

Úvahy nad expresivními terapiemi inspirované mezinárodní konferencí Space for Therapies II: Bazální otázky v kreativních terapiích

Marie Lhotová

Po uplynutí tří let od první úspěšné mezinárodní konference expresivních terapií konané v Praze byla za spolupráce České arteterapeutické asociace, Muzikoterapeutické asociace České republiky, Asociace taneční a pohybové terapie České republiky a Asociace dramaterapeutů České republiky zorganizována „Space for Art Therapies II“. Konala se ve dnech 21. a 22. 6. 2013 stejně jako konference předchozí v prostorách Divadelní fakulty Akademie múzických umění v Praze na Starém Městě. Zatímco předchozí konference měla za cíl dát prostor především pro prezentaci terapeutických přístupů, které využívají při práci s klienty a pacienty umělecké kreativity a expresivity, letošní se zaměřila na bazální otázky v kreativních terapiích. Dala prostor k zamyšlení nad identitou těchto oborů včetně vymezování faktorů, které se v rámci arteterapie, dramaterapie, muzikoterapie a taneční pohybové terapie podílejí na léčení, vymezování předpokladů pro využití malování, tance, hudby či divadla pro terapii, tomu, jak kontraktujeme, vedeme proces, pracujeme s introspekci, intervenujeme, hledáme kontext, reflektujeme, tomu, zda jsou kreativní terapie psychoterapií. Soustředila se na kořeny, řemeslnost a podstatu věci samotné včetně toho, kdo může kreativní terapie poskytovat a kde a nakonec přinesla též téma mimoterapeutického využití uměleckých aktivit zejména v pedagogické oblasti. Jsou to otázky, které zůstávají stále aktuální a diskuse nad nimi jsou mnohdy nosné pro další rozvoj těchto oborů a vymezení jejich místa na poli psychoterapie.



Otázka, kdo může kreativní terapie poskytovat, jaké jsou profesní předpoklady a požadavky pro kvalifikované postupy v praxi, je zcela zásadní. Tomuto tématu souvisejícímu též s praktickou rovinou kvalifikačních kurzů certifikovaných ministerstvy a zakotvení těchto oborů v rámci jejich kompetencí u nás byla věnována panelová diskuse v plénu se zástupci jednotlivých asociací: PhDr. Markétou Gerlichovou, místopředsdkyní Muzikoterapeutické asociace České republiky (CZMTA), MUDr. Ivetou Koblíkovou Zedkovou, předsdkyní Asociace tanečně pohybové terapie ČR (TANTER®), PhDr. Kamilou Laudovou, předsdkyní Asociace dramaterapeutů České republiky (ADCR) a PhDr. Ing. Marií Lhotovou, Ph.D., předsdkyní České arteterapeutické asociace (ČAA). Spolupráce asociací na profesních požadavcích i formálně legislativních a normativních záležitostech se jeví nadále jako velmi důležitá stejně jako diskuse o nových teoretických poznatcích daných oborů, výzkumné činnosti a možnostech a hranicích praktikování psychoterapie. V tomto směru bylo setkání kolegů, kteří pracují s výtvarnou tvorbou, tancem, hudbou a divadlem u nás i na mezinárodní rovině velice významnou obohacující akcí. Konference dovolila výměnu zkušeností se zahraničními kolegy jak na rovině ukotvování oborů, tak na rovině praktické práce v terapeutické či pedagogické oblasti, osobních setkání i inspirace v činnostech arteterapeutů, muzikoterapeutů, dramaterapeutů a tanečních terapeutů.

V přípravném výboru této konference spolupracovali stejným dílem již osvědčení zástupci delegovaní jednotlivými asociacemi (dipl.KT Beate Albrich, MgA. Viktor Dočkal, Mgr. Matěj Lipský, MgA. Ing. Jana Špinarová Dusbabková M.A. BC-DMT). Mediálními partnery byly časopisy Arteterapie, Psychoterapie a Psychiatrie pro praxi.

Pokud jde o programovou náplň konference, dopolední program byl po oba dny věnován přednáškám, v odpoledních hodinách pak probíhaly workshopy našich i zahraničních odborníků v kreativních terapiích.

