



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Ateliér arteterapie

ARTETERAPEUTICKÝ POTENCIÁL RŮZNÝCH PODOB ARCHETYPU
ANIMA

ART THERAPY POTENTIAL OF DIFFERENT FORMS OF ANIMA
ARCHETYPE

Vypracovala: Martina Veškrnová
Vedoucí práce: MgA. Stanislav Zeman, Ph.D., MBA

České Budějovice 2021

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracoval/a samostatně pouze 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 bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě fakultou 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.

Datum

Podpis studenta

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucímu práce MgA. Stanislavovi Zemanovi, Ph.D., MBA za cenné rady a podporu během psaní bakalářské práce. Dále děkuji své sestře MUDr. Zdeňce Mátlové za odbornou konzultaci v oboru psychiatrie.

Abstrakt

Bakalářská práce je věnována zkoumání arteterapeutického potenciálu různých podob archetypu anima u nemocných afektivní poruchou a jejich vztahování se k tomuto archetypu. Teoretická část práce přibližuje analytickou psychologii C.G.Junga a jeho pojetí archetypů, věnuje se archetypu anima/animus a jeho 3 podobám, které jsou pro tuto bakalářskou práci vybrány. V teoretické části je uvedena klinická oblast, na kterou se práce zaměřuje, tj. oblast afektivních poruch, specifika diagnózy a terapie. Dále jsou zmíněny nejčastější komorbidity sdružené s afektivní poruchou. Přiblíženy jsou poznatky o arteterapii s duševně nemocnými a výtvarná tvorba nemocných afektivní poruchou, pojednána je skupinová arteterapie a projektivně – intervenční arteterapie. Praktická část popisuje výtvarnou tvorbu pacientů s afektivní poruchou v arteterapeutické skupině, zabývá se výtvarným zpracováním archetypu anima/animus v zadaných tématech, průběhem skupinové arteterapie a interpretací artefaktů. Zkoumání výtvarných artefaktů probíhá během celého procesu skupinové arteterapie. Závěrečné výsledky poukazují na možnosti arteterapeutického potenciálu konkrétních témat a jejich využití v arteterapeutické práci se skupinou pacientů s afektivní poruchou.

Klíčová slova: archetyp anima, arteterapeutický potenciál, afektivní porucha

Abstract

The bachelor thesis is devoted to the investigation of the art therapeutic potential of different forms of the anima archetype in patients with affective disorders and their relation to this archetype. The theoretical part of the thesis introduces C.G. Jung's analytical psychology and his concept of archetypes, and focuses on the anima/animus archetype and its 3 forms, which are selected for this bachelor thesis. In the theoretical part, the clinical area on which the thesis focuses, i.e. the area of affective disorders, the specifics of diagnosis and therapy are presented. Furthermore, the most common comorbidities associated with affective disorders are mentioned. The knowledge about art therapy with mental patients and artwork of patients with affective disorders is presented, group art therapy and projective-intervention art therapy are discussed. The practical part describes the artistic creation of patients with affective disorder in art therapy groups, deals with the artistic processing of the anima/animus archetype in the assigned themes, the course of group art therapy and the interpretation of artifacts. The exploration of artifacts is ongoing throughout the group art therapy process. The final results highlight the art therapeutic potential of specific themes and their use in art therapy work with a group of patients with affective disorders.

Key words: anima archetype, art therapeutic potential, affective disorders

Obsah

I. ÚVOD	7
II. TEORETICKÁ ČÁST	8
1. ANALYTICKÁ PSYCHOLOGIE C. G. JUNGA.....	8
1.1. <i>Archetypy v analytické psychologii C. G. Junga</i>	8
1.2. <i>Archetyp anima a animus</i>	10
2. PROJEKTIVNĚ - INTERVENČNÍ ARTETERAPIE.....	12
3. PODOBY ARCHETYPU ANIMA A ANIMUS.....	14
3.1. <i>Mořská panna</i>	14
3.2. <i>James Bond</i>	15
3.3. <i>Wonder Woman</i>	16
III. DUŠEVNÍ ONEMOCNĚNÍ	17
4. AFEKTIVNÍ PORUCHY.....	17
4.1. <i>Depresivní porucha</i>	18
4.2. <i>Bipolární afektivní porucha</i>	19
5. DALŠÍ PŘIDRUŽENÉ DIAGNÓZY.....	21
5.1. <i>Poruchy osobnosti</i>	21
5.2. <i>Úzkostné poruchy</i>	23
6. ARTETERAPIE S DUŠEVNĚ NEMOCNÝMI.....	25
6.1. <i>Specifika výtvarné tvorby pacientů s afektivními poruchami</i>	26
6.2. <i>Skupinová arteterapie</i>	28
IV. PRAKTICKÁ ČÁST	31
7. ÚVOD DO PRAKTICKÉ ČÁSTI.....	31
8. CÍLE BAKALÁŘSKÉ PRÁCE.....	32
8.1. <i>Výzkumné otázky</i>	32
8.2. <i>Metodika</i>	32
8.3. <i>Zadání námětu tvorby a detaily práce v ateliéru</i>	33
9. KAUZUISTIKY.....	35
9.1. <i>Kazuistika 1</i>	35
9.2. <i>Kazuistika 2</i>	47
9.3. <i>Kazuistika 3</i>	51
9.4. <i>Kazuistika 4</i>	63
9.5. <i>Kazuistika 5</i>	69
9.6. <i>Kazuistika 6</i>	73
10. ZHODNOCENÍ.....	81
10.1. <i>Zhodnocení výzkumných otázek</i>	81
10.2. <i>Zhodnocení výzkumných cílů</i>	86
V. ZÁVĚR	88
VI. POUŽITÁ LITERATURA	91

I. Úvod

V zadání své bakalářské práce uvádím archetyp anima s ohledem k původu latinského slova anima (duše), jak je uvedeno níže v textu. Již Platón se zmiňuje v Sympoziónu o tom, že lidská duše má ženskou a mužskou část. V teoretické části se vzhledem k původu a významu slova, který popisují níže v části věnované archetypům, věnuji oběma. Uvedené téma zpracovávám na základě skupinové arteterapie, které se účastní ženy i muži.

Bakalářská práce se zabývá arteterapeutickým potenciálem různých podob archetypu anima. Teoretická část práce pojednává o archetypu anima a jeho podobách. Dále je popsána afektivní porucha a sdružená onemocnění, specifika diagnózy a terapie. Praktická část přibližuje arteterapeutickou práci a výtvarný projev pacientů s afektivní poruchou, zabývá se jejich vztahováním se k různým podobám archetypu anima v rámci jejich onemocnění.

Práci s archetypy a jejich využití v procesu tvorby pacientů s afektivní poruchou jsem si vybrala na základě přístupu rožnovské školy k archetypálním tématům v pohádkách, mýtech. Vzhledem ke své práci ko-terapeuta a arteterapeuta se v bakalářské práci snažím tato témata a jejich využití v uvedené klinické oblasti více prozkoumat a přiblížit možnosti jejich dalšího využití v praxi.

II. Teoretická část

1. Analytická psychologie C. G. Junga

Za nejvýznamnější přínosy Jungovy analytické psychologie je podle Boreckého (2003) možné považovat Jungův postoj k interpretaci symbolu a k imaginaci. Způsob, jak Jung přistupuje k osobnosti, se promítá do jeho pojetí procesu individuace.

„Z hlediska chápání osobnosti Jung nikdy nepřijal Freudovo zpředmětněné pojetí *já* (*ego*), které je de facto psychickým *to* (*id*).“ (Borecký, 2003, s. 38)

Psychoanalýza potřebuje *já* položit před sebe jako věc, aby *já* bylo uchopitelné, pak je možné popsat. Freud ve své pozdější typologii osobnosti rozdělil subjekt na vrstvu, která je vědomá, tedy na *ego* a na nevědomé vrstvy *superego* a *id*. Jung však odkazuje své pojetí osobnosti k celosti. V této celistvé osobnosti, kterou Jung nazývá *Selbst* (*ipse*), se jako centrum vědomí vytváří *ego*. Toto pojetí je připomenutím tradice dichotomie duše (*ipse*) a ducha (vědomí, *já*). Jung nepovažuje osobnost za předmětnou věc, která by se dala biologicky zkoumat, v jeho zobrazení je kladen důraz na vývoj osobnosti a dynamiku jejího utváření, ve vstřícnosti *ego* k *ipse*.

Proces, kdy se *ego* osamostatňuje a který probíhá převážně v první polovině života, nazývá Jung identifikací. V další fázi života se osobnost vyvíjí v procesu individuace, dochází k hledání rovnováhy *ego* v rámci celosti své osobnosti. Oba procesy jsou významně ovlivněny působením archetypů. (Borecký, 2003)

„Každé vývojové období, každý důležitý přerod osobnosti se ohlašuje určitými archetypálními konstelacemi, v nichž se odrážejí duševní proměny. Archetypální konstelace mají nejen diagnostický význam, ale i silný terapeutický potenciál“ (Borecký, 2003, s. 38).

1.1. Archetypy v analytické psychologii C. G. Junga

Můžete vědět všechno o světcích, mudrcích, prorocích a dalších božských postavách a všech velkých matkách světa. Když jsou to ale pouhé představy, jejichž numinozitu jste nikdy nepocítili, bude to, jako kdybyste mluvili ze spánku, protože nebudete vědět, o čem hovoříte. Pouhá slova, která použijete, budou prázdná a bezcenná. Oživnou a nabudou významu teprve když se pokusíte přihlídnout k jejich numinozitě. Tedy k jejich vztahu k živému člověku. Teprve pak začnete chápat, že jejich jména znamenají velmi málo, zatímco zásadní je to, jak se vztahují k vám. (Jung et al., 2017, s. 94)

Jung popsal osobní vědomí, osobní nevědomí a kolektivní nevědomí jako tři vrstvy osobnosti člověka. Kolektivní nevědomí se skládá z praobrazů, které pojmenoval archetypy, tedy vrozené zkušenosti i intuice předků, jak uchopit svět své lidské i zvířecí minulosti. Vrstvy vědomí se postupně slučují během procesu individuace pomocí archetypu *Self*, který je nejdůležitější. Další popisované archetypy jsou například matka, narození, smrt, zvíře, animus a anima. (Šicková – Fabrici, 2002)

Podle Junga se archetypy v praktickém prožívání objevují jako představy a emoce zároveň. Pouze tehdy, když se vyskytnou oba tyto aspekty společně, jedná se o archetyp. Pokud máme jen představu, pak je to obraz. Když je tento obraz naplněn emocemi, pak se stává obrazem dynamickým, plným psychické energie, živým archetypem. Archetypy tedy nejsou pouhá jména či filozofické pojmy, jsou to obrazy, které jsou s člověkem integrálně spojeny emocemi. Nelze je mechanicky zařadit do nějakého systému, memorovat nebo interpretovat archetypy univerzálně. Vysvětlit jakýkoliv archetyp lze jedině v souvislostech životní situace toho konkrétního člověka, ke kterému se daný archetyp vztahuje. Pokud bude ignorován tento ryze individuální a emocionální obsah, zůstane jenom pouhá změť mytologických konceptů, které se dají jakkoli poskládat. Bude jen řada různých významů anebo naopak nebude nalezen žádný. (Jung et al., 2017)

Obsahy osobního a kolektivního nevědomí se podílejí na psychickém dění, což potvrzují obsahy snů, fantazijních představ a vizí. Motivy z mytologie, historická symbolika lidstva nebo intenzivní reakce na prožitek vždy pochází z hluboké vrstvy psychiky. Významné symboly a motivy označoval Jung nejprve jako praobrazy, později jako „dominanty kolektivního nevědomí“ (Jung in Jacobi, 2013, s. 48). Od roku 1919 je nazývá archetypy. Archetyp se neprojevuje jen ve statické podobě jakožto pouhý praobraz, ale dynamicky se vyvíjí v různých úrovních životních projevů lidstva, a to jak biologických, tak psychických. Platón určil pojem „idea“, jako praobraz zářivé absolutní dokonalosti, který je ve světě věčnosti oddělený od svého temného protikladu, Jung do své koncepce archetypu zahrnuje oba protipóly, světlo i tmu. (Jakobi, 2013)

Archetypy jsou vzorce chování a způsoby fungování lidské psychiky. Jejich smyslem je přivést do vědomí nevědomé obsahy. Tento proces vývoje, rozšíření a obnovy vědomí, nazval Jung individuací.

Analytická psychologie vidí pohádkové příběhy jako strukturu, která popisuje způsoby fungování psychiky i její cíle. Individuační proces v pohádkách předkládá jako střet dvou oblastí psyché, vědomí a nevědomí. Cílem analýzy je tedy odhalení archetypických vzorců v pohádkách, produktech fantazie. Pochopit, jak se uplatňují archetypy v procesu sebeuskutečňování. (Stein a Corbett, 2006)

Podle Boreckého (2013):

Jung si uvědomoval, že neexistuje jednoduchá ekvivalence mezi symbolem a znakem, že každou simplifikující dešifrací ztrácí symbol něco ze svého nepřeložitelného bohatství. Jungova restituce smyslu obrazu ponechává obraz promlouvat v jeho celku a osvětluje ho nepřímo analogiemi z mýtů, pohádek, náboženských představ, z poezie a umění. V této souvislosti si Jung vypomáhá hypotetickým pojmem archetyp, který představuje určité konstanty imaginace či kategorie symbolického myšlení ve smyslu vrozených apriorních forem poznání u Kanta. Archetyp tedy není konkrétním obrazem či symbolem. Je jeho formou, která se s ohledem na sociální a kulturní okolnosti konkretizuje v symbolech a obrazech. Archetypy jsou univerzální, kdežto obrazy jsou jedinečné. (s. 37)

1.2. Archetyp anima a animus

Anima a animus jsou „ženskou a mužskou modalitou téhož archetypu“ (Šicková – Fabrici, 2002, s. 35).

Název anima a animus je odvozen z latiny. Anima znamená v překladu do českého jazyka „duše“. Animus značí „ducha“. Obě latinská slova jsou si ve významu velmi podobná. Tyto pojmy jsou v podstatě zaměnitelné, oba odkazují na vnitřní svět člověka, na duchovnost a duševní život. Jung pojmy anima a animus nepoužívá v náboženském významu (jako nesmrtelnou část člověka). Animu vidí jakožto skrytou část osobnosti muže. A naopak, animus je odkazován ke skryté vnitřní části ženy. Ženy i muži mají femininní i maskulinní vlastnosti, každý muž i žena má tedy svou mužskou i ženskou stránku, avšak různé kvality. Ženy jsou založeny vztahově, jsou navenek vnímavé a jemné, ale skrytá strana jejich osobnosti je průbojná a tvrdší. Muži naopak jsou navenek drsní a agresivní, uvnitř ale naopak citliví a jemní. (Stein, 2016)

C. G. Jung (2018) píše, že s animou se často setkáváme v historii lidstva v podobě dvojice androgynních bohů. Vyskytují se v mytologii i jako indická božstva nebo v klasické čínské filozofii ve formě dvojice jin (ženský) a jang (mužský). Tyto představy vznikaly jako projekce, nevědomý a automatický proces. Nevědomý obsah který patří subjektu, je přenesen na objekt. Projekce přestává, když si člověk uvědomí, komu skutečně obsah patří, tedy subjektu. V případě božského páru se nejedná o projekci páru vlastních rodičů právě proto, že projikován může být jen nevědomý obsah. Projikována jsou pouze imaga rodičů, ideální rodičovské praobrazy z raného dětství, které jsou ovlivněny náboženskými představami z kolektivního nevědomí. Tyto obrazy jsou velmi naléhavé, a tím více jsou v obranách potlačovány. Jung zmiňuje hypotézu: „v nevědomí je připraven emocionálně napjatý obsah, který vyjadřuje, že s tím, co je mužské, je zároveň i dáno to, co je odpovídající ženské“ (Jung, 2018, s.170 – 176).

Podle Steina (2016):

Projekce vytváříme neustále a náš pohled na život, na druhé a na svět je v zásadě tvořen nevědomými obsahy, které projikujeme do vnějšího prostředí, kde se uchytí a drží jako absolutní pravdy. Anima a animus, jak Jung říká, je jako Májá – indická bohyně iluzí, která tvoří iluzorní světy. Já tedy vlastně obývá svět, který je z velké části založen na projekcích. Jung k tomuto poznání nedospěl ze studia východních náboženství, šlo skutečně o jeho přímou zkušenost z praxe psychiatra a analytika. Někdy je až neskutečné, do jaké míry jsou pohledy některých lidí na svět pokřivené. A je stejně podivuhodné, že každý z nás věří tomu, že náš pohled je ten jediný správný i přesto, že v něm nalézáme vážné nedostatky. Zpravidla ho však žádnému velkému zkoumání nepodrobujeme. (s. 142)

Kastová (2014) uvádí, že všechny archetypy, i animus a anima jsou prostředníky mezi vědomím a tím, co je nevědomé. Podle jejích poznatků ve svém díle Jung archetypy pohlavně nespecifikuje, tvořivý aspekt nevědomí se přenáší do vědomí člověka právě prostřednictvím archetypu anima a animus. U vzniku projekce stojí podle ní v raném dětství matka nebo spíše rodičovský pár. Proto je přesvědčena, že oba dva vnitřní obrazy, animus i anima se objevují a jsou prožívány jak u muže, tak u ženy. Tedy jsou zde přítomny oba aspekty mužské i ženské psyché. Animus i anima se objevují ve fantaziích, snech, v projektivním prožívání žen i mužů. Obraz duchovní síly ženy je symbolizován mužskou postavou, animem. Postava anima je obestřena tajuplností, neznámem. Může to být myslitel nebo mocný významný muž či

božský chlapec. Animus vzbuzuje emoce nadšení, inspiraci, duchovní uchvácení, sílu slova. Emoce, které s ním souvisejí, jsou vyjádřeny v prostoru ve směru vertikály. Naproti tomu anima je fascinující, oživuje, vyvolává intenzivní emoce, které jsou přirovnávány k horizontále. Anima je symbolem vztahové funkce. Je to touha po symbióze, po splynutí až rozplynutí se, a to v rámci naplnění celosti prožívání nejen ve fyzické a sexuální rovině, ale také v kulturně duchovní sféře, v poezii, umění, malířství. Jsou to emoce rozšíření sebe sama i odevzdání se. Je v nich však zátěž v podobě emočního dopadu onoho rozplynutí se. Animus a anima totiž probouzí v člověku silné emoce a roztoužení a proto máme tendence archetypové symboly vytěsnit. Bráníme se jejich prožívání. Vytěsněné obrazy jsou zkreslené nebo pokřivené. Typické postavy animy, které se objevují ve snech u mužů i žen, jsou například rusalky, dobré víly, čarodějnice, světice, prostitutky. Stein píše, že „anima a animus zůstávají aktivní po celé trvání psychologického života a jejich absence je příznakem deprese“ (Stein, 2016, s.145).

