

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH**

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky a psychologie

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

**Bc. Iveta Rachačová**

**DRAMATERAPIE A MOŽNOSTI JEJÍHO VYUŽITÍ**

Vedoucí práce: **MgA. Stanislav Suda, Ph.D.**

České Budějovice 2013

Prohlašuji, že jsem svoji diplomovou práci vypracovala samostatně na základě vlastního výzkumu a s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s §47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne 10. ledna 2013

## **Poděkování**

Děkuji vedoucímu diplomové práce, panu MgA. Stanislavu Sudovi, Ph.D., za jeho trpělivost, cenné rady a připomínky. Především za to, že se ochotně ujal vedení mé práce a svým optimismem mi dodával energii a chuť se intenzivněji věnovat práci.

Chtěla bych také poděkovat Mgr. Lence Farové za cenné rady, podporu a motivaci

Děkuji Mgr. Štěpánu Smolíkovi, Ph.D., MgA. Viktoru Dočkalovi, PhDr. Kamile Laudové, MgA. Václavě Křesadlové a PhDr. Anežce Janátové za jejich vstřícnost, čas a ochotu při poskytnutí rozhovoru.

Můj největší dík patří mé rodině za poskytnutí zázemí pro studium a umožnění samotného studia. Velký dík patří také mým přátelům a kolegům za velkou emoční podporu, nejen při psaní práce.

## **Anotace**

Diplomová práce se skládá ze dvou hlavních částí – teoretické a praktické.

Teoretická část je zaměřena na vysvětlení pojmu dramaterapie a na její historický vývoj. Dále se zaměřuje na možnosti využití dramaterapie v praxi.

Praktická část pomocí nestrukturovaných rozhovorů zjišťuje názory odborníků z oblasti dramaterapie. Zaměřuje se na oblasti vnímání dramaterapie každým z odborníků zvlášť a na její užití v rámci praxe, na názor společnosti, vzdělávání dramaterapeutů v ČR a možnost legislativního ukotvení oboru.

## **Annotation**

The thesis consists of two parts – the theoretical and the empirical.

The theoretical part explains the term of dramatherapy and its historical evolution. It also focuses on possibilities of the using of dramatherapy in practice.

The empirical part finds out opinions of dramatherapy experts by unstructured interviews. It focuses on areas how each of the specialists perceives the dramatherapy in practice, the opinion of public, education of dramatherapists in the Czech Republic and finding the place for dramatherapy in legislative.

## **OBSAH**

<b>1. Úvod .....</b>	<b>7</b>
<b>2. Teoretická východiska .....</b>	<b>9</b>
<b>2.1 Vymezení pojmu dramaterapie.....</b>	<b>9</b>
<b>2.1.1 Zařazení dramaterapie do systému.....</b>	<b>11</b>
<b>2.2 Vývoj dramaterapie z hlediska historie .....</b>	<b>16</b>
<b>2.3 Základní pojmy v dramaterapii .....</b>	<b>21</b>
<b>2.4 Formy dramaterapie .....</b>	<b>24</b>
<b>2.5 Prostředky a techniky využívané v dramaterapii .....</b>	<b>25</b>
<b>2.5.1 Neverbální techniky .....</b>	<b>26</b>
<b>2.5.2 Rolová hra.....</b>	<b>27</b>
<b>2.5.3 Hry s loutkami a maňásky v dramaterapii .....</b>	<b>28</b>
<b>2.5.4 Improvizace .....</b>	<b>28</b>
<b>2.5.5 Dramatizace .....</b>	<b>29</b>
<b>2.5.6 Dramatická hra.....</b>	<b>29</b>
<b>2.6 Dramaterapeutická klientela.....</b>	<b>31</b>
<b>2.7 Dramaterapeut a jeho role .....</b>	<b>31</b>
<b>2.8 Možnosti využití dramaterapie .....</b>	<b>33</b>
<b>2.8.1 Možnosti využití dramaterapie u dětí .....</b>	<b>33</b>
<b>2.8.2 Možnosti využití dramaterapie u osob s poruchou autistického spektra .....</b>	<b>36</b>
<b>2.8.3 Dramaterapie u osob s mentální retardací .....</b>	<b>38</b>
<b>2.8.4 Dramaterapie s uživateli drog.....</b>	<b>39</b>

2.8.5 Využití dramaterapie u seniorů.....	40
2.9 Význam a cíle dramaterapie .....	41
3. Praktická část .....	45
3.1 Cíl diplomové práce.....	45
3.2 Použité metody .....	45
3.2.1 Rozhovor .....	46
3.2.2 Pozorování.....	46
3.2.3 Analýza dat .....	47
3.3 Charakteristika respondentů .....	47
3.4 Metodický postup práce.....	48
3.5 Výsledky .....	48
3.5.1 Pojem dramaterapie a proces dramaterapie .....	49
3.5.2 Možnosti využití dramaterapie a její kontraindikace .....	58
3.5.3 Vzdělávání dramaterapeutů v ČR.....	67
3.5.4 Vztah společnosti k dramaterapii .....	74
3.5.5 Legislativní ukotvení oboru dramaterapie v ČR.....	79
3.5.6 Souhrn výsledků .....	84
4. Závěr .....	87
5. Seznam použité a citované literatury .....	89
6. Seznam příloh .....	93

## 1. Úvod

Práci na téma „*Dramaterapie a možnosti jejího využití*“ jsem se rozhodla napsat z důvodu mé zvědavosti. Právě zvědavost byla hnacím motorem se o tomto oboru dozvědět co možná nejvíce. Víím, že by asi nestačilo sto diplomových prací pro to, abych do tohoto oboru pronikla hlouběji, ale chtěla jsem alespoň trochu poodkrýt roušku tajemna, které ve mně dramaterapie vzbuzovala.

Úplně první kontakt, byť jen drobný, ale pro mě stěžejní, byly hodiny dramatických improvizací. Zde jsem začala na sebe nahlížet jinak, nechápala jsem, kde se berou najednou ty možnosti. Možnosti vyjádření se, snaha odprostit se od sevření společenskými pravidly. Tady se ve mně začaly utvářet prvotní otázky vztahující se k dramaterapii, tady ve mně začala převládat zvědavost. Začala jsem si uvědomovat, že všichni kolem nás jsou herci, že i já jsem jen herec a každý z nás má obrovský počet rolí a v každém z nás se jich velké množství pouze schovává a snaží se dostat jen na malou chvílku ven. Jsou to role neškodné, ale my je vnitřně potlačujeme, protože jsme tak navyklí, protože společnost nás to tak naučila.

Rozhodla jsem se tedy pokusit se zjistit více o tomto oboru přímo z řad samotných dramaterapeutů a pomocí nich a již ověřené teorie si odpovědět na otázky, které mě ve vztahu k dramaterapii napadaly. Víím, že nebudu znát nikdy odpovědi na všechny otázky. Stačí málo a má zvědavost bude ukojena nebo možná přijde něco, co naopak mou zvědavost ještě zvětší.

V části teoretické přibližuji samotný pojem dramaterapie, její formy, historický vývoj, možnosti jejího využití z hlediska klientely.

V praktické části uvádím názory jednotlivých odborníků – dramaterapeutů na následující oblasti: dramaterapie a její proces, možnosti využití dramaterapie a dramaterapie jako kontraindikace, vzdělávání dramaterapeutů v ČR, vnímání dramaterapie společností, ukotvení oboru dramaterapie v legislativě.



## 2. Teoretická východiska.

### 2.1. Vymezení pojmu dramaterapie.

Pokud bych chtěla v této kapitole napsat jednotnou definici pojmu dramaterapie, pravděpodobně by se mi to nepodařilo. Existují totiž definice, které jsou zaměřené pouze na terapeutické cíle dramaterapie, ale také existují definice, které se soustředí pouze na oblast edukační složky. Dále tedy uvedu některé z definic.

Na začátek bychom neměli opomenout uvést P. Slada (1954), podle něhož je drama „životní cesta“. V průběhu této cesty se ztotožňujeme s našimi osobami, situacemi a obsahy. Díky tomu jsme schopni je lépe chápat a také snáze ventilovat negativní pocity s tím související. P. Slade (1954) využíval drama především pro možnost skrze něj ventilovat své potlačené emoce a vyjádřit sám sebe (Majzlanová. K., 2004).

The British Association for Dramatherpists (britská asociace dramaterapeutů) charakterizovala v roce 1979 disciplínu takto: *Dramaterapie pomáhá uchopit a zmírnit sociální a psychologické problémy, mentální onemocnění i postižení a stává se nástrojem zjednodušeného symbolického vyjadřování, díky němuž poznává jedinec sám sebe, a to prostřednictvím tvořivosti zahrnující verbální i nonverbální složku komunikace* (Valenta, M., 2011).

The National Association for Drama Therapy ve Spojených státech definuje dramaterapii jako „*záměrné použití dramatických či divadelních postupů pro dosažení terapeutického cíle symptomatické úlevy, duševní i fyzické integrace osobního růstu*“ (Landy, 1985 in Valenta, M., 2011).

S. Jennings (1994) uvádí, že dramaterapie je používání divadelních struktur a dramatických procesů s cílevědomým terapeutickým záměrem. Jednotlivé divadelní struktury obsahují i speciální terapeuticko - výchovný cíl v improvizovaných situacích tady a teď. Tyto situace vyvolávají emoce, vedou k vnitřní motivaci a interakci (Majzlanová, K., 2004). K této definici se přiklání i K. Majzlanová (1998), zástupce slovenské dramaterapie.

Jako uměleckou a léčebně – výchovnou metodu, kterou můžeme využít při skupinové i individuální práci, definuje disciplínu M. Barhama (1995). Terapeutickým cílem je zde dosažení emocionální a fyzické integrace, symptomové úlevy a osobnostního růstu na základě úmyslného využití divadelních procesů a dramatu (Majzlanová, K., 2004).

Podobným způsobem jako M. Barhama (1995) definuje dramaterapii i N. Dor Baharová (1996). Dle Baharové (1995) se jedná o kreativní terapii, která na základě využívání uměleckých prvků umožňuje spontánní vyjadřování pocitů a rozvíjí schopnost řešit problémy s nadhledem (Majzlanová, K., 2004).

De facto se jedná o užití dramaticko - výchovných postupů pro terapii v oblasti poruch učení, psychických problémů, někdy také v oblasti pohybových potíží. Takto vysvětluje pojem dramaterapie J. Valenta (1999).

M. Valenta (2006) definuje dramaterapii jako *léčebně – výchovnou (terapeuticko - formativní) disciplínu, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledků psychických poruch i*

*sociálních problémů a k dosažení personálně – sociálního růstu a integrace osobnosti.*

Mimo předešlé definice je také možné využít explanace pojmů drama a terapie. Slovník cizích slov (1986) uvádí význam slova drama jako název jednoho ze základních literárních druhů, který je postaven na přímých promluvách postav, divadelní hru, která má závažný obsah. Slovo terapie znamená v překladu léčit. Můžeme tedy obecně říci, že dramaterapie využívá dramatu k léčbě. Léčba pomocí dramatu – hlasu, gest, pohybu, monologů, dialogů.

Z předešlých definic lze vyčíst, že dramaterapie může být využívána při práci individuální, ale i při práci skupinové. Vlivem využívání vhodných dramatických prostředků dochází k sociálnímu růstu, k dosažení symptomatické úlevy a k integraci osobnosti a také ke zmírnění důsledku psychických poruch a sociálních problémů.

Přes improvizace, interpretace, vstupy do rolí, což jsou obsahy a prostředky dramatického umění a čerpá z nich dramatická činnost, je předmětem působení v dramaterapii *člověk*. I dramaterapie klade důraz na člověka tak, že předpokládá komplexní přístup, tedy zohlednění všech faktorů (sociálních, ekonomických, zdravotních, psychických aj.), které na člověka působí (Majzlanová, K., 2004).

### **2.1.1 Zařazení dramaterapie do systému.**

Kořeny dramaterapie sahají do oblasti divadelních a dramatických tradic. Čerpají i z oblastí pedagogiky, psychoterapie, sociální a vývojové psychologie, sociologie (Majzlanová, K., 2004).

V současné době se dramaterapie, která hledá své místo v systému, vyhraňuje i vůči příbuzným arteterapeutickým disciplínám v užším významu. Vymezení pozice dramaterapie v systému lze dle Valenty (2006) definovat z různých pohledů:

- Dle příslušnosti k již konstituovaným oborům s pevným paradigmatem (nejčastěji jako součást aplikované psychologie, psychoterapie, speciální pedagogiky) nebo jako zcela jiný autentický obor interdisciplinární povahy.
- Jako jednu z disciplín arteterapie v širším významu – tedy uměleckých terapií.
- Jako jeden z paradivadelních systémů terapeutické povahy vedle např. psychodramatu, sociodramatu, teatroterapie a vedle paradivadelních systémů edukativní povahy, jako je např. drama ve výchově.
- Jako expresivní (na výrazu postavené) či činnostní terapii.
- Jako terapeuticko-formativní disciplínu (léčebně – výchovnou) společně např. s arte-, muziko-, poetoterapií.
- Jako nonverbální terapii.

K systémovému pojetí dramaterapie existují ve světě dva přístupy: *Drama in Therapy* a *Drama as Therapy*. *Drama in Therapy* je přístup, který využívá dramatické postupy v rámci psychoterapeutických škol. Převážně Gestalt a škol behaviorálně orientovaných<sup>1</sup>. *Drama as Therapy* pojímá dramaterapii jako svébytný psychoterapeutický postup (Valenta, M., 2006).

---

<sup>1</sup> Behavioristé se o vnitřní svět klientů téměř nezajímají, můžeme ovšem nalézt celou řadu kognitivně behaviorálních postupů, které se přímo k dramaterapii vztahují. Např. postupy, při nichž se jedinec pomocí hry snaží identifikovat s modelovou rolí (Valenta, M., 2007).

Pokud bychom se zaměřili na možnost pojetí dramaterapie jako terapeuticko – formativní (výchovné) disciplíny, potom bychom mohli dramaterapii do systému zařadit jako expresivní (na činnosti klienta postavenou) terapii. Tento typ terapie využívá pozitivního vlivu kreativity. Zařadili bychom ji tak vedle arteterapie, muzikoterapie, poetoterapie aj. (Valenta, M., 2006).

Pokud budeme chtít dramaterapii zařadit do systému a zaměříme se na prostředky, metody a formy, které dramaterapie využívá, můžeme tuto disciplínu zařadit mezi tzv. paradivadelní systémy (Valenta, M., 2006). Zjednodušeně se jedná o využití divadla k nedivadelním účelům. Tedy k účelům, kde nejde na prvním místě o uměleckou hodnotu nebo estetický zážitek, ale o jiné, tzv. praktičtější cíle. Drama lze tedy v rámci tohoto užití rozdělit na dvě skupiny (Valenta, M., 2011) :

### **1) Drama – edukační prostředek.**

Do této oblasti řadíme dramatickou výchovu<sup>2</sup>. J. Valenta (2008) ji definuje *jako systém řízeného, aktivního uměleckého, sociálního a antropologického učení dětí či dospělých založený na využití základních principů a postupů dramatu a divadla, se zřetelem na jedné straně ke kreativně – uměleckým a pedagogickým požadavkům a na straně druhé k bio-psycho-sociálním podmínkám*. Pokud bychom chtěli definici zjednodušit, můžeme říci, že dramatická výchova využívá dramatických prostředků k dosažení pedagogických a psychologických cílů. Může mít podobu samostatného předmětu nebo ji můžeme brát jako výchovnou a didaktickou metodu (Valenta, M., 1995 in Valenta, M., 2011).

---

<sup>2</sup> Těž výchovná dramatika, tvořivá dramatika, tvořivé drama, divadelní výchova, dramika, *drama in education, developmental drama* (Valenta, M., 2011).

Mimo dramatické výchovy spadá do této oblasti i divadlo ve výchově (*theatre in education, TIE*), jehož podstatou je profesionální představení zaměřené na výchovné a vzdělávací cíle. V České republice je velmi známé interaktivní divadlo, které u nás funguje díky spolupráci s anglickým odborníkem na tuto problematiku J. Somersem (Valenta, M., 2011).

P. Fudaly (2004) zařazuje do kategorie, kde je drama využíváno jako edukační prostředek, ještě speciálně dramatickou výchovu, která se od dramatické výchovy liší tím, že její referenční skupinou jsou osoby se speciálními potřebami (Majzlanová, K., Škoviera, A., Fudaly, P., 2004).

Všechny výše uvedené kategorie, které využívají drama jako edukační prostředek, umožňují multispektrální rozvoj osobnosti jak intaktních, tak i handicapovaných jedinců (Majzlanová, K., Škoviera, A., Fudaly, P., 2004).

## **2) Drama – terapeutický prostředek.**

Mezi paradivadelní systémy terapeutické povahy patří psychodrama. Tuto metodu vypracoval vídeňský psychiatr J. L. Moreno. Psychodrama vzniklo z improvizovaného divadla, které Moreno založil v roce 1921. Pozoroval, jaký vliv mají dramatické zkušenosti na herce, na jejich postoje mimo divadlo. Zabýval se také dramatisací aktuálních problémů, jako je skutečnost, že do hry vstupují i momentální problémy herců. Tímto způsobem došlo ke vzniku psychodramatu, které se postupem času začalo využívat k léčbě duševních poruch a neuróz (Majzlanová, K., 2004). V psychoterapii je psychodrama využíváno jako pomocná metoda. S. Kratochvíl (1995 in Valenta, M., 2011) ji považuje za jednu

z nejvýznačnějších. Uvádí i tři oblasti, které jsou pro využití psychodramatu v praxi nejfrekventovanější:

- Prostředek k odreagování a získání emoční korektivní zkušenosti
- Prostředek ujasnění si pacientových skrytých motivů a nepříznivých přání
- Možnost vyzkoušet si různé formy řešení konfliktních situací

Téměř splývajícím paradivadelním systémem využívajícím také drama jako terapeutický prostředek je sociodrama. Tato disciplína je na rozdíl od psychodramatu více zaměřená na hraní rolí v situacích obsahující normy dvou nebo více referenčních skupin. Cílem je vcítit se do nich, porozumět jim, pochopit je. Vazba na blízkou skutečnost (soudobé politické problémy atp.) může být poměrně značná (Valenta, J., 1999).

Dále můžeme alespoň okrajově zmínit ještě psychogymnastiku (psychopantomimu), která do této oblasti také patří. Její podstatou je nonverbální vyjadřování situací a vztahů. K tomuto vyjádření využívá prostředků pantomimy (proto psychopantomima) (Valenta, M., 2011).

I teatroterapie, která se začala rozvíjet v 80. letech 20. století, patří mezi expresivní terapie. Pod vedením odborníka dochází k přípravě divadla, které je hrané především herci s handicapem. Do teatroterapie jsou zahrnuti i scenáristi, dramaturgové, zvukaři, kulisáci, malíři, osvětlovači aj. To znamená, že zde dochází k obrovské rozmanitosti terapeutického procesu v rámci sociálních vztahů, ale také v rámci činnosti. Základem teatroterapie je to, že od samého začátku (oproti ostatním expresivním terapiím) směřuje k interpretaci divadelního

představení před diváky. Léčba se tedy uskutečňuje procesem přípravy a i samotnou prezentací připravovaného představení. Lze tedy říci, že oproti ostatním expresivním terapiím se právě teatroterapie nejvíce přibližuje umění (Valenta, M., 1999 in Valenta, M., 2006).

Můžeme tedy říci, že paradivadelní systémy, které využívají dramatu jako terapeutického prostředku, jsou příkladem pozitivního působení divadla či dramatu jako takového. Pacient má možnost si pomocí různých divadelních metod, technik, prostředků znovu prožít konfliktní a nezpracované situace, vytvořit si nad nimi nadhled a v konečném důsledku nalézt i vnitřní rovnováhu (Majzlanová, K., Škoviera, A., Fudaly, P., 2004).

## **2.2 Vývoj dramaterapie z historického hlediska.**

Úplné kořeny dramaterapie sahají až do období prehistorického, kdy miméze<sup>3</sup> byla využívána zemědělci v období neolitu nebo také rodovými šamany – léčiteli (Valenta, M., 2011).

Dalším důležitým obdobím je starověké Řecko. V tomto období je pro vznik dramaterapie důležitý Aristoteles, který drama považoval za nejvyšší druh umění, protože očišťuje ducha diváka skrze strach a soucit. Vyjádřil tak terapeutický účinek dramatu (Majzlanová, K., 2004).

Psychodrama spolu s dramaterapií vznikly na základě očišťujících, katarzních a výchovných cílů divadla. Již Gréci ve starověku spolu s terapeutem Lyketsosem uspořádali představení psychotiků (Majzlanová, K., 2004).

---

<sup>3</sup> Napodobování předmětů barvou a tvarem těla, snaha o splynutí s okolím (Klimeš, L., 1986).



Pokud bychom chtěli jmenovat ještě jiného antického autora, mohl by to být např. Celsius Aurelius, který dramatické a hudební prostředky vřazuje mezi léčebné postupy. Dále také strukturuje divadelní prostředky dle typu nemoci, např. pro deprese je vhodná pantomima. Protikladem estetiky hry by měl být vyvážen charakter duševní poruchy. Dochází tak k rovnováze (Jones, 2000 in Valenta, M., 2011).

Na přelomu 16. století se do Anglie vrací léčba pomocí hudby a dramatu. Přispěl k tomu R. Durton. Z tohoto období víme o divadelních aktivitách uskutečňovaných samotnými pacienty Charentonského ústavu pro chorobomyslné (Zich, Z., 1981 in Majzlanová, K., 2004). Valenta (2011) poukazuje na nejisté záměry těchto aktivit, tedy na to, jaké byly skutečné cíle těchto představení.

Do praxe uvedl dramatické scénky také J. A. Komenský, který je začal využívat také pro potřeby výuky a výchovy. Z jeho zdramatizovaných děl můžeme například zmínit díla Schola ludus či Brána jazyků. V pozdějším období se divadelní hry ve škole zaměřovaly především na procvičování paměti, výchovu mravnosti a na zdokonalení v jazyce (Majzlanová, K., 2004), avšak ke konci 18. století začínají školy tento typ divadla opouštět. Navracejí se k němu znovu až ve 20. století, s nástupem reformní pedagogiky (Valenta, M., 2011).

Dramatické scénky, dramatizaci a divadelní vystoupení nevyužíval ve výchově pouze J. A. Komenský, ale posléze také Makarenko. Tento přístup se začal používat i v Polsku, kde se využíval hlavně pro práci s obtížně vychovatelnou mládeží. Zde se tímto přístupem zabýval např. S. Tomkiewicz (Czápów, C., Jedlewski, S., 1981 in Majzlanová, K., 2004).

Chronologické údaje z historie vývoje dramaterapie, které budou následovat, jsou z publikace A. Blatnera *Foundations of Psychodrama* (in Valenta, M., 2011).

- Divadelní hra *Lila* od W.Goetheho poukazuje na léčbu halucinací a bludů pomocí přehrávání stavů, které pacientka prodělává a díky dramatické intervenci se vrací zpět do reality.
- Philippe Pinel (zakladatel moderní psychiatrie) v roce 1790 v Paříži zjišťuje při léčbě poruch s bludy efektivnost psychodramatu.
- Na psychiatrických klinikách v Itálii vznikají v roce 1813 divadla (Neapol, Palermo).
- Pierre Janet (spoluzakladatel psychoanalýzy) využívá k abreakci traumatických zážitků pacientů spojení hypnózy a dramatu za účelem katarze.
- Stanislavského myšlenky používá Vladimir Iljine v letech 1908 – 1917 v Terapeutickém divadle v Kyjevě na psychiatrické klinice. Dále vydává i několik publikací zaměřených na teatroterapii.

Zvláště bych chtěla zmínit zakladatele psychodramatu (jeden z nejvýznamnějších paradivadelních systémů – dramaterapie se z něho posléze vyděluje) J. L. Morena, který je svými aktivitami pro vývoj dramaterapie velmi významný. Dále tedy uvádím některé z důležitých mezníků (Valenta, M., 2011).

- V letech 1908 – 1911 Moreno ve Vídni začíná experimentovat s kreativním dramatem u dětí a prostitutek.
- Základem konceptu psychodramatu se stává Divadlo spontaneity ve Vídni v letech 1921 – 1924, které organizuje Moreno – duben 1921 – ustanoven oficiální počátek psychodramatu.

- V oblasti sociometrie publikuje Moreno v roce 1934 svou zásadní práci *Who Shall Survive* a začíná s využitím psychodramatu v St. Elizabeth's Hospital.
- Beacon Hill v roce 1936 otvírá psychiatrickou kliniku pracující na principu psychodramatu.

Za nevyhnutelný prvek léčivé síly psychodramatu považuje Moreno obecnost. Zavádí tzv. dobu sdílení, v této době se někteří z obecnosti podělí o své dojmy s protagonistou po skončení divadelního představení, tím svou metodu ještě zdokonalil. Díky tomu se začalo psychodrama využívat i ve výchovné a klinické oblasti (Majzlanová, K., 2004).

V této době není ovšem Moreno jediný, kdo se využitím dramatu zabývá. V následujících odstavcích uvedu některé z dalších, kteří se v té době zabývali aplikací dramatu (Valenta, M., 2011).

- V roce 1939 použil ve své přednášce Peter Slade poprvé pojmu dramaterapie.
- Fritz Perls vytváří v letech 1958 – 1966 model Gestaltdramatu.
- Ve Francii vzniká integrativní dramaterapie po vzoru Ericha Berneho, který experimentuje s formou transakčního psychodramatu v rámci rozvoje transakční analýzy.
- Sue Jenningsová začíná v roce 1962 s prací v Remedía Drama Group – práce je zaměřená na využití zkušeností s výchovným dramatem v klinické oblasti.
- British Association for Dramatherapist vzniká v roce 1976 a o tři roky později vzniká americká National Association for Drama Therapy.

Ještě bych měla nastínit situaci v České republice, zde nemá dramaterapie takovou tradici jako například na Slovensku. V našich zemích nacházíme počátky dramaterapie, využívané v klinické oblasti, s příchodem dramaterapeuta Michaela D. Reismana. Tento dramaterapeut zahájil koncem 90. let minulého století v denním sanatoriu Fokus v Praze – Bohnicích svou dramaterapeutickou praxi s klienty s psychotickou zkušeností (Valenta, M., 2011).