Mezinárodní účast byla skutečně široká, na přednáškové i praktické části workshopů spolupracovali zahraniční účastníci z různých konců světa, namátkou Phile Jonese (UK), Jenelle Mazaris (USA), Byungchuel Choi (Jižní Korea), Heidi Fausch (Švýcarsko), Wolfgang Mastnak (Německo, Čína), Tono Guth (Slovensko), Martina Weissgerber (Francie), Audronė Brazauskaitė a Dovilė Jankauskienė (Litva), Mayumi Fujiwara (Japonsko) a další.

Představu o obsahovém zaměření příspěvků si lze vytvořit následným výčtem:

Arteterapeutky z Litvy, Dr. Audronė Brazauskaitė a Dovilė Jankauskienė představily společný workshop o projekci mentálních stavů do okolních věcí a událostí a o způsobech, jak při zkoumání náhodných momentů zjišťujeme, že různé formy, barvy, proporce a pohyby nastavují a odrážejí naše vnitřní stavy. Během dílny byly využívány prvky arteterapie a psychodramatu se soustředěním na jedinečnosti a složitosti věcí.

O svých dlouholetých zkušenostech i pochybnostech pohovořila ve své přednášce Martina Weissgerber, která pracuje arteterapeuticky v Německu a ve Francii s dětmi a dospělými, kteří prožili různá traumata, s lidmi s chronickým onemocněním psychosomatického či psychiatrického typu.

S jedním z možných arteterapeutických přístupů ve workshopu nazvaným Přeměna a forma seznámil účastníky Axel Rütten aktuálně pracující v italské Veroně. Během dvaceti let své arteterapeutické praxe působil v psychiatrické péči s klienty s různým typem postižení, drogově závislími, vězni a lidmi s poruchami autistického spektra. Specializuje se na trojdimenzionální techniky v arteterapii, kde nejčastěji využívá práci s hlinou. Jeho workshop práce s hlinou byl praktickou ukázkou toho, jak lze v arteterapii využít hlinu pro každodenní práci s klienty. Směřoval k uvědomění si dynamiky vnitřního procesu v kontaktu s vnější formou. Tento vztah mezi modelujícím a hlinou může přinést nové vhledy prostřednictvím vznikání nových forem a tím se stává základní zkušeností, jež vede též k novým vhledům v poznávání vztahu k sobě samotnému. Proces přeměny pak přináší nové přístupy v jednání vůbec.

Mayumi Fujiwara, mladá arteterapeutka z Japonska, která integrovala do své arteterapeutické praxe hrové prvky, přinesla inspiraci zvláště začínajícím arteterapeutům a těm, kteří pracují s dětmi.

Dr. Phil Jones, dramaterapeut z Institute of Education, University of London, ředitel Research and Reader na University of Leeds ve Velké Británii seznámil účastníky v divadelně zaměřené dílně Iljine a drama jako terapie s přístupem popsaným v knize 'Drama As Therapy (Jones 2007, Routledge), který je založen na práci s improvizací. Jde o takový flexibilní přístup k improvizaci, který umožňuje skupinám během několika týdnů rozvíjet a do hloubky zpracovávat a propojovat osoby, témata i tzv. "každodenní dramata". V dílně bylo možné se dozvědět, jak pracovat se stavbou scénáře či jak prostřednictvím praktických činností nakládat s improvizací sekvencí.

Jeho kniha "Drama as Therapy" (1996, 2007 Routledge) je mezinárodně nejvíce citovaná práce v oboru Dramaterapie¹. Mezi jeho další knihy patří "The Arts Therapies" (2005 Routledge), "Rethinking Childhood" (2009 Continuum) a "Rethinking Children's Rights" (2010 with Welch Continuum). Jeho knihy o uměleckých (Arts) terapiích byly přeloženy a publikovány v Číně, Jižní Koree a Řecku. Je editorem "Children's Rights in Practice" (with Walker 2011 Sage), "Drama As Therapy 2" (2010 Routledge), "Supervision of Dramatherapy" (2008 Doktera Routledge), "Childhood: Services and Provision" (2007 Moss, Tomlinson and Welch Pearson) a řady dalších editorských sérií, vycházejících v kontinuu "New Childhoods". Jeho odborné články a výzkumy byly publikovány v mnoha časopisech, včetně "European Journal of Counselling and Psychotherapy", "Research in Drama Education", "Counselling and Psychotherapy Research", "The Arts in Psychotherapy" a "Body, Movement and Dance in Psychotherapy". Byl hlavním řečníkem na odborných konferencích v mnoha zemích, včetně Jižní Afriky, Jižní Koreje, Itálie, Řecka, Nizozemska a nedávno také na prestižním Triennial World Congress for Psychotherapy, Sydney, Australia.