2. Projektivně - intervenční arteterapie

Projektivně - intervenční arteterapie vychází z analytických, humanistických a behaviorálních přístupů k terapii. Důležité impulsy pramení z analytické psychologie C. G. Junga. Dále vychází z Freudovy psychoanalýzy a novějších pojetí hlubinné terapie, která se věnuje osobnostním poruchám. Vychází z pojetí psychologie self od Heinze Kohuta, egopsychologie Heinze Hartmanna, čerpá z psychologie, kterou zastupuje Otto Kernberg. Také je možné v intervenčně-projektivní arteterapii aplikovat teorii vztahové vazby a to v rámci společného tvoření. Pracuje se na základě výtvarné představivosti, klientovi je dána možnost znovu prostřednictvím zástupné symboliky prožít a zpracovat nevyřešené nebo v minulosti již vytěsněné problémy. Úlevné je zejména vnesení změny náhledu na problematiku a umožnění abreakce. Ta vede také ke snížení míry úzkosti. Klient svou představu výtvarně sám zpracuje podle zadaného tématu. Arteterapeut vstupuje klientovi do výtvarného díla připomínkami, které jsou spojeny více s metodikou výtvarné tvorby nežli obsahovou stránkou. Vždy se jedná o citlivé vstupy, jejichž hlavním smyslem je dosáhnout posunu ve vývoji výtvarné tvorby pacienta. Jako napravující a léčivý je viděn odklon od chybných vzorců subjektivního vnímání okolního světa a stereotypů v interpersonálních vztazích v rodině a společnosti k realitě a osobnostnímu růstu. Výtvarné techniky jsou

určeny pro klienta, který nemá výtvarné vzdělání, projekčně – intervenční arteterapie se věnuje práci s tematickými nebo akčními akvarely, kolážemi nebo kombinované techniky s jednoduchými prostředky. Výsledné dílo není upřednostněno před procesem tvorby. (Lhotová a Perout, 2018)

Podobu projekce charakterizuje Lhotová a Perout, že „ je procesem, kdy jedinec promítá obsahy svých duševních procesů, např. pocitů či úmyslů, zvláště těch nepřijatelných, navenek mimo sebe, tj. externalizuje je do jiných osob nebo sociálních dějů“ (Lhotová, Perout, 2018, s. 97).

Náhled na výtvarné tvoření v tomto pojetí také umožňuje pacientovi oprostít se postupně od přístupu ke své výtvarné tvorbě jako nutného plnění školních úkolů. Často se u pacientů objevují až paralyzující představy o tom, jak bude dílo hodnoceno. Přesvědčení „já neumím malovat“ si řada pacientů odnáší ze školní výuky výtvarné výchovy na základní škole. Citlivé metodologické vstupy arteterapeuta umožní pacientovi se do procesu tvorby zapojit s menšími obavami ze selhání a zlepšují pocity sebedůvěry a důvěry v osobnost terapeuta a postupné narůstání přijetí svého díla jako cenného svědka a účastníka probíhajících změn. Slova jsou zde transformována do obrazu. Artefakty se promění v pomyslné plátno, na které je promítán vnitřní svět autora. Pak je možné z odstupů a pomocí reflexe emocionálně prožít a náhledem pochopit situaci i sebe sama v ní. Autor díla dochází také k poznání, že jeho prožívání světa je subjektivní a neporovnatelné s prožíváním podobné situace u druhého člověka.

Projektivně-intervenční terapie, kterou využívá tzv. Rožnovská škola v ateliéru arteterapie na Jihočeské univerzitě, se vztahuje k prožitku autentických emocí, nabízí možnost vyjádřit pocity, které jsou slovy nesdělitelné, a to skrze obraz. Obsahům, které se týkají prožívání člověka během dětství v období od 7 do 13 let věku, je v tomto pojetí dána možnost je emotivně prožít, otevírá se jim cesta pomocí archetypálních témat. Jsou to ta témata, která se týkají především vztahů v rodině, například Matčin svět, Otcův svět nebo pohádková archetypální tematika jako Mořská panna, Šípková Růženka, Červená Karkulka a mnohé další.

Tato témata jsou čerpána nejen z pohádek a mýtů, ale také mají úzkou souvislost s identitou člověka, jeho vztahem k sobě i druhým. Témata se vztahem k identitě jsou

třeba Krajina mého dětství nebo Já, Loutkové divadlo či Ráj a jiné. Archetypální témata sdělují své obsahy ve všech životních obdobích člověka, dávají možnost uvědomit si, odkud jsme vzešli v rámci tradic a kultury, umožňují člověku vnímat své reálné bytí ve společnosti a aktuální dění, své role a vztahy v rodině. Připomenou potřebu ukotvení v realitě a to nejen v aktuálním dění, ale i v čase. Taková témata jsou například Velikonoce, Vánoce, pranostiky, které se vztahují k ročnímu období. Do projektivně-intervenční arteterapie patří také významná životní témata, situačně existenciální, jako je hledání smyslu života a pochopení sebe sama. (Lhotová a Perout, 2018)

3. Podoby archetypu anima a animus

V této kapitole bakalářské práce se věnuji různým podobám archetypu anima a animus v tématech zadávaných pacientům pro výtvarné zpracování během arteterapie. Kauzuistiky jsou podrobně popsány v praktické části bakalářské práce.

Vybrala jsem téma Mořská panna, Wonder Woman, James Bond. Dále také jednu volnější variantu na téma Muž, ke kterému vzhlížím, které umožňuje vybrat si postavu podle vlastních představ. Z takto spontánně vzniklých námětů jsem vybrala artefakty, kde je výtvarně ztvárněno téma postavy Archeologa a Zpěváka. Popisu těchto dvou typů se věnuji v praktické části v rámci interpretace.

Zde přibližuji následující tři základní náměty, jejich popis, původ, symboliku ke které se mohou vztahovat.

3.1. Mořská panna

Bájně stvoření, které je napůl žena a napůl ryba. Je mýtem mnoha kultur. Každý národ měl své specifické představy o bájných bytostech.

Řekové mají ve svých mýtech Sirény, pěvkyně, které lákaly námořníky. Ti omámeni jejich zpěvem pak najeli na skaliska a loď ztroskotala. Někdo se i zachránil, jako Odysseus, který chtěl Sirény slyšet, a tak se přivázal k ráhnu a svým námořníkům zalil uši voskem.

Sirény vypadaly jinak než mořské panny. Jejich matkou byla Múza tance a měly křídla. Byly napůl ženy, napůl ptáci. Původně byly nymfami bohyně Persefony. Když ji unesl Hádes, zatrpkly a škodily lidem. Byly zároveň krásné i děsivé. Jiný způsob jak překonat lákání Sirén bylo vzít na loď pěvce Orfea, který je přehlušil.

Mořské panny se jako rybí ženy, kde místo křídel je rybí část, se objevují od 8. století. V zemích suchozemských národů se vyskytnou Rusalky, které lákají pocestné do bažin, pobývají u pramenů, řek a potoků. Krásně tancují a pocestné často utancují k smrti. Archetyp však zůstává stejný a je spojen s prvkem vody. Dodnes je podle Sirén nazván varovný signál - siréna.

Již Asyřané uctívali vodní bohyni Derkéto a její potomky. Tato bohyně umí hrát na lyru pomocí trsátka. Ve středověku se objevuje představa mořské panny, která sedí na skalisku, češe si vlasy a prohlíží se v zrcadle.

Podle křesťanské tradice jsou mořské panny potomky lidí, hříšníků, kteří přežili potopu světa. Někde se objevují i postavy mořských mužů.

Také slzy mořské panny jsou cenné, mění se v perly, slzy znamenají emoce. Mořské panny jsou nebezpečné a ohrožující, jsou akční, ale mají i emoce. Lákají k něčemu nebezpečnému. V některých mýtech nemají duši, ale mohou ji získat, když někoho sežerou. Některé mořské panovnice mohou ale námořníkovi i splnit přání, když s nimi jedná s úctou. K mořské panně se vztahuje archetyp vody.

Mořská panna je projevem archetypu anima. Jiným typem představy tohoto archetypu je i Medúza, která se umí rozhněvat a pomstít, jako sexy femme fatale, která neodpustí. Mořská panna může být hodná i zlá, má více podob. Například pohádka od Andersena, kde je hodná a skončí jako mořská pěna. (Zeman, 2019, poznámky z výuky arteterapie)

3.2. James Bond

Novodobý mýtus je o agentovi 007, který je zachráncem světa a krásných žen. Vše dobře zvládá, je fyzicky zdatný a nadprůměrně inteligentní. Umí si poradit s mnoha situacemi, je akční a zpravidla nezaváhá. Připraven vždy najít řešení za pomoci technických vynálezů všeho druhu, nebo i bez nich. U postavy je kladen důraz na výkon a úspěch za jakýchkoliv podmínek. Vždy ale agent riskuje svůj život, podstupuje i mučení, ze kterého ale vždy nakonec vyvázne. Filmová zpracování se liší podle doby svého vzniku a společenské i politické situace ve světě. Rozvádějí se zde různé scénáře ohrožení světového míru válkou nebo terorismem. Reálné vstupy se prolínají s nereálnými podněty, které se týkají nejenom postavy agenta 007, ale i jeho protivníků, padouchů nebo i žen, také ze spektra dobra či zla. Ve filmech je vždy jedna a vždy jiná klíčová postava ženy, tzv. Bond girl. Agent se nikde neváže, trvalý

vztah má pouze s centrálou tajné služby, kterou reprezentují žena agentka spíše mateřského typu a sekretářka, která agenta 007 bezmezně obdivuje a miluje. Třetí klíčová postava je průvodce světem zbraní, který Jamese zásobuje novými „vychytávkami“ a vysoce funkčními nástroji na zabíjení. Všudypřítomná destrukce a explozivní ničení vede bohužel i ke ztrátám ve vlastních řadách, proto je pro agenta nejlepší, co se týče vztahů, se raději nikdy nevázat a nemilovat. Postava Bonda má i své typické záliby a stylizované slabůstky, jako například typický druh alkoholu a adrenalinové zážitky, navíc disponuje nadhledem a suchým humorem.

Agentu hrají v průběhu času různí herci, kteří se liší mužským typem a vzhledem. Bylo by jistě zajímavé porovnat výběr hereckého představitele i vzhledem k typu archetypu animus, který reprezentuje. To však není cílem této práce.

3.3. Wonder Woman

Wonder Woman je postava super akční ženy, jejíž původ vychází z komiksů vydavatelství DC Comics. Příběh byl zfilmován jako americký akční fantasy film v roce 2017, kde Wonder Woman představuje amazonská princezna Diana. Obdržela moc bohů k boji proti zlu. Ona sama je zbraní. Její schopností je veliká síla, létání, je velmi obratná. Byla svou amazonskou matkou vyrobena z hlíny a život jí vdechl Zeus, tím je také chráněna i proti magickým útokům. Do světa Amazonek se dostane informace o první světové válce a ona se vydá bojovat úspěšně proti zlu. V lidském světě se také zamiluje do vojáka, muže, který jí pomáhá v boji. Díky lásce k němu je schopna aktivizovat své veškeré schopnosti a zvítězí.

III. Duševní onemocnění

V této části bakalářské práce se vzhledem k záměru mého výzkumu věnuji popisu afektivních poruch a jejich léčby. Dále popisují některé vybrané poruchy osobnosti, specifika úzkostných a panických poruch, které se vyskytly v anamnéze klientů jako nejčastější přidružené diagnózy.

4. Afektivní poruchy

Za základní projev afektivní poruchy je považována patologická porucha nálady, která neodpovídá reálné životní situaci nemocného člověka. Hluboké výkyvy v prožívání mají vážné dopady na nemocného, jeho rodinu a okolí.

Poruchy jsou rozděleny podle typu nálady na depresivní a manický syndrom.

Porucha může být unipolární, tedy jen depresivní či manická. Nebo bipolární, kde se oba typy nálad střídají. Významným diagnostickým kritériem je délka trvání nálady, které může přetrvávat týdny, ale i dlouhodobě mnoho let.

Začátek onemocnění se vztahuje obvykle k rozmezí dvacátého až čtyřicátého roku věku. Výskyt je udáván u přibližně 1 – 3 % populace. Postihuje častěji ženy.

Epizoda je specifikována podle kritérií míry závažnosti, kdy rozlišujeme lehkou, střední či těžkou poruchu, to jestli jsou přítomny psychotické příznaky, bludy a halucinace a dále přítomnost somatických příznaků, například v podobě ztráty chuti k jídlu nebo poruchy spánku. Poruchy nálad jsou podle těchto kritérií členěny na manickou epizodu, bipolární afektivní poruchu, depresivní epizody, rekurentní depresivní poruchu s charakteristikou opakovaných depresivních epizod a na trvalé poruchy nálady (kolísavá emoční porucha trvá alespoň dva roky, ale je méně výrazná). Podle Zvolského (Zvolský in Vágnerová, 1999) je příčinou onemocnění dědičně podmíněná dispozice k periodickým změnám funkce CNS (především v hypotalamu). Při silné dědičné dispozici, kdy je evidentní, že chorobné projevy vznikají na jejím základě, nemá smysl hledání vnější příčiny nemoci. I když tyto příčiny mohou být v některých případech spouštěcím mechanismem. Různé vnější a vnitřní faktory mohou přispět k rozvoji nebo zhoršení průběhu onemocnění. Například cyklické změny ročních období, hormonální výkyvy v klimakteriu, rovněž hraje roli celkový duševní a tělesný stav organismu. (Vágnerová, 1999)

O příčinách vzniku píše Raboch a Pavlovský (1999), že jsou biologické i psychosociální. Biologická zátěž je častější u bipolárních forem. Opakovaně se prokázalo, že je v mozku depresivních pacientů nedostatek biogenních aminů, noradrenalinu, serotoninu, dopaminu. Rozvoj mánie se spojuje naopak s poměrným přebytkem těchto aminů. Deprese se také častěji vyskytuje u mnoha somatických onemocnění. V anamnestických údajích nemocných s afektivní poruchou se vyskytují různé negativní stresující životní události, například ztráta blízkého člověka, ztráta práce, změna sociálního postavení. Určité typy osobnosti nebo charakteru také zvyšují riziko vzniku afektivní poruchy.

4.1. Depresivní porucha

V klinickém obrazu je základním rysem této poruchy patologická depresivní nálada, jako je smutek, ztráta zájmů a potěšení z obvyklých činností. Porucha přetrvává a je spojena s příznaky psychomotorického útlumu nebo naopak agitovanosti, ztrátou energie, poruchou chuti k jídlu a změnami tělesné hmotnosti, poruchou spánku, pocity viny či bezcennosti. Častými znaky deprese jsou obtížné soustředění, přemýšlení a nerozhodnost. Dalším projevem může být neschopnost prožít radost (tzv. anhedonická deprese). Depresi provází někdy i svírání na hrudi, imituje onemocnění srdce (infarkt myokardu nebo anginu pectoris). Také se mohou vyskytovat bolesti svalů a kloubů, dyspeptické příznaky a pocity tíže v končetinách.

Psychomotorická agitovanost má různý stupeň projevů, jako je nezvládnání vydržet na místě, přecházení z místa na místo, podupávání a poklepávání, hraní s předměty, s vlasy atd. Naopak při útlumu se vyskytuje například zpomalení řeči, monotónnost, zpomalená či omezená gestikulace, někdy se objeví až stupor. Dochází také k omezení slovního projevu, pacient mluví pomalu, tiše nebo přestává mluvit úplně (mutismus). Pacienti prožívají ztrátu energie jako fyzickou nevykonnost a únavu. I ty nejmenší úkony se jeví jako nemožné zvládnout. Vyskytují se časté myšlenky na smrt či sebevraždu a sebevražedné pokusy. Myšlenky na smrt mohou být různé. Může to být obava ze smrti, pocity, že by bylo lepší nežít, život za to nestojí, až po jasné plánování sebevraždy (suicidální tendence) nebo přímo sebevražedné pokusy, které mohou být opakované.

Příznaky provází úzkost, pláč, podrážděnost či strach nebo nadměrné zaměření na tělesné zdraví apod. Výskyt psychotických příznaků je druhotný, většinou související

s příznaky. Častý je blud, že nemoc pacienta je trestem za vlastní hříchy a pochybení, dále to mohou být hypochondrické představy nebo bludy o zkáze světa a vlastní osoby pacienta. Bludy mohou mít i paranoidní, trestající charakter. Pokud dominují příznaky vegetativní a somatické, jedná se o tzv. vitalizovanou depresi. (Höschl et al., 2002)

Vágnerová (1999) píše o vysokém sebevražedném riziku, pacienti často touží po smrti jako po vysvobození z duševních útrap onemocnění. Pokus o sebevraždu nebývá uskutečněn často jen proto, že pacienti mají při depresi aktivační úroveň utlumenou, takže chybí energie nutná k provedení činu. Proto při zlepšení stavu může spíše dojít k pokusům se zabít, mnohdy děsivým a bolestným způsobem.

Podle Rabocha a Pavlovského (1999) postihuje periodická depresivní porucha dvakrát častěji ženy než muže. U 50 % zasažených nemocných se vyskytne pouze jedna epizoda během celého života, která se zcela zhojí. Ve 20 % případů se vyskytují tyto příhody opakovaně a ve 30% se průběh stává chronickým. Podle zjištění asi 15% nemocných spáchá sebevraždu. Rozhodující je časná a správná diagnostika.

4.2. Bipolární afektivní porucha

Höschl et al. (2002) uvádí, že v případě právě probíhající jediné manické ataky se afektivní porucha klasifikuje do kategorie manické fáze. Charakteristická je vyšší fyzická a duševní aktivita a povznesená nálada. Předchozí či následující afektivní fáze, a to jak depresivní tak i manické a hypomanické se klasifikují jako **bipolární afektivní porucha**. Hypomanie je nižším stupněm mánie, je výrazná a trvalá, ale nedoprovází ji bludy ani halucinace. Vyznačuje se alespoň vícedenním trváním nadnesené nálady, zvýšenou aktivitou a energií, pocity výkonnosti, zdraví. Zvýšena je společenskost, nepřiměřená důvěrnost a hovornost, sexuální energie. Potřeba spánku je snižena. Tyto příznaky nejsou natolik silné, aby vedly k narušení pracovních činností a společenskému vyčlenění. Místo přehnaného společenského chování může někdy dojít až k nevázanému chování a podrážděnému vystupování. Soustředění a pozornost mohou být narušeny, což může zhoršit schopnost věnovat se práci nebo odpočinku, nebrání to ale aktivitám, podnikavosti nebo utrácení finančních prostředků.

Podle Rabocha a Pavlovského (1999) „představuje manická epizoda v podstatě zrcadlový obraz deprese“ (Raboch a Pavlovský, 1999, s. 97). Symptomatika mánie

může získávat různou intenzitu. Hypomanie je mírnou formou, která psychosociální fungování člověka nenarušuje v tak velké míře, jako závažná mánie, která vyžaduje hospitalizaci. U psychotické mánie, která se vyskytuje u přibližně jedné třetiny nemocných se vyskytují bludy v souznění s náladou nemocného. Halucinace jsou náboženského typu a s extázemi. Jsou sluchové nebo zrakové a většinou trvají krátce. Asi u třetiny těchto epizod je přítomna ve stejnou dobu manická i depresivní symptomatika, takže hovoříme o smíšených stavech či o dysforické mánii. O bipolární poruchu se jedná, pokud se u pacienta projevila alespoň jedna manická epizoda. U většiny těchto nemocných se také vyskytují epizody depresivní. Postižení bipolární poruchou se projevuje u 1 % populace rovnoměrně u mužů i žen. Začátek onemocnění zpravidla spadá do období pozdní adolescence či rané dospělosti. Způsob, jakým se onemocnění projevuje, zapříčiní často ztrátu zaměstnání, rozpad manželství a rodinných vztahů. Situaci komplikuje nadměrná konzumace alkoholu a drog či agresivní chování a trestná činnost. Je také zvýšené riziko sebevraždy. Většinou se nejedná jen o ojedinělou manickou epizodu za celý život nemocného, ale častěji dochází k opakování těchto epizod. Období remise se zkracuje úměrně k vyššímu počtu příhod. Způsob změny nálady je cyklický, typicky se střídá deprese, mánie a klidové období. Ke změnám projevu různých symptomů také může docházet velmi rychle, epizody bývají i kratší než 24 hodin. Což může být dáno základním onemocněním, ale také působením léčby anidepresivy.

