtvarnou řeč jako formu vyjadřované myšlenky. Sledujeme záměr a volbu užitých výrazových prostředků při realizaci, tedy jakým způsobem autor výtvarně zpracovává svou myšlenku. Na této úrovni chápeme artefakt, resp. jejich řadu jako podobenství autorova pohybu a úrovně prosazování se ve světě a usuzujeme na míru distance mezi realitou psychickou a objektivní. Při analýze využíváme empiricky získaných poznatků rožnovské školy týkajících se ontogeneze výtvarného projevu, výtvarné metafory poruch emočního a kognitivního vývoje, psychopatologie výtvarného projevu atp.*“¹³.

⁹ podkapitola převážně čerpána z <http://www.arteterapie.wz.cz>

¹⁰ <http://www.pf.jcu.cz/stru/katedry/arte/>

¹¹ <http://www.arteterapie.wz.cz>

¹² Kyzour, z přednášky Arteterapeutické konference, 2009

¹³ <http://www.arteterapie.cz/>

Cílem analýzy je konfrontace autora se svým sebeobrazem, se svým viděním světa a vztahem k němu.

Ontogeneze výtvarného projevu zde vychází z kognitivní teorie J. Piageta, kterou se pokusil M. Kyzour aplikovat do vývoje výtvarného projevu a vytvořil svůj ontogenetický model. S rozvojem myšlení těsně souvisí vývoj dětské tvořivosti. Dělí se na tři vývojové etapy:

I. období egocentrické je přiřazováno ke věku v rozmezí 4 až 8 let. Výtvarná produkce je zatím dvojrozměrná. Dítě ztvárňuje bez zkušenosti, jen co ví. Teprve prostorovým vrstvením plánů a následným překrýváním objektů přechází do období druhého. Myšlení v tomto období je názorné, egocentrické, „představově“ symbolické a antropomorfní, tj. „*myšlení předpojmové (antropomorfní) přecházející do myšlení názorného si svět symbolicky přivlastňuje, čili adaptuje.*“¹⁴. Dítě sice napodobuje, ale neopravuje, jen se podřizuje probíhající činnosti. Vnucování skutečnosti je prozatím škodlivé. Skutečnost dítě výtvarně vypráví, a proto je vhodné ho příběhem motivovat. Z nedostatku zkušenosti nejsou dosud vyvinuty schopnosti usuzování o podstatě, zařazování jevů do vzájemných vztahů, uvažování o objemu a hmotě. Protože skutečnost ještě pořádně „neohmatalo“ všemi smysly, ztvárňuje objekty plošně vedle sebe a mění tak i stanoviště (obrazně), aby se nepřekrývaly. Je potřeba je vést k výtvarnému poučení, zejména opustit základnu. Tímto je možno u nich rozvíjet cit pro prostorové vztahy nižší, bližší a vyšší, vzdálenější, s důrazem na měřítko zobrazení. Dále se rozvíjí cit pro dořešení celé plochy a vnitřní dynamiku práce. K přechodu mezi prvním egocentrickým obdobím a druhým objektivním obdobím konkrétních operací napomáhá sklápění do půdorysu. Je dobré pěstovat odvalu barvou sytou až krycí, které postupně vedou k překrývání. Dojde-li k onomu překrývání, následuje již vkročení do období druhého.

II. období objektivní, konkrétní se pohybuje v rozmezí 8 až 12,5 lety. Obrazy jsou již trojrozměrné, obohacené o iluzi třetího prostoru. Dítě tvoří to, co vnímá a své zkušenosti zpracovává. Dojde-li nakonec k boření iluze, vstupuje se tím do závěrečného období třetího. Dosud jsou však operace konkrétní bez schopnosti nahradit ji operací abstraktní, slovní a formální. Preferuje se zejména kvalitativní operace vedoucí ke strukturování prostoru a jeho uspořádání v následnosti. Je důraz kladen na cit pro intervaly, délky, řezy a perspektivu. Vhodné je vést je k realistickému vidění reálné skutečnosti a jejímu poznání formou studie, avšak ne samoučelnou - vést je jen k přibližné perspektivě, korigované emocionálně, nikoli konstruovaně. Původní koncepci dítěte je třeba ještě ponechat. Projevuje se snaha o jednorázový vjem, přepis skutečnosti se zobrazuje již z pevného stanoviště. Dítě už nevypravuje, ale vnímá - respektuje jediné skutečnou iluzivně vnímanou realitu. Hodí se studie dle modelu uhlem, kde se nevtíravě upozorňuje na odlišnosti zobrazené skutečnosti od objektivní reality. Tímto způsobem se lépe odstraňuje sklápění do půdorysu a upravují se disproporce jednotlivostí.

*„Iluzivní výtvarné záležitosti jsou scénou a prostorem k dosazování předpokládaných autobiografických dějů a životních iluzí. Neberme dětem to, co i nám bylo užitečné, co pro nás bylo nepostradatelné, čeho jsme se zákonitě zbavili, když přišel čas sebereflexe.“*¹⁵ Člověk dozrává zbavováním iluzí a právě aby mohl dozrát, musí nějaké iluze mít. Ústředním smyslem druhého období je proto pěstování iluzí, tj. emocionální obohacování estetického vztahu ke skutečnosti. Ke konci tohoto období se pak získané iluze pozvolna bourají reflexí. Iluze se posléze odhalí v rozpornosti mezi přísným pozorováním a zobrazováním skutečnosti a uvolněním při volné tvorbě. Prvé značí kázeň a druhé tvořivost – výsledkem je duch v kázni a řád v tvořivosti. Samotná kázeň lze sice vycvičit sestrojováním různých kružnic, spirál a čar, však chybí význam emoční.