Jenelle Mazaris, dramaterapeutka, instruktorka jógy a aktivní divadelnice, která je výcvikovým lektorem Rumunské asociace herních terapeutů a dramaterapeutů, se zúčastnila programu dramaterapeutickým workshopem YogaDrama, ve kterém představila novou zejména v Rumunsku a v USA se rozvíjející metodu dramaterapie kombinovanou s léčebnými aspekty jógy a terapeutických disciplin. Ona sama zaměřuje současnou práci na děti, mládež a dospělé a má pracovní zkušenosti z dětských domovů, zdravotnických zařízení, včetně psychiatrických léčeben a denních center v USA a Rumunsku.

Vývoj muzikoterapie v Jižní Koreji nastínil Byungchuel Choi, Ph.D., profesor na Sookmyung Women's University, Soul a mnohaletý prezident Korejské asociace muzikoterapie, který stál při vzniku základního programu vzdělávání v muzikoterapii (1996) a u zrodu prvního časopisu zaměřeného na muzikoterapii (1999). Korea zaznamenala velký rozvoj muzikoterapie, existují zde dvě hlavní muzikoterapeutické asociace: Korejská asociace muzikoterapie a Národní asociace korejských muzikoterapeutů. Zároveň s utvářením těchto dvou hlavních asociací se zformovalo okolo dalších deseti menších. Korejská hudební terapie uplatňuje stejně jako v USA přednostně behaviorální přístup v kombinaci s kognitivním přístupem. Dalšími populárními přístupy jsou humanistický a psychoanalytický a dále pak specifický přístup používaný v neurologii. Dále byli účastníci konference seznámeni s průběhem jedné z důležitých událostí, kterou byl 13. světový kongres muzikoterapie, který se konal v Soulu v roce 2011. Tohoto pětidenního kongresu se zúčastnilo celkem 1347 muzikoterapeutů, z toho 485 účastníků pocházelo ze 45 různých zemí. Na závěr své přednášky shrnul prof. Choi čtyři úspěšně přijaté speciální strategie podporující rozvoj muzikoterapie v Koreji tak, jak byly zformulovány na této neobyčejně rozsáhlé akci.

Wolfgang Mastnak známý svými aktivitami v Německu a Číně ve své přednášce i workshopu představil přístup teoreticky zakotvený v paradigmatech regulační medicíny a celostní psychosomatiky s aspekty tradiční čínské medicíny. Pracuje se zvukem, pohybem, dýcháním. V tomto přístupu se předpokládá, že expresivní výkon může modulovat psychosomaticky rovnovážné stavy a tím vyvolat samoregulační a sebeléčící mechanismy. Zaměření na modulaci energetického toku a holistický pokus o jeho vyvažování budou dále diskutovány z pohledu aplikovatelnosti v kardiologii a psychiatrii, zejména při kardiovaskulárních onemocněních a arteriální hypertenzi na jedné straně a při úzkostných poruchách, depresi, depersonalizaci, hyperkinetické poruše, stejně jako syndromu deficitu pozornosti (ADHD) na straně druhé.

¹ Dle Google Scholar metrics

Workshop se týkal zvuku, pohybu a dýchání, jeho přehledová přednáška se vztahovala k léčivým faktorům v muzikoterapii a ke způsobu, jakým se ptáme. Pokud jde o hudebně-léčebné praktiky napříč kulturami od raných počátků hudební terapie až do dnešní doby, můžeme identifikovat šest hlavních přístupů, které se značně liší: Jsou to (a) mystické a náboženské názory, (b) filozofické a umělecké přesvědčení, (c) klinická pozorování, (d) psychologická vyšetření, (e) psychofyziologický výzkum, (f) interdisciplinární vědecká spolupráce. Přednáška obsahovala srovnání vlastností, výhod a nevýhod těchto, často i protichůdných přístupů, nicméně upozornila, že zatímco klinická pozorování, zkoumání mysli a interdisciplinární pozadí často vedou k inovativním hypotézám, vědecký objev způsobí často problémy: klinický design výzkumu, řízené empirické šetření, kritická interpretace dat, rozvoj vhodných teoretických modelů a kompatibility s širšími lékařskými a antropologickými systémy. Nejčastěji diskutované léčebné mechanismy muzikoterapie jsou (a) rozvoj specifických osobnostních vlastností, (b) zvládnání traumat, (c) prolomení pevných nebo obsesivně-kompulzivních smyček, (d) vyvažování psychosomatické rovnováhy, (e) tvůrčí procesy a estetická percepce jako léčivé faktory sui generis, (f) specifické fyziologické vlivy (např. koronární tepny, hladina serotoninu atd.).