4.2.1. Metody léčby

Hlavním prostředkem léčby depresí jsou tedy antidepresiva, dále psychoterapie a elektrokonvulze. Při správném dávkování je léčba efektivní během několika týdnů a to u 60 – 80 % léčených. Některým pacientům s opakovanými epizodami či zátěží v rodinné anamnéze je doporučena dlouhodobá udržovací léčba, v některých případech i celoživotní. Z psychoterapeutických technik využíváme psychoterapii kognitivně behaviorální, interpersonální, rodinnou a psychodynamickou. Možná je kombinace farmakoterapie s psychoterapií, zvláště při chronickém průběhu a zaměření se také na psychosociální problematiku.

V léčbě bipolární poruchy se uplatňují především biologické postupy. Pokud je manická epizoda akutní, je lékem volby lithium a další stabilizátory nálady, antipsychotika, benzodiazepiny. Podávání léků bývá dlouhodobé. Elektrokonvulzivní terapie je indikována u závažných stavů nebo v raném těhotenství. V případě akutní

depresivní epizody u bipolární poruchy se využívá opět lithium. Léčba antidepresivy zvyšuje možnost vzniku rychlého opakování jednotlivých epizod. Manický stav vyžaduje hospitalizaci, která je mnohdy obtížně možná vzhledem k časté neschopnosti nemocného vnímat plně svůj stav a chování. Celkově je léčba pacienta s bipolární poruchou komplikovaná. Důležitá je také psychoterapie, nemocný a jeho okolí se potřebují naučit vyrovnat se situací, s přítomností závažného zpravidla chronického onemocnění s možnou dědičnou zátěží. Je nutné poučení pacienta i jeho rodiny. (Raboch a Pavlovský, 1999)

5. Další přidružené diagnózy

5.1. Poruchy osobnosti

Podle psychiatrie je osobností jako dynamický soubor přiměřeně trvalých vlastností, které jsou utvářeny v průběhu vývoje individua. Tyto vlastnosti také určují adaptační schopnost na okolní svět. Přibližně 50% výskytu určitých osobnostních rysů je dáno geneticky. Významný rys je trvalost souboru vlastností, ale uvádí se i jistá přechodná proměnlivost, variabilita. Poruchy osobnosti přináší mnoho negativních následků, ale v průběhu času může docházet i k jejich zlepšení. Osobnost se skládá z charakteru, temperamentu a inteligence. Temperament reprezentuje biologickou část, charakter je stránkou sociální a psychologickou a inteligence obě tyto složky propojuje. Porucha osobnosti je přetrvávající vzorec chování, profil vnitřní niterné zkušenosti. Odchyluje se výrazně od požadavků a očekávání kultury a společnosti, je trvalého rázu a vede k obecným funkčnímu poškození a potížím, tísní a nepohodě. (Höschl et al., 2002)

Millon (in Höschl et al., 2002) považuje v diagnóze poruch osobnosti za obzvláště důležité tři abstraktní koncepty: „adaptivní rigiditu, začarované kruhy a nízkou stabilitu či nedostatek pružnosti, odolnosti a přizpůsobivosti“ (Millon in Höschl et al., 2002, s. 528).

5.1.1. Emočně nestabilní porucha osobnosti

Tato porucha osobnosti je specifická emoční nestálostí, labilitou a poruchou vnímání sama sebe, vztahu k objektu a celkově narušenými mezilidskými vztahy. Je na hranici mezi neurózou a psychózou (hraniční porucha). V případě těžkého stresu se mohou objevovat (pseudo)psychotické poruchy jako vztahovačnost, halucinace, iluze, hypnagogické jevy a poruchy vnímání těla. Myšlenky na sebevraždu a sebevražedné

pokusy jsou velmi časté, stejně jako sebepoškození (škrábance, popálení atd.). Chování je často nečitelné a nepředvídatelné. V projekčních testech se vyskytuje narušené testování reality. Lidé s touto poruchou osobnosti mají strach ze samoty, cítí se opuštěni, jsou ambivalentní. Také se často projevuje nadměrná agresivita a rozdělení lidí na nenáviděné a nenávidějící je, na milované, kteří je milují. Obranné mechanismy používané nejčastěji je štěpení, okolí je buď naprosto špatné nebo naopak nekriticky ideální, jen dobré. Tuto poruchu také charakterizují fobie, ambivalence, úzkost či neuspořádaná sexualita. Výskyt těchto poruch je uváděn u 2% celkové populace. Častěji je tato porucha diagnostikována u žen. V případě ambulantních pacientů se vyskytuje v 10%. U psychiatrických hospitalizovaných pacientů je výskyt 30 – 60 %.

Etiologie vzniku této poruchy uvádí především rané trauma v dětství, aktivující zážitky spolu s křehkým, zranitelným temperamentem a genetické vlohoy. Anamnestická data poskytují informace o zanedbání rodiči, sexuálním zneužívání v dětství a konflikty v rodině. Dále časnou ztrátu rodiče, separace od rodičů. Pětkrát častější je také rodinný výskyt nežli výskyt obecně v populaci.

Tento typ poruchy je rizikovým faktorem rozvoje či se přímo vyskytuje spolu s poruchami nálady, antisociální poruchou osobnosti a drogovými závislostmi. (Höschl et al., 2002)

5.1.2. Vyhýbavá porucha osobnosti

U této poruchy je převažující citlivost k odmítnutí, která může vést ke snížení sociálních kontaktů a vyhýbání se jim. Jedinci trpí pocity méněcennosti, bojí se odmítnutí, jsou spíše plaší, proto mají málo přátel, ale zároveň touží po společenství a lidských vztazích. Vyžadují záruku nekritického přijetí, jsou nejistí. Často si proto vysvětlují poznámky ostatních jako zesměšňující. Tato porucha se vyskytuje až u 10% psychiatrických pacientů. Etiologie není jasná, výskyt častěji u jedinců v dětství nesmělých a plachých. V anamnéze často uváděna tvrdá výchova. Obranné mechanismy jsou mimo jiné izolace a racionalizace. Častý je výskyt s poruchami nálady a úzkostmi, především sociální fobií, těžko rozlišitelné od této poruchy. (Höschl et al., 2002)

5.1.3. Léčba poruch osobnosti

Léčba těchto poruch je uváděna jako obtížná. Není zde dostatečná odezva na obvyklou farmakoterapii a psychoterapii (Reich and Green in Höschl et al., 2002). Pacienti s touto poruchou často léčbě nedůvěřují, těžko se poučují z interpersonálních zkušeností, mívají konfliktní vztah k autoritám a nadměrná očekávání, která se nevyplní. Avšak podle poslední metaanalýzy 22 empirických psychoterapeutických studií se ukázalo, že léčba je relativně účinná. Zlepšení není sice tak rychlé a mohutné jako u úzkostných poruch či depresí, nicméně výrazně snižuje nepohodu pacienta a zvyšuje jeho adaptaci v životě (Perry a Bond in Höschl et al., 2002).

Největší zkušenosti s léčbou poruch osobnosti má psychoanalýza. Její přístupy jsou zaměřeny přímo na strukturu osobnosti. Dobrou účinnost u hraniční a vyhubavé poruchy osobnosti vykazuje kognitivně-behaviorální terapie.

Nejčastějším přístupem léčby je dynamická skupinová terapie, která může poskytnout těmto pacientům korektivní zkušenost a pomoci zmírnit přenosové reakce. Skupinová zkušenost může podpořit sebedůvěru, pomoci pochopit nepřiměřenost očekávání a pracovat s hněvem a frustrací. Skupina skrze interpersonální učení se od druhých umožňuje nemocným prožít emoce, které doposud v sobě potlačovali. Pomocí tlaku skupiny je částečně bráněno prudkému chování u emočně nestabilních poruch osobnosti, avšak přes všechny přínosy je léčba ve skupině hodně obtížná, zejména u pacientů s hraniční poruchou osobnosti může docházet k rozčleňování skupiny a tvorbě odporu k terapeutům. V léčbě těchto poruch se také uplatní psychoterapie prostředím, režimová léčba. Z léků se užívají převážně nízké dávky psychofarmak, která jsou cílena na příznaky, na změny nálady, úzkost, mírné psychotické epizody a na současný výskyt jiného duševního onemocnění (Höschl et al., 2002).

5.2. Úzkostné poruchy

Úzkostné poruchy se podle Rabocha a Pavlovského (1999) řadí mezi nejčastější duševní onemocnění. Do fobických úzkostných poruch patří agorafobie, sociální fobie, izolované fobie. Další úzkostné poruchy jsou generalizovaná úzkostná poruchou a panická poruchou, dále smíšená úzkostně depresivní porucha.

Příčiny vzniku se zkoumají, předpokládá se vliv dědičnosti, genetická zátěž a vliv častých traumatických zážitků v raném dětství. Začátek poruchy může připadnout na období zátěžové situace jako je například rozvod, ztráta práce atd. Výzkum se

zaměřuje na souvislosti s nedostatečnou hladinou neurotransmiterů v mozku a z toho vyplývající možnou léčbu psychofarmaky.

5.2.1. Agorafobie

Podle Rabocha a Pavlovského (1999) je agorafobie zvýšená obava a strach z velkých prostranství, ale i z uzavřených a malých prostor, obava před obtížnými situacemi, kdy není možné odejít nebo je pomoc těžko dosažitelná. Strach je i z opuštění domova, ze samoty. Obávané situace jsou užití dopravních prostředků (autobusy, vlaky, letadla) nebo výtah, obchodní domy, stání ve frontě atd.

Může dojít i k rozvoji panických atak, které mohou prohloubit úzkost, časté je vyhybavé či závislé chování. Bez léčby má porucha chronický průběh. Potíže kolísají, střídají se s obdobími remise. Často se současně vyskytují sekundární deprese, zvýšené sklony k nadužívání návykových látek.

Léčba je farmakologická, podávají se antidepresiva, anxiolytika a psychoterapie, kde je velmi účinná kognitivně behaviorální terapie. U pacientů s traumatickými situacemi v minulosti je vhodné také využití psychodynamické terapie.

5.2.2. Sociální fobie

Typický je strach z kontaktu s jinými lidmi. Jedná se o izolovanou obavu z veřejného vystoupení nebo o generalizovanou formu poruchy, kdy jsou obavy ze všech sociálních kontaktů. Tyto mohou být například telefonování, setkání s autoritami, návštěvy, být pozorován při různých činnostech apod. V obávané situaci se rozvíjí příznaky úzkosti, jako je pocení, chvění, sucho v ústech, bušení srdce a jiné. Porucha začíná v časném věku, asi 95 % případů před dovršením 20 let. V některých případech může vést porucha až k téměř úplné sociální izolaci, nemocní mají problém se vzděláváním se, s docházením do práce a s navazováním partnerských vztahů. Časná psychoterapeutická a farmakologická léčba zmírňuje a zabraňuje rozvinutí či zhoršení onemocnění. (Raboch a Pavlovský, 1999)

5.2.3. Panická porucha

Psychopatologickým projevem této poruchy jsou nepředvídatelné a náhle vzniklé záchvaty masivní úzkosti, tzv. panické ataky. Tyto záchvaty se periodicky opakují a nevztahují se k žádné určité situaci nebo okolnostem. Symptomy jsou individuálně různé, ale vždy je přítomen náhlý začátek záchvatu, bušení srdce, bolest na hrudi, dušnost atp. Skoro vždy se také objevuje strach ze ztráty sebekontroly, strach ze

zešílení a z umírání. Ataky mohou trvat jednotlivě obvykle několik minut, ale dostávají se v různě často, někdy i několikrát denně. Strach z následující ataky často vede k vyhybavému chování. Záchvaty paniky se mohou objevovat i ve spánku. Bez léčby je průběh poruchy dlouhodobý a možný je chronický průběh. Popsána jsou spontánní uzdravení i opakující se recidivy obtíží. U neléčených jedinců je riziko rozvinutí deprese. Také je vyšší pravděpodobnost vzniku návykových onemocnění a vyšší sebevražednost. Uvažuje o ní 61 % pacientů, 2% spáchají sebevražedný pokus. Vzhledem k tomu, že obtíže mohou předstírat somatická onemocnění, je důležitá diferenciální diagnostika. Léčba je psychoterapie a časná medikace, aby nedošlo k utvrzení obtíží a nevhodných vzorců chování. (Raboch a Pavlovský, 1999)

6. Arteterapie s duševně nemocnými

Šicková-Fabrizi, (2002):

Prostřednictvím umění člověk může reflektovat své nitro, pocity, i s tím, co ho tíží, co je příčinou jeho problémů, a právě tím se patologické a škodlivé může ventilovat, tím, že se přetváří, přetransformovává do uměleckého artefaktu. To následně působí zpětně terapeuticky na jeho fyzické i psychické danosti. Člověka léčí právě poznání příčiny nemoci. Jestliže dá něčemu nejasnému, beztvaremu konkrétní tvar, který se dá vnímat vizuálně nebo hapticky, může se zrodit terapeutický potenciál umělecké reflexe (s. 40).

Lhotová (2010) popisuje historické hledání propojení mezi psychologii a psychiatrií s výtvarným artefaktem a osobností autora díla. „Kořeny arteterapie leží tedy v kulturní tradici umění a v dějinách psychiatrie, psychologie a psychoterapie“ (s. 18). Lhotová a Perout (2018) píší o rovinách nahlížení na výtvarný artefakt a obtíže pacienta, kde je možné využití různých přístupů jako je fyzikální, pocitový, behaviorální, myšlenkový a vztahový. V těchto rovinách a jejich případném propojení by si měl arteterapeut uvědomit disharmonické prvky a rozeznat způsob, jak s nimi pracovat ve správném načasování. Vědět co a proč tvořit. Pacient tak může objevovat a zvědomovat si důležitá životní témata. Může se změnit to, co je zdrojem obtíží pacienta. Dále jde v arteterapii duševně nemocných podle Šickové – Fabrizio (2002) o splnění cílů, které jsou pro každého pacienta individuálně odlišné. Často se jedná o proces vyrovnávání se se situací, podporu aktivity pacienta a komunikaci pomocí výtvarné tvorby, což umožní překonání stereotypů, které pacienta omezují v různých

oblastech života. Cílem je také socializace, snížení úzkostí a učení se jak pracovat s agresivitou.

6.1. Specifika výtvarné tvorby pacientů s afektivními poruchami

Betenskyová (Betensky in Rubin, 2001) vychází ze své zkušenosti s arteterapií u ženy se stabilizovanou depresí, kterou odečetla z provedeného Rorschachova testu. Uvádí, že spontánní tvorba klientky vykazovala během výtvarného procesu shodu s diagnózami stanovenými dle Rorschacha. Depresivní pacientka výtvarně vyjádřila, jak deprese proniká do jejích emocí, a to s využitím abreakční techniky hry s barvami a skvrnami, kterou si sama zvolila. Betenskyová píše, že podle toho, jak pracuje klient s barvami a tvary, zaznamenala nástup deprese i bez použití Rorschachova testu. Podle ní „ostrost okamžité tvarové percepce spolu s malým počtem barevných odpovědí jsou skutečně příznaky hluboké deprese.“ (Betensky in Rubin, 2001, s.201) Podle Lhotové a Perouta (2018) je v oblasti úzkostně depresivních poruch a při neurotických, fobických či psychosomatických poruchách či ve stresových situacích a vztahových konfliktech možnost aplikovat různé podoby arteterapie. A to především v rámci léčebného postupu, kde cílem je snížení úzkosti. Podle typu výše uvedených poruch, pomáhá arteterapeut s nalezením původu zdroje úzkosti. Pro posílení identity a vztahové sounáležitosti s okolním světem se nabízí využití témat jako je portrét, ztvárnění celé postavy, a to i v interakci s druhými. Dále témata, která mohou vyvolávat vzpomínky jako krajina mého dětství nebo se týkají momentálního společenského dění. Možností je také využití mnoha volných témat, pohádek, příběhů a představ. Pracuje se i s objekty, které zastupují zdroje úzkosti. Výtvarná tvorba dovoluje blíže poznat tyto objekty strachu a úzkosti a tím se s nimi postupně vyrovnávat a čelit jim.

„Extraverti více inklinují k realistické malbě, introverti k expresivní a abstraktní, logičtí lidé s obranami proti afektům a impulzivně inklinují ke geometričnosti. Lepší uspořádání v obrázku odpovídá lepšímu fungování a menší depresivitě, chaotičnost odpovídá emočnímu zmatku“ (Lhotová a Perout, 2018, s. 235).

Jak píše Lhotová a Perout (2018), jsou tedy souvislosti, které je možné potvrdit i když se nedaří pokusy o rozlišení podle kresby, kdo je schizofrenní, depresivní nebo normální. Tvorba u psychiatricky nemocných pacientů je častěji abstraktní, obrázky jsou expresivní, často neorganizované a málo realistické. Zatímco během hospitalizace ubývá na obrázku množství postav, objevující se postavy naopak

signalizují, že nastavení pacienta není tak introvertní a vykazuje odklon od abstrakce. Pacienti s depresemi používají méně barev, celkově jsou obrázky chudší a mohou být nedokončené jako vyjádření bezmoci nebo zpomalení psychomotoriky. Jinak se ale výrazně v tvorbě tito pacienti neliší od jiných pacientů. Artefakty pacientů ohrožených suicidem jsou chaotické a rozptýlené, plocha obrazu neuspořádaná, vyskytuje se více náhodností. Pacienti mají dvakrát větší sklon k abstraktní tvorbě než ostatní pacienti a obrázky jsou nepořádné, rozostřené, geometricky celkově méně uspořádané. Co se týče poruch osobnosti, tam je způsob výtvarné tvorby spjat s osobností, která se ukazuje ve zvýšené expresivitě artefaktu, ale zároveň je méně geometrická a uspořádaná, může chybět také strukturovanost obrázku. (Lhotová, Perout, 2018)

Wadesonová (Wadeson in Šicková-Fabrici, 2016) uvádí jako typické znaky v malbě manických pacientů teplou a divokou barevnost, zatímco u pacientů s depresí se vyskytují barvy temné, tmavé nebo některé barvy chybí úplně. Snížená energie u těchto pacientů se projevuje nedostatkem barevnosti v artefaktech.

Barevnost u depresivních pacientů je tedy spíše studená a zejména se vyskytují tmavší modro-zelené tóny.

Wadesonová (2010) také píše, že pacienti s unipolární depresí používají méně barev, obrázky jsou jednodušší, prázdnější a méně uspořádané nežli artefakty pacientů z jiných diagnostických skupin. Pacienti s bipolární afektivní poruchou malují barevnější, více zaplněné a rozvinutější obrázky. Během deprese také Wadesonová (2010) popisuje častý výskyt symbolů souvisejících s asociacemi klecí, rakví a hrobek, stejně jako forem uspořádaných soustředně do sebe. Kromě těchto uzavřených statických forem, které se objevují během deprese, zmiňuje také expresivní až výbušný pohyb čar a spirál v manické fázi. (Wadeson, 2010, s. 161 – 163)

V odborné studii zveřejněné *Journal of Mental Health* (2016) se názory odborníků na využití arteterapie v klinické praxi shodují: „Umělecká tvorba usnadňuje hlubší porozumění sobě samému, nabízí pacientům vysvětlení jejich emočních prožitků a tím pozitivně ovlivňuje jejich aktivní výkonnost, tj. schopnost vykonávat požadované činnosti, úkoly a životní role“ (Blomdahl et al, 2016, s. 3). Ve studii odborníci také uvádějí, že práce s uměleckými tématy podporuje začlenění náročných životních událostí a jejich lepší zvládnání. Dále se také shodují na tom, že pro pacienty s depresí

je podstatné najít vysvětlení svých emočních reakcí na vztahy a životní události a pochopit je.