K výraznému posunu dramaterapie jakožto oboru došlo v poslední době i u nás. Vzniká sekce dramaterapie a muzikoterapie, díky nim posléze i Česká asociace muzikoterapie a dramaterapie (ČAMAD). V roce 2005 proběhla na PF v Olomouci první dramaterapeutická konference a v jejím průběhu vznikla Česká asociace dramaterapeutů (ČAD). Z absolventů dramaterapeutického výcviku ve Fokus Praha v roce 2008 byla ustanovena Asociace dramaterapeutů České republiky (ADČR). U nás nabízí výcvik a vzdělání v oblasti dramaterapie v dnešní době např. (Valenta, M., 2011):

- Ateliér výchovné dramatiky Neslyšících Divadelní fakulty JAMU v Brně
- Pražská psychoterapeutická fakulta
- DAMU v Praze
- Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci
- Denní sanatorium Fokus Praha
- Akademie sociálního umění Tábor

Dramatoterapeutické aktivity se staly součástí přístupu k osobám se zdravotním nebo psychosociálním ohrožením, zdravotním postižením mnoha institucí patřících do nestátního, ale také státního sektoru. Pokud bychom se chtěli

zaměřit na oblast sektoru státního, pak se jedná převážně o speciální školy, střediska výchovné péče, pedopsychiatrické a psychiatrické kliniky a léčebny, ústavy soc. péče transformované v domovy pro osoby se zdravotním postižením a také dětské kliniky a dětská oddělení nemocnic. Naopak ze sektoru neziskového se jedná většinou o sdružení pečující o postižené či ohrožené jedince (Valenta, M., 2011).

### **2.3 Základní pojmy v dramaterapii.**

V následující kapitole se zmíním o některých důležitých pojmech, které se v dramaterapii využívají. Poměrně často byly již zmiňovány tzv. dramaterapeutické prostředky. Jedná se o metodu nebo techniku, která skrze divadelní umění působí na klienta. Dále přiblížím pojmy drama, role, rituál, katarze, abreakce, skupinová dynamika.

V první kapitole jsem již vysvětlovala termín drama dle slovníku cizích slov. Valenta J. (2008) o dramatu uvádí, že jej můžeme chápat jako nejčastěji psanou uměleckou reflexi světa, která většinou obsahuje sdělení o nějaké události. Podstatou události je napětí, problém. Událost je popisována pomocí promluv, což je pro drama podstatné. Od ostatních forem se odlišuje využitím dialogů doplněných o monology. J. Valenta (2008) poukazuje na velkou provázanost dramatu a divadla, proto aby bylo drama ucelené, potřebuje být zprostředkované divákovi.

Groffman (1999) definuje roli jako předepsaný vzorec jednání, očekávané chování. Můžeme tedy říci, že jde o sociální konstrukci reality, která je závislá na sociálně – kulturním vzorci společnosti. J. Valenta (1997 in Valenta, M., 2011) říká, že role je vnitřní model, vnitřní představa jedince o výkonu určité role. Role,

jejich hraní je součástí naší každodenní reality a má výsadní postavení ve všech paradivadelních systémech (Valenta, M., 2011). Díky tomu, že hrajeme různé postavy, role, objevujeme sami sebe, svou životní zkušenost a můžeme si tak nacvičovat i své životní role (Jones, 1996). Dramaterapie se realizuje vždy prostřednictvím role a tím se odlišuje od ostatních terapeuticko – formativních přístupů (Valenta, M., 2001). Landy (1985) uvádí ještě několik úrovní pro přijímání rolí, jsou to imitace, identifikace, projekce a přenos.

Rámec naší životní zkušenosti, který není sám o sobě nějakou změnou, ale přípravou na onu změnu, to je rituál dle Mitchell (in Jennings, 1994 in Valenta, M., 2006). Jung (1959 in Valenta, M., 2006) definuje rituál jako cestu, pomocí níž se z nevědomí projikují archetypy (historické zkušenosti lidstva) do dnešní reality člověka. Pro vyrovnání se s emocionální úzkostí považuje Scheff (in Jones, 1996 in Valenta, M., 2006) rituál a mýty za důležité. V dramaterapii je rituál prostředek, který je využíván k vyrovnání se s úzkostnou zkušeností klienta. Právě toto spojení mezi rituálem, zvládnutím stresu a hraním je pro dramaterapii podstatné.

Můžeme také definovat dramatický rituál, což je např. dle Jenningsové (1994) *„...„systém perforačních aktivit obsahujících metaforu a symbol, které s námi nejen komunikují o změně či hodnotě, ale také nás přímo ovlivňují v nejrůznějších oblastech – kognitivně, emocionálně, fyzicky, metafyzicky i v rovině imaginace“* (Jennings, 1994 in Valenta, M., 2006).

Škoviera (2004) dělí dle vnitřního smyslu rituály na:

- Náboženské – domácí modlitba, bohoslužba, kulty s negativním až destruktivním náboženským zaměřením.
- Občanské – volby, státní vyznamenání, vojenské přehlídky, aj.
- Společenské – lidové zvyky, slavnostní otevření knihovny.
- Domácí – uspávání dítěte, společné výlety, čtení pohádky.
- S jiným speciálním zaměřením – např. s výchovným, psychoterapeutickým cílem, apod.

Katarze je slovo, které je známe již od Aristotela. Ten popisuje poprvé jiný účinek dramatu, než je účinek estetický. Pojem katarze také v pozdějším období přešla psychologie, můžeme tedy použít definici R.L. Atkinsonové (2003), že katarze je zbavení se emoce tím, že si ji intenzivně prožijeme. S tímto termínem velmi úzce souvisí i pojem abreakce (odreagování patogenních emocí), kterou se většinou myslí prostředek k dosažení již zmiňované katarze.

Nejčastěji využívanou formou dramaterapie je ta, která využívá sociální facilitace<sup>4</sup> a skupinové dynamiky při působení na klienta. K vysvětlení pojmu skupinová dynamika můžeme využít definice S. Kratochvíla (1995), který říká, že se jedná o „*souhrn skupinového dění a skupinových interakcí. Vytvářejí ji interpersonální vztahy a interakce osobností členů skupiny spolu s existencí a činností skupiny a silami z vnějšího okolí.*“

---

<sup>4</sup> Sociální facilitace – jedná se o stimulaci skupinou a zvýšení výkonu jedince ve skupině (Valenta, M., 2011).

## 2.4 Formy dramaterapie.

To, jakým způsobem dochází k dramaterapeutickým setkáním, můžeme rozdělit podle různých hledisek. Jednou z možností je dělení dle způsobu docházení klienta, tedy zda je hospitalizován ve zdravotnické organizaci a dramaterapeut tam dochází, nebo zda klient dochází do zařízení z domova. Potom je můžeme rozdělit na (Valenta, M., 2007) :

- Ambulantní formu – jedná se často o záležitost občanských sdružení, neziskového sektoru, speciálních škol, apod. Dramaterapie je zde brána jako nosný terapeuticko – formativní postup.
- Klinickou formu – zde je dramaterapie věcí léčeben, klinik či oddělení psychiatrie a je brána jako doplňková terapie.
- Denní stacionáře a sanatoria – zde nahlízejí na dramaterapii jako na stěžejní skupinovou psychoterapeutickou aktivitu.

Další možný způsob dělení forem dramaterapie je dle počtu klientů na (Valenta, M., 2007) :

- Individuální – u nás se tento typ dramaterapie využívá jen výjimečně.
- Skupinovou – je základní organizační formou, protože zde působí již zmiňovaná (kap.2.3) skupinová dynamika, která je velmi významným facilitátorem skupinových aktivit a také terapeutickým prostředkem. Skupiny můžeme dělit na otevřené a uzavřené. U uzavřené skupiny všichni začínající terapii i dokončí. U otevřené je možné, aby některý z klientů v průběhu terapie odešel a jiný se přidal (Majzlanová, K., 2004). Dále je můžeme také rozdělit na izosexuální (skupina se skládá pouze z žen, či mužů) a na



koedukované (smíšené). Skupinu lze dělit i dle typu postižení na homogenní a heterogenní (Valenta, M., 2007).

- Komunity – jedna z dalších možných forem dramaterapie. U nás jsou nejpodstatnější komunity výcvikové a terapeutické. Dále existují i komunity občanské (Valenta, M., 2007).

Pokud jsme u forem dramaterapie, ráda bych ještě zmínila formu, která je uskutečňovaná ve velké Británii, a to tzv. výjezdová skupina. Dramaterapeuti jezdí do rodin, nejčastěji je kombinovaná ještě s ambulantní formou. Využívá se hlavně u dětí, které mají psychické problémy a pracuje se zde komplexně s celou rodinou (Majzlanová, K., 2004).

V dramaterapii můžeme za převládající přístup označit přístup nedirektivní. Pouze u klientů (obzvláště dětí), kteří jsou zvyklí na autoritativnější přístupy, používáme vázanější formu dramaterapie. Spočívá ve vyjasnění základních pravidel, která je potřeba dodržovat při setkání (Majzlanová, K., 2004).

## **2.5 Prostředky a techniky využívané v dramaterapii.**

V následující kapitole budou přiblíženy dramaterapeutické prostředky a techniky. Již se nebudeme zabývat psychodramatem, protože jsme o něm mluvili v kapitole 2.1.1, ale zaměříme se na techniky neverbální, loutkové a maňáskové hry, rolové hry, dramatizace, improvizace. Takovýto způsob členění uvádí K. Majzlanová (2004).

### 2.5.1 Neverbální techniky.

Tyto techniky se nejčastěji využívají jako tzv. techniky pomocné a přípravné. Díky neverbálním technikám máme možnost vystihnout pomocí řeči těla, prostoru a času to, co nejsme schopni vyjádřit slovy. Lépe tak chápeme některé situace, můžeme je více procítit. Velmi vhodné je využití těchto technik převážně pro práci s dětmi, které mají problémy s vyjadřováním. J. Štúrová (1982) uvádí, že právě pomocí neverbálních technik lze dojít k zvýšení sebevědomí a také k lepšímu sebevědomění si vlastních možností. Neverbální techniky jsou využívány hlavně pro odreagování napětí, uvolnění, snaží se člověku zprostředkovat radost z pohybu. Mezi neverbální techniky patří etudy, neverbální hry a cvičení, pantomima. Nejčastěji jsou využívány především na začátku, v úvodní části při práci se skupinou (Majzlanová, K., 2004).

- Neverbální hry a cvičení – využívají se na rozehtání skupiny, navázání komunikace, odbourání počátečního napětí ve skupině. Slouží jako příprava na další techniky.
- Etudy – jedná se o dramatický útvar, který slouží k vyjádření pocitu, nálady. Podle N. Zemanové (1992 in Majzlanová, K., 2004) je cílem etudy *citlivě rozvíjet vědomé vnímání partnera v určité modelové situaci*, rozvíjí také schopnost empatie, učí srozumitelným a jasným formulacím toho, co hráč chce říct. Mimoto také rozvíjí neverbální způsob vyjadřování. Vomáčka (1975 – 1996) říká, že díky etudám může člověk poznat, jak ho vnímá okolí, jak tedy na okolí on sám působí.
- Pantomima – tato technika se využívá u již vyspělejších hráčů, kteří již mají za sebou techniky neverbálních her a cvičení. Za základ pantomimy je považováno vyjádření určitého děje vnitřní řečí. Pro uskutečnění pantomimy je důležité, aby měl hráč základní informace, *kdo je, kde je, co dělá a v jakém čase*. Mimo tento druh

pantomimy existují i jiné typy, například psychopantomima, jejímž autorem je psychiatr Horetsky. Tato pantomima má charakter hry. Pracuje se zde s gradací napětí a následným uvolněním, klade se důraz na přesné vyjádření detailů (Majzlanová, K., 2004).

### **2.5.2 Rolová hra.**

Pojem role byl již osvětlen v kapitole 2.3, která se týká základních pojmů v dramaterapii a role mezi ně bezpochyby patří. Zaměříme se tedy pouze na rolové hry, jejich význam a cíl.

V dramaterapeutickém procesu jde o kontinuální proces a rolová hra se dotýká procesu hraní. Rolové hry můžeme zaznamenat už u dětí v předškolním věku – hra na otce a matku. Je to významná komunikační technika, působí motivačně a pomáhá rozvíjet komunikační a sociální zručnost (S. P. Ladouse in Majzlanová, K., 2004).

Valenta M. (1995) uvádí, že cíl rolových her je především *rozvíjení schopností, zručnosti, vědomostí a změna postoje*.

Cíle rolových her jsou v podstatě totožné s cíli dramaterapie. Jedná se převážně o cíle týkající se vyšších citů – empatie, rozvoj sociálních vztahů, rozvoj komunikačních a sociálních dovedností, změna špatných návyků na správné (Majzlanová, K., 2004).

Majzlanová K. (2004) dále ve své knize *Dramatoterapie v léčebné praxi* popisuje i jednotlivé příklady rolových her a jejich možnosti využití mimo dramaterapii také v léčebně výchovném procesu.

### **2.5.3 Hry s loutkami a maňásky v dramaterapii.**

Loutka či maňásek slouží v dramaterapii zpočátku jako prostředník. Přes něho navazuje terapeut s klientem kontakt a motivuje ho. Pomocí loutky nebo maňáska klientovi může osvětlit i pravidla dramatické hry, prezentuje na něm výchovná pravidla. I zde je kladen důraz na proces, ne na výsledný „produkt“. Při hře s loutkami či maňásky je pro dramaterapeuta důležitá volba loutky, manipulace s ní, děj a emocionální projevy klienta v průběhu hry. Je jasné, že tyto údaje během hry jsou významným diagnostickým materiálem. V průběhu hry dochází totiž k odreagování, uvolnění napětí, manifestaci jinak skrytých obtíží, projevení tužeb a přání klienta. Nejvíce se tato metoda osvědčila u dětí předškolního věku, a to převážně s problémy v oblasti koktání, poruch učení, emocionální labilitou, nízkým sebevědomím (Majzlanová, K., 2004).

### **2.5.4 Improvizace.**

Valenta M. (2007) označuje improvizaci za jeden ze základních prostředků dramaterapie. Dle Valenty M. (2007) odráží vnitřní stav klienta, jeho problémy, konflikty, umožňuje expresi současného stavu klienta. Je zcela svobodná v experimentování s jakýmkoli rolemi, rozvíjí spontánnost a hlavně má i blíže ke skutečnému životu než jiné strukturované tvary.

Emunah (1994 in Valenta, M., 2007) rozlišuje tři typy improvizace:

- Plánovaná improvizace – klient se rozhodne dopředu o tom, jaké místo v improvizaci zaujme, je strukturovaná.

- Neplánovaná improvizace – při této improvizaci se klient musí hned rozhodnout, zda vstup do role přijme, či nikoli.
- Nepřípravená improvizace – není nijak ovlivněna záměrem terapeuta a dopředu netuší situaci ani roli, dochází zde k plynulému přecházení z jedné scény do druhé.

### **2.5.5 Dramatizace.**

Dramatizací rozumíme ztvárnění příběhu slovem a pohybem. Můžeme zapojit i různé rekvizity a pomůcky. Podstatou je to, aby si hráč uvědomil vlastnosti postavy, kterou představuje. Dochází k používání řeči, mimiky, gest, pohybů.

Vhodné je využití dramatizace u osob s mentálním postižením. Dramatizace pomáhá u těchto osob k osvojení správných životních návyků v oblasti sociální. Dramatizace stimuluje pozitivní citové ladění, rozvíjí schopnosti sociální interakce, komunikační schopnosti, kreativitu, prohlubuje praktické zkušenosti (Majzlanová, K., 2004).

### **2.5.6 Dramatická hra.**

Machková E. (1980) uvádí, že dramatická hra je pro hráče významná především tím, že jim poskytuje osobní zkušenost s mezilidskými vztahy a situacemi, pomáhá řešit problémy a reagovat na ně vhodným způsobem.

Dramaterapie využívá dramatickou hru převážně u klientů dětského věku jako součást komplexního přístupu, spolu s dalšími technikami a jasně stanoveným cílem. Po ukončení dramatické hry následuje sebereflexe nebo alespoň diskuse. Tento moment je důležitý pro ujasnění si některých okamžiků ve

hře, či ujasnění názorů a postojů. Význam dramatické hry spočívá také v tom, že se při ní dítě učí využívat zkušenosti, které získalo v průběhu života, učí se také využívání různých materiálů a hraček novým, kreativnějším způsobem (Majzlanová, K., 2004).

Pokud bychom si otevřeli knihu M. Valenty (2007, 2011), zjistíme, že členění dramaterapeutické techniky ve smyslu logiky dramaterapeutického procesu. Používá k tomu strukturu dramaterapeutických technik, kterou přebral z knihy R. Emunahové *Acting For Real – Drama Therapy* a okruhy doplňuje o techniky dramaterapie. Dále uvedu pouze strukturu tohoto členění a ke každé oblasti uvedu jeden příklad techniky, kterou je v této oblasti možné využít dle Valenty M. (2007).

- Techniky vhodné pro začátek sezení:
  - Citová exprese – př.: Skupinové zrcadlo.
  - Skupinová interakce – př.: Večírek s utajovanými rolemi.
  - Tělesná aktivace – př.: Průlom kruhu.
  - Budování důvěry ve skupině – př.: Pohazování mezi dvěma řadami.
  - Pozorování a koncentrace – př.: Hádej, kde jsme.
  
- Techniky vhodné pro pokračování sezení:
  - Exprese a komunikace – př.: Dabování a tichá scéna.
  - Techniky rozvíjející role a charakter – př.: Skrytý konflikt.
  - Kooperace terapeutické skupiny – př.: Pojďme vytvořit hru.
  - Sebepoznávání – př.: Já v různém věku.

- Techniky vhodné pro uzavření sezení:
  - Dávání a přijímání – př.: Společně vypravovaný příběh.
  - Skupinová percepce – př.: Odpovídej jako někdo jiný.
  - Pohled zpět a slavnosti – př.: Uhodni scénu.

## **2.6 Dramaterapeutická klientela.**

Pokud padne otázka, kdo, jaký typ klientů nejčastěji navštěvuje dramaterapeuty nebo u jakého typu postižení se dramaterapie nejčastěji využívá, potom zní odpověď u klientů s mentálním postižením. Právě klienti s mentálním postižením jsou skupinou nejfrekventovanější. Další velmi častá skupina jsou osoby s diagnózou psychiatrickou, lidé se specifickými vývojovými poruchami učení a chování. To ovšem není všechno, dramaterapie má ze všech divadelně – terapeutických postupů nejširší klientelu. Dále ji může využít psychosociálně ohrožená mládež, osoby, které se nacházejí ve výkonu trestu, sociálně vyloučení jedinci, gerontologičtí klienti a také osoby nacházející se v postpenitenciární péči. Z hlediska klientů, kteří nejčastěji dramaterapii využívají, můžeme usoudit na profese, které mají k dramaterapii nejbližší. Tedy na pedagogy, psychology, speciální pedagogy, lékaře, odborníky přes oblast prevence sociálně patologických jevů a jiné jim příbuzné obory (Valenta, M., 2011).

## **2.7 Dramaterapeut a jeho role.**

Úplně základní definice dramaterapeuta říká, že je to soba, která vede dramaterapeutické setkání, pracuje s různými problémy a diagnózami (viz

kapitola 2.6). Stejně jako u jiné profese jsou velmi důležité odborné znalosti z psychologie, psychiatrie, pedagogiky, biologie člověka a samozřejmě s oblasti dramatu (Majzlanová, K., 2004).

Úkolem dramaterapeuta je připravovat programy pro daný typ klientů, se kterým se setkává, prohlubovat své znalosti a vědomosti. Dále by se dramaterapeut měl přednostně zaměřit na navázání kontaktu s klientem a teprve posléze se zaměřit na intervenční proces. Je totiž důležité nejprve klienta identifikovat, zjistit jeho současné potřeby (Majzlanová, K., 2004).

Jaký by tedy měl dramaterapeut být? Měl by mít smysl pro imaginaci, měl by být tvořivý, konkrétní, otevřený, emfatický, měl by mít zájem o klienta a chovat k němu i určitou úctu, mimo to by měl mít i důvěru ve své vlastní schopnosti. V terapeutické oblasti především tedy dramaterapeuti by měli být schopni i autenticity. Právě tato schopnost může vnést do setkání pocit uvolněnosti a hlavně opravdovosti. Mezi schopnosti, které by měl dramaterapeut mít, je důležité zařadit i schopnost akceptace klienta. Terapeut by ho měl přijímat bez výhrad. Podstata takového přijetí má za následek uspokojující potřebu uznání u klienta. Klientovi je pak terapeut bližší a může s ním navázat důvěrnější vztah. To pomáhá dramaterapeutovi klienta poznat a vhodně volit jednotlivé metody práce (Majzlanová, K., 2004).

B. Meldrum (1994 in Majzlanová, K., 2004) vidí dramaterapeuta jako empatického režiséra, který na sebe bere roli zodpovědného pomocníka. Tento pomocník pak pomáhá klientům převzít zodpovědnost za své chování.



S. Jennings (1995 in Majzlanová, K., 2004) říká, že dramaterapeut *„kreativní formou působí na člověka, svého klienta, pomáhá mu pochopit a zmírnit sociální a psychické problémy a ulehčuje mu symbolické vyjadřování a porozumění sobě samému.“*

Nastínila jsem tedy roli dramaterapeuta a schopnosti, které jsou pro jeho působení významné. Pokud bychom měli zdůraznit to nejdůležitější na jeho roli, pak by to tedy bylo vytvoření uvolněné a autentické atmosféry, zachování si profesionálního odstupu, výběr vhodných technik pro daný typ klienta.

## **2.8 Možnosti využití dramaterapie.**

V následující části se pokusím přiblížit oblasti, ve kterých je dramaterapie využitelná, s odkazy na jednotlivé autory, kteří se právě dramaterapií v jednotlivých oblastech zabývají.

### **2.8.1 Využití dramaterapie u dětí.**

Dále se zaměříme převážně na dramaterapii u dětí se speciálními potřebami. Můžeme sem zařadit například děti s narušenou komunikační schopností. U dětí s takovou poruchou se při dramaterapeutickém setkání klade důraz na navázání kontaktu, tedy na první část procesu. Pak následují jednoduché techniky, které mají v dítěti vzbudit zájem. Jsou proto vhodné hry, které jsou založené na pohybu a improvizaci (Majzlanová, K., 2006). Děti, které trpí narušenou komunikační schopností, mohou mít velké problémy s neurózami a psychózami, může se u nich vyvinout odpor ke komunikaci s ostatními, protože se stydí za svůj nedokonalý řečový projev. Barbora Kováčová uvádí výzkum, který se zaměřuje na děti s dyslálií v předškolním věku. Následně došlo k vypracování dramaterapeutického programu, kam byly aplikovány verbálně – zvukové metody.

Po realizaci tohoto dramaterapeutického programu došlo u dětí ke zlepšení komunikačních dovedností (Kováčová, B., 2009).

Dramaterapie u dětí s úzkostnými poruchami se zpočátku zaměřuje především na uvolnění. Nejprve se využívají maňasci a loutky jako zástupné předměty. Pro dítě je to snazší a vede to k větší uvolněnosti. Může tak přes maňásky vyjádřit své pocity. Dramaterapeut působí ze začátku v roli usměrňovatele, ale později se změní v pozorovatele. Dramaterapeut se nejprve sám musí zapojovat do hry a dítě ve hře povzbuzovat. Po čase je dítě ale samostatnější a dramaterapeut je tedy „pouhým“ pozorovatelem (Majzlanová, K., 2006).

Velké opatrnosti je potřeba věnovat dramaterapii s dětmi týranými, s dětmi se syndromem CAN<sup>5</sup>. Nejčastějším problémem těchto dětí je neschopnost se projevit, velká zranitelnost a napjatost. Je tedy potřeba s nimi pracovat velmi opatrně a citlivě. Můžeme využívat různé formy a prostředky dramaterapie, např. projektivní hru. Při ní se opět využívají různé hračky, skrze ně dítě vyjadřuje své pocity, vytváří různé příběhy, komunikuje skrze ně. Dále je často využívána také symbolická hra, při ní se dítě postupně učí chápat symboly a metafory. V okamžiku, kdy dítě zvládá tento druh myšlení, je schopno do symbolů a metafor vnést i své vlastní zkušenosti. Je zde důležité zdůraznit pozici dramaterapeuta, který slouží k podpoře a dává dítěti pocit bezpečí. Další metody, které je možné využít, jsou např.: tvořivě – expresivní přístup, model úloh zručnosti, rolový model, divadelní model, aj. (Majzlanová, K., 2009).

---

<sup>5</sup> CAN – Child Abuse Nevléct – syndrom týraného a zneužívaného dítěte (Velemínský, M., Tomšíková, Z., Kukla, L., Kolářová, J., 2009).

Děti, které mají postižení zrakové, se při dramaterapii učí prostřednictvím různých technik rozvíjet smyslové vnímání. Zaměřujeme se hlavně na orientaci v prostoru, využívání gest, rozvoj představivosti. Pro dramaterapeutické aktivity využíváme známý a bezpečný prostor bez překážek. Těžiště dramaterapeutických aktivit je zaměřené na složku verbální. Naopak u dětí se sluchovým postižením je těžiště dramaterapeutických aktivit zaměřené na složku neverbální. U těchto dětí se zaměřujeme na imitaci a rytmická cvičení, jejichž pomocí se zlepšuje senzomotorická zručnost. Učí se vyjadřovat význam slov pohybem (Majzlanová, K., 2006).

Pokud pracujeme s dětmi s postižením tělesným, pak se v rámci dramaterapie zaměřujeme převážně na zpřesňování pohybového vyjádření, řečové a rytmické cvičení a na relaxaci. Velmi vhodné je využívání hudby a pohybu. Dítě může díky různým rolovým hrám a improvizacím prožít něco, co ještě nikdy neprožilo, a obohatit tak svůj vnitřní svět. Může poznat problémy jiných lidí a zjistit tak, že není samo, kdo nějaké problémy má (Majzlanová, K., 2006).

Za důležitou považuji ještě zmínku o dramaterapii u dětí s hyperkynetickým syndromem ADHD nebo ADD+. Do této oblasti nespadá pouhá porucha pozornosti, ale i mnoho dalších symptomů. Je tedy jasné, že se při dramaterapii nemůžeme zaměřit pouze na jeden symptom, ale je nutné zaměřit dramaterapeutický program (projekt) globálně. Valenta M. (2007, 2011) uvádí desatero, které je vhodné při práci s takto postiženými dětmi akceptovat :

- Už na začátku sezení je vhodné vybrat klidnější část (např. vyprávění v kruhu), protože děti je pak velmi těžké zklidnit.
- Koncentrace a nadšení dítěte není dlouhodobé. Nastupuje zprudka, ale dítě se velmi rychle vyčerpává. Je tedy vhodné mít připravený dostatek motivačních aktivit.