Muzikoterapeutický workshop Heidi Fausch-Pfister, klinické muzikoterapeutky, pedagožky a supervizorky, absolventky výcviku v analytické psychoterapii Institutu C. G. Junga, představil práci s komplexy v psychosomatice prostřednictvím práce s Morenovými kategoriemi rolí a Sternovými úrovněmi vědomí a jejich změnou působením efektů hudby, čímž se dosahuje efektivních a dlouhodobých muzikoterapeutických intervencí pro pacienty trpící psychosomatickými a somatopsychickými problémy. Analýza komplexů rolí je přínosem pro diagnostickou práci a je také užitečným nástrojem supervize. V příslušném workshopu byly po krátkém teoretickém úvodu hudebně představeny a zanalyzovány 2 komplexy a následně hudebními přístupy změněny.

Janet Kaylo, jungiánská terapeutka, studovala v centru psychoanalytických studií na univerzitě v Essexu ve Velké Británii, je certifikovanou pohybovou terapeutkou, pohybovou psychoterapeutkou pro seniory trénovanou v analýze pohybových vzorců Warrena Lamba, která léta profesionálně tančila a trénovala. Publikovala články o pohybu a embodyment v kontextu jungiánské teorie, fenomenologie a imaginace. Od roku 1995 vede výcviky a workshopy v Kanadě, Evropě a Velké Británii a je zakládajícím vedoucím Laban/Bartenieffových pohybových analýz a somatických mezinárodních studií. Publikovala články o pohybu a embodyment v kontextu jungiánské teorie, fenomenologie a imaginace. Ve svém workshopu poukázala na tři základny v tanečně-pohybové terapii, a to ztělesnění, naladění a pozorování. V tomto směru byl prozkoumáván zážitek „ztělesnění“, který podporuje intersubjektívni způsoby vnímání. „Naladění“ pak jsou schopnosti, které lze zlepšovat a rozšiřovat pozorováním pohybu, vytvářením většího prostoru pro vztahování se k druhým skrze pohybový zážitek a hru.

Ve své přednášce se zamyslela nad tím, jak nám mohou naše společné přístupy v uměleckých terapiích pomoci vymezit profesní pole praxe. Položila otázku, zda můžeme rozeznat hlavní znaky, které umělecké terapie odlišují od vzdělávacích procesů a dalších „terapeutických“ umělecky založených projevů s tím, že hluboké zamyšlení nad samotnými otázkami bude důležitější než stanovení přesných odpovědí na ně. Role terapeuta zahrnuje i prvky vzdělávání klienta a tato role učitele funguje nejlépe tehdy, když je psychicky stabilní. Tvůrčí proces, který usnadňují terapeuté, také podporuje osobní rozvoj jako přirozený proces, prostřednictvím něhož se uskutečňují psychologické změny.

Greetje Kiupers, taneční terapeutka v psychiatrické léčebně v Rotterdamu, pracuje s klienty s poruchami nálad a depresivně úzkostnými poruchami. Pracuje také jako koterapeutka ve skupině

sexuálně zneužívaných mužů. Z této oblasti vycházel její workshop, který připravila spolu s Borutem Kocarem, profesionálním tanečníkem a tanečním pedagogem pro děti i dospělé, specializovaným na práci s traumatem. Nazvali jej Od pocitu beznaděje k pocitu hrlosti. Právě taneční pohybová terapie v kombinaci s kognitivně behaviorální terapií nabízí užitečné a vhodné způsoby intervence na tělesné rovině „tady a teď“. Díky internalizaci zneužití považují mnozí muži účast v terapii za znamení své neschopnosti či nekompetence. Léčebná metoda vyvinutá a využívaná v Holandsku od 90. let je postavena na několika fázích. Mužští klienti, kteří popřeli a odmítli svá těla, udělali prostřednictvím tance nová rozhodnutí. Díky tanci, pohybu a kreativnímu výrazu se jejich emoční vyjadřování posunulo na jinou rovinu. Došlo k integraci emocí, myšlenky i chování z minulosti i přítomnosti a klienti začali používat nové nástroje, které získali díky taneční terapii a kognitivně behaviorální terapii. Workshop byl zaměřen na tuto léčebnou metodu a různá stádia terapeutického procesu. Kombinoval teoretická východiska a sebezkušenostní práci týkající se jednotlivých stádií léčby.