6.2. Skupinová arteterapie

V bakalářské práci se zaměřuji na práci s pacienty s afektivními poruchami. Pracuji s nimi ve skupinové arteterapii. Tato kapitola tedy přibližuje specifika skupinové arteterapie obecně a zkušenosti s ní.

Liebmannová (2004) uvádí řadu různých faktorů, které jsou potřeba zohlednit pro dobrý průběh skupinové arteterapie, tak aby přinesla co nejvíce benefitů pro klienty i terapeuta při práci. Skupiny jsou rozlišovány podle typů klientů, což je nejdůležitější faktor pro činnost s klienty a jejich potřebami. Důležité jsou prostory a instituce, kde skupina může probíhat. Dále materiál a techniky, které se mohou reálně používat. Cíle a záměry skupiny mají být jasné, srozumitelné a stanoveny jsou základní pravidla a hranice.

Lhotová a Perout (2018) považují za velmi důležitý a účinný faktor ve skupinové arteterapii přijetí výtvarné tvorby ostatními členy skupiny. Ve skupině je také přehled o tom, jak probíhá samotný výtvarný proces a práce včetně využití skupinové dynamiky a následné společné komunikace o artefaktech. „Výtvarná činnost ve skupině dává jejím členům příležitost okusit hrdost, ale i zahanbení“ (Wadson, 1980 in Rubin, s. 415).

Dalšími důležitými faktory ve fungování skupiny v psychoterapeutickém procesu je také skupinová dynamika. Yalom (2016) popisuje dynamickou interakci, podle něj mezi jednotlivým členem skupiny a skupinou existuje bohatá a jemná dynamická výměna. Nazývá to mikrosvětlem, který si členové skupiny vytváří, a který vyvolá v každém jednotlivci obranné chování pro něho charakteristické. „Čím spontánnější interakce, tím rychlejší a autentičtější je vytváření skupinového mikrosvěta. To dále zvyšuje pravděpodobnost, že se projeví ústřední problematika témata všech členů“ (Yalom, 2016, s. 59). Yalom (2016) dále uvádí, že skupinová soudržnost je terapeutickým faktorem. Je to často zkoumaný skupinový jev. Považuje ji za „nezbytnou podmínku úspěšného fungování ostatních terapeutických faktorů“ (Yalom, 2016, s.71).

Allenová (Allen, 1983, in Rubin) popisuje, že pacienti, kteří přicházejí do skupiny nově nebo ti, kteří se z nějakého důvodu nemohou zapojit do procesu, zůstávají v roli pozorovatele. Uvádí příklad pacienta, který na její skupinu pravidelně docházel, vždy včas, ale nikdy se nezapojil, pouze pomáhal s přípravou pomůcek. Byl v těžké depresi, nedbal na úpravu svého zevnějšku, docházel neoholený, v županu. Když pak byla docházka ukončena, terapeutka ho potkala až po osmi měsících na chodbě, pečlivě upraveného a v dobrém stavu, ani ho nepoznala. Mladý muž se jí představil a poděkoval za účast ve skupině. Podrobně popisoval mnoho obrázků ostatních pacientů, které ho oslovily a sdělil terapeutce, že pro něj možnost docházet do skupiny byla velmi přínosná. Ve stavu těžké deprese sice nebyl schopen žádné interakce ve skupině, ale mohl vnímat obrazy a zapamatoval si je.

V případě, že je arteterapie součástí pravidelného programu ve zdravotnickém zařízení, její průběh může ovlivnit řada faktorů podle typu terapie, která je v rámci léčby poskytována. To znamená především, že pokud se něco přihodí během skupinové terapie, ergoterapie, biblioterapie apod., je pro arteterapeuta důležité být se situací obeznámen. Podle toho se pak odvíjí volba tématu nebo použití výtvarného prostředku. Je nutné mít přehled o zdravotním stavu jednotlivých členů skupiny a řešit jejich potřeby v případě akutního zhoršení.

Z vlastní zkušenosti mohu uvést případ, kdy po proběhlém sezení skupinové terapie byla pacientka velmi rozrušená. Přinesla téma odchodu ze vztahu, kde docházelo ze strany partnera k psychickému týrání. Průběh skupiny byl emotivní a pro terapeuty bylo náročné udržet skupinu, aby nepodlehla chaosu a nevytvářela enormní tlak na pacientku k okamžitému vyřešení životní situace, která vznikala mnoho let. Zároveň byla skupina postavena před fakt nutnosti respektovat, že tato její členka ještě není v dostatečně dobrém zdravotním stavu, aby podnikla nutné kroky a opustila agresora okamžitě, jak požadovala skupina.

Po pauze, kterou strávila pacientka v péči zdravotní sestry, kdy se snažila využít dechová cvičení na zvládnání úzkosti a vzala si léky, následovala arteterapie se stejnou skupinou.

Pacientka byla stále rozrušená, chtěla odejít a sdělila, že není schopna se zabývat kreslením, po rozhovoru s arteterapeutem a ujištění, že je zde prostor i pro nesouhlas, ale zároveň je možnost zkusit vyjádřit své současné pocity, zůstala a dlouho seděla

nad prázdným papírem. Rozhodnutí, zda něco namaluje nebo ne, bylo vloženo jen do jejích rukou.

Nakonec nic nenamalovala, ale zůstala se skupinou až do konce času určeného pro tvorbu. Nedotčený papír odevzdala a druhý den na arteterapii ve skupině mohla sdělit pocity, o kterých nedokázala mluvit předchozí den, kdy se cítila bezmocně proti tlaku dobře míněných rad a obviňovala se za svou neschopnost změnit svou situaci, cítila bezmoc a hněv. V podstatě pociťovala přesně to, co se jí děje ve vztahu s partnerem.

Postupně dokázala v průběhu psychoterapie, která trvala mnoho dalších měsíců, nahlédnout reálně na situaci a řešit ji. Mimo jiné jí byla také nabídnuta v rámci komplexní léčby možnost kontaktovat organizaci, která se zabývá pomocí obětem domácího násilí, kde mohla konzultovat průběžně své kroky.

Přínosem arteterapeutické skupiny tedy může být účast a sdílení emocí, možnost volby se tvorbě nepodílet jen vlastním artefaktem, ale svou přítomností a sdílením pocitů. Situace, kdy pacientka nesplnila zadání a následné zpracování toho, co se dělo v komunikaci se členy skupiny i terapeuty, nabízí přesto nebo právě proto významnou možnost zapojit postupně pacienta do tvořivého procesu nabídkou nového tématu, které zaujme a zažehne jiskru zájmu, tvořivosti.

IV. PRAKTICKÁ ČÁST

7. Úvod do praktické části

Stein (2016) píše, že Jung svou definici anima/animus staví do kontrastu s personou. Persona je reprezentací vnějšího postoje (jak se vztahujeme k objektu, ke světu venku). Je to maska, kterou si nasazujeme ve vnějším světě. Okolí tento postoj umí přečíst. Jinak je to ale u vnitřního postoje. Ten je subjektivní, představuje nevědomí a může být ovlivňován animem a animou. Je velmi obtížné poznat tento vnitřní (intimní) postoj člověka, jeho niterný svět. Snáze vidíme, jak se chová jiný člověk ke druhým. Ale rozeznat, jak jedná člověk sám se sebou, to je daleko jemnější rovina. Nejprve potřebujeme lidi opravdu dobře poznat, abychom pochopili, jak ve skutečnosti zacházejí sami se sebou a svým vnitřním světem. Jací jsou sami k sobě? „Jaký je jejich postoj k vnitřnímu světu? Je spíše vnímavý a laskavý (možná ve shodě s jejich personou), nebo je krutý a přehnaně kritický? **To, co skutečně cítí k hlubině své duše, charakterizuje jejich animu nebo anima**“ (Stein, 2016, s. 131).

To, jak se vztahuje jedinec ke světu, můžeme často vidět skutečně bezprostředně. Zvláště když jsme vnímaví pozorovatelé, umíme dobře naslouchat a jsme empatičtí. U nemocných afektivní poruchou bývá vzhledem k různým projevům onemocnění často obtížné přečíst jejich skutečné emoční naladění. Mimika a gesta o tom někdy vypovídat nemusejí. Nebo nemohou být emoce z různých důvodů vůbec vyjádřeny. Komunikace s okolím nefunguje dostatečně. Ve vnitřním světě se odehrává mnoho, ale jen něco se dostává na povrch. Také myšlenky často běží v začarovaném kruhu. Ve své práci se věnuji archetypům, které by mohly ve výtvarné tvorbě zprostředkovat v symbolické rovině onu komunikaci mezi světem uvnitř, vnitřním světem jedince, a světem vnějším. Pokud budou artefakty pacientů alespoň naznačovat jaká je jejich anima/animus a bude jim výše popsané poznání sebe sama skrze jejich výtvarné dílo byť jen skromně umožněno, potom by mohlo být i pro ně možné více nahlédnout na své vztahy jako takové, osobní i k okolnímu světu, na emoce a prožívání během tvorby a při komunikaci o artefaktu.

8. Cíle bakalářské práce

Prvním cílem bakalářské práce je hledání arteterapeutického potenciálu různých podob archetypu anima/animus.

Druhým cílem je zjištění, jak se mohou vztahovat pacienti s afektivní poruchou k různým podobám archetypu anima/animus..

Vzhledem k tomu, že se tyto dva cíle navzájem prolínají, byly stanoveny společné výzkumné otázky.

8.1. Výzkumné otázky

Otázka 1: Co přináší využití různých podob archetypu do arteterapeutické skupiny?

Otázka 2: Kdy je vhodné zadávat tato témata?

Otázka 3: Co se nejvíce projevuje v prožívání pacientů během arteterapeutické skupiny při práci s artefakty s různými podobami archetypu anima?

8.2. Metodika

V práci jsou pojednány případové studie (kazuistiky) pacientů s depresí a v depresivní fázi bipolární afektivní poruchy. V období výzkumné činnosti nedocházeli do arteterapeutické skupiny pacienti s bipolární afektivní poruchou (BAP) v *manické fázi*. Tento vzorek tudíž nemohl být s ohledem na dostupnost zahrnut do realizace bakalářské práce.

Tato bakalářská práce se tedy zabývá zkoumáním výtvarných artefaktů pouze u pacientů s depresí a pacientů s BAP v aktuálně probíhající depresivní fázi.

Výtvarné artefakty jsou zkoumány z interpretačního hlediska a z hlediska průběhu arteterapeutické skupiny. V jednotlivých kazuistikách je popsán průběh skupinové arteterapie, konkrétní vyjádření autora, skupiny a terapeuta k obrázku a situaci, tak aby mohl být artefakt dostatečně prozkoumán, ale zároveň byla zachována anonymita autora. Zjištění a návrhy jak dále s pacienty arteterapeuticky pracovat jsou popsány na konci interpretace artefaktu v jednotlivých kazuistikách.

8.2.1. Popis skupiny

Výzkum probíhá v arteterapeutické skupině ve zdravotnickém zařízení, kam pacienti docházejí na skupinovou terapii a navazující léčebné programy jako je ergoterapie, arteterapie, biblioterapie, relaxace a další. Arteterapie ve skupině v uváděné podobě probíhá jednou týdně. Pacienti docházejí dlouhodobě.

8.2.2. Etické aspekty výzkumu

Všichni pacienti byli informováni o zachování anonymity a souhlasili s využitím svých výtvarných artefaktů pro účely této bakalářské práce. Název zdravotnického zařízení není uveden z důvodů zachování anonymity.

8.2.3. Využití výtvarných prostředků

Výtvarné prostředky se nabízí nemocným podle situace, ve které se pacienti zrovna nacházejí, tedy především podle zdravotního stavu. Dále podle možností ateliéru, které jsou prostorově skromné. Pracuje se s tím, co máme k dispozici, tedy vodovky, anilinové vodovky, suchý pastel, pastelky, voskovky a tempery.

Podle individuálních potřeb je pacientům doporučováno a vysvětleno, co by mohlo být vhodné. Konečné rozhodnutí je ponecháno na autorovi.

U všech témat jsem jako první volbu nabízela využití vodovek, ale u pacientů obecně převládaly veliké obavy před rozpitím barev a ztrátou kontroly v obrázku.

8.3. Zadání námětu tvorby a detaily práce v ateliéru

Při zadávání námětu tvorby obecně dbám na „rovnováhu sil“ skupiny, tedy pokud vidím obavy, pak o námětu více mluvím, probíráme, kdo téma zná, a jestli má představu. Neuvádím konkrétní příběhy s tím, že každý má jiné zkušenosti, a vše je možné. Tedy jakýkoliv příběh je možný. Dále dovoluji nahlédnutí pro inspiraci na internet, když o to pacient požádá. Většina pacientů maluje podle svých představ, ale pokud tvorba vzbuzuje v autorovi velké obavy a stres, tato možnost sníží napětí, které se odráží v celé skupině.

Postupně si pacienti dodávají sebedůvěru zvládnutím některých kresebných prvků, především postavy. **Jsem pacientům k dispozici ke konzultaci a dotazy ohledně tvorby. Totéž se děje také průběžně během výtvarného tvoření, pokud sleduji určitý terapeutický záměr, mohu citlivě vstoupit metodicky do procesu tvorby. Vždy je to po dohodě s pacientem či na jeho přání. Nebo jen doporučení to zkusit.**

8.3.1. Zadání jednotlivých témat

a) James Bond

Když představím námět skupině, je chvíli přemýšlivé ticho, pak se rozeběhne diskuze, někdo vyjadřuje pochybnosti, jestli dokáže nakreslit postavu takového agenta a zvažuje jestli budou lepší pastelky nebo vodovky.

Pacienti - muži vyjadřují více znepokojení nad tématem než ženy, které sdělují, že představu již mají a pouští se do tvorby. Muži většinou postavu Bonda kritizují a jmenují špatné vlastnosti. Filmovou postavu agenta znají opravdu všichni. Také se mezi ženami chvíli řeší, kdo měl raději kterého herce. Jedna z pacientek postavu Bonda výrazně kritizuje, ale samotný film jako takový jí nevadí. Upozorňuji, že je to akční film, a možností je mnoho. Nechci napovídat, nechávám na pacientech, ať si vyberou. Pokud by někdo potřeboval, můžeme ještě spolu probrat konkrétně, co by se dalo jednodušeji ztvárnit. Nakonec se akční situace uklidní a všichni svou možnost ztvárnění námětu najdou. Jiná pacientka potřebuje mou pomoc při kresbě postavy.

b) Wonder Woman

Při zadávání námětu jsem se také ptala, jestli všichni znají postavu Wonder Woman. Kdo viděl film nebo zná příběh či postavu z vyprávění? Dále jsme hovořili o významu slov, tedy jejich překlad do češtiny. Jedna pacientka viděla upoutávku tohoto filmu, který nedávno běžel v kinech. Jiný pacient mě požádal o možnost inspirace na internetu. Mezi pacienty se rozeběhla diskuze o tom, co nebo kdo to je, ta Wonder Woman. Kdo tu postavu zná či vůbec nezná. Kdy byli naposledy v kině nebo viděli nějaký akční film. Jedna pacientka popisuje příběh o Amazonkách a řadru, které si uřízly, aby mohly lépe držet zbraň přes rameno.

c) Muž, ke kterému vzhlížím

Námět je pro skupinu, kde se vyskytuje více pacientek s negativními zkušenostmi s násilím ze strany mužů, ať již v původní rodině, tak ve vztazích s partnery, velmi citlivým tématem. K mužům jako takovým zmiňují nedůvěru. Protože jsou tato traumata již poměrně dlouho řešena v individuální nebo skupinové terapii, kam pravidelně docházejí, mohlo by být přínosem přiblížení jiného náhledu pomocí výtvarného zpracování. Téma uvádím s tím, že je důležité připomenout si, že všichni muži opravdu agresory nejsou. Tato skutečnost a důvěra v možný vztah s mužem ve

vzájemném respektu a lidských hodnotách, to bylo na čas odsunuto, zastrašeno nadvládou agresora. Pro odlehčení napětí a větší pocit bezpečí jsem navrhla možnosti výběru osobností z historie, klidně i dávno minulé nebo ve filmu či jinde. Osobnosti mohou být z reálného světa nebo i jako představa a fantazie z pohádky, mýtu, filmu. Samozřejmě je možné vybrat i ze současnosti nebo přímo z vlastní rodiny. Ať se řídí tím, na co se cítí, aby jim v tom bylo dobře a bezpečno. Několik pacientek zvolí postavu Karla IV., postavu z rodiny zvolí jenom jedna z nich.

Připomínám ještě, že je třeba vynechat z výběru politiky, aby nedocházelo k pnutí ve skupině ohledně různých názorů na politické dění.

d) Mořská panna

Po sdělení tohoto námětu nastalo tentokrát ve skupině překvapeně ticho. Sleduji reakce jednotlivých členů skupiny. Někdo je připraven téměř okamžitě a začne si vybírat barvy, někdo vypadá až vyděšeně. Pro snížení úzkosti nově příchozího pacienta, který vyjadřuje velkou obavu z malby postavy, nabízím možnost si pro začátek alespoň představit a namalovat podle své fantazie prostředí, kde by mohla taková bytost žít. Případně je vyjádřit pomocí barev. Nabídku rozšiřuji pro celou skupinu, aby nedocházelo k pocitům, že „někdo má úlevu a jiný musí.“ Nakonec všichni ostatní namalují postavu mořské panny, nově příchozí pacient si užije proces tvorby a na skupině sděluje, že bylo zajímavé zabývat se vybavením podmořského příbytku. Na chvíli mohl zapomenout na své problémy.

Jiná pacientka se také obává, jak postavu nakreslí, ale nakreslit ji chce. Nabízím pomoc jak začít, ale odmítne, přemýšlí, upustí tužku na stůl před sebou, za což se pak omlouvá. Vzhledem k situaci se rozhoduji, že se zúčastním tvorby také, což pacienti přijmou s nadšením. Maluji tedy tentokrát s nimi.

9. Kauzistiky

9.1. Kazuistika 1

Žena, 55 let, diagnóza bipolární afektivní porucha, aktuálně depresivní fáze, komplikováno emočně nestabilní osobností.

Složitě vztahy v původní rodině, traumatizace v dětství - sexuální zneužívání, později partnerské vztahy s násilníky, domácí násilí, nyní žije sama. Nevěří, že si někoho najde, má ráda svůj klid, ale vztah by asi chtěla, zatím nemyslí, že je to možné. Snaží

se svou nemoc pochopit až do podstaty vzniku, kterou vidí hlavně v raném dětství. Má obavy o již dospělého syna, který měl těžký průběh dospívání.

Téma: Muž, ke kterému vzhlížím, obr.1



Průběh skupinové arteterapie

Pacientka si rychle poradila se zadáním, viděla jsem, že chvíli až skoro rozjímá nad čtvrtkou papíru, tak jsem se ptala, jestli má potíže s volbou tématu. Což rezolutně odmítla s tím, že „má jasno“, kdo to bude, jenom si rozvrhuje jak začít. Zvolila suchý pastel a kreslila. Nejprve postavu, které se věnovala velmi pečlivě a dlouho. Potom dopracovala okolní předměty a nakreslila postupně i detaily.