- Je vhodné mít připravenou i zásobu relaxačních a uklidňujících technik, popř. i technik sloužících k vybití emocí.
- Zařazovat hry s pevnými a jasnými pravidly a snažit se děti přimět k jejich dodržování (což opravdu není snadný úkol).
- Řadit do struktury opakující se rituály.
- Klást velký důraz na pozitivní zpětnou vazbu.
- Je vhodné zařadit do skupiny i děti nepostižené, protože poskytují modelový vzorec chování.
- Velký důraz klást na spravedlnost a rovnost vůči všem klientům.
- Děti jsou velmi vnímavé na osobní kontakt, je dobré to využít hlavně při zklidňování.
- Stmelujícím prvkem a motivací je vyprávění příběhu, na jehož podkladě se realizují jednotlivá cvičení.

### **2.8.2 Možnosti dramaterapie u osob s poruchou autistického spektra.**

V kapitole 2.6 jsme poukázali na široké rozpětí dramaterapie z hlediska klientely. Existuje tedy vůbec nějaká porucha, pro níž by byla dramaterapie spíše kontraindikací? Zkusme se zamyslet nad tím, na jakých základech a podstatách dramaterapie zjednodušeně stojí. Dramaterapie a vůbec veškeré parativadelní systémy jsou v první řadě postavené na vzájemné komunikaci a tím se nemyslí pouze verbální komunikace, ale i komunikace neverbální, tedy řeč těla (gesta, mimika, proxemika...). Významný je pro dramaterapii také výraz, melodie, rytmus.

Další důležitou oblastí jsou vzájemné vztahy, interakce a sociální vazby. Schopnost přenést své zkušenosti ze světa reálného do světa „tady a teď“.

Důležitá je i schopnost představit si někoho nebo něco „jako by“ (představ si, že jsi *spoluhráč, v lese, že se to stalo před sto lety...*).

Pokud se tedy zamyslíme nad následujícími větami a i nadpis této podkapitoly nám napoví, že osoby s poruchou autistického spektra budou pro dramaterapeuty oříškem. To ovšem neznamená, že by se s osobami s takovou poruchou nepracovalo v dramaterapeutické oblasti. Valenta M. (2009) uvádí, že je tomu právě naopak. Dramaterapeutové s takovými klienty pracují za použití metodiky expresivně terapeutické práce s klienty s poruchou autistického spektra, která má svá specifika oproti jiným metodikám. Je vhodné akceptovat následující zásady:

- Vše, co se děje, musí mít vizuální podporu ve formě referenčních předmětů, piktogramů, obrázků, apod.
- Snaha o maximální možnou konkretizaci nejen herního prostředí, ale i pomůcek, hraček. A také snaha o minimalizaci abstraktních postupů.
- Využíváme již zvládnuté dovednosti v dalších hrách.
- Stanovíme si jasný, pevný a neměnný rámec a pravidla.
- Jasná a pevná struktura obsahu, času i prostoru.
- Pokud možno neprobíhají ve skupině žádné změny (struktura, složení, doba, délka...).
- Doporučuje se i zařazení klientů s jinou poruchou, nejvhodnější jsou klienti s mentálním postižením.
- Jako motivaci volíme nějaký materiální prvek (sladkost) nebo povolení k oblíbené činnosti, protože pochvala, uznání, úspěch není pro osoby s poruchou autistického spektra hodnotná, zajímavá.

Právě jsme si ukázali, že i u osob s tak složitou diagnózou, která popírá veškeré možnosti práce dramaterapeuta, je možné dramaterapii využít. Blíže o tom pojednává Valenta M. (2009, 2011).

### **2.8.3 Dramaterapie u osob s mentální retardací.**

E. Malá (2008) definuje mentální retardaci *jako neschopnost dosáhnout odpovídajícího stupně vývoje vzhledem k věku a vytvoření sociální závislosti kvůli neodpovídajícímu porušenému nebo zastavenému intelektovému vývoji.*

Mentální retardaci dělíme dle úrovně IQ na :

- Lehkou – lehce opožděný psychomotorický vývoj, malá slovní zásoba, myšlení je povrchní, nesamostatné. Tvoří ji asi 70% všech MR.
- Středně těžkou - značně opožděný psychomotorický vývoj, velké opoždění v řečovém vývoji, řada somatických degenerativních znaků, nejsou vzdělavatelní, tímto typem trpí asi 20% MR.
- Těžkou – hluboký defekt, neschopnost sociálního zapojení, nutnost trvalé péče.
- Hluboká – nekomunikuje, vydává skřeky, přítomnost stereotypních pohybů, epilepsie, poruchy CNS. U 5% mentálně retardovaných. Je nutná trvalá ústavní péče.

Osoby v horním pásmu lehké mentální retardace a v hraničním pásmu normy jsou přístupné většině dramatických prostředků. Osoby se středně těžkou mentální retardací jsou tzv. limitujícím stupněm pro dramaterapeutickou intervenci. U obou typů klientů a především potom u klientů se středně těžkou

MR velmi záleží na jejich komunikačních schopnostech a jejich sociabilitě a adaptabilitě. Úkolem dramaterapie je u těchto klientů snaha o modelování sociálně správného chování v jejich již naučených sociálních rolích (Valenta, M., 2007).

Koert W. Dekker (2006) popisuje práci v divadle Maatwerk, kde pracuje od roku 1987. Důvodem zmínky o tomto divadle je to, že pracuje s herci s mentálním postižením. V Rotterdamu existuje Instituce PameijerKeerkring, která se zabývá problematikou osob s mentálním postižením. Zabývá se především problematikou práce, volným časem a bydlením.

#### **2.8.4 Dramaterapie s uživateli drog.**

O této oblasti pojednává ve své práci Jan Veselý (2006). Projekt byl realizován od prosince 2002 do března 2003 ve věznici v Kuřimi. Skupinu tvořilo 8 mužů ve věku od 20 do 33let. Všichni mají problémy s drogami. Hlavním cílem práce byla motivace k abstinenci, sebepoznání, komunikační dovednosti a vytvoření podmínek pro kontinuální návaznost v následné péči.

Celý proces měl 12 sezení a byl rozdělen do 3 částí – přípravná část, dramaterapeutický proces (2.-11.sezení), divadelní vystoupení. Velmi důležité v při prvních sezeních bylo vytvořit bezpečné prostředí (Veselý, J., 2006).

Dramaterapeutický proces se zaměřil na následující potřeby – *rekreace, kompenzace, edukace, kontemplace, komunikace, integrace, participace, enkulturace*. Sezení mělo pro vězně význam odpočinku od spoluvězňů, možnost zažít prospěšné emoce, pozitivně se naladit, vytvořit prostor pro ventil tlaků, vyjádřit emoce, postupně se učí vyjadřovat slovem, pohybem, přemýšlí nad

různými situacemi z různých úhlů, svěřují se, učí se tolerovat názor druhého, naslouchat. Velmi důležitý byl pocit, že „někam patří“ (Veselý, J., 2006).

### **2.8.5 Využití dramaterapie u seniorů.**

Stejně jako se v poslední době rozvíjí psychologický obor zaměřený na zlepšení psychického stavu osob v seniorském věku (známý pod pojmem gerontopsychologie), tak i dramaterapie se snaží zlepšit životní pohodu a psychický stav klientů v této životní etapě.

Pokud se dramaterapeut rozhodne pro práci se seniory, je podstatné, aby dodržoval následující obecně platné principy, které jsou pro tento typ klienta závazné (Müller, O., 2006):

- Respekt ke klientově tzv. funkčnímu věku. Tento věk může být zcela odlišný od věku kalendářního, a to z důvodu individuálně probíhající involuce psychosociálních funkcí.
- Je důležitý i respekt k jejich způsobu života a k jejich specifickým sociálním rolím (např. role důchodce, vdovy)
- Nutné je dodržovat i základní fáze terapeutického procesu:

Z krátkodobého hlediska 1. Navázání kontaktu, uvolnění, motivace.

2. Hlavní terapeutická práce – řešení problému.

3. Uzavření problému.

Z dlouhodobého hlediska 1. Indikace stávajících obtíží a možných postupů.

2. Naplnění terapeutického vztahu a naplnění dohodnuté organizace, obsahu terapie.

3. Ukončení terapie, další možnosti.



Dramaterapeutická setkání bývají u seniorů zaměřená na hledání pozitivních okamžiků v životě, smysluplné využití volného času, posilování a tvorbu sociálních interakcí, reedukaci psychosociálních funkcí (zaměřena na smysly, myšlení, paměť, emoce, sebeobsluhu, apod.), dosažení aktivizační úrovně (Müller, O., 2006).

## **2.9 Význam a cíle dramaterapie.**

Pokud bychom se vrátili ke kapitole, která se zabývá klientelou dramaterapie, snadno určíme základní význam a cíle dramaterapie, které z ní vyplývají.

Velký přínos dramaterapie je patrný již z toho, že je možné ji využít pro klienty zdravé, postižené, narušené, ohrožené, zdravotně oslabené, dlouhodobě choré, hospitalizované. Je možné ji využít u dětí, dospělých i seniorů.

Při dramaterapii dochází nejprve k diagnostikování a poté k následné aplikaci dramaterapeutických setkání, v jejichž průběhu dochází ke zpřesňování diagnózy a sledování změn u klienta. Z toho lze poznat, že je v dramaterapii zastoupený diagnostický, výchovný, terapeuticko – reedukační a korekčně rozvíjející prvek (Majzlanová, K., 2004).

Machková E. (1992) zdůrazňuje význam dramaterapeutických her, cvičení a improvizací, protože poskytují klientům osobní zkušenosti s mezilidskými vztahy, reakcemi a různými životními situacemi a působí na ně stimulačně.

Dochází tak k rozvoji jejich duševní a pohybové aktivity, řeči a schopnosti komunikace, k upevnování sebedůvěry. Umožňuje rozvoj osobnosti jako celku.

Majzlanová (2004) poukazuje na významný vliv dramatu v oblasti léčebné pedagogiky. Drama poskytuje možnost netraumatizovaného ventilování pocitů, získávání pozitivních zkušeností, sebepoznání, sebevyjadřování, sebeakceptaci, pomáhá v poznávání druhých i sebe samého. Dále uvádí, že díky tomu, že je dramaterapeut schopen vytvořit při sezení atmosféru důvěry a bezpečí, dochází k ideálním podmínkám pro rozvoj spontánnosti, tvořivosti a představivosti. To může vést k jasnějšímu vyjádření vnitřního světa účastníků dramaterapeutického sezení.

Význam dramaterapie je spatřován i v oblasti pocitů, které jsou potlačované. Dramaterapie může být prostředkem k jejich uvědomění a to vede k získání nových pohledů a zkušeností, k překonávání překážek a jiných problémů v životě (Majzlanová, K., 2004).

Pokud se již zaměříme na konkrétní cíle dramaterapie, je podstatné zmínit formulaci dramaterapeutických cílů od známé kalifornské dramaterapeutky R. Emunah, která cíle definuje takto (Kulka, J., 2008) :

- Zlepšování sociální interakce a interpersonální inteligence
- Získávání schopnosti uvolnit se
- Zvládnutí kontroly svých emocí
- Změna nekonstruktivního chování
- Rozšíření repertoáru pro život
- Získání schopnosti spontánního chování

- Rozvoj představivosti a koncentrace pozornosti
- Posílení sebedůvěry, sebeúcty a zvyšování intrapersonální inteligence
- Získání schopnosti poznat a přijmout svá omezení i možnosti

Cíle v dramaterapii se stanovují základní, integrované, všeobecné, krátkodobější, dlouhodobější, hlavní, vedlejší, předběžné. K základním cílům dramaterapie patří dle Majzlanové K. (2004): *rozvoj empatie, tvořivosti, kreativity, redukce tenze, odblokování komunikačního kanálu, rozvoj sebedůvěry, integrace osobnostních vlastností, sebeuvědomění, vytvoření pocitu zodpovědnosti a samostatnosti, nácvik sebeovládání*. U integrovaných cílů klade Majzlanová (2004) důraz na: *smyslová a výrazová cvičení, rozvoj fantazie a kreativity, rozvoj a formování psychických možností, zlepšení komunikačních dovedností*.

Cíle všeobecně záměrné jsou dle S. Jennings (1994):

- Soustředit se na zdravý aspekt člověka
- Léčba pomocí divadelního umění
- Rozvoj latentního tvořivého dramatu
- Rozvoj dramatické imaginace, představivosti a intuice
- Procvičování životních a sociálních situací
- Pomocí odstupu v dramaterapii umožnit klientům pracovat se spornými otázkami
- Snaha o maximální osobnostní růst a vývoj

Cíle dramaterapie mají povahu terapeuticko – formativní. Podstata formativní části spočívá ve vedení klientů k tomu, aby si vytvořili zpětnou vazbu,

která bude reálná. Na základě této sebereflexe si klient má vytvořit i reálnou životní perspektivu. V rámci dramaterapie je veden k uvědomění si nesprávných životních postojů a vzorců chování a k jejich následnému přehodnocení (Valenta, M., 2006).

Na závěr této kapitoly ještě jedno upozornění, které ve své knize uvádí K. Majzlanová (2004) : *„Přesto, že terapeutický přístup v dramaterapii prakticky vylučuje možné kontraindikace u klientů, očekávané výsledky může ohrozit nerespektování přiměřenosti a posloupnosti, vnucování technik či přístupů, příliš velká aktivita ze strany terapeuta a další faktory.“*

### **3. Praktická část**

#### **3.1 Cíl diplomové práce.**

Cílem diplomové práce je zmapování toho, jak vnímají pojem dramaterapie sami dramaterapeuti a jaký je jejich pohled na současné vzdělání v tomto oboru u nás. Dále se práce zaměřuje na legislativu tohoto oboru a možnosti dramaterapie v oblasti práce s klienty.

#### **3.2 Použité metody.**

Pro zpracování své diplomové práce jsem se rozhodla využít metody kvalitativního výzkumu. V psychologických vědách je kvalitativní přístup přístupem, který využívá kvalitativních metod pro popis, analýzu a interpretaci nekvantifikovaných nebo nekvantifikovatelných vlastností zkoumaných fenoménů naší vnitřní a vnější reality (Mioviský, M., 2009). Lze také použít definici Miroslava Dismana (1925 – 1996), který říká, že kvalitativní přístup je *„nenumerické šetření a interpretace sociální reality, jehož cílem je odkrývat význam podkládaný sdělovacími informacemi,“* (Disman, M., 1993 in Mioviský, M., 2009). Kvalitativní výzkum je holisticky orientovaný. Umožňuje zkoumat soubor ve všech možných rozměrech a dle možností i v celé jeho šíři (Ferjenčík, J., 2000). Tento typ výzkumu využívá induktivní formy vědeckých metod, hloubkové studium jednotlivých případů, rozhovory, pozorování a jeho předností je i pružný charakter. Cílem kvalitativního výzkumu je získat popis zvláštností případů a generovat hypotézy (Hendl, J., 2005).

### 3.2.1 Rozhovor

Ferjenčík (2000) uvádí, že se jedná o proces získávání dat, který je vysoce interaktivní. Stěžejní metodou mé práce je nestrukturovaný rozhovor, který se svými znaky podobá běžnému rozhovoru. Důraz je přitom kladen hlavně na přirozenost rozhovoru (Skutil, M., 2011). Při tomto druhu rozhovoru nemáme dopředu připravené otázky, kterých bychom se v průběhu museli držet. Držíme se především hlavního tématu, které nás zajímá, a není důležité, zda se osob ptáme na stejné otázky a ve stejném pořadí (Miovský, M., 2009).

Rozhovor s každým z odborníků z oblasti dramaterapie byl zaznamenán na diktafon a následně přepsán. Cílem rozhovorů bylo zmapovat jejich pohled na současný vývoj dramaterapie u nás a seznámit se s jejich prací, chápáním dramaterapie každého z nich a získat představu o možnosti využití dramaterapie u jednotlivých skupin klientů, popřípadě zjistit informace o legislativě a vzdělávání v oblasti dramaterapie v České republice.

Každý z pěti odborníků se zveřejněním přepisu rozhovoru za účelem mé práce souhlasil. Všechny přepisy jsou uvedeny v přílohách.

### 3.2.2 Pozorování.

*„I v běžném životě je pozorování důležitou formou získávání informací, zkušeností,“* (Pelikán, J., 2007). Jedná se o metodu která je založená na sledování a následné analýze jevů, které lze pozorovat smysly. Základní charakteristika této metody je, že výzkumník nezasahuje do objektivní reality. Jednou z výhod této metody je přímé sledování reálných jevů (Křováčková, B., 2011). Pozorování bylo prováděno při jednotlivých rozhovorech se zaměřením na vnější projevy osobnosti každého z odborníků. Místo pozorování bylo různé. Jednalo se o místo setkání určené pro rozhovor, které si každý z dotazovaných vybral sám.

### 3.2.3 Analýza dat.

Miovský (2006) o této metodě říká, že „*nemusí zahrnovat pouze listiny a části textu, ale také veškerá předmětná svědectví, jež mohou složit jako pramen k vysvětlení lidského jednání.*“ Analýza dat byla použita při prozkoumání přepisů z jednotlivých rozhovorů a také při procházení již existujícího materiálu, který byl zdrojem cenných informací pro mou práci.

### 3.3 Charakteristika respondentů.

Účastníky rozhovoru byli následující odborníci v oblasti dramaterapie:

**Mgr. Štěpán Smolík, Ph.D.**, který je spoluzakladatelem Asociace dramaterapeutů v ČR. Zabývá se dramaterapií u osob s mentálním postižením, u dětí s poruchami chování a dětí s poruchou hyperaktivity.

**MgA. Viktor Dočkal**, jeden ze zakladatelů profesní Asociace dramaterapeutů ČR, současně vystupuje jako ustanovující člen Evropské federace dramaterapeutů. Je autorem řady odborných článků a kapitol na téma Dramaterapie.

**PhDr. Kamila Laudová**, která mimo jiné absolvovala v letech 2005-2008 1. mezinárodní dlouhodobý výcvik v oboru dramaterapie pod vedením PhD. Fay Prendergast, Dr. Sue Jennings, Dipl.KT. Beate Albrich (odborný garant pro ČR) akreditovaný Českou arteterapeutickou asociací. V současné době vede dramaterapeutickou skupinu Dozp Sulická - uživatelé s kombinovaným postižením.

**MgA. Václava Křesadlová** jež v současné době pracuje v komunitě pro závislé, využívá při své práci s osobami závislými na drogách, alkoholu, hře dramaterapii už několik let.

**PhDr. Anežka Janátová**, která vyučuje v Akademii sociálního umění Tábor obor Dramaterapie a dříve také pracovala v Jedličkově ústavu. Zde pracovala s osobami tělesně postiženými převážně dramaterapií.

Celkem bylo osloveno deset odborníků v této oblasti, z nichž byli ochotni setkání uskutečnit výše zmínění. Ostatní žádost o setkání zamítli z různých důvodů. Při výběru jsem se zaměřila na terapeuty uvedené na stránkách Asociace dramaterapeutů ČR a jejich následná doporučení.

### **3.4 Metodický postup práce.**

Setkání s odborníky probíhalo individuálně v místě, které si každý respondent zvolil sám. Každý rozhovor byl nahráván na diktafon a následně přepsán. Všechny přepisy jsou zaznamenány v přílohách. Po přepsání rozhovoru byl respondent znovu požádán o vyjádření k uvedeným údajům v rozhovoru a požádán o možnost jeho zveřejnění v rámci diplomové práce. Teprve když byly všechny přepisy odsouhlaseny, začala jejich analýza. Z odpovědí byly vybrány ty údaje, které odpovídaly na následující oblasti:

- 1) Pojem dramaterapie a proces dramaterapie.
- 2) Možnosti využití dramaterapie a její kontraindikace.
- 3) Vzdělávání dramaterapeutů v ČR.
- 4) Vztah společnosti k dramaterapii.
- 5) Legislativní ukotvení oboru dramaterapie v ČR.

V praktické části jsou tyto oblasti ještě porovnávány s teorií.

### **3.5 Výsledky.**

V následující části budou uvedeny názory odborníků, vždy ke každé výše zmíněné oblasti zvlášť. Jednotlivé názory budou porovnány mezi sebou, popřípadě s teorií.



### 3.5.1 Pojem dramaterapie a proces dramaterapie.

Tato kapitola se zaměří na otázku vnímání pojmu dramaterapie a procesu dramaterapie. Pokusím se také blíže popsat práci některých dramaterapeutů.

#### I. Dramaterapie.

Vysvětlení pojmu dramaterapie pojímá každý odlišně. Někdo z dotazovaných se soustředí v první řadě na prvopočátky dramaterapie a na oblast Řecka. Anežka Janátová si pod pojmem dramaterapie představuje **staré řecké drama**. Uvádí, že základem celé dramaterapie je právě Řecko. Nikdo jiný se o oblasti historie dramaterapie významně nezmínil. Nikdo se nezmínil ani o Řecku. Kolébkou evropské divadelní kultury je antické divadlo, které vzniklo z rituálních slavnostních her. Významnou osobností se pro divadlo v Řecku stal bůh vinné révy a plodnosti Dionýsos. Historicky významné bylo právě Řecko. Vznikaly zde prvotní pokusy o dramaterapii. I když je nutno podotknout, že v té době se tomu takto neříkalo. Pojem dramaterapie, jak už bylo zmíněno v teoretické části, byl poprvé použit na přednášce Petera Slada v roce 1939. Ovšem historie dramaterapie sahá hlouběji. Sahá až do dob Aristotela, který objevil kataraktické účinky dramatu. Historické hledisko je dnes často opomíjenou kapitolou. Z rozhovorů je patrné, že většina dotázaných se soustředí především na přítomnost a budoucnost, což je velmi významné pro rozvoj dramaterapie, ale ani minulost by neměla být oblastí opomíjenou. Možná je to i tím, že kořeny tohoto oboru nejsou v naší zemi příliš hluboké. Nepochybuji, že kdyby byla otázka přímo mířena na historii dramaterapie, pak by jediný z odborníků oblast Řecka, antiky neopomenul zmínit.

U této otázky uvádí Štěpán Smolík jednu důležitou poznámku, kterou se budu zabývat více v oblasti poslední, a to v oblasti legislativy dramaterapie. Štěpán Smolík uvádí, že *„dramaterapie je slovo přejeté z anglického jazyka. Zde je pojetí dramatu daleko širší než v češtině. Z toho důvodu je **pojetí tohoto pojmu u nás poměrně komplikované.**“* Je pravda, že dodnes není tento pojem zcela

ustálen. Není dokonce jasné, kam lze dramaterapii zařadit. Existují totiž ne dvě, ale tři možnosti, jak terapie zabývající se, nebo spíše využívající umění nazývat. Mohou to být terapie expresivní, umělecké nebo chcete-li kreativní, mezi ně se řadí i arteterapie, muzikoterapie a taneční a pohybová terapie. To vidím já a z rozhovoru bylo jasně znát, že nejen já, ale shodují se s tímto názorem všichni a každý ho nějakým způsobem zmínil jako velký problém tohoto oboru, který se v současné době nějakým způsobem řeší. Vraťme se k pojmu dramaterapie a k práci jednotlivých odborníků.

Štěpán Smolík pojem dramaterapie vysvětluje tak, že *„vychází právě z primárního oboru dramaterapie, a to je divadlo a vše, co si pod divadlem dokážete představit. Vše, co k divadlu patří, vytváří jakousi projektivní plochu, s níž se při dramaterapii pracuje. Podstatou je zpracování témat skrze symbolickou paralelní linku, která je vytvořena pomocí příběhů a jiných projektivních záležitostí, v rámci ní jsou potom jednotlivá témata zpracovávána. Výhodou je to, že není nutné dostat se až k retraumatizujícím tématům.“* Pomocí jednotlivých prvků, jako jsou hlediště a jeviště, role diváků a aktérů a všeho dalšího, co si pod divadlem z vlastní zkušenosti můžeme představit, od výtvarných prvků přes zvuk, slovo, psaný text, pohyb, tanec, hudbu, zpěv atd., se v průběhu procesu postupně otevírají roviny umožňující zpracovávat problematická témata, traumata, různá osobní tabu či jiné aspekty, kvůli nimž je terapie vyhledávána a doporučena (Smolík, Š., 2012). Podobným způsobem se k dramaterapii vyjadřuje i Dočkal, pro něhož bylo prvotním zaujetím to, že se jedná o propojení divadla a terapie. Dramaterapie je pro něj terapie, která *„otevívá prostor, nabízí možnosti pohledů na situaci a na to jak se v ní chovat, nabízí možnosti, jak si uvědomit vlastní prožívání, vztahování se k věcem, uvědomit si své role a možnosti, jak se v nich pohybovat, popřípadě variovat, není a priori soustředěná v první fázi na problémovou oblast, bere v potaz ty možnosti, které jsou pozitivní a skrze ně pak lze ovlivňovat tu problémovou oblast.“* Pokud se pokusíme oba dva názory porovnat, pak je patrné, že se shodují v tom, že velkou

výhodou dramaterapie je možnost neverbálnosti. Oproti klasickým verbálně zaměřeným terapiím, kde je od začátku kladen tlak na problém. Podstatou dramaterapie není vznik žádného výstupu, divadelního představení. Využití prostoru a zákonitostí divadla k započetí terapeutického procesu je podstatou dramaterapeutické práce. Hlavní oblastí dramaterapie je proces tvorby založené na metafoře, projekci, fantazii, skupinové dynamice. Prostřednictvím prožitku procesu dochází k propojení rovin emocionální, racionální, smyslové a somatické (Smolík, Š., 2012). Divadlo dává lidem prostor pro představování a prožívání jiných životů v reálném čase a místě. Jevišťe je možné využít jako chráněnou laboratoř, kde lze do interpretované role přenést vlastní zkušenosti a zpracovat tak různé interpersonální konflikty (Majzlanová, K., 2012).