Prezentace prof. Sabiny Koch nazvaná Tanečně-pohybová terapie ve 21. století nastínila vývoj tanečně pohybové terapie v Evropě, poskytla obecný přehled taneční terapie založené na důkazech a přehled výzkumů v tanečně pohybové terapii s výhledem do budoucna. Workshop „Tančí svůj život“ byl zacílen k objevování naší minulosti, přítomnosti a budoucnosti skrze pohyb. Vyzkoušení si rozmanitých cest od přítomnosti do budoucnosti prostřednictvím tance je způsobem, který lze zařadit k terapii orientované na řešení.

Mgr. Gabrielle Javier-Cerulli, americká poradenská psycholožka v oblasti duševního zdraví, facilitátorka v individuální práci i skupinových workshopech, využívá tvůrčí proces k procvičování kreativního já (Creative Self) k ujasnění směru a sebeobjevení **prostřednictvím intermodálního expresivního umění**. Skrze svou práci specialisty na archetypy dokládá, že její klienti zažívají hlavní pokroky a největší úlevu v nalezení toho, kým skutečně jsou a kým skutečně nejsou. Paolo Knill, významná postava ve vývoji expresivní arteterapie, použil jako první termín intermodální transfer (intermodal transfer). Intermodální transfer se přesouvá z jednoho uměleckého prostředí na jiný podle toho, co zlepšuje proces a prožívání klienta nebo skupiny. Účastníci workshopu zažili sílu intermodálního transferu začínajícího v jejich tělech, pokračujícího jako vizuální cvičení a končícího v psaní reflexe. Také se věnovali teorii, ze které tato technika vychází a tomu, kdy ji lze používat, u jaké populace a jaká kombinace způsobů expresivního umění funguje nejlépe. Mímoto se workshop zaměřil na podobnosti a odlišnosti mezi třemi povoláními pracujícími s expresivním uměním: terapeutem, facilitátorem a koučem. Ačkoliv jejich techniky mohou být stejné, záměry, cíle a výsledky pro jejich klienty jsou poměrně odlišné.

Mgr. Lucie Dercsényiová, Ph.D., choreoložka, taneční kritička, taneční terapeutka se ve svém workshopu zaměřila na způsob fungování procesu tanečně pohybové terapie ve vzdělávacím procesu. V tomto workshopu šlo o společně nacházení křehké hranice pohybu jako fyziognomicky strukturovaného procesu, do kterého proniká terapeutický aspekt pohybového zvnitřnění. Autorka pracuje ve vzdělávacím procesu tanečníků, který má ukázat možnost práce s tělem skrze vnitřní prožitek, hovoří o důležitosti hranice mezi psychoterapií a seberozvojeovou prací s využitím principů tanečně pohybové terapie, kdy terapeut přebírá zodpovědnost za hlídání hranic a vytvoření bezpečného prostředí klientů/tanečníků-studentů. Její workshop byl zaměřen na společné hledání hranice těla, prostoru jistoty pro hranice procesu, kde skrze pohyb odkrýváme emoce, představy a asociace. Pokud si uvědomíme terapeutický rozměr, který s sebou sebezpoznávací proces skrze pohyb nese, měli bychom být připraveni na možné odkrývání emocí a témat, které proces vyvolává. A pak můžeme nechat klienty/tanečníky naslouchat tělu.

Arteterapeutický workshop Sandspiel Hra na písku Pavla Zacha, psychoterapeuta a jungovského analytika s několikaletou sebezkušeností v Sandspielu v Institutu C. G. Junga v Curychu, nabídl krátké teoretické seznámení s touto metodou a s jejími principy a také možnost zážitku této metody s následnou diskuzí. Sandspiel je terapeutická metoda, kterou rozvinula v 50. a 60. letech minulého století žačka C. G. Junga, švýcarská analytička Dora Kalff. Klientovi – ať dítěti či dospělému – je v této metodě nabídnuta možnost vytvořit si na ohraničeném pískovišti a s pomocí množství předmětných symbolů obrazy odpovídající jeho vnitřnímu světu. Lze tak při volné a kreativní hře na písku vstoupit do kontaktu s nevědomými procesy způsobem, který je podobný prožitku snového obrazového světa. Prostřednictvím obrazů vzniklých na písku je tímto způsobem podpořen individuální proces klienta.