Autorka nazvala svůj obrázek Archeolog. Je to herec ze seriálu Hvězdná brána, hlavní postava. Pacientka ten seriál ráda sleduje a odreaguje se při tom. Ten muž se jí líbí svým jemným diplomatickým přístupem, nakreslí ho jako archeologa, protože tak v tom seriálu vystupuje. Což je i jeho role v seriálu, pečuje o nálezy a objevuje. Hodně dotazů na autorku je stran předmětů za pasem. Autorka popisuje, že má za pasem ten štěteček na oprašování a kladívko, malé, aby nic nerozbil.

Ze skupiny je dost pochvalných ohlasů ostatních žen na provedení mužské postavy, autorka sděluje, že jí záleželo na tom, aby měl vypracovanou postavu. Atmosféra je uvolněná, ženy se smějí. I autorka. Jedné pacientce se zdá i trochu zženštilý, neví čím, prsa nemá, ale působí žensky. Přerušuji tyto asociace a nabízím možnost, že vidím spíše jemné ruce. Mohlo by to být tím? Autorka popisuje, že opravdu chtěla vyjádřit jemnost, ten archeolog uměl jednat s lidmi, uměl dělat kompromisy, diplomat, opatrný s tím, co našel a s informacemi. Proto si ho vybrala.

Skupina se zapojuje přemýšlením o předmětu v pravé ruce, sdělují různé asociace. Mohla by to být hvězda? Situace trochu připomíná archeologický výzkum.

Pacientka nás v tom chvíli záměrně a pobaveně „nechá“, pak vysvětluje, že drží krystal, který tam našel. Je to důležitá věc v seriálu, kterou potřebují k tomu, aby mohli projít hvězdnou bránou. Další vlna zájmu je předmět ve levé ruce a celkově znovu o oba předměty. Negativní asociace je opět nutné zastavit a převést pozornost jinam. Autorka popisuje, že předmět je baterka. Na co si tedy chce posvítit? Hlavně na krystal, ale také je v objevené místnosti, a tam není denní světlo. Jsou to tedy náhrobky? Ne, ta místnost není hrobka, popisuje pacientka. Jsou to jen kameny s nápisy, znaky a symboly ze starověku, z Egypta a podobně. Ten kámen, u kterého sedí, je s bohyní Isis a jako symbol narození. Kámen vzadu za ním je symbolem smrti, je tam bůh Set. Autorka sděluje, že archeolog umí také všechny znaky přečíst. Skupina se chvíli zabývá představou náhrobků a náhrobních kamenů. Když je tam ten bůh smrti. Zeptám se, co představuje ten třetí tvar na zdi místnosti? Autorka popisuje, že vzadu na stěně chtěla původně okno, ale vznikl z toho zase tento tvar, tak je to jen další kámen. Mohlo by tam být okno do další místnosti? Autorka říká, že to jí nenapadlo, ale je přijatelná představa, že by se dalo i něco najít tam dál.

Interpretace artefaktu

Pacientka to při popisu nezmíní, ale tato postava v seriálu Hvězdná brána je i voják, nejen archeolog, což se zde projevuje ztvárněním jeho oblečení a vojenských bot. V obrázku je vyjádřena prostorovost místnosti členitostí prvků, přestože byla využita jen stejná hnědá barva. Hnědá barva interpretačně mimo jiné odkazuje k mužské autoritě. Zde je možné uvažovat nad propojením obsahu obrázku a zkušenostmi autorky se vztahy. Pojetí archetypu animus v postavě vojáka - archeologa propojuje vlastnosti více typů mužů. Mohlo by vyjadřovat její představu dokonalého muže. Je to

voják, který si poradí s nebezpečnými situacemi a dokáže se ubránit případnému nepříteli, navíc zná strategie, jak projít hvězdnou bránou a přežít to. Kromě vojenských zkušeností je zde znalost tajemných věcí z dějin napříč časem i kontinenty. Je vzdělaný. Disponuje emoční inteligencí. Voják, však je zároveň vojákem, který by sice měl umět vyjadřovat agresivitu řízeným směrem, ale válka je válka, a dějí se tam hrůzné věci. Souvislost s válkou by mohla poukazovat také na to, že v muži je přiznaná nebezpečná složka, agrese, která se může také projevit ve vztahu, kam nepatří. Je ohrožením. Můžeme si upřesnit otázkou, jestli by v něj mohla mít důvěru, ale z rozhovoru nad obrázkem vyplynulo, že se postava archeologa chová hezky ke kolegům, umí řešit konfliktní situace jako diplomat, umí, jak pacientka uvedla, přečíst ty znaky. Možná představa je, že by nezklamal a neublížil, důvěra v muže vojáka se na obrázku klade proto, že je zároveň i vzdělaným diplomatem, vede ostatní k nějakému významnému cíli, je jemným a citově založeným člověkem, který se zajímá o své partnery. Jeho hlavním povoláním, jakožto archeologa, je „oprašovat“ jemné a křehké, asociativně ženské věci. V souvislosti s typem muže archeologa se též naskýtá hypotéza představy muže psychoterapeuta, ke kterému pacientka docházela na individuální terapii. Často se zmiňuje, že jí pomohl pochopit věci z minulosti a jejich souvislost s nemocí.

Ze symboliky jsou zajímavé kameny, které mají tvar gotického okna nebo by také mohly upomínat na židovské náhrobky. Mohli bychom se ptát, koho (by) v sobě emočně pohřbila? O falickém motivu můžeme uvažovat zejména u pravého horního náhrobku. Židé odešli z Egypta – motiv opuštění jistot, ale spojených s ponižujícím postavením. Odvaha vykročit do neznáma. Preference svobody? Mohlo by se to interpretačně vztahovat k současné situaci autorky (nemít vztah se rovná nemít strach)? Kámen umístěný na zdi měl být dle záměru původně oknem, které zde nabízí, vzhledem k náznaku stejných cihel v celé místnosti, dvě varianty. Mohli bychom se ptát, jestli je okno zazděné nebo je naopak otevřené do nějakého dalšího prostoru. Zde se nabízí motiv bezvýchodnosti. Ale vzdělaný animus si poradí, krystal navíc umožňuje se přesunout, zde bychom mohli spatřovat i motiv magického myšlení. Téma žití v přítomnosti nebo v zatížení minulostí zde znovu odkazuje na současnou situaci autorky, která zvažuje své reálné možnosti ve vztazích. Nejen připustit si možnost partnerství s mužem, ale i v rámci svého postavení ve vztazích v původní rodině.

Působení tématu v integraci archetypu, který je zde spíše zazděný, zakonzervovaný, bych rozvíjela dále například technikou uhlové rezervy, kde by se mohl animus dále projevit. Doporučuji se zaměřit na malbu krajiny, vyjádření prostorovosti v krajině. Možná témata jsou Mé oblíbené místo v přírodě, Krajina a já. Bylo by vhodné přiblížit se pomocí výtvarného zpracování vztahům v reálném světě, například se synem, a tyto do tvorby zahrnout v podobě témat ze současnosti.

S touto pacientkou dále pracuji na následujícím archetypálním námětu Mořská panna.

Téma: Mořská panna, obr. 2



Průběh skupinové arteterapie.

Dobře se jí pracovalo, ale nechtěla použít nabízené vodovky. Malovala suchým pastelem, měla pocit tlaku sama na sebe, aby to bylo dokonalé, proto nepoužila vodovky. Hodně se do toho ponořila a nevnímala čas. Přetáhla o pět minut čas určený na tvorbu, musím jí připomenout, že má přestávku. Bylo těžké od toho odejít. Dala si záležet s detaily a hlavně pečlivě roztírala barvy tak, aby nedošlo k jejich zašpinění,

čistila si ubrouskem ruce. Téma se jí líbilo, popisuje svou mořskou pannu, že ještě věří v lásku. Na otázku kam se tak dívá, odpovídá, že určitě na prince. Ze skupiny je reakce příznivá, obdivují krásné vlasy a moře. Pacientka odpovídá, že k mořské panně takové vlasy patří. Ve skupině se probere, co je to vlastně mořská panna, mluvíme o bájích. Někdo zmíní, že lákaly námořníky a pak je sežraly. Jiná členka skupiny si vzpomene na dětství, když si hrála s panenkami v podobě mořské panny a sledovala kreslený seriál. Pacientka zde myslela spíše na tu variantu s princem. Jako od Andersena. Jedna asociace je od členky skupiny. Písek na pláži jí připomíná něco, co pannu drží v něčem zasunutou, jakoby to bylo plastické. Autorka reaguje na tuto asociaci mírně dotčeně. Sděluje, že záměr byl zdůraznit a vystihnout svobodu, kterou ta bytost teď má, zatím ji netrápí žádné strasti, jen vnímá lásku a zamilování, užívá si moře a slunce. Asociace v tomto směru je nutné zastavit s respektem k záměru autorky, který je směrodatný. Ale vzhledem k reakci pacientky je zde možné uvažovat nad citlivými obsahy, které zpracují později v interpretaci artefaktu.

Skupina se věnuje detailům. Někdo postřehne, že slunce hodně září, až se odráží ve vodě, také je zajímavý šedobílý oblak. Ptám se, jestli nevadí, když na tu její rybí část přece jen přímo svítí slunce. Nemůže se ploutev sluncem trochu vysušit? Autorka měla záměr, že se postava opravdu na slunci jen vyhřívá. Nepálí ji nic. Také do toho vstupuje člen skupiny, muž, který vidí v kolečku skupiny ten obrázek vzhůru nohama a popisuje úplně jiný svět, nebe s mrakem a kotoučem slunce vidí jako moře, nad ním nebe a bůh za stolem, který se dívá na zem, a vedle sebe má zelenou vzducholod'. Když obrázek otočíme, je překvapený. Autorka se zamýšlí, co to tam ten bůh soudí, že udělala špatně. Mluvíme o tom, co ji k tomu napadá, a nač by měl bůh soudit zrovna jen negativně, pacientka zmiňuje bohy v mytologii, kteří lidem často škodili. Vracíme se k obrázku z pohledu tak, jak je namalován. Otázka je, jestli by se mořská panna mohla dívat ještě z jiného místa, a to zepředu, tělo leží v moři. Ploutev ani tělo pak nevidíme, je vidět jen hlava a ruce. Autorka připouští tuto možnost, rozvíjí asociaci a zamýšlí se nad smyslem zelené ryby na břehu. Ryba by mohla být kadeřníkem mořské panny. V této době je problém sehnat kadeřníka, takže mořská panna zažívá i wellness. Asociace, že mořská panna nemusí ležet v uvěznění, které se ve výkladu také nabízí, ale může být v bezpečí, které jí skýtá moře, a to nejen v podobě ochrany před spalujícími účinky slunečního záření na jemnou rybí kůži, otevře prostor pro bezpečí pacientky i celé skupiny. V této příznivé atmosféře je možné se i dále ptát na detaily v artefaktu.

Mořská panna působí křehce jako by ji držela ruka z písku a pokládala na břeh. Mohla by tam být pomyslná ruka, dva prsty, ukazováček a palec, nebo také by se mohla zabalit do deky z toho písku. Autorku zajímá, co vše tam ostatní vidí, jsou to příběhy. Ptám se, jak se jí to poslouchá a jestli to není nepříjemné, když se nabízí různé asociace a otázky k jejímu obrázku. Sděluje, že dřív ano, to by hodně vadilo, protože byla přesvědčená vždy jen o své pravdě a dokázala se hodně pohádat. Nyní už na sobě pracuje tak dlouho, že teď v tom vidí inspiraci. Podotýkám, že přesto si může dovolit nesouhlasit. Je to její obrázek.

Pacientka doma maluje, chtěla by si vyzkoušet namalovat další mořskou pannu. Také má zájem prohlédnout si obrázek mořské panny, který jsem malovala já při této skupině s pacienty. Když tvořila, neměla čas si to prohlédnout, chtěla by poradit jak postupovat u kresby postavy. Většinou s pacienty nemaluji, ale v případě této skupiny jsem vnímala velkou míru nejistoty kolem námětu. Zvolila jsem tedy tento postup. Ohlasy skupiny byly velmi kladné.

Interpretace artefaktu

Velikou práci dalo autorce udržet takto čisté barvy, pracovala se suchým pastelem. Nejprve namalovala mořskou pannu, výrazná je symbolika nebe se zářivým kotoučem slunce, které je nejvýše a má přehled nad celým výjevem. Můžeme se ptát, jestli reprezentuje nějakou autoritu, mužskou autoritu nebo i racionální přehled nad situací. V úvahu připadá i symbol mytologického mužského boha Apollóna. (Gibson, 2010) Vzhledem k tomu, že autorka se snaží často uchopit své prožívání racionálně, snaží se vysledovat své potíže až k místu vzniku. Když se slunce odráží na velké vodní ploše, buď vychází nebo zapadá. Na obrázku je vpravo, což by odpovídalo západu slunce, ale je stále poměrně vysoko na to, aby se světlo odrazilo na hladině.

Oblak vystínovala autorka jemně šedou, nechtěla, aby byl úplně bílý. Skála vlevo je spíše šedá, černá barva chybí. Chvíli mi trvalo, než jsem poznala, jak přesně postava leží. V artefaktu je vidět více pohledů najednou. Skála, o kterou je postava opřená, upomíná na pohled ze zdola nahoru. Tady možná autorka vzhlíží k této postavě či tématu, kterým je anima v podobě mořské panny. To by také mohlo odpovídat tomu, že dopřála postavě, podle svých slov, užívání si moře, slunce a zamilovaných pocitů. Také jí namalovala výrazné blond vlasy a svůdné oči s výraznými řasami, což by mohlo odkazovat k věku princezen, rty má také zvýrazněné, jak komentovala,

namalované rtěnkou. Co je zásadní ve vztahu k proporcím postavy, je že horní polovina těla není vidět. Zde je možné uvažovat o tématu sebe přijetí, sebevědomí, autorka u svých postav často klade akcent na tělo a vzhled. A to i u mužských postav, jako u artefaktu Archeolog. V předchozích obrázcích s postavami žen (Šípková Růženka, pohádka podle B. Němcové) ztvárnila u ženské postavy i ňadra, ale zde vynechala úplně celou horní část těla i s pažemi. Vidět jsou jen předloktí a ruce. Otázkou je, jestli hraje roli stud, nebo případné obavy s odhalením nahoty postavy, kde se autorka nemusí cítit bezpečně v souvislosti s intimitou. Vystává také otázka, zda se něco událo v této rovině, k tomu mě napadá možnost nedávného prožití konfliktní situace ve skupinové terapii, kdy jedna z členek skupiny tvrdě odsuzovala nadváhu a oblékání žen nepřiměřeně svým proporcím. Pacientka se obléká velmi pěkně a dbá na svůj zevnějšek, ale také řeší problém s mírnou nadváhou a příjmem potravy. Projevuje se to během emočních výkyvů a při zvýšení míry úzkostí, pak jak říká, smutek „zajídá“. Potom následují autoakuzace a somatické obtíže v oblasti krční páteře a trávení. Odbývání či ukrývání tělesné partie nebo výrazné prokreslování některých míst v artefaktu by případně mohlo sdělovat i možnou manifestaci této problematiky.

V obrázku je moře vysoko na horizontu. Představovat by zde mohlo nekonečno, životní sílu. Symbolika moře jako vodního živlu, který dává i bere, přelévá se ve věčném pohybu. Nebo také symbolika sexuality by se zde interpretačně mohla nabízet. Mohla by vyvstat otázka, jak to má tato mořská víla. Je představitelné si sundat rybí „návlek“ a stát se na chvíli ženou jako v té pohádce? To by mohlo přinést odhalení, ohrožení. Vzhledem k čerstvé mladé zelené barvě, která by ze symboliky barev mohla naznačovat i nezralost jako, což naznačuje paralelu k již výše zmíněnému věku princezen. Možná ještě bude potřeba více času. Co by se muselo stát, aby se pohnulo bezvětrí, které panuje na obrázku? Toto jsou hypotetické otázky, které se týkají autorčina citlivého tématu hledání nového přístupu ve vztahu k mužům, vzhledem k násilí, které zažila v minulosti.

Obrázek působí uhlazenou atmosférou, ale možná i klidem před bouří? Stín chybí, vypadá to, že „z toho mraku nezaprší“. Celkově na mě působí postava velmi křehce, skoro jako panenka, nabízí se představa, že ji drží v pase jakýsi předmět ve světle hnědé barvě, otázka je, jestli by symbolika hypoteticky mohla odkazovat také k muži mladšího věku, tedy k dospělému synovi, o kterém často pacientka mluví v souvislosti se složitějšími vztahy v rodině a starostem, které si o něho dělá. Tento

písek působí dojmem předmětu, který uchopil postavu kolem útlého pasu, a „pokládá“ ji do obrázku. Mořská panna pak může vypadat i jako panenka Barbie. Písek je vytvarovaný prostorově a nabízí různé představy jako úchop kleští nebo připomínku na tlamu jiné ryby, která „chytila mořskou pannu“. Mohli bychom se autorky ptát, jestli se někdy cítí jako chycena do kleští nebo jako ryba na suchu? Vnímám ale, že pacientka se hodně obává ztráty představy své mořské panny jako bezstarostné bytosti, takže symboliku v tomto duchu nerozebíráme. Pacientka i tak nad mnoha podněty přemýšlí, takže bohatě stačí náhled na věci, co jsme probrali během arteterapie se skupinou.

Pacientka na konci arteterapie sděluje, že by uvítala spolupráci při kresbě postavy a další vedení při práci s pastelem i vodovkami. Pojetí postavy, která reprezentuje archetyp animy, by zde mohl ukazovat na problém identity. Toho, jak se pacientka nyní vnímá jako žena v kontrastu s tím, jak by se ráda viděla jako splnění určité představy o dokonalosti. Postavy žen v artefaktech pacientky jsou často výrazně smyslné a velmi žensky působící bytosti a upomínají na obraz animy jako femme fatale. **Jako další postup pro práci zde pokládám za vhodné zkusit metodologicky citlivé vstupy, které by mohly podpořit sebevědomí a přijetí sebe sama. Upevnění vlastní hodnoty. Tvorbu je důležité podporovat volbou témat, která se vztahují k různým životním etapám života žen a otevírají náhled na přirozený vývoj a proměnu těla ženy a její identitu v průběhu života obecně. Ženskost není jen dokonalým tělem s útlým pasem. Anima může mít různé podoby, které se vyvíjejí v kontextu zrání osobnosti při přijetí aspektů reality vnějšího světa a vztahů v něm. Vzhledem k minulým těžce traumatizujícím zkušenostem může být nalezení důvěry ve vztazích velmi těžké. S tím je potřeba počítat a pracovat na kvalitě terapeutického vztahu, který je zde klíčový.**

Téma James Bond, obr. 3



Průběh skupinové arteterapie

Pacientka nejprve námět malovat nechce, sděluje, že nemá ráda Jamese Bonda. Ale je zajímavé, když bylo toto téma zadáno dřívější skupině, kam pacientka nedocházela a dozvěděla se o tom od jiné klientky, vyjádřila se, že ji to zajímá a námět by si také ráda namalovala.

Když tedy dostala na své skupině toto zadání, o které původně projevila zájem, vypadala nyní zaskočeně a nevěděla, co si s tím počít. Nabídla jsem pomoc a povídaly jsme o tom, jaké různé filmové scény se tam odehrály, kde se postava pohybovala a co dělala. Je hodně různých možností. Například lyžování, let v letadle, ve vlaku, seskok padákem, loď, jízda autem a na motorce a další. Možné je namalovat i jenom krajinu, kde by se děj mohl odehrávat, moře, hory, město atd. Pacientka sdělila, že to povídání ji uklidnilo, nakonec si sama vybrala vlak. To bylo něco, co si dovedla představit nejlépe. Hodně času věnovala ztvárnění mostu, postavu Bonda a vrtulník nakreslila jako poslední.