Václava Křesadlová poukazuje mimo jiné na přirozenost člověka a jeho vztah k dramatu. Dle ní se dramaterapie odkazuje na něco, „*co je člověku přirozeně dané – na jeho tělo, jeho výraz, jeho emocionalitu v projevu. Odkazuje na to, jak se člověk projevuje. Podstatnou součástí, neoddělitelnou součástí dramatu je miméze.*“ Slovo miméze pochází z řeckého mímésis, znamená napodobení. Latinsky je to imitatio. Tento překlad nám pomáhá slovo pochopit v souvislosti s dramatem, jedná se o sklon člověka napodobovat věci, zvířata, lidi. Příkladem může být lovec. Pokud chtěl lovec v pravěku ulovit zvíře, často na sebe oblékl kůži z jiného zvířete. Věděl, že tak ztratí na nápadnosti a zvířeti se tak může co nejvíce přiblížit. Tento sklon je součástí člověka, je vrozený. Dítě se tímto způsobem učí, učí se nápodobou. Postupně se v člověku vytváří i sklon k stylizaci, k zobrazování ([www.dramknihovna.wz.cz/dwnld/history/dsd.doc](http://www.dramknihovna.wz.cz/dwnld/history/dsd.doc)). Je tedy důležité, aby člověk využíval tento pud, protože je významný při získávání zkušeností a při učení. Je nepopíratelně naší součástí a je nezbytné, abychom ho přijali. Vlivem dnešní společnosti dochází k častému popírání mimese v nás a neustále se uzavíráme před společností i před sebou samými. Právě s mimesí v nás, s tímto nám vrozeným pudem, pracuje dramaterapie.

Pro svou práci našla v dramaterapii významnou rovinu Kamila Laudová, která ji vidí jako „*jedinečný přístup k pojetí péče o psychosomatickou rovnováhu využívající v rámci dramatické reality a jednání v terapeutickém kontextu, odpovídá mé víře v kreativní proces v rámci terapeutického vztahu.*“ Je tedy na místě krátce uvést vztah mezi klientem a terapeutem v dramaterapii. U většiny verbálních terapií jsou oba (klient i terapeut) mimo roli (v dramaterapeutickém slova smyslu). V dramaterapii převážně při využití vývojových proměn je terapeut vždy v roli a ve hře a klient je jím veden za pomoci improvizace (Valenta, M., 2007). Terapeut v dramaterapii funguje jako průvodce, který usnadňuje plynulost a spontaneitu jednání klienta, zajišťuje bezpečnost odehrávajících se procesů, často přes vědomě užitě projektivní role. Terapeut tedy nevystupuje jako expert na klientův život, ale pouze jako facilitátor (Smolík, Š., 2012).

Z následujících odpovědí na otázku týkající se pojmu dramaterapie vyplývá, že každý z dotazovaných ji vidí jinak. Spíše by se možná dalo říci, že každý si v dramaterapii našel své. Podstatnou větu řekla Křesadlová: „*K dramaterapii je potřeba přistupovat jako k otázce, nesmí to být tvrzení. Stále nevíme, jak to je, tušíme, máme nějaké stopy, máme nějakou praxi, ale pořád je potřeba se ptát a sbírat informace.*“ Přestože dramaterapie, jak je výše citováno, je jedna velká otázka, pak existují lidé, odborníci v této oblasti, kteří to tak nevnímají. Mají jasnou definici, nekompromisní definici a znají přesné postupy, jak by měl dramaterapeut postupovat, jak by měl pracovat. Co tedy je dramaterapie? Je to definice typu: „*Dramaterapie pomáhá uchopit a zmírnit sociální a psychologické problémy, mentální onemocnění i postižení a stává se nástrojem zjednodušeného symbolického vyjadřování, díky němuž poznává jedinec sám sebe, a to prostřednictvím tvořivosti zahrnující verbální i nonverbální složku komunikace*“ (Valenta, M., 2011). Nebo je na každém z terapeutů, kteří se rozhodnou pro tento terapeutický směr, jak ho budou vnímat? Dle informací, jež jsem získala z rozhovorů od odborníků, kteří se sami tomuto oboru již několik let

věnují, jsem pochopila, že je to otázka těžko zodpověditelná i pro ně samotné. Blíže budu toto téma specifikovat v podkapitole 3.5.5.

Naprosto zjednodušeně lze říci, že dramaterapie je terapie, která využívá k léčbě divadla, dramatu, divadelních prvků. To je naprosto zjednodušeně řečené, ale pro laickou a bohužel mnohdy i veřejnost odbornou se jedná o dostačující vysvětlení.

## **II. Proces dramaterapie.**

Jako všechny terapie i tato oblast má svůj systém. Existuje zde proces, který má specifickou strukturu. Neexistuje ovšem pouze jeden pohled na tuto oblast. Každý z dramaterapeutů má svůj způsob práce, svůj systém a v průběhu let, kdy se schopnosti pracovat tímto typem terapie vyvíjí, vyvíjí se i schopnost odborníků ten proces, který je podstatou dramaterapie, vnímat a směřovat. Každý z dotázaných odborníků má svůj specifický postup dramaterapeutické práce a u každého z nich se v průběhu času mění.

Například postup Janátové se začal utvářet v období, kdy nastoupila do Jedličkova ústavu, jako psycholog. *„Práce zde byla tak rozsáhlá a tak komplikovaná, že jsem se musela zamyslet nad tím, jak mohu svou práci dělat, abych tak velké množství klientů byla schopna zvládnout. Uvědomila jsem si, že pokud budu pracovat v rámci běžné terapeutické skupiny, je zde velká pravděpodobnost, že do ní klienti nebudou chtít chodit.“* Je nutné zmínit, že pracovala jako psycholog, který měl na starosti 220 dětí ve věku od 3 do 21 let, s různým typem postižení. V době, kdy se pro práci dramaterapeutickou formou rozhodla, nebyla její práce příliš vítána, přesto se o to pokusila. Její postup je velmi podobný základní struktuře dramaterapeutického procesu uváděného v odborné literatuře. V první řadě si sama vybere nebo napíše hru, která má hlubší

smysl. Pro příklad můžeme zmínit jednu z prvních her, které zpracovala dramaterapeutickou formou, a to je Hrubínova Kráska a zvíře. V této hře se zaměřila na smysl krásy a zvířete v každém z nás a na jejich vzájemnou proměnu. Následuje významný prvek, a to je sjednocení skupiny, ve které se hra má odehrávat. Tady využívá motivu imaginární bubliny. Po sjednocení skupiny ji seznámí s hrou, jejím smyslem, s postavami. Velký význam spatřuje v dramaterapeutickém procesu, který musí být dynamický. „...**dát naprostou důvěru lidem**. *Tak pracuji tady v akademii. Po rozdělení rolí nechám studenty, ať si celý proces dělají sami, ať se hádají, diskutují.*“ Forma, kterou Janátová využívá, je forma, kde se využívá divadelních prostředků, které probouzí v člověku vnitřní aktivitu. „*Rolí si tak může člověk prožít něco, co je v jeho osobnosti jako penzum. Tím si doplní zkušenost a s ní se následně pracuje dál.*“ Často je využíváno také střídání rolí (například jednou si zahrají čerta, podruhé anděla). Mnohdy je sama účastníkem celého procesu, ale významně do něho nezasahuje. To, že je součástí toho všeho, má pro dramaterapii velký význam, má to velký vliv na klienta. V závěru je celá hra prodiskutována, zhodnocena, uzavřena. Důležitým prvkem je to, že dramaterapeutická práce je směřována pozitivně, „*já je nebudu utvrzovat v jejich slabostech, ale budu je **posilovat v jejich silných stránkách**.*“ Právě v této větě se skrývá významnost účasti samotného terapeuta na procesu. Musí být schopen v průběhu vnímat jednotlivé účastníky tak, aby byl schopen přiřadit vhodnou roli, která může klienta posunout dál. Nemyslím si, že by se jednalo o nějaký velký problém, kdybychom dali například roli čerta a v průběhu zjistili, že by byla vhodnější role Lucifera. Ovšem to se týká pouze tohoto typu dramaterapie, tedy přehrávání různých rolí.

Obdobný názor na to, aby byl terapeut plně účasten a soustředěn na celý dramaterapeutický proces od začátku až do konce, má i Václava Křesadlová: „*Dramaterapeut nesmí vidět jenom to, co dělá dramaticky, ale musí si také **uvědomovat, co dělá v psychické oblasti druhého**.* Být účasten procesu. Spolu

s klientem zkouším, zda je to, co potřebuje. Je nutné, abych o sobě byla schopna pochybovat. V každé hře musí být i osobní investice, vztahová investice.“ Je zde zmíněno, že dramaterapeut by měl být schopen o sobě pochybovat. Pravděpodobně tím bylo myšleno, že klient v rámci terapie předává svému terapeutovi moc, do určité míry i moc nad sebou. Je tedy nezbytné, aby terapeut nezačal jednat jako expert na život klienta, ale aby tu moc využil k navázání terapeutického vztahu a byl tak schopen vnímat proces a vést klienta směrem, který povede k jeho úlevě, pomoci. „Je velmi důležité vnímat, že některé věci se zkouší a některé se odehrávají mezi lidmi. Je důležité v rámci procesu odhalit věci, emoce, které se začaly odehrávat a k danému tématu patří, ale na jevišti se z nějakého důvodu neodehrávají. Přimět tedy lidi, aby řekli, jaké podmínky potřebují pro to, aby právě tohle se mohlo na tom jevišti odehrát. Udělat tam to **přemostění mezi realitou a hrou**, to je to terapeutické.“ Dle Křesadlové hra vytváří náhled nad realitou. Největší hřivny dramaterapie spatřuje právě v tom okamžiku, kdy reálnou situaci dokážeme zpracovat, hrát si s ní a o ní a hlavně, že se při tom hraní a přehrávání dokážeme uvolnit. „Nemá smysl usilovat o to, aby si lidé hráli hry. To už je příliš podobné gamblingu. **Posílení mimetické funkce**, to je důležité, a to, že si hrajeme o něčem na něco, co dobře známe a děláme to proto, abychom to poznali a prozkoumali, abychom si skrze to uvědomili nějaké vnitřní pravdy – to je léčení, to přináší dramaterapii léčivou část.“ To, že nápodoba je podstatnou součástí člověka, jsem se již zmiňovala výše. A předcházející věta toto tvrzení ještě umocňuje. Vyvolává ale také otázky. Nemá smysl, aby si lidé hráli hry? Je pravdou, že v oblasti dramaterapie to tak může vyznít. Je tím ale pravděpodobně myšleno, že není hra jako hra. Hry, které mají hlubší smysl, mají hloubku, jsou pro oblast dramaterapie významné a je zde s nimi často pracováno. A to začíná souviset i s osobností dramaterapeuta. Osobnost dramaterapeuta musí být vnímavá, citlivá, protože jinak se může stát, že bude vyhledávat jakékoli hry, které budou jen tak nazvány „Hry“, ale nebude schopen je terapeuticky využít. V nejhorším případě nepozná ani to, že je dramaterapeuticky nevyužívá.

Václava Křesadlová vidí problém současné dramaterapie mimo jiné také v tom, že se vytrácí podstata lidské přirozenosti. Vytrácí se podstata základní lidské divadelnosti, základní lidské schopnosti představovat, vyprávět, hrát si, mít diváky. „*Když pracuji s klienty, kteří jsou zvyklí, že dramaterapie je součástí komunity, že ji používám, tak s nimi **pracuji velmi opatrně**. Pomalu je připravuji tvořit, vnímat se, hrát si. Jednou za čas s nimi dělám divadlo, aby si vyzkoušeli, jaké to je předstoupit před druhé.*“ Důvody proč to tak je, proč je tady taková nutnost přípravy, proč se z nás vytrácí ta přirozenost našeho jednání, budu blíže popisovat v podkapitole 3.5.4 . Václava Křesadlová by již po své dlouholeté zkušenosti zařadila na úplný začátek hereckou pedagogiku. Snažila by se o to, aby klienti začali sami pomalu pociťovat změnu pomocí improvizací, uvolňovacích cvičení, aby věděli jak na sebe. Je totiž nezbytně nutné naučit se pracovat i s oblastí neverbální komunikace, naučit se pracovat se svým výrazem, pro to je velmi vhodné využít oblast dialogického jednání<sup>6</sup>. Klient se pak bude lépe cítit v dramatické oblasti. Pak je vhodné to s klienty probrat a ukotvit je, aby dostali základní zkušenost. „*Terapie začíná dle mě až v **okamžiku náhledu**. Když klient drží sebe sama jako dramaticky aktivní bytost, tak v tu chvíli se může začít léčit.*“ Následující slova lze chápat jako nutnost otevřenosti ke svému divadelnu. Přijmout a smířit se skutečností, že v každém z nás je podstata divadla. Lze říci, že na základě této potřeby každého z nás je možné dramaterapii využít. Na základě přijetí tohoto faktu a jakýmsi vyrovnáním se s ním může začít terapie pomocí dramatu.

Dočkal pracuje dramaterapeutickou metodou nazývanou Proměny. Sám mi tuto metodu přiblížil takto: „*Metoda přichází z New Yorku, zakladatelem je David Read Johnson. Základní premisou je to, že svět sám o sobě je nestabilní a*

---

<sup>6</sup> Dialogické jednání je psychosomatická disciplína, kterou vymyslel prof. Ivan Vyskočil, základem je zkušenost a zakoušení stran sám se sebou. (Valenta, M., 2007).



*není tedy potřeba ho zestabilňovat, ale podstatné je najít bezpečnou cestu, jak lze v těchto vlnách proplouvat.*“ Dále také uvedl několik základních bodů, které jsou v rámci této metody navzájem spojené: 1. práce s tělem, 2. práce s improvizovanou hrou, 3. práce s prostorem a volnými asociacemi, 4. práce s introspekci, 5. práce s reflexí. S touto metodou pracuje s různým typem klientů, a to způsobem individuálním i skupinovým.

Obecně z předešlých odpovědí tedy nelze s jistotou říci, že existuje nějaký obecně platný postup práce, že existuje nějaká přesná struktura dramaterapeutického procesu. Pokud bychom se ještě vrátili k teorii, pak v knize Dramaterapie od Milana Valenty (2007) můžeme nalézt jednu z možností vedení terapeutického procesu. Toto členění navrhuje Renée Emunahová (1994) a týká se dlouhodobě indikované dramaterapie :

1. Dramatická hra – slouží k navození důvěry mezi členy terapeutického procesu.
2. Scénická práce – zahrnuje hraní jiných rolí než těch, které reflektují život klienta. Lze si tak vyzkoušet novou zkušenost, prožít ji a učinit krok sám od sebe.
3. Hraní rolí – zahrnuje hraní rolí ze života klienta.
4. Kulminovaná akce – důraz je kladen na jedince, dramatizuje se jeho osobní příběh.
5. Dramatický rituál – uzavření sezení, celková reflexe.

Na závěr této podkapitoly bych využila citaci odpovědi Štěpána Smolíka: *„Způsob práce je velmi rozmanitý a podobně jako v psychoterapii záleží na dramaterapeutovi, který směr on sám zaštiťuje, vyznává a také jakou má cílovou skupinu a s jakým problémem se setkává. Obecně popsat to úplně nelze. Mohl*

*bych popsat jednotlivé způsoby práce s některými skupinami, ale nebude to mít obecní výpovědní hodnotu. Byla by to výpověď o tom, jakým způsobem teď pracuji já. Způsob práce se u mě, ale i u ostatních kolegů vyvíjí.“*

Můžeme říci, že tak tomu je díky lidské jedinečnosti. Každý z nás je jiný, každý z nás má jiný způsob práce a stejně tak je i každý z klientů jiný a každý klient potřebuje jiný přístup. Stejně jako se postupy a práce dramaterapeutů vyvíjí, mění se i životní zkušenosti a scénáře jejich klientů.

### **3.5.2 Možnosti využití dramaterapie a její kontraindikace.**

Následující oblast se bude zabývat možnostmi využití dramaterapie u různých typů klientů. Konkrétně se zaměříme na klientelu, s níž pracují dotazovaní odborníci. Druhá část se bude zamýšlet nad kontraindikací dramaterapie, bude se snažit skrze odpovědi dramaterapeutů dát odpověď na otázku : *Existuje nějaká skupina klientů, pro kterou by mohla být dramaterapie spíše kontraindikací?*

#### **I. Možnosti využití dramaterapie.**

Tato část se bude zaměřovat na oblast klientely dramaterapie. Z teoretické části práce je patrné, že klientela dramaterapie je velmi různorodá. Lze ji tedy použít u téměř každého typu klientů, který si vybavíme. Nejčastěji je dramaterapie využívána u klientů s mentálním postižením. Tato cílová skupina tvoří procentuálně nejvyšší podíl klientů. Mimo tuto cílovou skupinu jsou častými klienty i osoby s psychiatrickou diagnózou, se specifickými vývojovými poruchami učení či chování. V rozhovoru, který jsem vedla s vybranými odborníky na téma dramaterapie, samozřejmě nechyběla ani otázka zaměřující se

na jejich klientelu. Každý z dotázaných dramaterapeutů pracuje v současné době s jiným typem klientů, ale téměř všichni mají zkušenost s prací s tělesně či mentálně postiženými lidmi.

Štěpán Smolík pracuje v současné době s klienty s poruchou hyperaktivity a v dětském krizovém centru s týranými a zneužívanými dětmi. Tyto zmíněné cílové skupiny nejsou jediné, s nimiž má zkušenost, dále se věnuje mentálně postiženým osobám, kde ovšem nepracuje formou dramaterapie, ale s těmito klienty dělá divadlo. Mimoto pracuje pomocí dramaterapeutických metod se školními třídami a také s pěstounskými rodinami. Blízkou cílovou skupinu klientů v oblasti dramaterapie má i Kamila Laudová, která pracuje momentálně nejčastěji s dětmi se syndromem CAN, dále s klienty s mentální retardací, autismem. V rámci dramaterapie pracuje i jako krizový intervent ve školských zařízeních a s ženskou skupinou personálu sociálního zařízení.

Zajímalo mne také, jakým způsobem vzniká kontakt mezi školou a dramaterapeutem. A proč se školy pro tento způsob rozhodnou, zda je tady pro ně opravdu tím podstatným způsob práce, tedy dramaterapie. Vědí vůbec školy, pedagogové, co dramaterapie je? Štěpán Smolík na mé otázky odpovídá takto: *„Kontakt proběhne formou emailu či telefonátu. Většinou je to z důvodu, že se ve škole vyskytují nějaké specifické potřeby práce. Prvotní důvod jsou peníze. Specifické potřeby práce jsou druhotné. Je to tedy myšleno tak, že v okamžiku, kdy dostane škola nějakou finanční částku, začne hledat možnosti splnění specifických potřeb práce ve škole. A o tom, zda mají představu, co je dramaterapie? Ne, téměř nikdy nevědí, co to je.“* Proč si tedy školy zvou někoho, kdo by měl v rámci práce se třídou využívat dramaterapeutické metody, když nemají nejmenší představu o tom, co dramaterapie je? Není to, jako bychom se přihlásili na kurz například muzikoterapie a mysleli si, že tam budeme poslouchat hudbu? Každý

člověk, který se chystá na návštěvu k terapeutovi, většinou získává doporučení, popřípadě alespoň zjišťuje, jakým způsobem daný odborník pracuje? To je jedna otázka za druhou, bez odpovědi. Lidé jednají a reagují různě, ale školy by měly vědět, za co vynakládají své peníze, kterých v dnešní době mnoho nemají. Ovšem i to patří k lidské jedinečnosti. Možná to ale poukazuje na nedostatky v informovanosti naší společnosti. Možnost nápravy tohoto nedostatku určitě možná je. Bude to ovšem dlouhá doba a stejně to bude patrné pouze na jednotlivcích, kteří budou mít zájem se o něčem novém informovat. Také to může poukazovat na využití dramaterapie právě v oblasti pedagogiky. Na práci Smolíka a Laudové je patrné, že lze využívat tento obor i v oblasti pedagogiky, ale plnější využití stále brzdí neinformovanost odborné veřejnosti v pomáhajících oblastech, v tomto případě pedagogů.

Zmínili jsme tady syndrom CAN. Čím je dramaterapie pro tuto klientelu výhodná? Právě na tuto otázku odpovídá Kamila Laudová takto: *„Dramaterapie je vhodná právě tam, kde není možné dosáhnout úlevy pouze verbální terapií, z důvodu obran, disociací, vytěsnění vzpomínek apod., a to vše je možné u klientů se syndromem CAN nalézt. Právě z tohoto důvodu využívám dramaterapii u těchto klientů.“* S dětmi, které trpí syndromem CAN, je důležité pracovat velmi citlivě a opatrně. Majzlanová (2006) uvádí různé možnosti dramaterapeutické práce s těmito klienty, jako nejvhodnější je spatřována hra s maňásky či loutkami nebo jinými hračkami a prostřednictvím nich navození důvěry s klientem. Dramaterapeut by měl dávat dítěti pocit bezpečí a být mu oporou.

Další zajímavé informace se týkaly práce s autistickými klienty. Jedná se o klientelu, která by mohla působit jako velký problém pro oblast dramaterapeutické práce. Protože dramaterapie je postavena na vzájemné komunikaci, a to nejenom verbální, ale především neverbální, významná jsou

gesta, mimika apod. Přesto je možné právě s tímto typem klientů pracovat v rámci dramaterapie. V teoretické části (kapitola 2.8.2) jsou blíže popsána specifika práce s klienty s autistickým spektrem. Uvádím tam i jednotlivé zásady, které je vhodné při práci s těmito klienty dodržovat.

S osobami mentálně a tělesně postiženými pracovala dramaterapeutickými postupy i Anežka Janátová. Ta uvedla při rozhovoru jeden příklad, který si nedovolím necitovat. „...vybrala jsem hochu, který měl od několika psychologů stanovenou diagnózu oligofrenik nevzdělavatelný. **Něco uvnitř mě říkalo, že tomu tak není.** Seděl na vozíku a hýkal a nadával. Viděla jsem v něm nádhernou bytost. Logopedi mne varovali, že se nemůže naučit mluvit. Během zkoušení, nacvičování naší hry se postupně naučil mluvit tak, že všichni byli překvapeni. Posléze vystudoval filozofickou fakultu, odpromoval a teď jsem měla po třiceti letech neuvěřitelný zážitek, protože on sám secvičil, režíroval a hrál hlavní roli ve Smoljakově hře Hymna. Pro mě to byl neuvěřitelný zážitek, řeč bez jediné chybičky a herecky naprosto skvělý.“ Tento příklad je zajímavý svou hloubkou, emočním zaujetím a poukazuje na význam dramaterapeuta v procesu. Anežka Janátová dává při své práci lidem, s nimiž pracuje, naprostou důvěru, protože vše vnímá tak, že pokud by jim nedůvěřovala, nevěřila klientům, pak by nic nedokázala. Oni sami by ztratili důvěru v sebe sama. V současné době už s takto postiženými klienty nepracuje, věnuje se převážně svým studentům v Akademii sociálního umění Tábor. Pracuje se studenty, kteří se pohybují ve velkém věkovém rozmezí, a to 21 – 26 let studenti denního studia nebo 50 – 60 let studenti studia dálkového.

Možnosti dramaterapie u klientů s mentálním postižením závisí na hloubce postižení. Hlavním úkol dramaterapie u těchto osob je naučit je přes modelování

sociálně správnému chování. Blíže se touto cílovou skupinou zabývám v kapitole 2.8.3 .

Druhou nejčastější skupinou klientů dramaterapie jsou klienti s psychiatrickou diagnózou nebo psychotickou zkušeností. Právě touto cílovou skupinou klientů se zabývá Viktor Dočkal. Mimo tuto oblast pracuje také s osobami s psychosomatickými obtížemi a s dětmi. Pracuje i s lidmi zdravými, kteří nemají a priori problém ve smyslu nemoci, ale dochází zde k práci na uvolnění, facilitaci. Touto oblastí se zabývá již od studií, kdy se na oblast psychiatrie specializoval. S dětmi pracuje od okamžiku, kdy byl požádán o možnost využití dramaterapie u dětských klientů a u práce s dětmi zůstal. Sám jako většina dramaterapeutů pracuje formou individuální i skupinovou, záleží na klientovi, možná by se dalo i říci na zakázce.

Oblast drog a závislostí je další možnou oblastí, kde lze využít dramaterapii. S cílovou oblastí klientů, kteří jsou závislí, pracuje Václava Křesadlová již čtrnáct let. Pracuje v komunitě pro drogově závislé, kde jsou i lidé závislí na alkoholu, tvrdých drogách či gamblerství. V průběhu rozhovoru došlo právě i na otázku gamblerství, což je závislost na hře. Václava říká: *„Dramaterapii lze pracovat i s gamblery, my tam gamblery máme také. Takže důležité je vybalancovat dramaterapii tak, aby vám s gamblerstvím nesouvisela, když základ patologického hráčství je hra, základ dramaterapie je hra.“* Ano, pokud se nad danou věcí zamýšlím, mám pocit, že to musí být jako chůze po laně. Pro nezkušeného dramaterapeuta velký oříšek. Vždyť, jak už bylo řečeno, my se snažíme léčit hrou někoho, kdo je na hře závislý. Možná lze namítnout, že se jedná o jiný typ hry, ale není podstata her stejná? Napětí, uvolnění se v roli, vnímání sebe. Pokud to ovšem dělá terapeut, který má zkušenost s tímto typem klientů, pak si myslím, že to lze a čtrnáctiletá praxe Václavy Křesadlové to může

jen potvrdit. Dramaterapeutická práce s osobami závislými je dnes časté téma různých odborných prací.

Storytelling je v současné době metoda, která je mimo jiné využívána i pro oblast léčby závislostí. Jak už překlad dvou slovného názvu napovídá, jedná se o příběh a vyprávění. Mezi funkce této metody můžeme zařadit vštěpování znalostí a hodnotových postojů, zábavu, výchovu aj. Jedná se o interaktivní formu sdělení příběhu, kdy toto vzájemné působení probíhá živě. Rozhodujícími prvky jsou děj, poselství příběhu a um vypravěče (Pavlovská in Valenta in Krahulcová, K., Vožechová, J. 2012). Právě Krahulcová a Vožechová (2012) uvádí důvody využití storytellingu u osob se závislostí. Jde o to, že velkým problémem této cílové skupiny klientů je problém s verbálním vyjádřením. Tato metoda je pro ně tedy velmi vhodná, protože se vyjadřují pomocí příběhů. Storytelling odráží vnitřní prožívání klienta, jeho touhy a přání.

Mimo výše zmíněné lze dramaterapeuticky pracovat s klienty - seniory, osobami v postpenitenciární péči a osobami nacházejícími se ve výkonu trestu, osobami s posttraumatickou stresovou poruchou (dále jen PTSP). Právě osobami s PSTP se v rámci dramaterapie zabývá Linda Winn. O práci Lindy Winn pojednává Milan Valenta v článku z časopisu Arteterapie 28/2012. V závěru tohoto článku je i návrh, jak vhodně strukturovat jednotlivá sezení.

Po přečtení kapitoly můžeme tedy skutečně potvrdit, že záběr dramaterapie v oblasti klientely je opravdu velmi široký. Je také potřeba říci, že ne u všech klientů je dramaterapie tou hlavní, stěžejní metodou léčby, viz PTSP. Mnohdy je volena jako další, doplňková terapie, která může mít bezpochyby na klienta také velký vliv.