¹⁴ <http://www.arteterapie.wz.cz/3.html>

¹⁵ <http://www.arteterapie.wz.cz/3.html>

Je třeba upřednostnit skutečně barevnou perspektivu oproti perspektivě šednoucí do dále. Přichází na řadu světelná dominanta v obraze, jež koresponduje s barevnou dominantou nevědomě fungující již v předešlém období egocentrickém. Obě se umocňují pouze okolními vztahy. Sice vyváženost a plošnost zůstává, ale „přichází rytmus ploch tmavých a světlých, barev teplých a studených“. Potřebu skutečné iluze umocní práce v kombinaci s hutnými a průhlednými barvami., tj. s krycími pastóznějšími až polokrycími barvami a tušemi a inkousty. Hustá barva slouží k těžkým a zřetelně vymezeným plochám. Tuše a inkousty jako lazury vedou k oživení a zobrazují realitu méně hmotnou např. vzduch, oblohu, vodu apod. Žádoucím ředěním a lomením těchto barev se dospívá k prostorové iluzi.

Prožitek iluzivního prostoru je transferem skutečnosti. Přeskočením z egocentrického období rovnou do formálního vzniká deficit. Produkce je pak bez dynamiky, rozměrů a prostoru mezilidského kontaktu. Musí se tedy vrátit a začít neabsolvovaném obdobím. V obdobné situaci se může nacházet i terapeut či pedagog, jež dosud chybějící období nezpracoval, opovrhuje jím a totéž požaduje i od druhých. V případě chybějícího konkrétního období je nutno vést k jeho odžití prostřednictvím figurativního zobrazování, lineární perspektivy, šerosvitu a metafyzické vrstvy.

Na konci tohoto objektivního období bývá výtvarná krize. Vzniká z normativnosti, z porovnávání se s profesionály - „*neumím, nechci se ztrapnit*“. Krize výtvarná je zároveň i krizí intelektuální - brzdí tvořivost a osobnost i ostatní oblasti života. Nedostatek tvořivosti teoretické bývá z příčin chybějících nedostatků estetických. Po vyprcháání spontánnosti lze zachovat estetické kvality odvahou k barevné nadsázce, tj. jednotou funkcí barvy, jež vylučují kresebný popisný naturalismus. Výtvarnou krizi překonávají akční techniky, rozpíjení a kombinované techniky, ve kterých se uplatní chybný úkon.

Operace předformální pracuje s iluzí již protilogickou, ze snové, imaginární představy např. imaginární portrét „nikoho“, kde ideální představu „o sobě“ buď vyzdvihne, anebo naopak zobrazí pravdu a „nepravou“ iluzi tak zničí. Na konci druhého období nyní dochází k odstraňování iluzivních scén. Rozdrobením iluze na jednotlivé části vzniká nová skutečnost, nezávislá na viděné či představované iluzi, čímž se přesouvá ke třetímu reflexivnímu období.

III. období formální neboli *reflexivní* se objevuje kolem 13 až 18 let věku. Pracuje se již se 4. rozměrem - rozměrem filosofickým. Zobrazuje se to, co se ví, ale i se zkušenostmi. Myšlení je formální, utvářejí se formální operace se schopností usuzovat hypoteticky a deduktivně v rovině obecné. Důležitější je důslednost usuzování, než samotná zkušenost a skutečnost. Zobecnování bývá vyjádřeno formou abstrakce a tvorbou symbolů. Postačuje dvojrozměrné zobrazení „čtyřrozměrných“ problémů, neboť jsou více v zájmu citové stavy než děje. Většinou je vše v ploše, již bez pozorovatelského stanovisko, bez předstírání a iluze, protože vztahy reálné i eventuální zastupuje abstrakce, tedy vzorec, schéma, kompoziční kostra. Optimální je rozvolnění stylu, kde se projevuje flexibilita ke konkrétní a abstrakci. Samotná studie totiž svazuje volnou tvorbu a volná tvorba zase podporuje nedbalost studií. Zmíněnou flexibilitou je osvobození se od konkrétní „*myšlení je osvobozené od skutečnosti*“¹⁶.

Interpretace artefaktu či jejich řady je procesem, na kterém se již podílí nejen autor, ale i arteterapeut. Soustřeďuje na obsah sdělení, na vizualizovanou myšlenku. Předmětem interpretace artefaktu je hledání jeho latentních, tedy symbolických významů. Ale teprve výklad, tedy jejich identifikace v aktuální životní problematice, je tím, co už je na autorovi artefaktu a co je působkem jeho náhledu a sebereflexe. Nejde zde tedy pouze o pojmově uchopitelný vhled racionální, ale i dopad v rovině emoční, uvědomění si souvislostí mezi tím, co bylo a tím, co je. A právě posun ve způsobu výtvarného vyjadřování je jedním z indikátorů, který svědčí o efektivitě zmíněného procesu.

¹⁶ <http://www.arteterapie.wz.cz/3.html>