Na skupině popsala své pocity, zpočátku velmi záporné, cítila napětí a zlost. Potom se ale při kresbě mostu uvolnila, sděluje, že most ji bavil. Prostě malovat musela a tak to zvládla. Ptám se na slovo „musela“? Autorka vysvětluje, že prázdný papír odevzdat nedokáže. Chtěla něco namalovat. Jediné co nesnáší a proto protestovala, je Bond jako takový a tak ho alespoň udělala hodně malinkého. Jak pálí na ten vrtulník. Lokomotivu, na které je bomba, Bond odpojil. Skupina obdivuje most. Obrázek se jim zdá celkově vtipný. Někdo podotkne, že ten nápad s mostem je neobvyklý, jak na to přišla? Autorka uvádí, že tenhle typ mostů měla vždy ráda. Ta kovová konstrukce se jí líbí. Na posledním vagónu je uhlí. Další členka skupiny má také vrtulník a autorka popisuje, že při porovnání teď vidí, jak její vrtulník nemá přistávací rámy, takže vlastně přistát nemůže. *Celkově je skupina uvolněná, pacienti sdělují, že po překonání počátečních nesnází a obav jsou překvapeni výsledkem, každý si nakonec s tématem poradil.*

Interpretace

Z hlediska interpretace je zajímavá symbolika mostu s kovovou konstrukcí, se kterou si autorka při tvorbě dlouho vyhrála. Most přemostuje, mohli bychom se autorky ptát, co konkrétně, řeku nebo údolí? Šedá barva mostu interpretačně připomene odstup od děje někam do zákulisí, což by vzhledem k námětu, kde je hlavní postava hrána, mohlo být pochopitelné. Je to jenom hra, film, postavu hraje herec. Co by se mohlo stát, co není ve scénáři?

V případě odporu (rozporu?) autorky k tématu, se naskýtá úvaha, jestli se jedná o vyjádření spíše rozporuplných emocí (mám ráda, nemám ráda) nebo obav z námětu jako takového. Téma zajímá, ale zároveň je nechce zpracovat, potřebuje více pozornosti a pochopení od terapeuta, podporu. Nabízím možnost zpracovat téma v odlehčené verzi, která ale nakonec přijata není, autorka se se svým vzdorem doslova popere, s připomínkou na skupině, že prostě *musela* a tak to zvládla i přes nabízené varianty, *musela* to zvládnout po svém. Ptám se na slovo „musela“, autorka sděluje, že ví, že nemusí, ale měla ten pocit a popisuje že v momentě, když dostala nápad, tak ji to přešlo a při tvorbě už bylo lépe. Nevracíme se tedy k tomu.

Na mostě by o prvotní frustraci a naštvaní mohl vypovídat vagon se zapálenou bombou, jak autorka popisuje. Ten zároveň při prvním pohledu svou červenou barvou a tvarem připomíná hasicí přístroj a teprve při zaměření se na detail je vidět zapálená

rozbuška. Mohli bychom se ptát, co by bylo potřeba nechat bouchnout nebo naopak uhasit? Napětí v obrázku? Bomba se nezdá být pro Bonda zase tolik nebezpečná, přece jen lokomotiva jede plnou parou (kouř z komína) a snad ujede z dosahu agenta dřív než dohoří poměrně dlouhá roznětka. Kouř (horizontálně přes celý obrázek) by mohl symbolicky signalizovat velké emoční dění, které zahrnuje i upouštění páry naštvání autorky na arteterapeutku, která přišla s takovým rozporuplným námětem, který se dotýká velmi citlivých míst ve vnitřním světě.

Přesto, i když autorka nemá Bonda ráda, nějakou šanci mu ve svém obrázku dává. Bond je ve své roli mužem, který zachraňuje, pracuje přece jenom pro záchranu světa. Je namalován podle slov autorky malinký, ale v poměru k vagonu je spíše veliký. Vlaková souprava a celkově dění v obrázku upomíná spíše na vláček, který je hračkou, a tedy je zde větší prostor pro pocit bezpečí, (jak zmiňuji výše, je to hraný film). Zde má Bond zbraň, která funguje (pálí). V této souvislosti by mohl mít význam i případný náznak hasicího přístroje o kus dál. Na obrázku namalovala autorka Bonda celého černě. Mohli bychom se ptát, jaké vlastnosti má tento Bond. Jakého muže by mohl reprezentovat v životě autorky. Je to však téma velmi citlivé, které se dotýká těžkých situací v jejím životě, proto otázky tohoto typu na skupině nepokládám. Věnujeme se raději mostu a prostému popisu děje. Podělím se svůj osobní pocit nostalgie, který ve mě zpracování mostu vyvolává. Autorka přitakává, že nostalgii cítila, když most malovala, má ráda takové mosty, měla takové oblíbené místo. Skupina se zamýšlí, jestli někde viděli takové mosty. Mohli bychom se také ptát, kam vede tento most. Symbolika mostu je poměrně obsáhlá, podle Cooperové (1999) most kupříkladu symbolizuje spojení mezi sférami, mezi nebem a zemí, „je přechodem z jedné sféry do druhé, přechodem do skutečnosti“ (s.117).

Celkově pracuje tato skupina nad tématem velmi aktivně, všichni včetně této pacientky sdělují na závěr skupiny pocity uvolnění napětí a sdílí překvapení, že dokázali namalovat Jamese Bonda.

Ukázka předchozí tvorby, obr. 4

Šípková Růženka (anilinové vodovky)



Zde můžeme interpretačně vznést otázku, jestli princ váhá? Nebo k čemu se to chystá? Dění na obrázku je bez integrace kontextu, vidíme redukováný prostor.

Okolí postav působí jako „na vodě“. Chybí opora a uzemnění. Mohli bychom zde vzhledem k tématice latentního období dospívání zvažovat souvislosti s traumatizujícími zkušenostmi autorky v dětství?

9.2. Kazuistika 2

Žena, 36 let, periodická depresivní porucha, středně těžká fáze, úzkostné stavy se somatickou složkou, místy až charakteru panických atak, komplikováno emočně nestabilní osobností. Suicidální pokus, psychiatrická hospitalizace v anamnéze.

Složité vztahy v rodině, dětství popisuje jako velmi neutěšené, nepochopení ze strany nemocných rodičů a staršího sourozence, který jí ubližoval. Navazuje komplikované vztahy s muži, poslední dlouhodobý vztah s despotickým partnerem, nyní nový vztah, snaží se otěhotnět, ale zároveň se této etapy v životě ženy velmi obává, i vzhledem ke zdravotním komplikacím v předchozí graviditě.

Téma Mořská panna, obr. 5



Průběh skupinové arteterapie.

Pacientka se sama ujala iniciativy ve výběru techniky z materiálu, který máme k dispozici. V předchozí tvorbě se hodně zabývala formátem, který upravovala do různých tvarů vystřihováním nebo i nalepováním vystříhaných kousků do symetrických ornamentů (příklady předchozích artefaktů jsou uvedeny za kazuistikou této pacientky).

Použila vodovky tímto způsobem poprvé za celou dobu, co zná arteterapii i z předchozí léčby. Užívala si, jak se barvy rozpíjí. Také si sama vybrala bílou voskovku z nabízených barev a zkusila „bílou na bílou“. Pozorovala, co to udělá. Bavil ji moment překvapení, když se postupně mořská panna zjevovala. Během práce byla velmi soustředěná, nemluvila. Bylo vidět, že ji to baví. Mořská panna pro ni v dětství vždy znamenala smutnou bytost, která by chtěla ven na hladinu, na břeh a nemůže. Popisuje, že tahle se dole drží těch zelených řas, ale že je jí tam dobře v tom, protože jí vlasy vlají a vznášejí se ve vodě. Popisuje, že to odporuje její snaze mít vše pod kontrolou, při téhle technice mohla věci nechat chvíli být. Je to pro ni nové,

dovolit si nemít vše dokonalé a „ošéfované“. Ve skupině je viděna mořská panna jako smutná, něco ji dole drží zamotanou do těch řas a pláče proto. Pacientka nesouhlasí s pláčem, slzy tam nenamalovala, možná je tam opravdu schovaná, ale je jí tam tak dobře. Té řasy se přidržuje mořská panna sama. Ptám se, co by pacientka řekla tomu, že by tam mořská panna nebyla jen sama, protože vidím také několik medúz a rybu? Skupina pátrá ve skvrnách, což sníží napětí a převede pozornost do „bezpečnějších vod“. Pacientka popisuje mořskou pannu jako součást podmořského světa a tam patří i ryby a medúza. Ptám se, co by se mohlo stát, aby se někdy dostala ta bytost i na hladinu, když si to dříve pro mořské panny tak přála? To si přála, ale ona tam ta mořská panna teď ani nechce. Podnět ze skupiny, kde se někomu zdá, že mořská panna leží spíše na mělčině, kde jsou světlé fleky jako kameny, však vnímá jako možnost, že by to tak být mohlo, možná je už na pobřeží, kde jsou řasy, kameny a převaluje se ve vodě.

Interpretace artefaktu

Výtvarné pojetí odráží současnou situaci pacientky. Mořská panna je v tom hodně ponořená. Mohli bychom se ptát, jestli je pro ni přijatelná představa „nechat to plavat.“ Otázka je velmi citlivá, proto jsem ji takto nepoložila. Jak vyplývá z rozhovoru ve skupině, mohlo by to být pro autorku přijatelné možná z pohledu shora, z odstupu ptačí perspektivy a mělčiny, kterou nabízí skupina ve snaze ochránit mořskou pannu před volným plutím v moři, kdyby se pustila řasy, které se oběma rukama pevně drží.

Blízko u mořského dna je možné uvažovat o symbolice nevědomí. Je to jedna z možných symbolik, kterou popisuje Becker (2002) jako „zásobárnu nesčetných nevyzvednutých pokladů a tvarů skrytých v temnotě“ (s. 180).

Zároveň pacientka uvádí, jak píšu výše, že si vždy přála, aby mořské panny mohly vyplout na hladinu. Na hladině je možné se nadechnout, proto by měla mít potřebu se tam dostat. K tomu tedy vyvstává otázka, jak mořské panně v té situaci na dně moře vlastně je? Do budoucna bych se mohla ptát, jak se jí v tom dýchá? Na obrázku vidím bytost, která je z jedné poloviny člověk, a z druhé ryba, ale žábry jí autorka nenamalovala. Bylo by dobré to ještě s autorkou upřesnit, jak to vidí. Situace koresponduje s obtížemi s dechem, které má pacientka dlouhodobě i ve zdánlivě běžných situacích, a které se velmi zhoršují ve stavech úzkosti.

Na obrázku vidím, že dno vodního světa je světlé, což nabízí otázku, jak vzdálené je dno od hladiny. V moři, čím blíže ke dnu, tím větší tma tam je. Zde na obrázku je však poměrně stejná viditelnost i dole. S ohledem na velikost postavy mořské panny by možná stačilo si jen stoupnout? Ale je otázkou, jestli se bude cítit mořská panna natolik bezpečně, aby si mohla dovolit pustit lano v podobě řasy, která je ve své zelené barvě poměrně houževnatá a pevná. Přesto, řasy bývají kluzké, takže udržet se může být velmi vysilující. Pacientka k obrázku také řekla, že mořská panna šetří energii, proto se jen vznáší v té vodě při dně. Zelená a modrá, které v obrázku dominují, odkazují zejména v tmavších tónech k depresi. Ta souvisí s nedostatkem, zablokováním energie. Pocit bezpečí je jedno z témat, které pacientka řeší. Možná i proto se zde zjevuje mořská panna jako průhledná, v mimikrách splývá s prostředím. Autorka jasně uvádí, že se teď postava vynořit nechce, tahle mořská panna žije jen ve vodě a tak je to i namalováno na obrázku. Právě proto se nabízí myšlenka, že roli by zde mohl hrát velký pocit ohrožení z pozemského, reálného světa. Ten je pro lidské oko viditelný přirozeně, často až bolestně ostře, na rozdíl od vodního světa, kde lidské oko vidí jinak a obraz je nejasný, předměty rozmazané. A mořská panna je bytost napůl lidského charakteru. Vynořování ze dna by mělo být pozvolné, s odkazem na reálné děje na pevnině.

Autorka ráda fotografuje a zabývá se grafikou, kde velmi dbá na detaily a dokonalost. Proto bych určitě pokračovala malbou vodovkami, která přinesla příznivé uvolnění po předchozí tvorbě vystřižovaných nebo symetricky lepených artefaktů. Věnovala bych se zde metodě akčního akvarelu opět s využitím voskovek. Ty dodávají vodnímu elementu strukturovanost, kterou pacientka potřebuje. Je to možnost, jak uvolnit napětí a při tom nahlédnout na strach ze ztráty kontroly v artefaktu. Postupně získat větší pocit bezpečí při tom, co se děje na papíře. Vhodné by mohly být náměty, kde je možné zaměřit se na pozvolný kontakt se zemí, ukotvení. Také by bylo vhodné jí navrhnout, případně s jejím svolením domalovat motiv(y) v teplých barvách. Nabízí se přechodové téma Tréninková loďka, Přístav. Archetypální tematiku anima a animus zde mohou na úrovni předmětu zastoupit právě lodě. Začlenila bych také co nejdříve práci s koláží, která by mohla pro pacientku přinést nové možnosti vyjádření své tvořivosti.

Ukázka předchozí tvorby pacientky

Velikonoce, obr. 6



Já jako strom, obr.7



9.3. Kazuistika 3

Žena, 47 let, diagnóza periodická depresivní porucha, středně těžká fáze, úzkostné stavy se somatickou složkou, emočně nestabilní porucha.

Vdaná, dospívající dcery. Uvádí přetěžování v práci, které vedlo k odchodu z pracovního místa, kde dlouhodobě pracovala. Léčí se s bolestí krční páteře a ruky. Složitě vztahy v původní rodině. V průběhu terapie řeší náročný odchod od partnera,

cítí se ve vztahu ponižována, uvádí psychické týrání, sexuální zneužívání. Učí se komunikaci, jak zacházet se svými emocemi a vyjádřit je.

Téma: James Bond, obr. 8



Průběh skupinové arteterapie

Pacientka neví jak začít, postavy doposud nemalovala, rozhodně ne v pohybu. Ale Jamese Bonda si představuje v pohybu a ráda by ho tak ztvárnila, ale bojí se udělat první čáru. Vybere si pastel, i když se obává, že se to rozmaže. S pastelem má zkušenost z několika minulých hodin arteterapie, kdy si chválila, že je rychleji hotovo než pastelkami, a je to krásně barevné. Beru si čtvrtku, ukazuji, jak začít světlou, tělovou barvou, postupně přidávat další. Tmavé barvy si nechat až spíše ke konci. Nejprve může zkusit načrtnout hlavu, pokračovat krkem a hrudníkem atd. Pacientka ukazuje, jak by měl podle jejích představ skákat James do vody, a já nakreslím různé polohy paží. Situaci to docela odlehčí, pacientka se usmívá. Na vlastní čtvrtku si pak nakreslí svého Bonda, hlavně musí skákat šipku, to je podstatné. Pak naznačí vodní plochu a okolí, váhá kam umístit druhou postavu, ženu. Nakonec namaluje žraloka a detaily hodinek u Jamese. Dost dlouho se věnuje ztvárnění slunečních paprsků.

Obrázek získá pozornost ve svém obsahem i zpracováním. Na rozdíl od předchozí tvorby, kde se vyskytuje spíše symbolika postav jako srdce, květina, motýl či strom, je nyní nějaká akce. Něco se tam děje, ale potřebujeme objasnění detailů. Vysvětlení je požadováno u detailu rukou, kde někdo vidí jen ruku s květinou. Autorka popisuje, že Bond skáče šipku a na ruce má speciální hodinky. Žena je mořská panna a ta ploutev k ní patří nebo je to žralok? Autorka vysvětluje, že se žena topí. Skupina chválí postavu ženy a její vlasy. Akční téma vnese akci i do skupiny, takže musím upozornit, abychom si neskákali do řeči. Autorka dále popisuje, že Bond zachraňuje ženu před žralokem. Sama i obsazuje postavy, sebe vidí jako onu ženu ve vodě a žralok je manžel. Bond je zachránce. Slunce dává sílu, energii té ženě, aby to vydržela, než ji James zachrání. Kladu otázku, co má James Bond v batohu na zádech, nějakým způsobem to komunikuje s hodinkami? Podle sdělení autorky je to vysílačka a právě něco vysílá. Neví proč to tam nakreslila, prostě to k té postavě agenta patří. Skupinu zaujme, že je Bond neoholený, autorka chtěla vyjádřit, že James Bond není dokonalý. Černý proužek vlevo dole je zakrytí podpisu autorky.

Interpretace artefaktu

Z interpretačního hlediska je možné uvažovat nad propojením obsahu děje na obrázku se současným prožíváním autorky, jak sama vysvětluje v obsazení postav v průběhu arteterapie. Jamese Bonda vnímá jako zachránce před žralokem, který představuje konkrétního muže. K této autorce se také odkazuje příklad odevzdání prázdného papíru během některé z předešlých arteterapií, který je popsán v teoretické části, v podkapitole Skupinová arteterapie.

Jediná celá postava na obrázku je James Bond. Žralok i žena, která se topí, jsou vidět jen částečně. Mohli bychom se ptát, jestli Bond nestojí v nějaké póze, jakoby možná zvažoval skok mezi ženu a žraločí ploutev, která je blízko identifikačního místa autorky v pravém rohu. Zajímavé je, že autorka se podepsala v levém rohu obrázku.

Scénérie na obrázku by na první pohled, než si povšimneme žraločí ploutve, mohla připomínat nějaký romantický výjev z dovolené u moře v pastelových barvách.

Ale postava ženy, která se topí s gestem rukou nad hlavou, přináší otázku, jak je to s pocitem bezmoci, který vedle černé ploutve může zažívat. Zde je možné uvažovat nad propojením obsahu obrázku a zkušenostmi autorky v současnosti.

Této hypotéze napovídá dění ve vodě, kde si postava ženy drží své upravené vlasy, vodou skoro nedotčené, má make-up a šperky. Na to, jaké jsou kolem ní pořádné vlny. Zůstat nad hladinou upravená a krásná, když se topí, znamená vynaložit mnoho energie. Můžeme se ptát, jak krásná musí být žena, aby ji zachránil James Bond?

James tu je, ale je na břehu, kde se teprve rozvážně připravuje ke skoku, šteluje si hodinky a vysílačku, mohli bychom se ptát, jestli si ponechává zadní vrátka, tedy možnost zavolání posil na záchranu, která by mohla být náročná.

Na druhou stranu můžeme hypoteticky zvažovat i význam této postavy Jamese Bonda. Mohl by být zároveň zachráncem i panem neznámým, který schovává cosi neznámého v hodinkách a vysílačce? Funkce hodinek kromě měření reálného času by mohla symbolizovat také určitou kontrolu nad situací. Tutéž kontrolu zajišťuje i využití vysílačky, která je s hodinkami propojena červeným světlem.

Mohli bychom to chápat jako uvědomění si reálné situace, ve které se autorka nachází, a kde odvážný náhled na realitu může být nápomocný při skutečném řešení? Zajištění zadních vrátek by u slovutného agenta Jamese Bonda by mohlo znamenat také pochopení autorky, že k záchraně nemusí stačit jenom osoba agenta, ale souhra mnoha faktorů. Na to bychom se museli zeptat autorky. Co by ještě potřebovala ta topící se žena? Zeleno-hnědá skála u Jamese Bonda působí pevně, ale uzavírá levou stranu obrázku, můžeme se ptát, jestli je břeh dostatečně veliký, aby se tam vešli oba? Na břehu by to tedy bylo o nějaké blízkosti? Autorka zde neměla potřebu předělu světa na dobrý a zlý tak viditelně jako u svých předchozích artefaktů (viz obr. První jarní den na konci kazuistiky této pacientky). Spíše jej předělila na svět muže (skála, na které stojí Bond) a svět ženy (v symbolické rovině voda).