Interaktivní workshop Mgr. Miluše Hutýrové, Ph.D., terapeutky, lektorky a supervizorky z Ústavu speciálněpedagogických studií Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, byl zaměřený na seznámení se základními koncepty narativního přístupu a možností jejich využití v arteterapeutickém procesu externalizace problémů a hledání alternativních příběhů ve vzájemných předpokladech, vztazích a provázení klientů i terapeutů v kontextu různorodosti, jakou může být např. pomalost a rychlost.

Mgr. Štěpán Smolík, Ph.D., terapeut v pražském Dětském krizovém centru, dramaterapeuticky pracuje zejména s dětmi s hyperaktivitou, poruchami chování, syndromem CAN a s lidmi s mentálním postižením. Herecky, režijně či dramaturgicky působí v pražských divadlech Orfeus, Inventura a Plzeňském nadnárodním divadle. Patří mezi zakládající členy Asociace dramaterapeutů ČR. Ve své přednášce se zaměřil na kořeny dramaterapie.

Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D. uspořádal workshop inspirovaný metodami skazkoterapie² a jejich využitím v rámci dramaterapeutické intervence. Skazkoterapie je u nás téměř nepraktikovaný přístup. Jedná se o expresivní terapii využívající jako prostředku léčby pohádku a pohádkové motivy. Tento systém je systematicky rozvíjen v Rusku, obdobu pod názvem bajkoterapie lze nalézt i v Polsku. Workshop demonstroval některé z konkrétních možností využití skazkoterapeutických metod v dramaterapii tak, jak je autor využívá ve své psychoterapeutické praxi.

Mgr. Jan Veselý, Ph.D., absolvent Divadelní fakulty JAMU v Brně, dramaterapeut v oblasti vězeňství, lektor a vedoucí Centra prevence, externí pedagog PdF UP Olomouc, místopředseda Asociace dramaterapeutů ČR. Představil ukázky dramaterapeutické práce, která je zaměřená na prevenci negativních jevů a podporu kladných a silných stránek osobnosti klienta ze zkušeností z dramaterapeutické práce ve vězení. Základním záměrem tohoto přístupu je hledání smyslu v životě a v tom, co se aktuálně odehrává, a hledání prostoru pro vlastní angažovanost a prožívání žádoucích emocí. Důležité momenty této práce tvoří znovunalezení důvěry ve své schopnosti, motivace v jejich rozvíjení, práce s morálními hodnotami a hledání potřeby, motivace a smyslu vedoucí ke změně chování.

Dramaterapeutický workshop MgA. & MgA. Václavy Křesadlové, Ph.D. (arteterapeutka v terapeutické komunitě pro drogově závislé, asistentka pro studium dialogického jednání na DAMU) se věnoval konceptu, jež má základ v pedagogice autorského /osobnostního/ herectví a následuje principy otevřené dramatické hry, dialogického jednání a herecké improvizace. Ve středu zájmu je prohlubování citlivosti klienta pro kontakt se sebou samým a s partnerem, uvědomování si dramatiky přítomné chvíle a schopnosti ztvárňovat a současně prožívat imaginaci. Hlavním

² Termín „skazkoterapie“ je přejetý z ruštiny, psaná podoba kopíruje ruský výraz a začíná se postupně objevovat ve sbornících z konferencí a v odborných periodících (Martin Dominik Polínek, autor příspěvku).

principem je aktivování schopnosti klienta dramaticky tvořit v přítomné chvíli, a tak prohlubovat prožitek tohoto momentu. V rámci terapeutického programu pro klienty v komunitě Magdaléna je umístěn pravidelně jedenkrát týdně program s názvem „Neverbální techniky“. Pro tento program vytvořila Václava Křesadlová koncepci, kterou v rámci svého příspěvku na konferenci představila a nabídla praktické vyzkoušení tohoto způsobu terapie.