## II. Dramaterapie jako kontraindikace.

Přesto, že dramaterapie má v oblasti klientely obrovský záběr, lze tedy říci, že v podstatě neexistuje skupina klientů, pro něž by měla být dramaterapie kontraindikací. Pokud je tedy dramaterapie indikována, nehrozí žádné nebezpečí. To je ovšem otázka pro současnou kapitolu. Opravdu neexistuje žádná z oblastí klientů, pro něž by mohla být dramaterapie spíše problémem? Postupně si budeme procházet názory dotázaných odborníků a pokusíme se tak dát si jasnou odpověď. Tedy: *ano, dramaterapie nemá žádnou skupinu klientů, kde by působila kontraindikačně, nebo: ne, existují skupiny, pro které by mohla být dramaterapie kontraindikací.* Pokud bude odpověď ne, potom nás bude zajímat, o jaké skupiny se jedná a proč si to daný dramaterapeut myslí.

Anežka Janátová **v indikaci dramaterapie** nevidí **žádné nebezpečí, pokud se člověk bude snažit vést dramaterapeutický proces pozitivním směrem.** Při zamýšlení se nad tím, co myslela pozitivním směrem, mě napadá pouze již zmiňovaná věta, která souvisí s důvodem, proč je dramaterapie často upřednostňována. Tedy že by proces neměl být směřován ke konfliktu, k problému, popřípadě k retraumatizujícímu tématu. Sama totiž v průběhu rozhovoru uvedla ne příliš dobrou zkušenost, kterou zažila v rámci kurzu. Zde se v rámci psychologických her na nějaký konflikt narazilo a terapeut měl neustále tendenci konflikt určitým způsobem gradovat. Bylo to nepříjemné jí a samozřejmě i ostatním členům kurzu. Tady se k tomu mohu už vyjádřit snad jen tím, že se bohužel vyskytl na kurzu někdo, kdo neměl pravděpodobně ještě dostatek zkušeností pro vedení dramaterapeutické skupiny.

Téměř stejný a poměrně dost pevný názor má i Štěpán Smolík, který říká, že *„neexistuje žádná kontraindikace pro využití dramaterapie.“* Při rozhovoru řekl, že kolem dramaterapie existuje poměrně velká řada mýtů a právě možnost



kontraindikace pro využití dramaterapie je jedním z nich. Je pravdou, že při hledání informací, které by mohly souviset s kontraindikací v oblasti klientely dramaterapie, jsem nenalezla téměř nic. To mě ovšem nepřesvědčilo o tom, že by tento druh terapie byl vhodný pro všechny typy klientů.

Další názor je od Viktora Dočkala a tady už se jedná o názor odlišný od předešlých dvou. Dramaterapie je **kontraindikací pro osoby, které jsou primárně hodně agresivní**. Pokud ovšem je dramaterapie indikována, pak je nutné skupinu velmi dobře poskládat. Dočkal dále ujišťuje, že ani to **nemusí být vždy** pravda. Dle mě jde tedy o to, že pokud se jedná o dramaterapeuta, který je zkušený, má zkušenosti s vedením skupinové dramaterapie i s osobami primárně agresivními, je schopen cíleně pracovat s vhodnými tématy, pak by ani zde neměla být dramaterapie kontraindikací. Je také možnost, která se v dramaterapii využívá, a to je forma nikoli dramaterapie skupinové, ale individuální. Dočkal sám uvádí, že s takovými klienty pracuje, a to individuální formou.

Já se tím dostávám znovu k tomu, že dramaterapie není kontraindikací pro žádnou skupinu klientů.

Ovšem Kamila Laudová oproti předešlým odborníkům říká, že dramaterapie „**není vhodná u klientů akutně psychotických, obecně u stavů výrazně změněného vědomí pod vlivem intoxikace**.“ Osoba v akutní psychotické atace ztrácí kontrolu nad svým chováním, nad sebou samým, může docházet k výskytu bludů a halucinací. Obdobné stavy může mít i osoba pod vlivem intoxikace. Je tedy patrné, že to opravdu mohou být skupiny klientů, kde by mohla být dramaterapie kontraindikací. V převážné většině případů zde pomáhá farmaceutická léčba. Následně postupně dojde k odeznění psychotické ataky a pak je možné pracovat s klientem i jinou než farmakoterapeutickou léčbou. Tedy

s pacienty v akutní psychotické atace není vhodné pracovat formou dramaterapie, ale po odeznění akutní ataky lze využít této možnosti. Obdobné je to u osob pod vlivem intoxikačních látek. Po odeznění vlivu látek, kdy pacient znovu nabývá své vědomí, lze již s klientem pracovat pomocí dramaterapeutických prostředků.

Když jsem se zeptala na možnosti kontraindikace u dramaterapie, tak mi Václava Křesadlová odpověděla obecně. Nevztahovala otázku přímo ke klientům dramaterapie, ale na to, co by naopak mohlo být velkou kontraindikací pro dramaterapii. Myslím si, že i to je velmi podstatná informace, že i to je velmi důležitý a zajímavý pohled odborníka na možnosti toho, co by mohlo být tomuto oboru na škodu. Václava říká: „*Bohužel vzhledem k tomu, že to ještě **není tak moc prozkoumaná oblast, tak se zde dost často vyskytují až děsivé experimenty. Příkladem může být situace, kdy si dramaterapeut vymyslí nějakou situaci, druhé následně vyzve, ať si ji jdou zkusit, protože se to podobá příběhu některého z nich (například). Oni ovšem v tu chvíli neudělají nic.***“ Václava dále upozorňuje na důvody, proč to klienti dělají. Protože nelze, aby takto naráz, bez přípravy, dramaterapeut něco takového po svém klientovi chtěl. Podstatnou součástí dramaterapie je postupná příprava klienta na možnost pohybu v prostoru, na sebevyjádření formou pohybu. Václava dále podotýká: „*Musíme se z toho poučit, nikdy bychom **neměli dávat klientovi úkol, který nejsme schopni splnit sami. Pokud někdo z mých klientů nechce, pak já jdu s ním a dělám mu partnera. Dramaterapie je opravdu o tom, že si zkoušíme, že bychom tím mohli najít tu pravdu, co by nám mohlo pomoci.***“ To je věta, která znovu upozorňuje na významný fakt přítomnosti dramaterapeuta celému procesu. To, že já tam jsem, vnímám jednotlivé účastníky procesu a stále se ujišťuji a zjišťuji, zda jdeme tou správnou cestou, zda nacházíme úlevu, zda se dostáváme k pravdě. Není to jenom o tom, že já jako dramaterapeut zadám úkoly a vy je plňte. Je to o tom, že já tu jsem, jsem tu pro každého z účastníků.

Při hledání v odborné literatuře lze jen těžko nalézt kapitolu, která by se zabývala jinou možností, než je ta, že dramatearapii lze využít u velké skupiny klientů. Objevila jsem upozornění na možné kontraindikace, které uvádí ve své knize K. Majzlanová (2004). Tuto část sice cituji v závěru teoretické části své práce, ale dovolím si ji zde zmínit: *„Přesto, že terapeutický přístup v dramaterapii prakticky vylučuje možné kontraindikace u klientů, očekávané výsledky může ohrozit nerespektování přiměřenosti a poslušnosti, vnucování technik či přístupů, příliš velká aktivita ze strany terapeuta a další faktory.“*

Pokud se tedy pokusím o shrnutí následující části kapitoly, mohu uvést, že nelze jednoznačně říci, že neexistuje žádná skupina klientů, pro které by mohla být dramaterapie kontraindikací. Přesto, že velká část odpovědí odborníků tvrdí opak. Mohu ale s jistotou říci, že existuje kontraindikace pro dramaterapii a tou mohou být sami terapeuti.

### **3.5.3 Vzdělávání dramaterapeutů v ČR.**

V následující kapitole se zaměříme na oblast vzdělávání dramaterapeutů v ČR. Budeme se zabývat otázkou, zda je v ČR vzdělání v oblasti dramaterapie položeno tak, aby naplňovalo evropské a světové standardy. Nejprve se podíváme do zahraničí, jak je na tom se vzděláváním Velká Británie, Francie, Nizozemsko a Slovensko, a poté se vrátíme do České republiky. V bodech se zaměříme na jednotlivé země. Pojednává o tom i Milan Valenta (2007).

#### **I. Dramaterapie ve Velké Británii.**

- Zakladatelkou práce kreativním dramatem v klinické praxi je zde S. Jeninngs.

- Dramaterapie se studuje na Hertfordshirské univerzitě, v Devonu a v Londýně na Institute of Dramatherapy.
- Věk, který je nutné dosáhnout pro možnost studia, je 23 let.
- Nutné jsou zkušenosti v divadelní, školské, sociální nebo klinické oblasti.
- Klinická praxe obsahuje 100 hodin, MA studium 90 ECTS (European Credit Transfer Scheme), dvouletý výcvik.
- Výcvik a supervizi zajišťuje The British Association of Dramatherapists.

## **II. Dramaterapie ve Francii.**

- Obor lze studovat v Paříži na Descartově univerzitě.
- Dramaterapie je zde vřazena do tzv. jevištní terapie spolu s pohybovou terapií.
- Dramaterapie je spolu s arteterapií, muzikoterapií a pohybovou terapií asociována v ECArTE (European Consortium for Arts Therapies Education).

## **III. Dramaterapie v Nizozemí.**

- Dramaterapie se zde využívala nejprve pro osiřelé děti, které přišly o rodiče následkem první světové války, poté se rozšířila i na oblast klientů s mentálním postižením, ohroženou mládež, mladistvé v penitenciární péči.

- V současnosti zde lze nalézt už čtyři vysoké školy, kde se dramaterapie studuje – Leeuwarden, Sittard, Amersfoort – Utrecht, Nijmegen.
- Významné je, že dramaterapie je zde uznána jako samostatná profese.
- Spolu s psychomotorickou terapií, muzikoterapií a arteterapií je vřazena mezi tzv. Vaktherapie (můžeme to nazvat aktivní terapií).

#### **IV. Dramaterapie na Slovensku.**

- Významnou osobností současnosti je zde Katarina Majzlanová.
- Jednalo se tady dlouhou dobu převážně o oblast léčebné pedagogiky.
- Vybudování teoretických základů je spojováno se jmény Bažányho a Dobrotky.
- Dramaterapii lze studovat na Pedagogické fakultě UK v Bratislavě.
- Významné je pro dramaterapii banskobystričské Divadlo z pasáže, které bylo z ústavu sociální péče transformováno v divadlo státní.

#### **V. Dramaterapie v České republice.**

- Dramaterapie se sem dostává s newyorským dramaterapeutem Michaellem D. Reismanem, který zahajuje praxi v Bohnicích s klienty s psychotickou zkušeností. (Díky němu se k dramaterapii dostává i Viktor Dočkal, který nastupuje do jeho kurzů).
- Postupně se začaly vyvíjet jednotlivé organizace, které jsou významné pro rozvoj dramaterapie u nás (ČAMAD – Česká

asociace muzikoterapie a dramaterapie, ČAD – Česká asociace dramaterapeutů).

- Výcvik a edukaci u nás nabízí Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, ateliér výchovné dramatiky Neslyšících Divadelní fakulty JAMU, Denní sanatorium Fokus Praha – první výcvik vedený anglicko – italskou dramaterapeutkou Fay Prendergastovou a Sue Jenningsovou, Pražská psychoterapeutická fakulta, Akademie sociálního umění Tábor, aj.

Takto nám ukazuje vzdělání v dramaterapii teorie. Já si dovolím následně uvést názory některých odborníků, s nimiž jsem vedla rozhovor na téma vzdělávání dramaterapeutů u nás.

Viktor Dočkal o oblasti vzdělávání říká: „*Je tady spousta kvalitního vzdělávání v oblasti dramaterapie, ale bohužel je tady také **velká část vzdělání, které kvalitu v podání evropských světových standardů nenaplňuje.***“

Obdobný názor na ne příliš velkou kvalitu vzdělání má i Štěpán Smolík: „***Bohužel** v současné době existují snahy o vzdělávání, zlepšení informovanosti o dramaterapii. Na některých vysokých školách jsou dokonce kurzy, které jsou věnované dramaterapii. **Problém je ovšem ten, že tyto kurzy vedou často lidé, kteří o dramaterapii nevědí vůbec nic. Takže bych to nazval jako přidruženou výrobu.***“ Ano, s tímto názorem souhlasím. Na základě předešlých odpovědí si troufám říci, že velká část kurzů je vedena lidmi, kteří si možná přečetli pár odborných knih s tímto tématem a následně se jali tento obor vyučovat. Trochu mi to připomíná přeučování učitelů ruského jazyka na anglický, ale ti museli projít dalším studiem, ovšem u dramaterapie? Další takový příklad by byl, kdybych se

rozhodla pracovat jako dramaterapeutka, když jsem přečetla velké množství odborné literatury, napsala jsem práci na tento obor zaměřenou, takže toho vím dost a udělám si ještě nějaký rychlokurz, aby se neřeklo. Vždyť to je hazard s klienty. A pro lektora, který lektoruje něco, co nezná, to může mít následky pro studenty, pro jejich další práci, práci s klienty. Nemyslím si, že by to bylo nutno vidět takto černě. I dramaterapeutové musí absolvovat výcvik, kurz, studium. Otázkou tady zůstává kvalita daných kurzů. Sama bohužel nejsem s to nějaký kurz posoudit, protože jsem sama žádný neabsolvovala. Zůstanu tedy u názorů jednotlivých odborníků a pokusím si na to udělat vlastní názor.

Zatím se nám od odborníků nedostává příliš optimistické odpovědi přesto, že jsem vypsala u České republiky poměrně velký výčet škol a zařízení, jež vzdělání nabízejí.

Další z názorů je názor Anežky Janátové, pro kterou je nejpodstatnější věcí v prvé řadě zkušenost. Janátová uvádí: „...**dramaterapeut musí být do jisté míry komediantem, musí být hravý, být schopn zvládnout všechny role sám. Jsou to velké zkušenosti, které si v průběhu toho člověk udělá. Významné je, aby k divadlu člověk přihlížel s úctou. Nelze to dělat tak, že si zahraji roli tu a tu, protože já chci využívat dramaterapii.**“ Danou větu chápu tak, že velmi významné je získání zkušeností právě prostřednictvím studia. Při studiu získává člověk náhled a následnou praxí si zkušenosti upevňuje a získává stále nové. Nelze tedy pouze přijít a říci: „Pojďte, budeme si hrát.“ A myslet si, že to už je dramaterapie. Hravost je velmi významnou vlastností dramaterapeuta. Představíme si člověka, který chce s lidmi hrát divadlo, využívat dramatických prostředků a není hravý? Úcta k divadlu je věc, která převládá právě z dob antiky. Pro Janátovou je toto období velmi významné a vidí v něm velkou podstatu divadla. Poukazuje také na pojem *theratron* – *zření bohů*. Právě k nim by se měla daná úcta vztahovat.

Další vyjádření, které si následně dovolím ocitovat, je od Václavy Křesadlové, z jejíž odpovědi je patrná nejistota v otázce vzdělávání v této oblasti. *„Otázky psychoterapie, dramaterapie nebo dramaterapie uvnitř psychoterapie mají ještě jiné pole otázek. Já si zde úplně jistá vzděláním nejsem. Pokud by se člověk chtěl vzdělat v dramaterapeuta – tak jak na to? Já jsem vystudovala výchovnou dramaturgiu, autorskou tvorbu a pedagogiku. V současné době si dělám terapeutický výcvik a k tomu mám čtrnáct let praxe v komunitě pro drogově závislé. Takže to, co mě opravňuje k dramaterapii, je poměrně silná sebezkušenost.“* Většina dramaterapeutů v rozhovoru uváděla, že je důležité mít terapeutické vzdělání, pokud by chtěl někdo dramaterapii dělat. U Křesadlové je to naopak. Právě dramaterapie, tedy umělecká oblast, umělecká terapie ji přivedla ke studiu terapie. V rozhovoru popisuje, že ji k tomu přivedla intenzivní spolupráce s lidmi, kteří dělali přímo terapii. Od nástupu do komunity byla součástí týmu, ale měla jiné vzdělání, umělecké vzdělání. Sama ale uvádí, že v současné době dokončuje terapeutický výcvik. Dalo by se tedy říci, že terapeutické vzdělání je pro dramaterapeutickou práci důležité. Je to druh terapie a terapeutický základ je dle mě naprostou nutností. Co považuje za možný problém začínajících terapeutů, je jejich izolace. Myšleno izolace od ostatních, zkušenějších odborníků a od ostatních příbuzných oborů. *„Pokud člověk dělá terapii, tak by měl nějakým způsobem spolupracovat, mít možnost supervize. Ve chvíli, kdy k vám přijde zhroucený člověk, tak on si nepotřebuje hrát, ale potřebuje pomoci. Problém je možné skrze hru lokalizovat, ale je nutné ho hledat, být na něj zaměřený.“* Spolupráce začínajících dramaterapeutů a terapeutů obecně by měla být naprostou samozřejmostí, ale podle Křesadlové to tak není. Důvodů, proč by tomu tak mohlo být, je velké množství. Nedostatečně kladený důraz na oblast supervize už v oblasti studií, nárůst pocitu moci a jeho následné nezvládnutí, touha po samostatnosti, aj. .



Velký důraz na vzdělání v dramaterapii klade i Kamila Laudová : *„Základní pilíře tvoří pregraduální vzdělání na vysokých školách, dále sebezkušenost, teorie oboru, supervize, praxe a individuální terapeutická zkušenost. Důležitý je samozřejmě i etický kodex.“* Laudová uvádí jako důležité vzdělání na vysokých školách. U nás existuje tento obor v Olomouci, ale jinak je převážná část vzdělání v oblasti dramaterapie realizována způsobem kurzů.

To, jaká je a není kvalita jednotlivých kurzů u nás, posoudit bohužel z vlastní zkušenosti nemohu, ale myslím si, že mnohým napoví zvučná a známá jména jako S. Jennings o pravděpodobnosti vyšší kvality těchto kurzů. Pokud bych si měla vybrat nějaký kurz já, zaměřila bych se pravděpodobně na známá jména přesto, že si uvědomuji, že ani to nemusí být záruka kvality.

Pokud se tedy opět pokusím následující kapitolu shrnout, lze jen těžko říci, jak by mělo nebo nemělo vypadat vzdělávání dramaterapeutů. Velkým problémem dramaterapie u nás je, že stále není brána jako samostatný obor, jako je tomu například v Nizozemí. K ukotvení oboru dramaterapie v legislativě se vrátím v kapitole 3.5.5 . Můžeme tedy říci, že je u nás velká snaha o rozvoj vzdělávání v oblasti dramaterapie, příkladem může být právě Pedagogická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci. Následně si tedy tento obor v bodech přiblížíme ([www.upol.cz](http://www.upol.cz)):

- Neučitelské, dvoustupňové, bakalářské studium se zaměřením na speciální pedagogiku.
- Důraz kladen na formativní a terapeuticko – formativní disciplíny (kam řadí právě i dramaterapii).
- Absolvent – výchovný pracovník, který může využívat expresivně terapeutické postupy.

Z tohoto lze jen velmi těžko vyvodit, do jaké míry jsou absolventi schopni samostatné dramaterapeutické práce. Můj předpoklad je takový, že je zde daleko více pozornosti věnováno speciální pedagogice než dramaterapii. Z rozhovorů s odborníky jsem se dozvěděla, že studenti tohoto oboru následně absolvují několikahodinový výcvik a to je bráno za dostačující. Můžeme tedy jen těžko srovnávat s ostatními zeměmi.

Jako pozitivum je potřeba říci, že je to krok kupředu a snaha o zlepšení vzdělávání dramaterapeutů je patrná. Kvalita a naplňování standardů by měly být samozřejmostí, ale ani v dnešní době stále nejsou. Jsem ale optimistická a budu věřit, že se vše bude v rámci dramaterapie a vzdělávání v této oblasti, které je pro tuto profesi nutností, vyvíjet pozitivním směrem.

#### **3.5.4 Vztah společnosti k dramaterapii.**

V této části se budu zabývat oblastí vztahu společnosti k dramaterapii z pohledu dramaterapeutů. Otázka bude mířena na to, zda si odborná veřejnost (konkrétně myslím pedagogy, psychology) a laická veřejnost pod pojmem dramaterapie něco představí. V závěru se také zmíním o vlivu společnosti na dramaterapii.

Viktor Dočkal říká: *„Setkávám se s lidmi, kteří mají představu o tom, co je náplní dramaterapie, a jsou to převážně lidé z odborné veřejnosti. Setkávám se také s lidmi, kteří si pod pojmem dramaterapie nepředstaví nic. Celkově **převládá množství lidí, kterým je potřeba vysvětlovat.**“* Musím uvést na pravou míru to, že převládá množství lidí z veřejnosti odborné, kterým není potřeba vysvětlovat.

Dočkal v průběhu rozhovoru uvádí, že se jedná převážně o odborníky, kteří ho sami požádají o spolupráci. Z toho důvodu se možná setkává s větším množstvím lidí z této kategorie, kteří jsou znalí oboru. Sám dále uvádí, že tomu, aby nemusel vysvětlovat, předcházela dlouhá doba právě vysvětlování.

Štěpán Smolík vysvětluje tento problém, který souvisí s konkrétní představou o dramaterapii tím, že to souvisí právě s historií tohoto oboru u nás. Slovo *dramaterapie* bylo přejato z anglického jazyka a tam je historie oboru mnohonásobně starší než u nás. Velmi často si lidé tento pojem spojují s dramatem. Smolík dále uvádí, že představa lidí o dramatu je, že se jedná o něco velmi zásadního, hysterického nebo nějak ohrožujícího. Sám Smolík uvádí, že v jeho případě **nemají lidé téměř nikdy představu o tom, co to dramaterapie je** nebo jaká je její podstata. Dále se k této otázce vyjadřuje takto: *„Zkušeností mám poměrně velké množství, ale bohužel to vypadá, ať už mezi psychology nebo i jinou odbornou veřejností z oblasti pomáhajících profesí, stejně jako s veřejností laickou.“* Snaží se tuto problematiku vysvětlit tak, že dramaterapii lidé často spojují s jinými technikami nebo přístupy. Velmi často dochází se směřování s psychodramatem, což je něco odlišného. Další možné a dramaterapii blízké přístupy, s nimiž dochází často k zaměňování, jsou teatroterapie nebo léčebné divadlo. Smolík tady upozorňuje na možnost, že představa řady lidí je tedy taková, že začnu li hrát s klientem divadlo, pak právě to už je dramaterapie. Je jasné, že tomu tak není.

Problémem naší společnosti, a to ať už společnosti odborné, nebo laické, je neinformovanost. Dovolila bych si to mnohdy nazvat leností. Máme o něčem nějakou představu, ale nemáme chuť, čas, nebo prostě jen zájem si tuto představu potvrdit. Přitom v dnešní době, v době velmi silného média, jakým je internet, by se jednalo o pár vteřin, možná minut, strávených nad zjištěním takové informace.

Pokud se na to podíváme z druhého úhlu pohledu, tedy nám prostě jen chybí patřičný důvod pro hledání informace, kterou nepotřebuji nutně. Pak by to chtělo zlepšit, alespoň pokud jde o informovanost v oblasti veřejnosti odborné. Docházíme tak k dalšímu velkému problému, a to je nejasnost pojmu dramaterapie a její stálé neukotvení v oboru. To je oblast, kterou se budu zabývat v následující kapitole.

Existují jistě i další možnosti, jak informace o dramaterapii dostat do povědomí odborné veřejnosti. Například zavést nějaký typ předmětu, který by se zabýval třeba právě uměleckými terapiemi, do programu vysokých škol. Možností několik je, ale otázkou je: Má to vůbec smysl? Má to význam pro společnost? Poměrně jasný názor na to má Václava Křesadlová, která to vidí v současné době jako utopii. Vlivem společnosti začal člověk potlačovat svou vnitřní potřebu nápodoby. Ztrácí potřebu hrát si, projevovat se, být sám sebou. Křesadlová uvádí **význam základních škol** pro tuto potřebu, **pro její rozvoj**. Ano, je pravdou, že základní školy postrádají snahu vyvolávat v dětech jejich přirozenost. Přirozeností je myšleno **vymýšlet hry, příběhy, potřeba hrát si**, předvádět se, dramaticky se projevovat. Dokud to nebude znovu kvalita, která je druhými uznávána, pak to možná skutečně utopie je. Představme si takový typický školní příklad. Téměř v každé třídě najdeme dítě, které má nálepkou *třídní šašek*. Pro ostatní, hlavně pro pedagogy a díky nim posléze i pro spolužáky, je to dítě problémové. Proč? Protože se projevuje přirozeně, předvádí se, touží být středem pozornosti, nepotlačuje v sobě tyto potřeby. A ze své byt' krátké praxe ve školství mohu za sebe říci, že si nedokáži představit, že by v nějaké třídě takové dítě chybělo. Možná je to živé dítě a někdy je až nepříjemné, jak moc touží být středem pozornosti, ale pro pedagoga by to měla být výzva. Dokázat s takovým dítětem pracovat, využít jeho volnosti, nebojácnosti z projevu a naučit ho s tím vhodně pracovat. Děti velmi často reagují na takového spolužáka negativně, protože narušuje hodinu. Pokud narušuje hodinu, je to problém na straně učitele. Je

potřeba zdůraznit, že se zde nezastávám žáků, kteří rádi provokují, takřkajíc škodí. To je jiná kategorie, ale vlastně? Existují vůbec nějaké kategorie? Každý žák je jiný, nebo může být jiný. I z *třídního šaška* může být skvělý herec.

Bylo by tedy vhodné nějakým způsobem vrátit zpět drama do základních škol. Jednou z možností by mohla být dramatická výchova. Na to Křesadlová reaguje takto: „*Je otázkou, jak by se dělala? Myslím si, že **na základní školy by se mělo vrátit divadlo.** Hledání toho, jak něco zahrát, něco ztvárnit, jak před ostatní předstoupit. Myslím, že do škol by se měla vrátit hlavně dramatická kultura. Z dramaterapie a dramatické výchovy se často vytrácí to, že se jedná o základní lidskou divadelnost, základní lidskou potřebu. A toto jsou věci, které jsou v **naší kultuře velmi zanedbané.***“ Existuje velká řada škol, které pořádají každoročně různá představení, ale je i velké množství škol, které nic takového nedělají. Problém dětí s hledáním sebe sama je nelehký proces a mnohdy trvá i několik let a může se stát, že se tento proces nikdy neukončí. Střídání rolí, uvolňování se v nich, užívání si možností být někdo jiný, někde jinde, vnímání svého hlasu, svých gest, to vše může být tomuto procesu nápomocné. Je zde myšlenka návratu dramatické výchovy do škol, ale vzniká zde otázka, a ta již byla zmíněna Václavou Křesadlovou, „*je otázka, jak by se dělala.*“ Pokud bude vedena přes hry a děti si přitom začnou uvědomovat něco o sobě, tak by to mohla být správná cesta. Pak ovšem vzniká otázka – kdo by to dělal? Pravděpodobně by rychle byly vysláni vybraní zástupci ze škol na nějaký rychlokurz a tady si nemyslím, že by to byla dobrá cesta.