Interpretačně z hlediska projekce archetypu animus zde autorka ztvárnila imaginární postavu muže záchranáře, agenta, který se chystá zachránit topící se ženu. Ta je zároveň ohrožována žralokem, autorkou obsazeným jako konkrétní postava. Mohla bych také říci, že nebezpečná složka muže, zde vypadá jako reprezentována žraločí ploutví. Zachránce, který má mít vlastnosti, jež autorka obrázku považuje za dobré, je ještě na břehu, ale očividně připraven se utkat s nebezpečnou částí.

S ohledem na symboliku moře i jako nevědomí se zde mohlo vynořit, v podobě části těla dravé ryby, vnímání některých skutečností, které doposud pluly v mořské hlubině „někde kolem“. Žraločí ploutev by tedy mohla být interpretována i jako symbol kontaktu s reálným světem, s náhledem na situaci, se kterou se autorka snaží nějak vypořádat a začíná ji řešit. Z hlediska integrace archetypu se zde začíná rozvíjet

nějaké dění, které je však ještě velmi křehké a pozvolné. Mohli bychom uvažovat i o integraci negativního a pozitivního aspektu mužské postavy do jedné celistvé, reálné bytosti. Tedy o přijetí „žraločího“, ohrožujícího a zraňujícího aspektu zobrazeného muže. Kým bychom ho v takovém případě mohli obsadit?

Téma Wonder Woman, obr. 9



Průběh skupinové arteterapie.

Téma pojala autorka jako portrét. Celkem sebejistě se pustila do práce suchým pastelem. Ten si hodně oblíbila pro barevnost a snadné nanášení. V práci byla hodně

soustředěná, začala náčrtkem obličeje a vlasů, a vše postupně v plochách vybarvila, nakonec ještě domalovala dýku v záhradě.

Obrázek získá mnoho pochvalných a obdivných reakcí ze skupiny. Autorka je sama také nadšená a spokojená. Popisuje, jak ji to bavilo, to by nikdy nevěřila, že se mohlo podařit namalovat takový portrét Wonder Woman, vzpomene na předchozí obrázek Jamese Bonda, kdy překonala svůj strach. Ohlasy jsou, že je určitě těžké namalovat poprvé portrét.

Interpretace artefaktu.

Obrázek Wonder Woman na sebe strhává hodně pozornosti. Ta je zde věnována představě ženy, která má podle autorky kouzelné atributy. Dýka by mohla z interpretačního hlediska znamenat symbol obrany, ale její umístění v citlivém místě v blízkosti srdce by mohlo ukazovat také zranitelnost. Na obrázku nepoznáme, co je to za předmět, dokud to autorka nevysvětlí. Místo, kde je dýka uschovaná upozorňuje Wonder Woman, aby byla opatrná, a sama se nezranila, když bude chtít dýku použít. Také je dýka v symbolickém významu mimo jiné falickým symbolem. Zde je možné uvažovat nad propojením tohoto významu s autorčinou obavou v současném vztahu. Ostří dýky nevidíme, ale poloha rukojeti ukazuje směrem k srdci. Také je zajímavá z interpretačního hlediska chybějící část pravého hradla s odkazem na ženy Amazonky, které si dle některých mýtů jedno prso uřízly, aby mohly lépe jezdit na koni. Při zadávání tématu to připomenula jiná pacientka, která o Amazonkách mluvila. Mohli bychom také tematizovat motiv „falické“ ženy, v jejímž repertoáru je i možnost bojovat. Jaká forma boje by v takovém případě byla akceptovatelná? Jakou strategii (jaké strategie) by mohla zvolit?

Postřehneme, že Wonder Woman zde má ruku jako v boku a vypadá sebejistě, s čímž autorka rozhodně souhlasí. Žluté místo pod pravou rukou je zaslepením podpisu, který tam autorka umístila. I to je zajímavé, mohli bychom se ptát, jestli to místo zvolila z nějakého důvodu. Je to místo bezpečné? Autorka se ve svých artefaktech vždy podepsala na namalovanou stranu čtvrtky, na různá místa. Ačkoliv jsem ji upozornila, že je vhodné se podepisovat na zadní straně obrázku.

Ve skupině padne také zmínka o krásných vlasech. Co používá za šampon. Autorka často mluví o svých vlasech, které jsou podobné kvality. Někdo vyzdvihne srdíčko na tváři, mohlo by to znamenat, že se červená, stydí se? Nabízí se zde otázka, jestli se

tahle Wonder Woman červená. Autorka uvádí, že tahle se nečervená a popisuje jaké jí stálo úsilí načechrat vlasy, chtěla aby to působilo tak, že vlasy jí čechrá vítr i slunce. Také ji slunce nabíjí skrze korunu, tak čerpá energii. Výrazné oči s řasami namalovala proto, že WW svádí muže, je to i zbraň, stejně jako ta dýka. Z interpretačního hlediska by mohlo srdíčko na tváři souviset s identifikací autorky s postavou, vzhledem k možnostem další symboliky srdce jako zástupného orgánu sebe sama, zdroje energie, emocí, vztahovosti, lásky, ale i nenávisti.

Artefakt je velmi expresivní, nabitý emocemi, které jsou zde zastoupeny výraznou barevností. Oproti minulému obrázku nechybí teplé barevné tóny. Mohla by se zde projevovat až snaha o líbivost. Přijetí obrázku Jamese Bonda z minulé arteterapie bylo pro autorku silným pozitivním zážitkem.

Malba portrétu by mohla znamenat snahu o identifikaci sama sebe a vidění se jinak, než jako v případě postavy topící se bezmocné ženy v předchozím artefaktu. Wonder Women ukazuje ženu, která nepotřebuje čekat, až ji někdo zachrání, protože to udělá sama. Pro to svědčí i sebevědomý výraz a akční červená na rtech. Může k tomu ale potřebovat nadpřirozené vlastnosti a kouzelné atributy nebo přátele. **V reálném světě by integraci tohoto archetypu mohlo odpovídat umění komunikace s ostatními ve vztazích.**

Téma Muž, ke kterému vzhlížím, obr. 10



Průběh skupinové arteterapie.

Pacientka se po krátkém přemýšlení pustí dost rozhodně a energicky do tvorby, osvědčila se jí v minulých dílech práce s pastelem a chtěla by to využít i u tohoto námětu. Také krátce nahlíží na fotku zpěváka na internetu. Pak už maluje podle sebe. Nabízím k vyzkoušení anilinové vodovky, které jsou výrazně barevné, což by také mohlo splnit její představu hodně barevného díla, ale odmítne s tím, že někdy později,

až se naučí dobře zacházet s pastelem. S dílem je hotova v kratším čase než obvykle. Vypadá spokojeně.

Autorka hrdě předkládá artefakt skupině. Vzbudí dost pozornosti, hlavně barevností, kterou skupina ocení. Také je obrázek portrétem, jako ten předchozí Wonder Woman, skupina má zájem vidět oba obrázky vedle sebe. Hodily by se k sobě ty postavy?

Autorka si vybrala si známého zpěváka Karla, vždy ji zajímal a všechno se jí na něm zdá krásné. Jak dále popisuje, nevěděla jak namalovat rty, červená se jí zdála už moc, tak udělala růžové, ale také je to hodně. Skupina dává zpětnou vazbu, že Karel byl také jenom člověk, autorka si ho idealizuje v některých věcech až moc. Ptám se na mikrofon, který vypadá jako by byl zlatý? Byl to záměr? Podle autorky to záměr nebyl. Chtěla vyjádřit to, jak se cítí, když poslouchá zpěvákovy písně. Ty poslouchá, když si potřebuje navodit atmosféru pohody. Také se jí líbí jeho galantnost, jemnost.

Interpretace artefaktu

Autorka se věnuje dalšímu portrétu, tentokrát muže. Přirozeně to navazuje na předchozí dva obrázky. Archetypálně je zde prezentován animus jako muž umělec, zpěvák, jemný a citlivý podle popisu autorky. Postava muže, který vystupuje na pódiu, také něco dokáže předvést. K tomu symbolicky vyšla hvězda v levém rohu obrázku. Označuje někoho významného a osvětčuje zpěvákovu rameno. Díky zpěvu dokáže tento muž sdílet emoce.

Obrázek představuje zpěváka jako idealizovaného, autorka popisuje, že to přehnala s růžovou barvou rtů. Uvědomuje si, že to tak ve skutečnosti není. Možná může být ještě nějak obtížné nahlédnout na realitu, která není vždy růžová. Obrázek byl přijat skupinou, ale zároveň přišla zpětná vazba směrem k realitě. Zde také můžeme uvažovat o spojitosti s prožíváním pacientky ve snaze vyřešit svou situaci.

Obrázek přináší sdělení, jaké ještě vlastnosti by měl mít tento typ muže, archetyp animus, a to, že dokáže sdílet emoce s okolním světem. To je pro autorku velmi důležité, popisuje, že zpěv jí pomáhá nastolit pohodu. Zpěv by mohl zastupovat symboliku sdílení emocí a komunikaci.

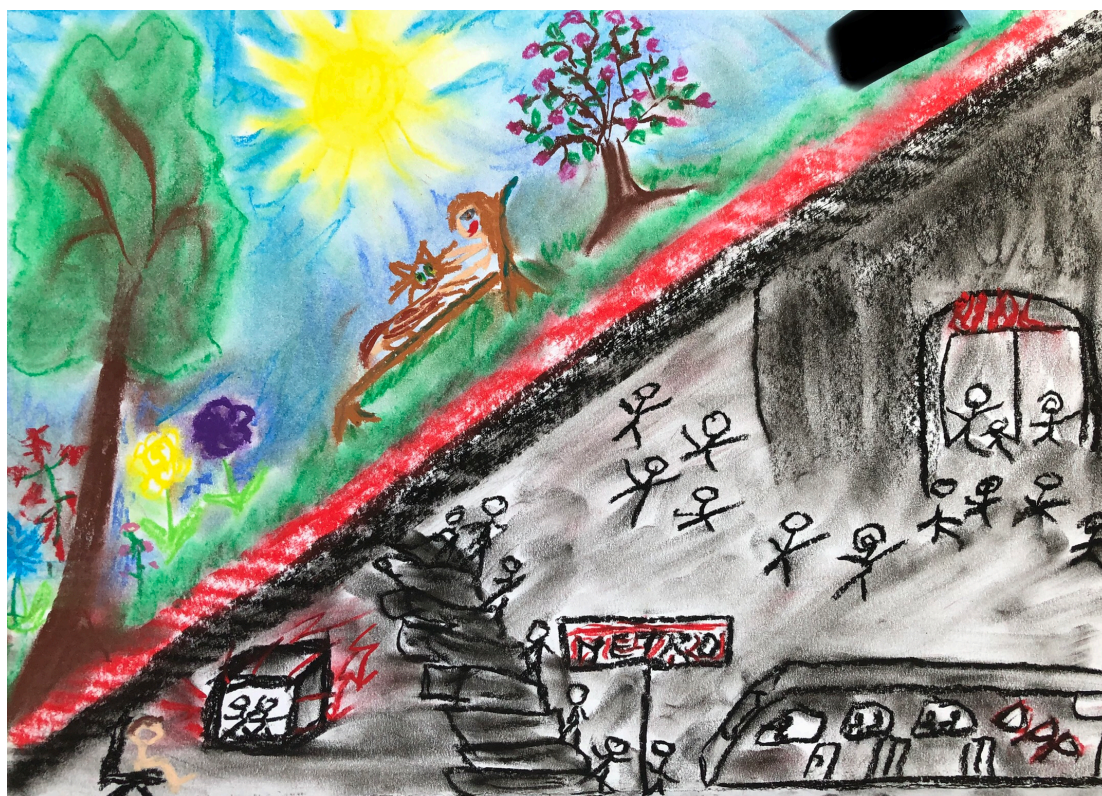
Zlatý mikrofon by zde mohl symbolizovat propojení světa představ a reality, která je a může být ještě lépe slyšena, když se mikrofon zapne.

Pro práci s touto klientkou bych doporučovala prozatím zůstat u výtvarného prostředku, který si oblíbila, a to je suchý pastel. Vzhledem k řešení její současné

životní situace je důležitá podpora sebevědomí. Tedy i pomocí zvládnutí výtvarné techniky a tím i stabilizace náhledu, že situaci je možné „režirovat“, pokud jsou otěže drženy v rukou. Pomyslné otěže zde může zastupovat ve výtvarném zpracování pastel. Teprve po takovéto stabilizaci bych navrhla abreaktivní akční akvarel, který neklade nároky na dodržení předem daného konceptu. Nakonec bych doporučila zařazení vodovek a mluvila s klientkou o akceptaci náhody, o flexibilitě a přijímání i nečekaných, neplánovaných aspektů reality.

Předchozí tvorba

Můj svět, obr. 11



Interpretace artefaktu

Tento námět předcházela zadání tématu James Bond, proto si zde dovoluji obrázek více rozebrat, i když zadané téma není archetypální a nebylo původně zamýšleno pro použití v bakalářské práci. Obrázek však velice přehledně dokládá v kontextu tvorby autorky některé možnosti využití různých podob archetypu anima, které mohou při

vhodném načasování vést k významnému výtvarně léčivému posunu v tvorbě. Těmito aspekty se věnuji v závěrečném hodnocení při zodpovězení výzkumných otázek.

Celek je rozdělen uhlopříčkou na dva trojúhelníky, které symbolizují dva oddělené světy. V obrázcích autorky se již od začátku arteterapie objevovalo rozdělení uhlopříčkou. Červenočerná uhlopříčka zleva doprava, tedy otcovská uhlopříčka ukazující na budoucnost zde vypadá jako oddělení autorky od pekla, jak také ona sama při arteterapii vysvětlila.

Horní trojúhelník je přátelský barevný svět, kde vše se zdá být zalito sluncem. Autorka je na lehátku se svou kočkou. Kočka je pro ni velmi významná, často o ní hovoří a maluje ji. Na přesné obsazení stromů a květin bychom se museli zeptat autorky. Ale z minulých sezení vím, že obvykle obsazuje do symboliky květin a srdcí své děti. Můžeme se tedy zamýšlet, že dvě květiny, žlutá a fialová by mohly reprezentovat mladší a starší dceru. Kvetoucí strom by mohl znázorňovat autorčinu osobnostní symboliku dění něčeho nadějného, nově vznikajícího a křehkého, co by však mohlo do budoucna směřovat i k plodům (květy stromu).

Dolní strom v levém rohu vertikálním způsobem zadržuje zborcení šikmého barevného světa a zároveň vyrůstá z uhlopříčky a tedy čerpá jisté živiny z pekelného světa. V úvahu by zde připadalo možné obsazení významu tohoto stromu skupinovou psychoterapií, kam pacientka dochází každý den a která je pro ni v současné situaci velkou oporou, ale často i pomyslným peklem pravdy a reality.

Strom má některé větve převislé, což působí dojmem větví vrby, ale museli bychom upřesnit dotazem na autorku. Smuteční vrba by v tom případě naopak také mohla nést symbolický význam vyrovnávání se s pocitem ztráty v souvislosti s osamostatněním dospělé dcery a současným rozpadem manželství autorky.

Na arteterapeutické skupině byly vzneseny dotazy o reálnosti ležení na lehátku na takovéto šikmé ploše, což byla pro autorku dobrá zpětná vazba s odkazem na možnosti zkusit namalovat postavu na lehátku tak, aby mohla mít větší pocit jistoty, že někde „nesjede“.

Černý proužek nahoře je zaslepením červeného podpisu autorky. V barevném trojúhelníku tedy není černá barva vůbec zastoupena, což ještě více poukazuje na rozdělení vnímání reality, ve smyslu černo-bílého vidění světa. V pekle vlevo dole na židli je také autorka, jak sama označila, sedí a dívá se na to všechno. V kostce (znázornění obydlí dle slov autorky) obklopené rudými blesky je také ona a muž, od

něhož se snaží odejít. Dále jsou tam znázorněny stresující faktory, které nyní obtížně zvládá. Cesta metrem, obchody a nakupování.

V arteterapii směřuji autorku ke zpracování příběhů, které by mohly propojit fantazii s realitou. V tomto smyslu se nabízí archetypální téma animus v podání agenta Jamese Bonda více než dobře. Téma také vedlo k vyřešení potíží s obavami kresby figury, která byla doposud autorkou řešena pouze symbolickým znázorněním. Nebo je, jak vidíme na tomto artefaktu v postavě na lavičce, ztvárňována průhledná, což ontogeneticky odkazuje na věk kolem 5 až 6 roku života. *Téma James Bond jednoznačně zlepšilo autorčino „bytí v obraze“.* Když porovnáme tento artefakt s artefaktem, kde je ztvárněn James Bond, vidíme, že u Bonda stále přetrvává určité oddělení světů v podobě zelené skály vlevo, která vede vertikálně nahoru, ale nejedná se již o uhlopříčku. Vhodnost témat, které se týkají identifikace, sebepojetí, jako je portrét.

9.4. Kazuistika 4

Muž, 29 let, deprese, úzkostné stavy se somatickou složkou, místy až charakteru panických atak, vyhýbavé rysy osobnosti, psychiatrická hospitalizace v anamnéze.

Vysokoškolské vzdělání technického zaměření, tlak na výkon v práci vedl k vyhoření. Nároky na výkon v původní rodině, vztahy dobré. Svobodný, pohledný muž, v současnosti navázal kamarádský vztah s dívkou, která je zadaná. Zvažuje své možnosti. Věnuje se hledání nové práce.

Téma James Bond, obr.12



Průběh skupinové arteterapie.

Pacient dochází ještě poměrně krátce na arteterapii. Zatím setrvává u kresby tužkou nebo pastelkami. Toto je jeho první postava od dob školní docházky a obává se, jak to bude vypadat. Spíše hrozné to bude. Ale dává najevo rozhodnost, že se s tím chce vypořádat sám, tak to respektuji, nenabízím jiné možnosti ani mu do tvorby

nevstupují. Trvá poměrně dlouho, než udělá první čáru, a pak už rychle, možná i pod tlakem končícího času, který je vyhrazen tvorbě, nakreslí lehátko s postavou a okolní atributy. Jako poslední vybarví žlutou hromadu peněz.

Obrázek komentuje slovy, že společnost uznává špatné vzory, James Bond je nedokonalý, pije alkohol, zabíjí lidi a za to ho platí, peníze se sypou. Popisuje cedule s nápisy kolem jako reklamní poutače na film s Jamesem Bondem. Filmy tohoto typu se točí, společnost uznává takové vzory. Skupina reaguje zpětnou vazbou, že vnímá jeho naštvání, když ty věci popisuje. Autor sděluje, že je pro něho důležité se chovat čestně, i ve vztazích s ženami, Bond je přelétavý.

Artefakt vzbuzuje otázku, proč Bond leží a kde se to odehrává, což autor vysvětluje jako zákulisí, kde Bond už dohrál, a herec teď nic nemusí, protože „mu to sype“ už samo. Při otázce, co znamená přeškrtnutá miska vlevo nahoře, upřesňuje, že tím chtěl vyjádřit, Bond si klidně může překračovat zákazy. Zde je kouření zakázáno, přeškrtnutý popelník a on má klidně i doutník.