Mgr. Jiří Kantor, zakládající člen a současný místopředseda Muzikoterapeutické asociace České republiky, který působí v soukromé praxi a vyučuje na Univerzitě Palackého v Olomouci. V roce 2009 vydal společně s Matějem Lipským, Janou Weber a dalšími spoluautory publikaci *Základy muzikoterapie* (vyšla u nakladatelství Grada). V jeho workshopu šlo o pokus zachytit tělesné prožitky, pocity a myšlenky a převést je do pohybu, slov a hudby. Kreativní proces nabízí možnost integrovat tělesné i psychické aspekty osobnosti a přenést je do podoby, kterou je možné sdílet s ostatními. V závěru workshopu se účastníci stali aranžéři svých vlastních kompozic. Prostor byl věnován také diskuzi a tématu symbolizace a analogie v expresivních terapiích.

Workshop Zdeňka Vilímka byl zaměřený na praktické ukázky využití muzikoterapie u lidí s mentálním postižením. Vyšel z autorovy praxe od roku 2001, kdy se jako asistent speciálního pedagoga začínal věnovat alternativním formám komunikace u dětí s těžkým mentálním a kombinovaným postižením. Později, jako speciální pedagog se zaměřením na muzikoterapii, vytvořil metodický koncept *Hudba těla*, který se zabývá praktickým využitím koordinačních, komunikativních a kreativních postupů v muzikoterapeutické praxi. Ověřování metodiky a následný výzkum zaměřil autor na podporu a rozvoj smyslové kooperace, psychomotoriky, mentálních funkcí, emočního prožívání a sociálních dovedností u lidí s mentálním a kombinovaným postižením. V současné době se autor věnuje muzikoterapii v oblasti rané péče u dětí se sociálně zdravotními riziky, lektorské a publikační činnosti, pořádání mezinárodních benefičních festivalů v jeskyních, zpěvu a hře na tradiční i exotické hudební nástroje.

Muzikoterapie v tradici lidových nástrojů se věnoval také workshop Hany a Petra Bronišových, kteří při své práci v léčebnách i sociálních a školských zařízeních používají vlastní metodu s prvky kreativní a improvizáční muzikoterapie v tradici lidových nástrojů, které také zhotovují a dodávají. Jsou autoři a lektori řady akreditovaných kurzů MŠMT. Jejich prožitkový workshop nabídl procvičit si intuitivní pocitovou hru na lidové (etno) nástroje ze světového dědictví našich předků, tzv. „koncovky“ (bezdírkové píšťaly), které působí příznivě na psychiku i tělo v každém věku i při různé míře postižení klienta - hráče. Aktivní meditace a relaxace v souvislosti s hudbou je metodou vhodnou také pro zlepšení vztahů v kolektivu, ke stmelení pracovního týmu, uvědomění si rolí a zefektivnění komunikace.

Tono Guth a Branislav Letaši ze Slovenské republiky se ve svém zážitkovém rytmicko-bubenickém workshopu zaměřili na poznání a uvědomění si možnosti působení rytmu na jednotlivce i na skupinu a nabídli účastníkům jednoduché cvičení a hry ke zdokonalování a upevňování rytmu v sobě samotném i v práci se skupinou prostřednictvím tepu, dechu, hlasu, chůze, vnímaného rytmu okolo nás v přírodě, při sportu, řízení apod. Zaměřili se na identifikaci rytmu, možnosti rytmického projevu, možnosti rozvoje rytmiky, dění, když člověk vypadne ze skupinového rytmu a toho, jaká je cesta zpět, kolik rytmů můžeme hrát v jeden moment a mnoho dalších možností při hledání potenciálu bubnování. Na individuální úrovni může vnímání rytmu v činnostech rozšiřovat schopnosti a potenciál jedince. Možné je pracovat s transferem objevených a odhalených schopností a tvořivé zkušenosti do každodenní činnosti tak, že se poukazuje na průniky mezi hudbou a reálným životem, kdy cílem obou rovin je chaos měnit na systém a naopak přílišný rigidní, nepružný systém inovovat tvořivostí a otevřeností k možnosti změny. Cílem workshopu bylo rozpoznat a uvědomit si možnosti působení rytmu na člověka a skupinu a následně nabídnout jednoduché skupinové cvičení

a hry. Rytmus podporuje systém (jedince, skupiny, organizace), hra na bubny může pomoci porozumět jiným lidem a najít nové možnosti komunikace a spolupráce ve skupině. Prostřednictvím hry se lidé lépe poznávají, objevují nový nebo skrytý potenciál, společný zážitek lidi sblíží, což vede k vzájemné podpoře a stimulaci. Zároveň rozvíjí tvořivost, která se potom může uplatnit i v jiných oblastech, např. snižuje zábrany, dodává odvalu k věcem, ke kterým člověk předtím nikdy neměl odvalu, dovolí vidět v běžných aktivitách i jiné dosud nevyužité možnosti, objevit jiné funkce předmětů, jevů a procesů.