Budoucnost vidí Václava Křesadlová nepříznivě, zatím je na dramaterapii a drama obecně nahlíženo naší společností spíše odmítavě. „*Když sleduji děti, klienty, tak vidím, že jsou čím dál tím více zakřiknutější a rozehrát je bývá čím dál tím těžší. Lidé se bojí svobodně projevat, říci svůj názor. Jedná se vlastně o*

*obyčejné občanské povinnosti. Ale my to neděláme, my tu dramatikou všedního života spíše prožíváme, než abychom ji činili.*“ Kde je ten problém? Proč společnost stále opovrhuje tímto typem umění, když umění hudební nebo výtvarné je také otázkou projevu? Z rozhovoru s Václavou Křesadlovou jsem pochopila, že hlavním důvodem by mohla být vnímavost dětí na základní škole. Děti celou základní školu kreslí, malují, mají kontakt s výtvarnou baterií, a pokud se nechtějí projevovat kresbou, pak ji nahrazuje písmo. Hudební výchova je také na školách až do devátého ročníku, ale divadlo, dramatika? Ne, pokud škola nenabízí dramatický kroužek, pak tento obor na základní škole nemusíme vůbec nalézt.

Celkově je tedy v naší společnosti vytvořen jakýsi blok proti dramatickému projevu. Přirozenějším a dostupnějším se tak stává projev výtvarný. Podle Křesadlové je to tím, že dramatický projev obsahuje více rovin. *„Člověk musí být svým tělem, musí být svým hlasem a musí vnímat svého partnera.“* Podstatně ostudnějším se dnes stává to, když se člověk neumí vyjádřit. Nevadí, pokud neumím kreslit, to neumí všichni, ale neumět se projevit bývá problémem. Je patrné, že dramatická oblast v nás může vzbuzovat větší pocit nejistoty a tím je pro nás tedy i nebezpečná. Jsme opatrní, abychom neřekli něco jinak, než je to společensky tolerováno, jsme opatrní, abychom byli autentičtí.

Dalším problémem ve vztahu ke společnosti, na který Václava Křesadlová upozorňuje, jsou **hranice**. Pokud se chcí svobodně vyjádřit, tak ne vždy je to možné. Společnost nastavila poměrně velké množství zákazů, příkazů a hranic, mnohdy se jedná až o nesmyslné nastavení hranic. To vede i ke značné zkreslenosti v současné době v souvislosti s dramaterapií. Dramaterapie je zastáncem, nebo by měla být zastáncem svobodného projevu, ale i do dramaterapie zasahují jisté hranice, a to jsou hry, hry mají svá pravidla. Jsou tam

tedy jisté hranice, které člověk nepřekročí, protože nechce porušit pravidla. A v tento okamžik už se neprojevuje svobodně, ale v určitých hranicích. Křesadlová říká: „**Člověk se pak raději stáhne.** *A pokračujeme pořád dál a čím má tento svět více nesmyslných dílčích pravidel, tím víc nás to chrání od naší zodpovědnosti, svoboda se stále zmenšuje.*“ Svět se tak pro člověka stává stále plnějším hranic a člověk se tak stává stále více uzavřeným a nejistým. Nejistým společností, nejistým sám sebou, protože ztrácí prostor pro sebevyjádření.

Vztah mezi dramaterapií a společností, nebo dramatem a společností je poměrně komplikovaný. Dramaterapie potřebuje prostor, potřebuje uvolněnost, otevřenost svobodu, ale společnost má své hranice, ať jsou jimi zákony, příkazy, zákazy, konvence, pak tady jsou a člověk si je jen málokdy dovolí překročit, přestože nejsou vždy opodstatněné a důležité. Svět, společnost nedokáže bez hranic fungovat. Je to její součást, ale ne vždy je společnost schopna pravidla vytvářet správně a ku prospěchu lidí. Je velmi těžké léčit někoho dramaterapií, když považuje dramatickou část v sobě za nevhodnou. Pevně věřím, že se vztah společnosti k dramaterapii a k dramatu v nás jednoulepší přesto, že současná tendence je opačná.

### **3.5.5 Legislativní ukotvení oboru dramaterapie v ČR.**

V následující kapitole se pokusím přiblížit názory dotazovaných odborníků na oblast ukotvení oboru dramaterapie a její legalizaci v České republice. Jedná se o jeden z velkých problémů, s nímž se tento obor potýká. V současné době spadá dramaterapie pod umělecké terapie spolu s arteterapií, muzikoterapií, taneční a pohybovou terapií a v širším slova smyslu se řadí pod arteterapii. Tzn., že je jednou z disciplín arteterapie.

K tomu ale Štěpán Smolík říká, že „*dramaterapie je stejně jako arteterapie obor svébytný. V současné době tedy probíhá proces, který se zaměřuje právě na oblast legislativy a ukotvení uměleckých terapií (dramaterapie, arteterapie, muzikoterapie a tanečně pohybové terapie) v zákonech. Snahou je vytvořit podobné zaštitění zákony, jakým to má například psychoterapie.*“ Je pravdou, a o tom se Smolík také dále zmiňuje, že dramaterapie není psychoterapie, ale dochází zde k prolínání těchto dvou oborů. Dramaterapie je obor, který je velmi svébytný a svou úrovní náročnosti dosahuje úrovně psychoterapie. I dramaterapeut by tedy měl dosáhnout určitého stupně vzdělání, a to vzdělání postgraduálního a samozřejmostí by mělo být i vzdělání terapeutické, ale o tom jsem se zmiňovala již v kapitole 3.5.3 . Ukotvení oboru v legislativě ČR je pro něj zásadní. Společnost by tak mohla na obor začít nahlížet patřičným způsobem a přestat vnímat tento druh terapie jako podřadný.

Samozřejmostí je, že ukotvení oboru a zavedení jasných standardů pro dramaterapii a dramaterapeuty může mít i následky negativní. Na tyto důsledky nebo spíše možnosti, které by mohly následkem toho vzniknout, upozorňuje při rozhovoru Anežka Janátová. Uvádí, že stejným způsobem to probíhá ve všech oborech, doslova říká: „*že všichni bojují o Slunce.*“ Upozorňuje na dvě následující úskalí: „*Jedním z nich je **bezbřehost** a druhým je naopak **přílišná definovanost**. Můj názor je, že má být stanoven nějaký rozměr, ale pro výjimky by měla být otevřena vrátka. Co tedy vidím jako velkou tragédii, je přílišná definovanost.*“ Pokud ovšem obor nebude mít přesnou definici, nebude možnost ho ukotvit v legislativě. Na druhou stranu ovšem souhlasím i s tím, že by měla být ona *vrátka* občas opravdu přotevřena, protože díky rozhovorům s dotazovanými jsem měla možnost poznat, že člověk může tento obor dělat dobře a nemusí být vysokoškolsky vzdělaný v oblasti terapie. Nicméně jsou to lidé, kteří mají tyto terapeutické zkušenosti, které se následně stejně ukázaly pro toto povolání nezbytné, jsou to lidé, kteří mají dlouholeté zkušenosti v terapeutické oblasti a



mají vzdělání minimálně v oblasti dramatické. Jsou to lidé, jak říká Křesadlová, kteří k tomu terapeutickému přišli přes to umělecké. Tedy drama je přivedlo k terapii. Vždyť původní zaměření většiny z dotazovaných dramaterapeutů bylo právě umění. Následně hledali možnosti propojení divadelního umění s terapií.

Janátová tedy upozorňuje na přehnanou definovanost, ke které by mohlo dojít, ale také uvádí, že prosadit dramaterapii jako obor by bylo velmi vhodné. Sama to vidí jako velmi komplikovaný a ještě dlouhý proces.

Viktor Dočkal poukazuje na nutnost definovat obor, vzdělání a standardy, kdo je a kdo není dramaterapeut, na nutnost vzdělávání v této oblasti. Jako důvody uvádí: *„Myslím si, že to patří k pochopení samotného oboru jednak v rámci veřejnosti širší, ale i v rámci veřejnosti odborné. **My si dramaterapii nevymýšlíme.** Je to obor, který existuje, který se snažíme nějakým způsobem definovat. Sjednotit standardy, které již všude existují, v zemích, kde dramaterapie rozvinutá je (Anglie, Izrael, Amerika). I součást evropské federace se vztahuje k etice, standardům, kvalitám vzdělávání a celkové legislativě jednotlivých zemí.“* Jeden z velmi významných důvodů, proč je definice oboru nutná, je i možnost nedorozumění a především možnost zneužití klientů. Poukazuje na to i Dočkal a dle mě je to jeden z těch nejpodstatnějších důvodů, pro které by se měla dramaterapie jako obor ukotvit v zákonech. Jak můžu jako potencionální klient dramaterapie vědět, že právě můj dramaterapeut splňuje to, co by měl dramaterapeut splňovat, tedy že dosáhl potřebného vzdělání a má potřebné zkušenosti pro to, aby mohl dramaterapii sám vykonávat? Hrozí zde nejen riziko zneužití klientů, ale mnohdy také zhoršení jejich stavu, pokud s nimi nebude pracovat odborník. Vždyť klient přichází do terapie s problémem a úkolem dramaterapeuta je pomoci mu, ulevit. Pokud si s ním bude pouze hrát, pak je zde velké nebezpečí a riziko pro klienta. Mnohdy to riziko může být ale i opačné.

Tedy klient může být při špatných postupech, špatném vedení, rizikem pro dramaterapeuta. Nejedná se tedy pouze o ochranu klientů, ale i o ochranu a pověst samotných dramaterapeutů, kteří svou práci dělají zodpovědně a jsou ochotni za ni nést veškerá rizika.

Dočkal zmiňuje i asociace, které se přímo podílejí na vytváření standardů, vymezení vzdělání a etice dramaterapie v České republice. Jedná se o profesní Asociaci Dramaterapeutů, která je dále napojena na Evropskou Federaci Dramaterapeutů. Dochází k dobré spolupráci i s ostatními asociacemi, např. univerzitou v Olomouci, kde v rámci oboru Speciální pedagogika lze studovat i dramaterapii.

Václava Křesadlová je k osamostatnění a ukotvení oboru dramaterapie poměrně skeptická. Myslí si, že to bude ještě trvat poměrně dlouhou dobu, než se to podaří. Uvádí, že je velmi podstatné, aby se nevyhledávaly a nevytvářely situace, ve kterých je možné dramaterapii provozovat, „*protože u dramaterapie není hlavní otázkou to, jak ji provozovat, jak ji klientům nabízet. Důležitý je odkaz dramaterapie na přirozenost člověka. Jedná se o nahlížení toho, co člověk cítí, co si uvědomuje. Sebereflexe tu je velmi důležitá. Pokud by tedy mělo dojít k uzákonění dramaterapie, pak je nutné tohle vše vzít v potaz, opatrně to vše zvážit.*“ Ano, proto, aby mohla být vytvořena jednotná definice tohoto oboru, bude nezbytné vše zvážit, zvážit i názory na dramaterapii mezi jednotlivými dramaterapeuty, zvážit výsledky práce dramaterapeutickými postupy, zvážit jednotlivé dramaterapeutické postupy. To vše může následně uvést tento obor do legislativy. Je nutné zjistit, jaké dovednosti by měl každý z dramaterapeutů mít, jaké vzdělání tedy musí absolvovat proto, aby mohl být zodpovědným a kvalitním terapeutem. Jistě toho není málo a dramaterapeutické asociace toho mají ještě hodně před sebou, ale je nutné upozornit, že se na tom neustále pracuje a pokrok

je v poslední době poměrně velký, alespoň to naznačil Viktor Dočkal, nezávisle na něm pak i Štěpán Smolík.

Václava Křesadlová mimo jiné také uvádí, že si v současné době zatím nedokáže představit ani situaci, kdy by přišel klient sám za dramaterapeutem se svým problémem a očekával dramaterapeutickou pomoc. Křesadlová popisuje, že nejprve je nutné v rámci seznamování se s klientem v něm tu dramatickou možnost, tedy to, že on sám je schopen přijmout jednotlivé dramaterapeutické postupy, zjistit. Teprve následně je možné nabídnout jednotlivé dramaterapeutické aktivity a s klientem takto pracovat.

Předešlý odstavec ve mně vyvolává myšlenku, že ukotvením a jasným definováním oboru by došlo i k větší informovanosti odborníků, především z řad psychologů a terapeutů. To by mohlo znamenat, že pokud by terapeut odhalil ve svém klientovi schopnost dramatizace a terapeut by uznal za vhodnější terapii dramaterapii, pak by mohlo docházet k větší spolupráci mezi terapeuty, psychology a dramaterapeuty. Z jednotlivých rozhovorů totiž vyplynulo, že i odborníci, kteří mají k dramaterapii poměrně blízko a měli by mezi sebou spolupracovat, nejsou o tomto oboru nijak informováni nebo o něm mnohdy ani neví. Dalo by se to možná říci i tak, že oni neví, že by tady mohla být pro jejich klienty vhodnější metoda. Metoda, která by byla jejich klientům bližší a mohla tak vést k dřívějším úlevám při problémech.

Kamila Laudová uvádí, že zpřehlednění pojmu dramaterapie je jejím velkým přáním z důvodu, „*aby jejich vymezení nebylo zneužito k devalvací práce neterapeutických oborů a zároveň byly jasně pojmenovány standardy zmíněného oboru. V zájmu hájení kvality dramaterapie, tak jak je vymezena v evropském a americkém kontextu po několik desetiletí.*“ To by dle Laudové mělo přispět k lepší

orientaci v oboru a také ke zvýšení informovanosti odborníků v oblasti pomáhajících profesí o dramaterapii. Pro připomenutí uvádím vymezení dramaterapie v americkém kontextu: The National Association for Drama Therapy ve Spojených státech definuje dramaterapii jako „*záměrné použití dramatických či divadelních postupů pro dosažení terapeutického cíle symptomatické úlevy, duševní i fyzické integrace osobního růstu*“ (Landy, 1985 in Valenta, M., 2011).

### 3.5.6 Shrnutí výsledků.

V předcházejících kapitolách jsem se pokusila o přiblížení toho, jak vnímají samotní dramaterapeuti pojem dramaterapie, proces dramaterapie, s jakým typem klientů nejčastěji pracují, pro jaké skupiny klientů by mohla být dle nich dramaterapie kontraindikací. Dále jsem se zabývala jejich názory na současné vzdělávání dramaterapeutů v České republice a na důvody ukotvení dramaterapie v zákonech.

Věcí, na které se všichni dotazovaní shodují, je význam dramaterapie z pohledu zaměření se na problém. Myslím tím to, že **dramaterapie se nemusí zaměřovat v prvé řadě na problém** a není nutné, aby v rámci procesu bylo na problém naráženo. Může se jednat o různá tabu, témata, traumata, a to by mohlo u klienta vést k retraumatizaci. Problém je zpracováván na základě projektivních metod. Dále se všichni shodují na tom, že dramaterapie **je vedena pozitivním směrem. Je zaměřena** na oblast, která je člověku vrozená, **na potřebu napodobovat**. Co se týká oblasti práce jednotlivých odborníků, **každý z nich využívá jinou dramaterapeutickou metodu**, každý z nich postupuje jiným způsobem a žádný z nich příliš nechce poodkrýt způsob své práce. Velmi často popíší jednu z metod, kterou využívají, ale do hloubky se nikomu nechce.

Oblast klientů byla další otázkou, kterou jsem se ve své práci zabývala. Opět mohu říci, že **každý z odborníků pracuje s odlišnou cílovou skupinou**, ale **všichni mají zkušenost s mentálně postiženými klienty**. To potvrzuje i teorie. Jedná se opravdu o skupinu klientů, která dramaterapii využívá nejčastěji. Bylo by velmi zajímavé, kdyby se dramaterapeuti více o svých cílových skupinách rozpovídali, tedy převážně o práci s nimi. Ta šance mi bohužel nebyla poskytnuta. Další často zmiňovanou skupinou byli klienti se syndromem CAN.

V části zaměřené na klienty, pro které by mohla být dramaterapie kontraindikací, jsem se dostala na scestí. Z výpovědí není zcela jasné, zda tedy můžeme obecně říci, *ano existují klienti, pro které by mohla být dramaterapie problémem* a nebo *ne, neexistuje žádná skupina klientů, kde by se nedala dramaterapie využít*. **Odborníci se totiž v názorech na tuto problematiku neshodují**. Vyšly mi z toho tedy **tři možné odpovědi**:

1. *Neexistuje žádná skupina klientů, pro kterou by měla být dramaterapie kontraindikací!*
2. *Kontraindikační skupinou jsou klienti v akutní psychóze a klienti ve stavu výrazně změněného vědomí a změněného vědomí vlivem intoxikace.*
3. *Neexistuje skupina klientů, pro které by byla dramaterapie kontraindikací, ale problémem může být sám terapeut.*

Poslední dvě oblasti bych v souhrnu spojila v jednu, protože spolu úzce souvisí. Důvod proč **je názor na vzdělávání dramaterapeutů v České republice poměrně negativní**, souvisí dle mě s tím, že dokud nebude obor ukotven a standardy pro vzdělávání nebudou uzákoněny, lze jen těžko zabezpečit kvalitní vzdělávání dramaterapeutů. Na tom, že je potřeba **obor definovat a ukotvit v zákonech, se shodují všichni dotazovaní**. Na tom, že to bude ještě nějakou dobu trvat, se také shodují. Snahy proto jsou velké a dramaterapie má tak velkou

šanci, že se dočká přesné definice, sjednocení standardů a následně i ukotvení v zákonech. Důvody pro ukotvení a sjednocení definice jsou:

- **zlepšení informovanosti odborné i široké veřejnosti**
- **zamezení zneužívání klientely**
- **ochrana pověsti dramaterapie, k jejímuž poškozování dochází následky zneužívání oboru nezodpovědnými „dramaterapeuty“**

#### **4. Závěr.**

Cílem mé diplomové práce bylo zmapovat, jak vnímají pojem dramaterapie sami dramaterapeuti a jaký je jejich pohled na současné vzdělávání v tomto oboru u nás. Dále jsem se ve své práci zaměřila na názor jednotlivých dramaterapeutů na ukotvení tohoto oboru v zákonech a na možnosti dramaterapie v oblasti práce s klienty.

Pro sběr informací jsem si vybrala metodu nestrukturovaných rozhovorů. Následně jsem kontaktovala deset odborníků v oblasti dramaterapie, z nichž bylo ochotno uskutečnit rozhovor pouze pět. Výběr byl proveden přes Asociaci dramaterapeutů ČR (ADCR) a následná doporučení dotázaných. Setkání s odborníky z oblasti dramaterapie pro mě bylo velkou pomocí při vytváření názoru na tento druh terapie. Každé setkání bylo významné a pomohlo k vypracování mé práce. Každý z odborníků má v oblasti dramaterapie velké zkušenosti a sám ji při své práci využívá. Jejich názory jsou podložené dlouhodobou praxí v tomto oboru. Proto jsem je ve své práci použila.

Výsledkem mé práce mělo být přiblížení tohoto oboru a převážně přiblížení pohledů na dramaterapii z řad samotných odborníků. Také jsem se snažila zjistit možnosti využití dramaterapie v oblasti pomáhajících profesí. Dramaterapie je používána i v těchto oblastech poměrně dost.

Práce pro mě byla velmi přínosná a pomohla mi rozšířit si znalosti v daném oboru. Také mi přinesla velkou řadu zkušeností v rámci rozhovorů, kde

jsem se setkávala s dramaterapeuty. Doufám, že má práce bude pro čtenáře přínosem a pomůže jim nahlédnout na dramaterapii očima dramterapeutů.

*„Podstata hry není ve vítězství, ale ve hře samotné.“*

*Jack London*



## 5. Seznam použité a citované literatury.

1. *Arteterapie*. Olomouc: Časopis České arteterapeutické asociace., září 2012, ISSN: 1214-4460.
2. ATKINSON, R., L. *Psychologie*. 2. aktualiz. vyd., Praha: Portál, 2003. ISBN: 80-7178-640-3.
3. BLATNÝ, M. *Metodologie psychologického výzkumu: Konsilience v rozmanitosti*. 1. vyd., Praha: Academia, 2006. ISBN: 80-200-1450-0.
4. FERJENČÍK, J. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. 1. vyd., Praha: Portál, 2000. ISBN: 80-7178-367-6.
5. GOFFMAN, E. *Všichni hrajeme divadlo. Sebe prezentace v každodenním životě*. 1. vyd., Praha: nakladatelství studia Ypsilon, 1999.
6. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. 1. vyd., Praha: Portál, 2005. ISBN: 80-7367-040-2.
7. HORT, VL., HRDLIČKA, M., KOCOURKOVÁ, J., MALÁ, E. a kol. *Dětská a adolescentní psychiatrie*. 2. vyd., Praha: Portál, 2008. ISBN: 978-80-7367-404-5.
8. JENNINGS, S. *The handbook of dramatherapy*. London: Routledge, 1994.
9. JONES, P. *Drama as therapy. Theatre as living*. London: Routledge, 1996.
10. KLIMEŠ, L. *Slovník cizích slov*. 3. uprav. vyd., Praha: SPN, 1981. ISBN: 14-575-86.
11. KOŤÁTKOVÁ, S. a kol. *Vybrané kapitoly z dramatické výchovy*. 1. vyd., Praha: Karolinum, 1998. ISBN: 80-7184-756-9.
12. KRAHULCOVÁ, K., VOŽECHOVÁ, J. Využití storytrllingu při práci s klienty se závislostí. *Arteterapie.*, Č.28, 2012, s. 76 – 79.
13. KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. Praha: Portál, 2006. ISBN: 80-7367-122-0.
14. KRŮŽKOVSKÁ, P. Využití prvků dramaterapie u osob seniorského věku. *Arteterapie.*, Č. 27, 2011, s. 72 – 75.

15. KŘOVÁČKOVÁ, B. *Základy pedagogicko – psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. 1. vyd., Praha: Portál, 2011.  
ISBN: 978-80-7367-778-7.
16. KULKA, J. *Psychologie umění*. 1. vyd., Praha: Grada, 2008.  
ISBN: 978-80-247-2329-7.
17. MACHKOVÁ, E. *Základy dramatické výchovy*. 1. vyd., Praha: SPN, 1980. ISBN: 14-582-80.
18. MACHKOVÁ, E. *Metodika dramatické výchovy*. 1. vyd., Praha: Arama, 1992. ISBN: 80-7068-041-5.
19. MAJZLANOVÁ, K. *Dramatoterapia v liečebnej pedagogike*. 2. vyd., Bratislava: Iris, 2004. ISBN: 80-89018-65-3.
20. MAJZLANOVÁ, K., ŠKOVIERA, A., FUDALY, P. *Špeciálna dramatická výchova v sociálnom a špeciálnej pedagogike*. 1. vyd., Bratislava: Humanitas, 2004. ISBN: 80-968053-9-8.
21. MAJZLANOVÁ, K. Divadelný model dramatoterapie., *Arteterapie*, Č. 29, 2012, s. 104 – 116.
22. MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. 1. vyd., Praha: Grada, 2009. ISBN: 80-247-1362-4.
23. PELIKÁN, J. *Základy empirického výzkumu pedagogických jevů*. 1. vyd., Praha: Karolinum, 2007. ISBN: 978-80-7184-569-0.
24. SKUTIL, M. a kol. *Základy pedagogicko – psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. 1. vyd., Praha: Portál, 2011. ISBN: 978-80-7367-778-7.
25. STRAUSS, A., CARBINOVÁ, J. *Základy kvalitativního výzkumu*. 1. vyd., Brno: Albert, 1999. ISBN: 80-85834-60.
26. VALENTA, J. *Dramatická výchova a sociálně psychologický výcvik: srovnání systémů*. 1. vyd., Praha: ISV Institut sociálních vztahů, 1999. ISBN: 80-85866-40-4.
27. VALENTA, J. *Metody a techniky dramatické výchovy*. 1. vyd., Praha: Grada, 2008. ISBN: 978–80–247–1865-1.

28. VALENTA, M. a kol. *Herní specialista*. 1. vyd., Olomouc: VUP, 2001. ISBN: 80-244-0345-5.
29. VALENTA, M. *Dramaterapie*. Praha: Portál, 2001. ISBN: 80-7178-586-5.
30. VALENTA, M. a kol. *Rukověť dramaterapie a teatroterapie*. 1. vyd., Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2006. ISBN: 80-244-1358-2.
31. VALENTA, M. *Dramaterapie*. 1. vyd., Praha: Grada, 2007. ISBN: 978-80-247-1819-4.
32. VALENTA, M. a kol. *Rukověť dramaterapie II*. 1. vyd., Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2009. ISBN: 978-80-244-2274-9.
33. VALENTA, M. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozšíř. vyd., Praha: Grada, 2011. ISBN: 978-80-247-3851-2.
34. VALENTA, M. Duální pojetí dramaterapie – klinický příklad. *Arteterapie*, Č. 28, 2012, s. 71 – 75.
35. VELEMÍNSKÝ, M., TOMŠÍKOVÁ, Z., KUKLA, L., KOLÁŘOVÁ, J. *Vybrané kapitoly z pediatrie*. 6. vyd., České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, 2009. ISBN: 978-80-7394-182-6.
36. YALOM, I., D., LESZCZ, M. *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. 1. vyd., Praha: Portál, 2007. ISBN: 978-80-7367-304-8.

### **Internetové zdroje**

*Asociace dramaterapeutů České republiky* [online]. [cit. 27. 12. 2012]. Dostupné z WWW: <<http://adcr.cz>>.

*Univerzita Palackého v Olomouci* [online]. Studijní obory. [cit. 2. 1. 2013]. Dostupné z WWW: <<http://www.upol.cz>>.

*Dramknihovna* [online]. Teorie vzniku divadla. [cit. 3. 1. 2013]. Dostupné z WWW: <<http://www.dramknihovna.wz.cz/dwnld/history/dsd.doc>>.