Elena Kermietová (Krizové stredisko pre deti s poruchami správania Liptovský Mikuláš, psychiatrické oddelenie a DPS Liptovský Mikuláš) ve workshoptu *Nohami na zemi a slovami v ústach* nabídla prostor pro upřesnění a pojmenování momentů, které dělají z pravidelného setkávání se lidí v psychoterapii. V tomto rámci podrobila hlubšímu zkoumání a následně odborné diskuzi i zážitek terapeuticky orientovaného tance a pokusila se identifikovat místo, které má pohybový projev člověka v psychoterapeutické péči, zamyslet se nad tím, čím dokáže tanec psychoterapeutický proces obohatit tak, jako to jiné formy kontaktu nedokážou, nad tím, kde leží hranice léčivého potenciálu tance a pohybu a pohybu, ke kterému musíme k pohybovému zážitku ještě něco přidat, když chceme hovořit o psychoterapeutickém setkání.

V průběhu konference proběhl též interaktivní křest knihy zaměřené na taneční a pohybovou terapii a setkání s autorkami. Dále proběhla zejména pro zájemce o výzkum informace o aktuálně probíhající výzkumné činnosti Mgr. et Mgr. Barbory Richterové, která pracuje na Foniatričké klinice VFN a 1. LF UK v Praze jako klinický logoped. Klasickou logopedickou intervencí rozšířila o expresivní terapii - "Práci na Hliněném poli". V rámci doktorského studia na Katedře klinické psychologie a psychiatrie na 1. LF UK v Praze se snaží zhodnotit a zanalyzovat efektivitu výše zmíněné arteterapeutické techniky u klientů s vývojovou poruchou řeči.

Ve večerním programu zaujala inscenace *Simulante bande*, kde skupina současného tance *VerTeDance* představila neotřelé možnosti pohybového vyjádření zdravého a fyzicky handicapovaného člověka. Autorskou hudbu k představení vytvořila skupina *DVA*. Profesionální tanečníci Veronika Kotlíková a Petr Opavský na jevišti „asistují“ netanečnicím Aleně Jančíkové a Zuzaně Pitterové a propojují tak světy zdravých a handicapovaných. Jejich neuvěřitelné výkony stvořily velmi ojedinělé, hluboké a oduševnělé dílo, které nutí k přemýšlení nad údery a pády, hranicemi, které někdy nazýváme konvencí, relativností pojmu handicap, mezilidskými vztahy zdravého a fyzicky handicapovaného člověka, relativností pojmu handicap i křehkostí mezilidských vztahů.

Na závěr lze říci už jen to, že konference ukázala, že praktikovat expresivní terapie znamená velké obohacení pro všechny účastníky terapeutického procesu prostřednictvím poznání, že vlastnosti vnitřního života se přenesou do vnějších projevů a tyto vnitřní i vnější prožitky tak naleznou sjednocení.

Kromě prostoru k setkání by bylo jistě žádoucí, aby přispěla k růstu odborné vědomostní báze a úrovně dovedností terapeutů pracujících s expresí a napomohla tak upevnit základnu pro vytváření profesionálních kompetencí. Aktuální trendy odrážejí růst znalostí a vyžadují další výzkumné a klinické aktivity, které by pomohly evaluovat expresivní terapie či alespoň vytvářet kritéria pro jejich evaluaci.

O autorce:

PhDr. Marie Lhotová, Ph.D. přednáší na katedře psychologie Teologické fakulty JČU, je předsedkyní České arteterapeutické asociace a má vlastní psychoterapeutickou praxi.

Kontakt: marie.lhotova@atlas.cz

Lhotová, M. (2013). Úvahy nad expresivními terapiemi inspirované mezinárodní konferencí Space for Therapies II: Bazální otázky v kreativních terapiích. *E-psychologie* [online], 7 (3), 33-42 [cit. vložít datum citování]. Dostupný z WWW: <<http://e-psycholog.eu/pdf/lhotova-zp1.pdf>>. ISSN 1802-8853.



Obr. 1 Wolfgang Mastnak při svém muzikoterapeutickém workshopu o pohybu, zvuku a dýchání



Obr. 2 Pozorní posluchači na jednom z workshopů



Obr. 3 Jeden z workshopů směřujících k tanci