## **6. Seznam příloh.**

Příloha č. I – Přepis rozhovoru se Štěpánem Smolíkem.

Příloha č. II – Přepis rozhovoru s Anežkou Janátovou.

Příloha č. III – Přepis rozhovoru s Viktorem Dočkalem.

Příloha č. IV – Přepis rozhovoru s Václavou Křesadlovou.

Příloha č. V – Přepis rozhovoru s Kamilou Laudovou.

Příloha č. I

Přepis: Štěpán Smolík.

**I: Je pravda, že v současné době pracujete s dětmi s poruchou hyperaktivity?**

S: Ano, převážně. V současné době ne jen s dětmi s poruchou hyperaktivity. Pracuji i v dětském krizovém centru v Praze. Zde pracuji převážně s týranými a zneužívanými dětmi.

**I: Co Vás vedlo k práci právě s tímto typem klientů v oblasti dramaterapie?**

S: Proč jsem si vybral tuto cílovou skupinu?

I: Ano.

S: Já nevím, do jaké míry to byl záměr, ale spíše to byla shoda okolností. Já nepracuji pouze s tímto typem klientů. Mám zkušenost i s mentálně postiženými osobami a v současné době stále pracuji s osobami s mentálním handicapem. U těchto klientů nejde o dramaterapii, ale o divadlo.

**I: Jaký způsobem lze tedy dramaterapii využít právě pro tyto cílové skupiny?**

S: No, v podstatě podobně jako pro jiné cílové skupiny. Výhoda dramaterapie, nebo vůbec terapií, které nazýváme někdo umělecké, expresivní, někdo kreativní - tady je patrné, že názvosloví u nás stále není ustálené - tak je vlastně v samotném základu. Vychází z primárního oboru dramaterapie, to je vlastně divadlo a vše, co si pod divadlem dokážete představit. A tohle vše umožňuje vytvořit jakousi projektivní plochu, s níž poté pracujeme konkrétně s danými klienty. Tzn. při zpracování nějakých traumat nebo nějaké zátěže se nemusíme dostávat, na rozdíl od klasické verbální terapie, k těm tématům, která mohou být

znovu retraumatizující pro klienty. Ale my můžeme pomocí příběhů nebo jiných projektivních záležitostí vytvořit jakousi symbolickou paralelní linku, v rámci níž jsou tyto prožitky nebo ta témata, třeba i negativní, nějakým způsobem zpracovávána. Je to konkrétně hodně výhodné u skupin, které mohou být problematické právě při využití verbální psychoterapie. Například dětské skupiny nebo i skupiny nějakým způsobem postižených lidí, ale stejně tak se dá dobře použít dramaterapie i s jakoukoli jinou skupinou. Na rozdíl od mýtů, které kolem dramaterapie hodně existují, neexistuje žádná kontraindikace pro využití dramaterapie.

**I: Právě na to jsem se chtěla v návaznosti na předešlou otázku zeptat. Neexistuje tedy žádná kontraindikace pro využití dramaterapie? Dále jste zmínil, že jste pracoval mimo dětí s hyperaktivitou a současně i děti z krizového centra s osobami s mentálním postižením. Pracoval jste ještě s nějakým dalším typem klientů v oblasti dramaterapie?**

S: Já působím na více rovinách, kde dramaterapii více či méně využívám. Někde to jsou jenom prvky - lektorování, vzdělávání. Popřípadě práce s nějakou skupinou v rámci třídy, nebo s pěstounskými rodinami. Tam je potom velmi citlivé vymezení, kde to je terapie a kde už je to nějakým způsobem spíše vedení skupiny nebo jednotlivce pomocí dramaterapeutických přístupů, my to nazýváme expresivními přístupy. Tedy i se spoustou jiných skupin klientů – školní třídy, pěstounské rodiny, atd. nebo v rámci vzdělávání s kolektivem kantorů na různých školách, ať už speciálních, základních nebo i v rámci léčebny.

**I: Vaše služby je tedy možné si vyhledat na internetu a na tomto základě si Vás pozvou třeba právě do tříd?**

S: Ano, téměř vždy je to přes nějaký kontakt, že někdo se o nás nějakým způsobem dozví a následně nás tedy osloví.

**I: Je časté, že si Vás zvou právě školy?**

S: Je to hodně nárazové, záleží na tom, jaké mají školy finanční prostředky. Tzn. že pokud peníze jsou, potom začne škola reagovat na nějaké potřeby specifické práce, která tam je.

**I: Mají vůbec nějakou představu o tom, co je čeká, když Vás kontaktují? Co to ta dramaterapie vůbec je?**

S: Téměř nikdy nemají představu o tom, co to vlastně je.

**I: Takže oni vůbec netuší, co se bude následně dít?**

S: V podstatě ne. Ono také, co se u nás týká pojmenování dramaterapie, tak je to trochu komplikované. Jedná se o přejetí z angličtiny a tam je pojetí dramatu širší než v češtině a i tak tam mají s pojmenováním problém. Historie dramaterapie tam je mnohonásobně starší než u nás. Jsou tam tedy přece jenom mnohem dál v rámci společnosti než tady. U nás si pod tím pojmem často lidé nedovedou nic konkrétního představit. Spojují si to převážně s pojmem drama. Tedy když je v tom nějaké drama, tak to musí být něco dramatického, něco strašně zásadního, hysterického nebo nějak ohrožujícího.



**I: Takže můžeme říci, že povědomí veřejnosti o této oblasti je velmi nízké? Já, jak jsem již říkala, se ve své práci zaměřuji hlavně na oblast pomáhajících profesí, kam patří i pedagogika. A Vás zvou právě školy, takže i tam je povědomí minimální. Kdybych se tedy zeptala Vás jako psychologa, právě na tuto oblast pomáhajících profesí, jakou máte v téhle oblasti zkušenost vy? Jak vnímají nebo nevnímají dramaterapii psychologové?**

S: Těch zkušeností mám poměrně velké množství, ale bohužel to vypadá, ať už mezi psychology nebo i jinou odbornou veřejností z oblasti pomáhajících profesí, stejně jako s veřejností laickou. Většina lidí neví, o co jde a nebo si pod tím představuje určitým způsobem zkreslené záležitosti. Často to mísí s jinými přístupy nebo technikami. Velká řada lidí směšuje dramaterapii s psychodramatem. Což je něco odlišného. Řada lidí ji směšuje s teatroterapií, nebo s něčím, co by se dalo nazvat divadlem léčebným. Bohužel má řada lidí dojem, že pokud začnu s klientem hrát divadlo a budu se soustředit na to, zda mu to nějak pomáhá, že to je právě ta dramaterapie. Ovšem opak je pravdou.

**I: To může ovšem být i docela nebezpečná záležitost. Může to vést k dosti nebezpečným situacím pro klienta, ale mnohdy i pro samotného „terapeuta“?**

S: Určitě ano. Je to stejné jako v jakémkoli jiném případě, pokud pracujeme s něčím, o čem téměř nic nevíme.

**I: Myslíte si, že by se tato neinformovanost dala nějakým způsobem vylepšit, třeba už v rámci studií na školách? Třeba zařadit nějaký předmět zabývající se těmito, nazvěme to třeba expresivními terapiemi?**

S: Určitě by to bylo dobré. Myslím si, že je to otázka času a vývoje. Bohužel i v současné době tyhle snahy existují a na některých vysokých školách jsou kurzy, které jsou věnované dramaterapii. Naše zkušenost je ovšem taková, že tyto kurzy vedou lidé, kteří o dramaterapii nevědí vůbec nic. Takže se jedná spíše o

přidruženou výrobu. Jinak je potřeba říci, že dramaterapie je stejně jako arteterapie svébytný obor. V současné době tady probíhá proces zaměřený na jednání ohledně legislativy, kde by nějakým způsobem tyto obory, mám na mysli dramaterapii, arteterapii, muzikoterapii a tanečně pohybovou terapii, byly nějakým způsobem zaštitěny v zákonech podobným způsobem, jakým to má třeba psychoterapie. Dramaterapie není psychoterapie, nicméně hodně se s psychoterapií prolíná, je to velmi svébytný obor a je podstatě v této úrovni náročnosti. Tzn., že člověk, který by chtěl dělat dramaterapii, musí dosáhnout určitého stupně vzdělání, postgraduálního. Podobně jako to musejí mít psychoterapeuti. Dnes se to tedy mění i v rámci psychoterapie a ještě to budou bouřlivé změny.

**I: Pokud bychom se ještě přeci jenom vrátili k práci s vašimi klienty, pracujete s nimi formou skupinovou, či individuální, nebo pokusil byste se třeba jednotlivou oblast blíže popsat?**

S: Je těžké to nějakým způsobem jednoduše popsat, protože se to stejně jako jakákoli jiná terapie hodně váže na tu individuální potřebu a na to, co bychom mohli nazvat třeba zakázkou, tedy důvod, proč se s tím klientem setkáváme. Dramaterapie se používá jak individuálně, tak i skupinově s tím, že u většiny případů je těžiště práce ve skupině, ale ne vždy. Individuální práce tam často slouží jako příprava pro práci skupinovou, ale ne zcela výlučně. Způsob práce je velmi rozmanitý a podobně jako v psychoterapii záleží na dramaterapeutovi, který směr on sám nějakým způsobem zaštiťuje, vyznává a také s jakou cílovou skupinou a s jakým problémem se setkává. Může to tedy být třeba způsob práce, který je nějak vývojově zaměřený, nebo to může být ve smyslu modelu od S. Jennings, nebo v rámci třeba vývojových proměn, což je velmi svébytný přístup. Záleží také na tom, když třeba pracuji s dětmi, když pracuji s dospělými, do jaké míry se opírám o strukturu, která jde přes divadlo a improvizace, nebo do jaké míry pracuji s konkrétními případy.

Těžko říci. Obecně to popsat úplně nelze. Teoreticky bych vám mohl popsat jednotlivé způsoby práce s některými skupinami, ale nebude to mít obecní výpovědní hodnotu. Byla by to výpověď o tom, jakým způsobem já pracuji v tu dobu, třeba poslední rok. Ten způsob práce se u mě i ostatních kolegů vyvíjí a kdyby tady s vámi seděl někdo jiný, tak vám bude popisovat zase jiný způsob práce. Podobně jako v psychoterapii někdo preferuje KBT, někdo je kovaný psychoanalytik apod.

Příloha č. II

Přepis: Anežka Janátová.

**I: Vy v Akademii sociálního umění Tábor vyučujete právě předmět Dramaterapie. Jak vy byste vlastně dramaterapii definovala? Popřípadě popsala byste svůj postup při setkání?**

J: Já nikdy žádné definice nedělám, ale mohu mluvit o svých zkušenostech. Začala jsem s dramaterapií, když jsem v Jedličkově ústavu pracovala jako psychologka. Byla jsem tam jeden psycholog na 220 dětí. Děti tam byly v té době od 3 – 21 let a práce byla rozsáhlá a tak komplikovaná, že jsem se musela zamyslet nad tím, jak mohu svou práci dělat, abych tak velké množství klientů byla schopna zvládnout. Uvědomila jsem si, že pokud budu pracovat v rámci terapeutické skupiny, je velká pravděpodobnost, že do ní klienti nebudou chtít chodit. Rozhodla jsem se tedy pro divadlo. V té době jsem byla všem jen k posměchu a nikdo mé práci s postiženými nevěřil. My jsme ale začali divadlo nacvičovat. Můj postup je takový, že na začátek vyberu nebo sama napíšu hru, která má hlubší smysl. Napoprvé jsem vybrala Krásku a zvíře od Hrubína. Je to mýtus o tom, jak to zvíře v nás i ta krásko v nás se mohou vzájemně proměnit. Celý ten proces, včetně ostatních postav, sester a otce, tak to je proces, kdy člověk sám přichází k sobě. Další důležitou součástí poté, co je hra vybrána, je sjednocení skupiny. Velmi často tady v té části využívám motiv imaginární mýdlové bubliny. Tuto bublinu si všichni postupně posíláme a zrcadlíme se v ní. Nakonec ji otevřeným oknem pošleme ven. Další fází je vysvětlení si hry. Hovoříme o ní, o postavách, o jejím smyslu a pak začne zkoušení. V té době jsem to pouze zkoušela, protože jsem nevěděla, co vše si mohu s těmito různě postiženými lidmi dovolit. Nejednalo se pouze o osoby třeba s kvadruparetickým nebo diparetickým postižením, ale bylo to daleko komplikovanější postižení. Tu krásu jsem spatřovala v člověku uvnitř, nikoli v tom, jak vypadá.

### **I: Mohla byste popsat nějaký konkrétní případ, konkrétního klienta?**

J: Ano. Na roli kupce jsem vybrala hochu, který měl diagnózu stanovenou několika psychology, kde stálo, že je oligofrenik, nevzdělavatelný. Něco uvnitř mne říkalo, že tomu tak není. Seděl na vozíku a tak všelijak hýkal a nadával. Já v něm viděla nádhernou bytost. Logopedi mne varovali, že se nemůže naučit ani mluvit. Během zkoušení, nacvičování naší hry se postupně naučil tak mluvit, že všichni byli velmi překvapeni, dokonce i jeho matka a babička. Posléze vystudoval filozofickou fakultu, odpromoval a teď jsem měla po třiceti letech neuvěřitelný zážitek, protože on sám secvičil, režíroval a hrál hlavní roli ve Smoljakově hře Hymna. Pro mě to byl neuvěřitelný zážitek, řeč bez jediné chybičky. Je tedy stále na vozíku, ale herecky je naprosto skvělý. Na toto představení pozval i jednoho bývalého vychovatele z Jedličkova ústavu. Ten radostně poznamenal, že by tomu nikdy nevěřil. A já na to pouze odpověděla, že kdybych tomu nevěřila já, tak bych to ani nikdy nedělala. A právě tohle je pro mě dramaterapie. Dát naprostou důvěru lidem. Dělán to i tady v akademii, vždy vyberu hru, rozdám role a pak nechám studenty, ať si celý proces dělají sami. Ať se hádají, kdo, proč nepřišel. Musí tam být dynamika skupiny samotné a samozřejmě ke konci přijdu já a jen tak lehce dotáhnu drobnosti a dokončíme závěr. Vždy tedy vybírám hru, kde je nějaký hlubší problém a poté prostě přidělím postavy dle toho, co ten dotyčný člověk potřebuje dotáhnout, tak takovou dostane roli. Měla jsem i jednu dívku, která si málo věřila, chodila ohnutá, měla slabounký hlásek, tak té jsem dala roli Lucifera ve hře Dalskabáty. Ona dokázala koulet očima a tu roli zvládla krásně. Okamžitě se jí to promítlo do celého života. Velmi často také role střídám. Například ten, co hraje o Vánocích anděla, za rok hraje čerta. Mnohdy hrají s nimi, abych s nimi ten proces prožila, ale většinou přijdu až ke konci. Spoléhám na dynamiku skupiny, že samotný proces je navede k tomu, aby objevili formu. Oni všichni mají tak pocit, že si to režírují sami, já tam nic nedělám a to považuji z hlediska dramaterapie za to

nejpodstatnější. Mohu uvést ještě příklad jedné hry, která souvisí s drogovou závislostí. Jedná se o velmi náročnou hru, která byla napsána v Holandsku v terapeutiku pro drogově závislé lidi. Tato hra je velmi „silná“ a jmenuje se Honzův příběh.

**I: Vy v současné době tedy dramaterapii využíváte pouze v kontaktu se svými studenty. Jinak už v dnešní době s jinou skupinou klientů nepracujete?**

J: Ne. Od té doby, co jsem odešla z Jedličkova ústavu, tak už to nedělám, teď už to dělám jenom v práci se studenty, koriguji některé věci, které si přinesou z domova, nebo se je snažím v něčem posílit, nebo proměnit dynamiku skupiny. Je to neuvěřitelně napínavý proces.

**I: Teorii tedy žádnou nepoužíváte, neřídíte se jí?**

J: Teorie samozřejmě znám různé. Ale to, co dělám, mi přinesl život a práce s postiženými lidmi.

**I: Takže vycházíte ze své zkušenosti. Pracovala jste tedy dramaterapeuticky s klienty ve věku mezi 3-21lety, a to s cílovou skupinou klientů s tělesným postižením. A současně se studenty.**

J: Ano, to bylo v tom Jedličkově ústavu, studenti, se kterými pracuji teď, jsou ve věku mezi těmi 21-26 lety a nebo potom také dálkově studující a to je potom i věk 50-60 let, ale zase ne všichni. Ta věková struktura je tam podstatně širší.

**I: A jaká tedy vidíte pozitiva dramaterapie, kdybychom se vrátili do oblasti vaší práce, když jste pracovala v Jedličkově ústavu?**

J: Je to právě stará řecká forma. Pro mě je výchozí Řecko, Řecko je ten základ. Opravdu řecké drama je základ toho všeho. Já využívám spíše formu

dramaterapie, kde je podstatné to, že se v rámci využití divadelních prostředků probudí vnitřní aktivita lidí. Rolí člověk prožije něco, co je v osobnosti jako penzum. Tam si doplní svou zkušenost a s ní se následně pracuje dál.

**I: Kdybychom to tedy vzali obecně z pohledu dramaterapie, existují zde nějaké hranice, kam už dramaterapie nesáhne, kde už by se jednalo spíše o kontraindikaci?**

J: Kontraindikací může být snaha některých dramaterapeutů v rámci psychologických her konflikt vyhrotit. Základem mé práce a myslím, že by to tak mělo být u většiny dramaterapeutů, je nedocházet až do konfliktů, ale pracovat hlavně pozitivním způsobem. „*Já je nebudu utvrzovat v jejich slabostech, ale budu je posilovat v jejich silných stránkách.*“ Nevidím tam tedy žádné nebezpečí, pokud se to člověk snaží postavit celé pozitivně. A právě tak to dělali staří Řekové.

**I: Jaké je tedy vaše vzdělání v oblasti dramaterapie mimo kurzů?**

J: Život, životní zkušenosti.

**I: Myslíte si, že člověk, který chce pracovat jako dramaterapeut s nějakou cílovou skupinou, by měl mít v této oblasti vzdělání?**

J: Určitě musí mít zkušenosti a do určité míry musí být sám komediantem, sám musí být hravý. Musí být schopen všechny ty role zvládat sám. Jsou to velké zkušenosti, které si v průběhu toho člověk udělá. Ten theatron, zření bohů, musí člověk dělat s veškerou úctou k nim. Nelze to dělat tak, že teď si zahrajeme roli tu a tu, protože já využívám dramaterapii. Dramaterapie nesmí být brána jako hra, ale velice vážně a pořád s otázkou. I se svými studenty se učím formou prožitku. Přehráváme si situace, které prožili, a snažíme si je přehrát vícekrát a pokaždé

s jinou reakcí. Tak aby si mohli vyzkoušet i jiný, možná i adekvátnější způsob jednání. Dramaterapie tedy pomáhá pořád.

**I: Víte o tom, že v současné době je velká snaha o jakousi legalizaci dramaterapie, o ustanovení jasných standardů a pravidel dramaterapie? Jaký je na to váš názor?**

J: Já to zažívám ve všech oborech, protože všichni bojují o slunce. Myslím si, že tady jsou dvě úskalí. Jedno je bezbřehost a druhé je přílišná definovanost. Můj názor je, že má být nějaký rozměr, prostor, ale pro výjimky by měla být otevřená vrátka. Co vidím jako velkou tragédii, je přísná definovanost, proto jsem na začátku rozhovoru řekla, že žádné definice dávat nebudu. U dramaterapie je hlavní přístup starého Řecka. To je pro mě klíč. Určitě by ale bylo dobré o tom napsat, prosadit to jako formu, ale je to velmi komplikované.

**I: Vy jste také nějaký čas pracovala i v pedagogicko - psychologické poradně. Máte tedy jisté pedagogické znalosti a pedagogika patří mezi pomáhající profese. Je podle vás nějakým způsobem možné vřadit dramaterapii do této oblasti, do škol, pokud se nebudeme zaměřovat na dramatickou výchovu?**

J: Já si myslím, že v každé škole by měl být někdo, kdo je komediant a ten by měl pracovat s celým pedagogickým sborem. Hrát divadlo, které bude mít hloubku, bude něco sdělovat.



Příloha č. III

Přepis: Viktor Dočkal.

**I: Co Vás přivedlo k dramaterapii?**

D: Na začátku mě zaujalo propojení divadla a terapie. Dostal jsem se k dramaterapii přes kolegu, který pracoval v Praze. Přes něj jsem se seznámil s Michaellem Reismanem, Američanem, dramaterapeutem, který je jeden z prvních, díky nimž se dramaterapie do Čech dostala. Nastoupil jsem do jeho kurzů a v dramaterapii jsem se dál vzdělával.

**I: Takže přímo u něho v kurzech?**

D: Ano, byl jsem u něj na stáži. Dále jsem se vzdělával přes další krátkodobé semináře zahraničních lektorů, které tady už v té době byly. Absolvoval jsem dlouhodobý dramaterapeutický výcvik u britských lektorek Fay Prandergast a Sue Jennings.

**I: Jak si myslíte, že je na tom vzdělání v oblasti dramaterapie momentálně u nás? Jsou kurzy plnohodnotné – tedy splňují to, co by měly?**

D: Je tady spousta kvalitního vzdělávání a je tady spousta vzdělávání v téhle oblasti, které tu kvalitu v podání evropských světových standardů nenaplnuje.

**I: S jakou pracujete v současné době klientelou v rámci dramaterapie?**

D: Nejvíce pracuji s lidmi, kteří mají psychiatrickou zkušenost v různém měřítku. Od lidí, kteří měli psychotickou zkušenost, dále pracuji s lidmi, kteří mají psychosomatické potíže, pracuji s lidmi, kteří jsou v podstatě zdraví, ale mají třeba jenom nějaké lehčí fóbie nebo neurózy. Pracuji také s dětmi, a to v rámci integračního programu. Pracuji také se zdravými lidmi, kteří a priori nemají problém ve smyslu, že by byli nemocní, ale pracujeme spolu na nějaké facilitaci, uvolnění.

**I: Proč pracujete právě s touto cílovou skupinou, s těmito klienty?**

D: Je to oblast, která mě zajímá – oblast psychiatrie, tam jsem se i specializoval, k práci s dětmi jsem přišel vlastně tak, že jsem dostal nabídku a tu jsem využil a už jsem u toho zůstal.

**I: Dramaterapie může být využita u poměrně velkého spektra klientů. Jaké spatřujete v dramaterapii výhody?**

D: Otevírá prostor, nabízí možnosti pohledů na situaci a jak se v ní chovat, nabízí možnosti, jak si uvědomit vlastní prožívání, vztahování se k věcem, uvědomit si svoje role a možnosti, jak se v nich pohybovat, případně variovat, není a priori soustředěná v první fázi na problémovou oblast, bere v potaz ty možnosti, které jsou pozitivní a skrze ně pak lze ovlivňovat problémovou oblast.

**I: Existují tedy i nějaké kontraindikace pro dramaterapii?**

D: U lidí, kteří jsou primárně hodně agresivní, musí být hodně dobře skupina poskládaná, aby to unesla. Paradoxně se říká, že se člověk odreaguje v akci a tím pádem se zbaví agrese a může jít do konfliktu. Ale je to mýlka. Tedy hodně agresivní lidé mohou být kontraindikací pro práci ve skupině, ale pokud je dobře

uspořádaná skupina a cíleně se pracuje s tématem, tak ani to nemusí být problém. Já například s takto agresivními lidmi pracuji individuálně.

**I: Pracujete tedy se skupinou i individuálně?**

D: Ano, pracuji tak i tak.

**I: A jak vidíte budoucnost dramaterapie u nás, jaké je její zakotvení v legislativě?**

D: U nás existuje Profesionální asociace dramaterapeutů, která má napojení na Evropskou federaci dramaterapeutů. V rámci této asociace pracujeme na standardech, vymezení vzdělání, etice a snažíme se v rámci toho hodně spolupracovat i s ostatními asociacemi, které tady jsou, jako je například univerzita v Olomouci, kde se dá v rámci speciální pedagogiky jako druhý obor studovat dramaterapie. Tohle je velké téma současných dní. Není to jednoduché, ale myslím si, že už nějaký profesní základ vystavený je. Není to úplně ukotvené, ale pracuje se na tom.

**I: Ke mně se dostal i názor, že vůbec není nutné nic takového dělat, že nějaká definovanost by mohla být na škodu. Já sama si myslím, že naopak to nutné je. Jaký je váš pohled na tuto věc?**

D: Já si myslím, že je to nutné. Definovat obor, vzdělání, standardy, kdo je a není dramaterapeut, vzdělávání v té oblasti, jak se ten člověk dále profiluje, že to patří k pochopení oboru samotného jednak v rámci širší veřejnosti, ale i v rámci odborné veřejnosti. My si dramaterapii nevymýšlíme. Tohle je obor, který existuje a který my se teď snažíme nějakým způsobem definovat. Uvést standardy, které všude existují, v zemích, kde je dramaterapie rozvinutá, jako je Anglie, Amerika, Izrael. I součást evropské federace se vztahuje k etice, standardům, kvalitám

vzdělávání a celkové legislativě jednotlivých zemí. Myslím tedy, že ano, že to k tomu patří, právě aby nedocházelo k nějakým nedorozuměním, zneužití lidí a klientů.

**I: Jakou máte zkušenost s naší veřejností, když řeknete: „ Jsem dramaterapeut, “ jak to lidi vnímají, respektive chápou, co vlastně děláte, mají nějaké informace o tom, co to je dramaterapie?**

D: Setkávám se s lidmi, co vědí, ale i s lidmi, co nevědí nic. Setkávám se i s tím, že mne lidé přímo oslovují ke spolupráci. Ale asi převládá spíše to, že je potřeba vysvětlovat. Mám zkušenost s obojím. Tomu, že mne někteří lidé z odborné veřejnosti v tomto okruhu oslovují sami, předcházela dlouhá doba vysvětlování. Pokud bych to přetáhl do celorepublikového měřítka, tak si opravdu nejsem jistý, že lidé vědí a není potřeba jim cokoli vysvětlovat.

**I: Chtělo by to tedy, aby informovanost hlavně v té odborné oblasti byla větší?**

D: Myslím, že určitě ano.

**I: A pomohlo by, kdyby se třeba již v rámci studií na vysokých školách těchto oborů (psychologie, pedagogika) zavedl třeba předmět, díky kterému by se studenti, budoucí pedagogové a psychologové, mohli dozvídat více o těchto oborech?**

D: Myslím, že by to bylo dobré.

**I: Ještě bych se chtěla zeptat na práci tady v centru, nacházíme se na Břevnově v komunitním centru. Co je vaší náplní práce tady?**

D: Tady nejvíce pracuji dramaterapeutickou metodou, která se nazývá Proměny. A tímto způsobem tady se skupinou pracuji i ve většině individuálních terapií.

**I: Mohl byste tuto metodu blíže popsat?**

D: Tato metoda přichází z New Yorku, původně od Davida Read Johnsona. Ta základní premisa je, že svět sám o sobě je nestabilní a není tedy potřeba zestabilňovat to, co stabilní stejně není, ale najít cestu, jak lze v těchto vlnách plout bezpečně. Je tam několik bodů, které jsou navzájem spojené: 1. pracuje se s tělem, 2. s improvizovanou hrou, 3. volnými asociacemi - prostorem, 4. s introspekcí, 5. reflexí, která se nechává doznívat.

**I: Také pracujete s Cirkusem Bombasticko, jak dlouho a jaká je hlavní myšlenka?**

D: Ano, spolupracuji přibližně deset let. Jedná se o tzv. sociální cirkus, který založil Němec Frederico Bombasticko. Objíždí různá centra, zde je třikrát do roka. V tom období my pracujeme pod cirkusem s lidmi, kteří do centra chodí, na tom, co do cirkusu patří – akrobacie, klaunské dovednosti. Ne vždy se koná vystoupení. Propojují se zde dramaterapie, arteterapie a muzikoterapie, tanečně pohybová terapie. U nás v centru má každá své zastoupení. Myšlenkou je propojení těchto terapií, dále jsou lidé do cirkusu indikováni, tedy uvažuje se o tom, kdo by se tam hodil. Jedná se o proces vnitřně kreativní, kde každý může být dobrý. Každý přichází se svým potenciálem, v čem je dobrý a zároveň se v tom může realizovat. Být přijatý.

Příloha č. IV

Přepis: Václava Křesadlová.

**I: Terapie, která Vás ovlivnila, je oblast Jungovské terapie, tedy jste jungiánka. Jak jde dohromady Jung a dramaterapie, popřípadě jiné terapie?**

K: Dramaterapie má sama spoustu různých směrů. Některé směry jsou vzájemně proti sobě. Tím, jak je duše člověka originální, tak poukazuje na to, že každý potřebujeme něco jiného. A i když se podíváme na jednotlivé směry, tak každý směr by měl odpovídající jiný druh dramaterapie. Já pracuji jako jungiánka. Ve chvíli, kdy pracuji dramaterapeuticky, tak nad tím přemýšlím z tohoto úhlu pohledu. Je pro mě například důležitá otázka symbolů, otázka volných asociací, volné improvizace. Tedy věci, které přivádí člověka k tomu, že se něco zkouší. A teprve zpětně se na to dívá jako na zprávu o své duši. Například otázka modelové situace v podstatě do té oblasti, která by korespondovala s mým výcvikem, vůbec nepatří. Myslím si, že nevyhraněnost dramaterapie jí dost škodí.

**I: Víím, že v dnešní době je velká snaha v oblasti legislativy dramaterapie. Ustanovení jasných standardů, vzdělání. Jak se na to díváte vy? A jak se díváte na dramaterapii?**

K: Víím, že u nás se o to hodně snažila Blanka Kolínová, která dokonce měla i dramaterapeutický výcvik. Já jsem tam učila a myslím si, že je to dobře. Ale je potřeba se nějakým způsobem srovnat s tím, že nejde o to vytvářet situace, ve kterých je možné dramaterapii provozovat. Protože u dramaterapie není hlavní otázkou to, jak ji provozovat, jak ji klientům nabízet. Dramaterapie se odkazuje na něco, co je člověku přirozeně dané – na jeho tělo, jeho výraz, jeho emocionalitu v

projevu. Tedy na to, jak se člověk projevuje. Drama je propojené s dramatickou hrou. Ať se na to podíváme ze strany – dramatická hra - jako hra, nebo dramatická hra - jako scénář. Vždyť máme každý své scénáře, kterými jsme již prošli, každý máme svůj způsob kterým jednáme, máme životní zkušenosti a tady to koresponduje znovu s otázkou. Člověk si vytváří stále nový scénář. Je možné se k němu zpětně vracet, je možné si situace zpětně rozehrát, ale už je velmi obtížné si situaci rozehrávat dopředu. O této oblasti vyšly i studie, které potvrzují, že to příliš velký význam nemá. Těžko si můžeme vyzkoušet něco, co není mým, ale je možné si zažít nějakou možnost. Je zde problém v již zmíněné individuálnosti každého z nás. Možnost, kterou vám mohu nabídnout já, abyste si ji zkusila, bude jiná, než možnost, kterou si nabídnete sama. Tak to jsou otázky, které je nutné zohlednit při snaze legalizovat dramaterapii jako samostatný obor.

**I: Jaký máte názor na vzdělání v oblasti dramaterapie?**

K: Otázky psychoterapie, dramaterapie nebo dramaterapie uvnitř psychoterapie mají ještě jiné pole otázek. Já si zde úplně nejsem jistá vzděláním. Pokud by se člověk chtěl vzdělat v dramaterapeuta – tak jak na to? Já jsem vlastně vystudovala výchovnou dramaturgii, autorskou tvorbu a pedagogiku. V současné době si dělám terapeutický výcvik a k tomu mám čtrnáct let praxe v komunitě pro drogově závislé. Takže to, co mě opravňuje k dramaterapii, je poměrně silná sebezkušenost.

**I: Mně tady šlo spíše o to, že poměrně velká část odborníků ani neví, že nějaká dramaterapie je. Že mohou se svým klientem pracovat i touto formou, pokud zjistí, že klient má v sobě jakousi dramatickou možnost.**

K: Já si myslím, že je to poměrně ještě daleko, aby dramaterapie jako taková byla samostatná. Dokáží si představit, že za mnou přijde klient a řekne: „Mám takovýto problém, potřebuji pomoci.“ Já v průběhu seznamování zjistím, že má v sobě nějakou možnost, která je pro něj dramatická a já díky tomu mohu nabídnout tyto dramatické aktivity. To ano, to si představit dokážu.

**I: Přesně tak jsem to myslela. Když za vámi někdo přijde a vy poznáte, že lze s tímto klientem pracovat formou dramaterapie, tak vy víte, že lze s tímto klientem takto pracovat, protože víte, že dramaterapie existuje, ale velká část odborné populace o dramaterapii neví vůbec nic. To si právě myslím, že zde chybí. Informovanost odborné veřejnosti. Dle mě by měl každý, kdo pracuje terapeuticky s klienty, znát i tuto možnost.**

K: Myslím, že to je v dnešní době utopie. Protože dokud to není například součástí základního školství, myslím to, že je přirozené se dramaticky projevovat, že je přirozené vymýšlet příběhy a hrát si s nimi, že je to kvalita, která je uznávána druhými a ostatní baví ty příběhy sledovat. Ti druzí v tom s nimi rádi jsou a rádi jsou toho svědky. Dokud nebude přirozené hrát divadlo a chodit se na něj dívat, že je přirozené předstupovat před druhé a něco chtít říci. Pak si myslím, že je docela utopie chtít dramaterapii. V naší společnosti je velký blok vůči dramatickým projevům. Přirozenější je tady výtvarný projev. Dramatický má v sobě příliš mnoho rovin. Člověk musí být svým tělem, musí být svým hlasem a musí vnímat partnera. Pokud vím, že s danými klienty budu pracovat dramaterapeuticky, tak si vždy tyto klienty technicky připravuji vůbec na tu možnost. Na tu možnost, že budou v prostoru, že v něm budou mluvit a hýbat se a ostatní se na ně budou dívat. Sama myšlenka na tohle je pro klienta velmi náročná.

**I: Myslíte, že kdyby se třeba podařilo zavést drama nějakým způsobem do základních škol, že by to pomohlo? Třeba formou dramatické výchovy?**

K: Je otázkou, jak by se dělala. Já si myslím, že na základní školy by se mělo vrátit divadlo. Hledání toho, jak před ostatní předstoupit a něco zahrát, něco ztvárnit. Měla by se tam vrátit spíše jenom dramatická kultura. Pokud někdo dobře dělá dramatickou výchovu přes hry a děti si tam začnou uvědomovat něco o sobě, něco, co chtějí sdělovat, tak proč ne. Myslím si, že v těch otázkách dramaterapie, dramatické výchovy se často ztrácí to, že se jedná o základní lidskou divadelnost, základní lidskou potřebu představovat, vyprávět, hrát si, mít



diváky. A toto jsou věci, které jsou v naší kultuře velmi zanedbané. I já, když pracuji s klienty, kteří jsou zvyklí, že dramaterapie je součástí komunity, že ji používám, tak s nimi pracuji velmi opatrně. Pomalu je připravuji tvořit, vnímat se, hrát si. Jednou za čas s nimi dělám divadlo, aby si vyzkoušeli, co to je předstoupit před druhé.

**I: Problém je už na základních školách. Děti pocítují stud, obavy, nejistotu v okamžiku, kdy mají předstoupit před ostatní. Tady je tedy velmi patrný vliv naší společnosti.**

K: Ano a to je otázka naší kultury. Dramatická část je oproti té výtvarné a hudební potlačena. Teď si představte, že chcete dělat dramaterapii, tedy někoho dramatem léčit, ale ono je to v podstatě v naší kultuře „nemoc.“ Takže vy chcete léčit někoho něčím, co je v naší kultuře považováno za nemoc. A vy mu dáváte možnost, aby to, že není zvyklý se před druhými projevovat, není zvyklý sledovat výraz, není zvyklý být výrazný, aby to změnil. Otázky neverbality jdou mimo druhé lidi, jsou hodně hluboko v nevědomí. Je to často stínové, protože spousta lidí je nejvýraznějších, když jsou v podnapilém stavu, když padnou zábrany. Tady je patrné, že by nejdříve měla být divadelnost uvnitř člověka a teprve pak může ta divadelnost někoho léčit.

**I: Tedy ho nejprve přivést k tomu, že se nejedná o nemoc, ale o přirozenost.**

K: Ano, vlastně ho uzdravit, aby se choval přirozeně. Před druhými i před sebou. Přirozeně jedl, byl schopný se soustředit. To jsou i v praxi drobné krůčky.

**I: Myslíte si, že je možné, aby se to posunulo dopředu, aby se ten kult „nemoci“ nějak odstranil?**

K: Já si myslím, že ano, že je tu velký potenciál. Když se člověk jenom soustředí na to, že je, že jedná, že je v prostoru, že má tělo, hlas, že je tělem, je hlasem. Když překoná tyto své bariéry, tak se ozdraví. Ale ne hned, to je léčba tvorbou,

protože na to musí být člověk svobodný a my v téhle oblasti zatím svobodní nejsme.

**I: Vnímáte budoucnost jako lepší?**

K: Zatím to má spíše zhoršující se tendenci. Když sleduji děti, klienty, tak vidím, že jsou čím dál tím více zakřivenější. Rozehrát je bývá čím dál tím těžší. Přimět je k tomu, aby se svobodně projevovali, to je úkol. Myslím si, že je to úkol pro terapii. Je možné se na to dívat z té druhé strany, že by to mohl být výdobytek terapie. Lidé se pak přestanou bát projevovat, říci svůj názor. Jsou to vlastně obyčejné občanské povinnosti, ale my to neděláme. My tu dramaturgii všedního života spíše prožíváme, než abychom ji činili. Ano, je možné, aby v tomto dramaterapie pomohla, ale má jinou startovní pozici než například terapie výtvarnou cestou. Maluje se celou základní školu, a i když se bojí kresbou projevit, tak píše. Jsou v kontaktu s velkou škálou výtvarné baterie. Dnes už je to tedy také o málo horší, protože je tu jiný kontakt s médii než dříve. Ale přece jen je méně odsouzeníhodné, když se člověk projevuje výtvarně, než když se projevuje dramaticky. Dramatický projev už je daleko více nebezpečný. Malovat člověk nemusí umět, ale když se prokáže, že se člověk neumí projevit, je to špatné.

**I: Proto se někteří lidé neprojevují vůbec.**

K: Vždyť by se mohlo třeba říci, že jsem neautentická a kdo mlčí, většinou je autentický. A tam jsou podle mě velké obrany. Bylo by fajn, kdyby se zpracovaly. Myslím si, že je tam schováno velké množství energie, a pokud je člověk odvážný a chce, pak mu dramaterapie pomůže přímo na bolavých místech. Ale ve verbální terapii, tam lze dlouze mluvit o tom, jak je nesmělý, ale když ho vyzvete, aby zkusil promluvit, vyjádřil se k něčemu, pustíte ho dále, do prostoru, teprve tam se může projevit, o jaký druh nesmělosti jde a lze pracovat právě s těmito aspekty veřejného projevu, protože to je základ dramaterapie. Dnes to je velmi zkreslené. Do dramaterapie hodně zasahují hry s pravidly a on je to trochu

podvod. Protože jak může člověk sám sebe projevit, když jsou tam dána nějaká pravidla? Už se projevuje v určitých hranicích, v určitých pravidlech.

**I: To ano, člověk se bojí překročit tu mez, to pravidlo. Raději se tedy nevyjádří.**

K: Raději se zase stáhne. A pokračujeme pořád dál a čím má tento svět více nesmyslných dílčích pravidel, tak tím víc nás to chrání od odpovědnosti, ta svoboda se zmenšuje. Ten svět už není mimetický, ale už je nemimetický (aleatický). Tady už není jasný poměr a myslím si, že by bylo dobré se domluvit s dramaterapeutickou obcí, že v dramatu jde o mimézi. Hranice tam můžou hrát určitou roli, ale jde o projevování se skrze mimézi, skrze hry tohoto typu. Tam se pak člověk dostává k rolím zevnitř, dostává se k situaci, ke kontaktu s partnerem. Jenže ze strachu, že je her málo k aplikaci, tak se jezdí po světě a hry se sbírají. Místo toho, aby si hry a situace, které umožňují setkání s mimetickou stranou, dramaterapeut vytvářel sám. Pošlete člověka, který má skutečný problém, k dramaterapeutovi, který pojímá dramaterapii, jako že si hrajem, hrajem, až si uhrajem. Tak to je pak problém. Ten člověk potřebuje řešení.

**I: Tady se projevuje významnost toho terapeutického vzdělání. Těžko může dělat dramaterapii člověk bez terapeutického vzdělání.**

K: Já jsem k tomu terapeutickému přišla přes to umělecké. Přivedla mě k tomu ale intenzivní práce a spolupráce s lidmi, kteří terapii dělali napřímo. Byla jsem od začátku součástí týmu, ale s jiným (uměleckým) vzděláním. Začala jsem normálně sloužit, pečovat o klienty (mám pedagogické vzdělání, takže mi to zákon umožňuje) a tu terapeutickou část jsem si dodělávala později. V téhle oblasti je dle mne velkým problémem izolace. Pokud člověk dělá terapii, tak by měl nějakým způsobem spolupracovat, supervidovat své případy. Ve chvíli, kdy k vám přijde zhroucený člověk, tak on si nepotřebuje hrát, jenom hrát, ale on potřebuje pomoci. Je potřeba zjistit, kde je ten problém. Je možné už ten problém lokalizovat skrze hru, ale je nutné být zaměřený na problém – víme o něm a

hledáme ho. V neverbální oblasti, ve vztahové oblasti. Dokáží si představit, že i v té dramaterapeutické části je slovo velmi důležité. Jedná se o nahlížení toho, co člověk cítí, co si uvědomuje. Sebereflexe je velmi důležitá. Takže pokud by měla být dramaterapie uzákoněná, tak je nutné si vše velmi opatrně projít. Já věřím v to, že může být samostatná, ale nikdy by se nemělo přestat spolupracovat s ostatními obory.

Když mluvíme o terapii, tak mluvíme o nemoci a když mluvíme o nemoci pak mluvíme o pomoci, o hledání pomoci. A když do toho vtáhneme dramaterapii, pak mluvíme o pomoci hrou. Ale v dnešní době už mohou být terapie i růstové. Člověk tedy nemusí jít do dramaterapie jako nemocný. Tam si už člověk dokáže sám korigovat, kolik toho potřebuje, co se týká podpory klasické psychoterapie a kolik toho dá do rukou dramaterapie.

### **I: Co je pro vás na dramaterapii to důležité?**

K: Ráda bych podotkla, že u divadla je velmi důležité mít na paměti, že některé věci se zkouší a některé se odehrávají mezi lidmi. Je tedy důležité přijít na věci, které se začaly odehrávat a patří k tématu, tudíž by se měly hrát na jevišti, ale ony se tam z nějakého důvodu nehrají. Přimět tedy lidi, aby řekli, jaké podmínky potřebují pro to, aby právě tohle se mohlo na jevišti odehrát. Například jak se vážně vztekají a hádají. Udělat to přemostění mezi realitou a hrou, to je to terapeutické. Hra vám dělá náhled na realitu. A ve chvíli, kdy si to, co se vám stane v reálném životě, dokážete zpracovat tak, že si s tím a o tom hrajete a že se uvnitř toho dokážete uvolnit – to jsou dle mě největší hřivny dramaterapie a o takovou dramaterapii má smysl usilovat. Nemá smysl usilovat o to, aby si lidé hráli hry. To už je příliš podobné gamblingu. Vzhledem k tomu, že lze dramaterapií pracovat i s gamblery a my tam gamblery máme (máme tam těžce závislé lidi, gamblery, drogově závislé, alkoholiky). Takže vybalancujte dramaterapii tak, aby vám nesouvisela s gamblerstvím, když základ patologického hráčství je hra, základ dramaterapie je hra. Tam je právě to posílení mimetické funkce, to je velmi důležité a to, že si hrajeme o něčem a na něco, co dobře známe

a děláme to proto, abychom to poznali, prozkoumali, abychom si skrze to uvědomili, docílili skrze to nějaké vnitřní pravdy, nebo pravdy toho kontaktu s lidmi, s druhým člověkem. To je léčení, to přináší dramaterapii léčivou část.

**I: Existují v této oblasti i nějaké problémy, nějaké kontraindikace dramaterapie?**

K: Bohužel vzhledem k tomu, že to ještě není tak moc prozkoumaná oblast, tak se zde dost často vyskytují až děsivé experimenty. Například dramaterapeut si vymyslí nějakou situaci, kterou si ti druzí mají zkusit, protože je to podobné nějakému příběhu. Oni v tu chvíli neudělají nic. Na jeviště se ani nepodívají. Ten klient na to musí být připravený, nelze po něm chtít něco naráz, hned a bez přípravy. I to je pro mě také určitá stopa, z níž se lze poučit. Nikdy nedat klientovi úkol, kterého bych sama nebyla schopná. Dělán to i tak, že když tam někdo nechce, pak jdu a dělám mu partnera já. Aby to nebylo ve smyslu: „Já si něco vymyslím a vy to dělejte.“ Je to opravdu o tom, že si to zkusíme, že si to hrajeme, že bychom tím mohli najít tu pravdu, co by nám mohlo pomoci.

Dramaterapeut nesmí vidět jenom to, co dělá dramaticky, ale musí si také uvědomovat, co dělá v psychické oblasti druhého. Být účasten procesu. Ne, že něco vidím, pak něco zkusím a podívám se na výsledek, ale už v průběhu procesu zjišťuji, zda jsem to udělala správně, zda si člověk ulevuje, zda to, co dělám, má smysl. Spolu s ním zkouším, zda je to, co potřebuje. Musím umět pochybovat. Pokud má člověk moc v rukou, což samozřejmě terapeut má, protože ten klient mu ji dá, tak se nesmí stát svrchovanou autoritou. To by lidem ubližovalo. V každé hře musí být osobní investice, vztahová investice. Také být otevřený tomu, že když přijde přenos, nebo jde člověk agresivně proti, je dramaterapeut schopen ustát tu konfrontaci a posunout ji na druhou, tedy herní rovinu. K dramaterapii je potřeba přistupovat jako k otázce, nesmí to být tvrzení. Nevíme, jak to je, tušíme, máme nějaké stopy, máme nějakou praxi a je potřeba se na to ptát. Sbírat kazuistiky. Já si myslím, že aby to mohlo být přijímáno jako druh terapie, tak je potřeba ještě hodně práce.

### **I: Jak vidíte vy budoucnost sebe jako dramaterapeuta?**

K: Já jsem nakloněna tomu, že pokud budu pracovat ještě i individuálně, třeba i mimo komunitu, tak půjdu tou cestou jungiánství s tím, že zařadím ve chvíli, kdy pocítím, že je to vhodné, dramatické prvky. Takže by to vlastně byl jungiánský směr s dramatickými prvky. Já dělám dramaterapii dlouhou dobu a jenom představa, že bych ji vytrhla z komunity a dělala ji jenom pro lidi, kteří přijdou individuálně, tak by v tom musela být nejdříve velká část herecké pedagogiky. Aby si lidé uvědomili, jak se vztahovat k výrazu, jak se vztahovat k sobě, jak se projevit, aniž se něco vnitřně utrhne. Třeba i otázka takového křiku, který je dle všeho velmi ozdravný, práce s hlasem. Podle mě je i zde potřeba alespoň tři hodiny edukační práce. Aby ten klient věděl, že když se rozkřičí, že použije hlas. Ta osvěta je v dramatické pedagogice, v tom, že člověk nějak hygienicky, zdravě používá svoje tělo, svůj hlas energeticky šikovně tak, aby se neničil, ale aby si pomáhal, to bohužel v naší společnosti vůbec není samozřejmé. Takže pokud bych začínala nějakou dramaterapeutickou skupinu já se svou zkušeností, pak bych začínala hereckou pedagogikou. Pomalu začít pocíťovat, samozřejmě bych tam zařadila mnoho improvizací, hodně uvolňovacích cvičení, ale snažila bych se tam zachytit ty pedagogické momenty, aby člověk věděl, jak na sebe. Ve chvíli, kdy si to uvědomí, tak bych teprve šla do rozboru představ, do terapeutické činnosti, do dotahování. Málokdo umí zacházet se svým hlasem, málokdo si umí uvědomit otázky neverbální komunikace při těchto věcech. Proto je potřeba se nejprve naučit pracovat se svým vlastním výrazem například dialogickým jednáním, to je dobrá cesta. Takže je důležité, aby se člověk nejdříve cítil jistě v dramatické oblasti, vhodně to s klienty probral, ukotvil je, aby věděli, co a jak je, aby dostali základní zkušenost, kterou nám naše společnost nedala. A pak je možné tím léčit. Máme tělo, máme hlas, ale vůbec s ním neumíme nakládat. Není to ale žádná velká věda. Podstatné je si uvědomit, kdy to máme ve svých rukách, že si uvědomujeme, když děláme gesto. Jen tyto základní věci. Propojení toho, že je to jiný způsob soustředění, pokud je před druhými, než když je sám se sebou,

jaké roviny tam hrají roli, co vše lze do hry vzít. To je dle mě na základní edukaci a stále to není terapie. Terapie začíná dle mě až v okamžiku náhledu. Když klient drží sebe jako dramaticky aktivní bytost, tak v tu chvíli se může začít léčit.

Příloha č. V

Přepis: Kamila Laudová.

**I: Na úvod bych se Vás zeptala, jak jste se k dramaterapii dostala, co Vás k ní přivedlo?**

L: K dramaterapii mě přivedla má dlouhodobá kariéra společenského a moderního tance a studium psychologie. Hledala jsem propojení těchto dvou zdrojů a našla jsem výcvik, jediný v expresivně-umělecké terapii, který byl té době v Česku otvíraný. Jednalo se o mezinárodní výcvik v dramaterapii.

**I: Proč jste se rozhodla pracovat v oblasti dramaterapie profesionálně?**

L: Mám zkušenosti s verbální psychoterapií, jako absolventka SUR. Psychoterapii praktikuji ve zdravotnictví a sociální oblasti. Zde jsem v dramaterapii našla další rovinu práce v oblasti duševního zdraví, která je mi blízká, a odpovídá mé víře v kreativní proces v rámci terapeutického vztahu.

**I: S jakým typem klientů pracujete nejčastěji v rámci dramaterapie?**

L: V současné době pracuji nejčastěji s dětmi se syndromem CAN.

**I: Proč je dle Vás dramaterapie pro tento typ klientů vhodná?**

L: Dramaterapie je vhodná právě tam, kde není možné dosáhnout úlevy pouze verbální terapií, z důvodů obran, disociací, vytěsnění vzpomínek apod. a to vše lze u klientů se syndromem CAN nalézt. Právě z toho důvodu využívám dramaterapii u těchto klientů.



**I: Máte zkušenost i s jiným typem klientů než s klienty se syndromem CAN?**

L: Ano, mám zkušenost s klienty s mentální retardací, autismem, krizovou intervencí ve školských zařízeních, ženskou skupinou personálu sociálního zařízení.

**I: Jak velkou skupinu klientů lze do dramaterapie zahrnout?**

L: Dramaterapie má velmi široký rozsah v záběru klientů ve zdravotní, sociální a školské oblasti. Využitím dramatické reality a jednání v terapeutickém kontextu je jedinečným přístupem k pojetí péče o psychosomatickou rovnováhu.

**I: Existují tedy nějaké hranice dramaterapie? Myslím tím, kde by už mohla být dramaterapie spíše kontraindikací?**

L: Hranice v dramaterapii jsou dány vícezdrojovým modelem. Základní pilíře tvoří pregraduální vzdělání na vysokých školách, dále sebezkušenost, teorie oboru, supervize, praxe a individuální terapeutická zkušenost. Samozřejmě etický kodex je dalším pilířem pro vymezení hranic terapeuta. A pokud bychom se zabývali přímo aplikací dramaterapie, není vhodná u klientů akutně psychotických, obecně u stavů výrazně změněného vědomí pod vlivem intoxikace.

**I: Je dle Vás dramaterapie využívána dostatečně v oblasti pomáhajících profesí - především v oblasti psychologie a pedagogiky? Jsou tyto odborníci (dle Vás) dostatečně informováni o možnostech dramaterapie?**

L: Využití dramaterapie v rukou psychologů, pedagogů a dalších pracovníků v oblasti pomáhajících profesí je značně komplikováno mísením pojmů zážitková pedagogika, využití divadla pro zdraví, dramatická výchova a dramaterapie. Moje

přání je zpřehlednění těchto pojmů tak, aby jejich vymezení nebylo zneužito k devalvací práce neterapeutických oborů a zároveň byly jasně pojmenovány standardy zmíněných oborů. V zájmu hájení kvality dramaterapie, tak jak je vymezena v evropském a americkém kontextu po několik desetiletí. To by mělo přispět i k lepší orientaci v oboru a k zvýšení informovanosti odborníků v oblasti pomáhajících profesí o dramaterapii.