Interpretace artefaktu

Zde je možné uvažovat nad propojením obsahu obrázku a zkušenostmi autora v kamarádkém vztahu s dívkou, o kterou má vážný zájem, ale zároveň je konfrontován s existencí současného přítele, což respektuje. Přítel dívky je se situací obeznámen, ale nijak se neangažuje. Autor sděluje při arteterapii, že chce být čestný, je to pro něj důležité, a proto spíše čeká, jak se vlastně dívka rozhodne, obává se podniknout nějaké kroky, aby nepřišel o její přátelství.

V artefaktu se nabízí pojetí postavy agenta jako muže, který nedodrží normy společnosti a přesto mu to vychází, dokonce je přelétavý, překračuje zákazy a ještě si to užívá. Respektive si pak užívá i herec v zákulisí, který se chová podle komentáře autora vlastně stejně jako Bond. V souvislosti s propojením obsahu a formováním nového vztahu, by zde hypoteticky Bond - herec, mohl být možným konkurentem, zastoupením onoho přítele dívky, který se příliš nesnaží, a přesto má zlatý poklad. S upomínkou na detail medaile vpravo, která by mohla naznačovat první místo, medaili vítěze. Skupina dává autorovi zpětnou vazbu, že vnímá jeho naštvání, když postavu Bonda a jeho zákulisní chování jako herce popisuje. V artefaktu je to vyjádřeno nejen obsahově, ale i tlakem na tužku a pastelky.

S ohledem na praktické označení ve formě tabulí, které něco zobrazují, je možné, že autor řeší problémy často racionalizací. Zároveň jako kdyby věci na tabulích byly prostě dané. Můžeme se ptát, co vše je tabulemi řečeno. Na nejvyšším poutači je znázorněn diamant (na dotaz popsal pacient). Otázka je, co by mohlo být touto symbolikou vyjádřeno. Diamant je nejtvrďší přírodní minerál, který byl od pradávna ceněn pro svou nezníčitelnost a údajnou magickou sílu, kterou dodával panovníkům. To vede k otázce, koho by zde mohla tabule s diamantem zastupovat a kdo má největší přehled o dění na obrázku. Na to bychom se museli zeptat autora. Podle Beckera (2002) byly diamantu v Evropě připisovány různé čarovné vlastnosti, měl mimo jiné „zabezpečovat přízeň žen a v renesanci byl především symbolem odvahy a síly charakteru“ (s. 54).

K zamyšlení mě vedou tabule se zbraněmi, z nichž vychází kulky. Autor na dotaz popisuje, že tím chtěl vyjádřit, že na Bonda je stříleno, ale on je už v zákulisí, a kulky se mu vyhnou. Zbraní je ve filmu s Bondem mnoho a patří k němu, tak je na obrázku nakreslil pro představu přestřelky, ze které Bond vyvázne jako vždycky.

Zde se nabízí hypotéza, že možná výměna názorů, tedy metaforicky slovní přestřelka, je pro pacienta ve vztazích nějakým způsobem obtížná a že tabule na obrázku by mohly symbolizovat tyto potíže s verbalizací emocí. Obě zbraně jsou zde nakresleny na tabulích tak, že nejsou samostatným předmětem, což jejich nebezpečnost eliminuje a může vypovídat o hledání možností jak se k problému postavit. Pro což svědčí i ležící Bond. Svoji roli již nehraje a v zákulisí se stává obyčejným hercem, který už má odpracováno a nemusí riskovat. V této hypotéze mohou být konfliktní situace v mezilidských vztazích a jejich řešení pro autora obrázku prozatím těžké.

Téma Wonder Woman, obr. 13



Průběh skupinové arteterapie.

Téma následuje v arteterapii po předchozím námětu Jamese Bonda. Autor si tentokrát zvolí pastelky s poznámkou, že minule to všichni měli barevné a uvědomil si, že tužka nestačí k vyjádření některých věcí, které by chtěl. Poměrně dlouho ale rozmýšlí nad čtvrtkou papíru, až spíše ke konci nakreslí postavu. Sděluje, že nikdy film neviděl, ale pojal to jako komiks.

Při zadání tématu na začátku tvorby uvádím, že by bylo vhodné umístit postavu do děje nebo namalovat pozadí, kde se nachází. Vidím, že pacient dlouho přemýšlí, ale vypadá spíše nepřístupně, v opozici, což respektuji a nechávám mu prostor na vlastní

rozhodnutí, jak s papírem naloží. Autor nechá prostor kolem postavy bílý, na moji otázku, kde se Wonder Woman nachází, popisuje, že někdo jde na sraz fanoušků Comic Con, jako v seriálu Big Beng. Je to muž v masce WW. Skupina chválí zdařilou postavu, kterou nakreslil na arteterapii teprve podruhé a zajímá se, která z hlavních postav seriálu by to mohla být, jestli je to Leonard nebo přece jen Penny jako žena v mužském kostýmu, ale ukazuje se, že je to Sheldon (také postava v seriálu), protože žena by neměla taková ramena. Obrázek vzbuzuje poměrně velký ohlas a mnoho dotazů. Autor popisuje, že Wonder Woman má ruce za zády, protože si chtěl ulehčit práci s kreslením. Skupina sděluje, že postava této Wonder Woman působí osaměle, možná tím, že okolo není nic, jen prázdno? Ze skupiny také zaznějí přímé asociace na kostým a vzhled, který by mohl být upravenější, když jde do společnosti, řídká paruka, má plavky atd. Bylo nutné zastavit tyto negativní asociace a převést pozornost jinam. Například k otázce, jestli postava na obrázku má nějaké schopnosti nebo atributy Wonder Woman, které by si mohla vzít sebou na Comic Con? Pacient popisuje, že ne, ale možná v rukou za zády by mohla něco mít. Jde na párty, kde je legrace a počítá se s tím, že kostým může vypadat i takhle. Skupina znovu chválí postavu a její proporce, autor komentuje, že se mu to nepovedlo, namaloval moc silná stehna, která vidí i jako svůj skutečný problém, s čímž skupina nesouhlasí.

Interpretace artefaktu

Zde je zajímavé využití čtvrtky papíru na výšku a důraz na postavu, která je poměrně velká ku prostoru papíru. Z hlediska proporcí jsou dolní končetiny kratší, levá ruka je dokonce ukončena v lokti. Autor vysvětluje, že si tak usnadnil kresbu. Chybějící ruce by nás mohly dovést k otázce autorovým možnostem skutečně jednat, řešit svou situaci. Zvláště v případě levé ruky jakožto dominantní. Odkazuje nás to k souvislostem ve vztahu s kamarádkou, jak bylo již pojednáno u předchozího tématu Jamese Bonda.

Jsou pocity nedostatečného sebevědomí autorovým současným tématem a proto se zatím jeví jako nemožné se angažovat v řešení vztahové situace? Tuto problematiku by mohlo osvětlit i vyjádření autora o postavě, která má příliš silná stehna, což autor vztahuje přímo na sebe jako poznámku o svém vzhledu. Autor celkově téma pojal jako komiks. Je toto pojetí nevědomou snahou nasadit masku, která situaci zlehčuje

svou komičností? Autor popisuje, že je to pro legraci, skupina přesto sděluje, že cítí osamělost maskované WW na obrázku.

Jako postavu Wonder Woman autor nakreslil muže, který se za ženu jenom vydává. A to velmi nepřesvědčivě, viditelně je to muž v kostýmu. Je to maska, kterou si postava obléká na setkání komunity fanoušků komiksů. Můžeme se ptát, komu je tato maska skutečně určena. Mezi specifika, kterými se vyznačují vyznavači Comics Con ve výše uvedeném seriálu Big Bang patří vysoká inteligence, vzdělání, ale zároveň projevy chování, které nesou až autistické rysy, znesnadňující komunikaci s okolním světem.

Za další symbolicky významné místo, které zde situačně rezonuje, bychom mohli považovat uvázání pláště na krku, které tím odděluje hlavu od těla. Krk vyjadřující symbolické propojení myšlenek (hlava) a emocí (srdce) by zde mohl naznačovat předěl mezi racionálním vnímáním a emocemi. Tedy oddělení emocí a jejich prožívání. Zároveň zdůrazněná ramena mohou deklarovat tvrdost jako kompenzační vyjádření skutečné zranitelnosti.

Můžeme se ptát, jak směřovat potenciálně terapeuticky prožití emocí pomocí výtvarného zpracování. Nabízí se zkusit větší využití barev a expresivní přístup k tvorbě. Zatím je však pacient ve své bezpečné zóně pastelek a tužky. Mohla bych nejprve zkusit překonat toto nastavení pomocí suchého pastelu, který nabízí velkou škálu barev, možnost kresby i malby, ale zároveň může mít pacient svou tvorbu stále pod kontrolou. Doporučila bych autorovi umístit postavy do nějakého kontextu, místa nebo alespoň vybarvení pozadí postav. Pro překlenutí obav a odporu práce s vodovkami a vyrovnání s faktorem náhody bych zde doporučila kombinaci voskovky (pro detaily postav) a vodovek, které by mohly plochu pozadí vhodně dotvořit. Kladla bych důraz na ukotvení postav a vnímání různé kvality země a nebe. K posunu přístupu k výtvarné tvorbě by mělo docházet postupně s využitím témat z přírody, například Moje krajina. Jako přechodové téma k uvolnění kontroly na obrázku se mi osvědčilo téma Má tréninková loďka.

9.5. Kazuistika 5

Muž, 60 let. Úzkostně depresivní porucha po prodělaném těžkém zánětlivém onemocnění CNS. Následek onemocnění je zhoršení kognice a deficit pozornosti. Dlouhá doba rekonvalescence, rehabilitace. Pacient zvažuje své možnosti, těžce nese pracovní neschopnost a ztíženou slovní komunikaci, která se projevuje občasným hledáním vhodného slovního výrazu. Má pocity nedostatečnosti. Cítí zodpovědnost zabezpečit rodinu, kde vztahy uvádí dobré. Má dvě dospělé děti.

Téma Wonder Woman, obr.14



Průběh skupinové arteterapie.

Pacient odmítne nabízené akvarelové barvy i suchý pastel. Uvádí, že s vodovkami má špatnou zkušenost z dob školní docházky. Vybere si pastelky. Pastelkami kreslí většinu doby docházky na arteterapii. Vytrvale odmítá vše ostatní, i když ostatní ve skupině používají i vodovky nebo alespoň suchý pastel. Ten použije jen jednou a stěžuje si, že se umazal. Po otázce jak se mu pracovalo, popisuje své pocity. Nelíbí se mu anglické výrazy, proč se to takto používá. Nejdříve pořád ruština, pak je zase

všude angličtina. O Wonder Woman četl něco z Wikipedie a napadla ho Xena, to kdysi sledoval v TV. Tahle Xena je před hradem, který brání a zabije všechny ty vojáky. Skupina vidí jen jednoho vojáka. Zdá se jim, že tenhle voják vypadá jako dítě. Je ten kroužek, co drží v ruce, korunka? Pacient vysvětluje, že to je zbraň. Toho vojáka smete Xena tím kroužkem, který hodí a on vybuchne. Nelíbí se mu, že tahle žena vraždí. Ptám se na meče vzadu za postavou vojáka. Jsou to další bojovníci, jsou tam trochu mečem, aby podpořili toho jednoho. Mají tam kousek ruky. Ale ona je zabije všechny. Skupině se zdá, že když tam nejsou, nemůže je zabít. Autor ale popisuje, zabije je, i tak všechny smete. A jsou tam přítomni už tím, že tam mají meče. Ptám se, jestli se Xena brání nebo je napadla? Autor upřesňuje, že bojovníci patří k tomu hradu. Hrad je jejich. Ona je tam nechce pustit do jejich hradu. Xena je vysoká a veliká, autor to komentuje, že by ani neprošla bránou, možná hradby by přelezla. Skupina má asociace, že nevypadá jako žena, trochu je mužatka. Rozvoj negativních asociací zde přerušuji. Autor s úsměvem a nadhledem popíše, že si je vědom, že není moc krásná. Ale prsa má. Nakreslil i korále. Skupina (ženy) se těžko vzdává asociací na vzhled prsou a oblečení. Přály by Xeně lepší oblečení. Vždyť autor viděl v seriálu, jak se obléká Xena. Moc oblečení na sobě nemá. Nenosí takové romantické šaty. Autor konstatuje, že většinou tyhle ženy bojovnice jsou krásné i ve filmu, aby se bylo na co koukat.

Ptám se, jak by mohl bojovník uspět, pokud použijeme příklad z biblického příběhu David a Goliáš. Pacient se zamýšlí, ale jiný konec svého příběhu nepřipustí, ona prostě bojovníka zabije.

Interpretace artefaktu

Autor popisuje příběh, ve kterém se stává Wonder Woman ženou, která nemilosrdně zabíjí. Nepřipouští, že by měli ti bojovníci nějakou sebemenší šanci. Dokonce i když jsou na obrázku podle slov autora přítomni jenom mečem, stejně neuniknou. Přitom je hrad jejich a tedy by měli být v právu. Je zde zajímavé autorovo pojetí v podání další ženské filmové postavy, Xeny. I když měl autor obrázku příležitost se zeptat anebo si i přečíst informace o tom, jaká je postava Wonder Woman. Také byla ve skupině při zadání námětu diskuze. Můžeme se ptát, jestli je zde možná souvislost obsahu obrázku se zkušeností autora, který pociťuje nemoc jako ničivé oslabení svých schopností obstat v práci, kde byl před onemocněním úspěšný.

Postava Xeny, která má v obličejí mužské rysy, jak popisuje skupina, stojí na obrázku před hradbami jako symbolu obrany, opevnění. Mohli bychom se ptát, co je za těmi hradbami. Možným symbolem integrity osobnosti by zde mohl být hrad, který autor označil jako vlastnictví bojovníka. Bojovník nasazuje svůj život, jen aby se tam dostal zpět. Žena má v pravé ruce kruh. Kruhu je přisuzována symbolika magické ochrany, zde také s přihlédnutím k autorovu vysvětlení splňuje předpoklady atributu zbraně, kterou se dá házet. Podle C. G. Junga je kruh symbol bytostného Já (Selbst). Žena tedy drží něco cenného, co by mohlo být klíčem k proniknutí do hradu. Na obrázku vidíme, že bojovník žije, příběh popisovaný pacientem přímo namalován není. Z interpretačního hlediska je možnost bojovníkova přežití tedy stále otevřená. Ale zatím nemůže být autorem akceptována vzhledem k situaci, ve které se nachází. V souvislostech autorovy zkušenosti se ztrácením životní síly během fyzické nemoci, se kterou se utkal, by se zde mohlo slovně, obrazně i obsahově propojovat jeho úsilí a doslova boj o život, který v reálném světě sice vyhrál, ale nyní bojem vyčerpaný bojovník přichází k další překážce, která se jeví jako obrovská a nepřekonatelná, tato překážka v podobě mocné ženy mohla být viděna i jako „ta“ deprese.

Téma Mořská panna, obr.15



Průběh skupinové arteterapie

Pacient zvolil znovu pastelky, sděluje, že je to osvědčené, i když dlouho trvá než vybarví pastelkou plochu. Při arteterapeutické skupině pak podrobně popisuje obrázek. Líbí se mu, že má mořská panna dlouhé černé vlasy a výrazné oči a namalovanou pusou rtěnkou, což by skutečná mořská panna neměla. Před ní klečí princ a žádá ji o ruku. Také na postavě prince autorovi záleželo, popisuje, že se snažil, aby měl vypracované svaly a dokonce si vyzkoušel jak se správně klečí i sám na sobě, než to, jak říká, namaloval. Ve vodě je mořský koník.

Více pacienta baví malovat, než koláže. Když obrázek maluje vlastní rukou, zdá se mu to více osobní, než vystřihovat.

Na otázku, co by říkal mořský koník, popisuje, že by k nim mluvil, aby se určitě vzali, že budou mít hezké děti. Hezké oči po mořské panně.

Uvádí, že se mu nepovedlo vzadu namalovat ostrov, je špatně, protože leží ve vzduchu. Modrá je vzduch, voda namaloval zelenou. Ostrov mu teď připadá jako větev stromu se třemi stromy na ní.

Skupina reaguje asociacemi o mořské panně jako kudlance, která prince sežere, princ má svázané ruce. Mořská panna má velikou pusou a je daleko větší než princ. Ten vypadá jakoby prosil o milost. Jsou obavy o prince.

Negativní asociace je zde nutné zastavit a dát slovo autorovi, jak se cítí a co tomu říká. Autor popisuje, že ho baví, jaký zájem jeho obrázek vzbuzuje, to nečekal, ale pozornost ho spíše těší, asociace o kudlance ho také zajímá. Připouští, že je mořská panna o dost větší než princ, ale ještě se neproměnila.

Interpretace artefaktu

Postava mořské panny je proporčně větší než princ. Postava prince klečí, vidíme jen jednu ruku, která upomíná na prosebné gesto. Mořská panna k princovi vztahuje levou ruku, jinak spolu nekomunikují. Mořský koník vypadá, že k nim promlouvá. Autor také popisuje, že jim doporučuje se vzít, protože budou mít pěkné děti. To by se však mohlo v příběhu stát, jen pokud se mořská panna promění ve skutečnou ženu se vším všudy. Děj na obrázku je ale na začátku pohádkového příběhu. Mořský koník jako symbol štěstí a tažné zvíře mořských bohů by zde mohl symbolizovat také nějakého

průvodce, rádce. Měli bychom se zeptat autora, koho by mohl mořský koník reprezentovat?

Vodu v moři nakreslil autor zelenou pastelkou, aby odlišil nebe a vodu. Mohlo by to souviset i s problematikou zhoršené kognice, protože pastelek s odstíny modré je k dispozici více druhů?

Autor popsal, že princ žádá mořskou pannu o ruku. Asociace ve skupině, že mořská panna připomíná kudlanku, mohou být spjaty s možným původem tohoto mýtu. Tímto způsobem se jeví setkání s bytostí jako ohrožující, při setkání s ní by mohl muž lehce ztratit hlavu. A můžeme se zamyslet, jestli je prosba o sňatek vyjádřením integrace archetypu animy jako femme fatale. Velikost a dominance postavy mořské panny upomíná na postavu Xeny z tématu Wonder Woman. V práci s tímto archetypem se nabízí možnost jak nebezpečnou animu začlenit a přenést její potenciál a energii do reálného prožívání. Důležitá se v tomto kontextu jeví práce s emocemi, které nelze racionálně uchopit, jejich prožití a vyjádření je možné pomocí výtvarné tvorby a skupinové terapie.

Princ na obrázku zastupuje postavu anima, který je nějakým způsobem oslabený a jak to nazve skupina, svázaný. Zároveň se ale princ staví do role muže, který ví co chce a riskuje i život, aby to zkusil. Tedy, jak popisuje autor, žádá o ruku, ale také něco nabízí, a to je sňatek. Cenná komodita pro mořskou pannu, která chce okusit pozemského života a nerozplynout se v pěnu.

Doporučení pro práci s tímto klientem jsou: zaměřit se na podporu sebevědomí při tvorbě s využitím koláží, motivovat pacienta k práci s koláží, vysvětlit možnosti podpory jemné motoriky a soustředění. Vést metodiku koláže tak, aby bylo možné převyprávět příběh (tvorba slov). Vhodná jsou další archetypální témata, pohádky. Dále bych také doporučila akční akvarel pro podporu vyjádření emocí barvami. V rámci kognitivního cvičení je pro pacienta vhodné převyprávět slovy celý příběh, který výtvarně zpracovává, což by bylo dobře proveditelné při následné imaginaci nad akčním akvarelem.

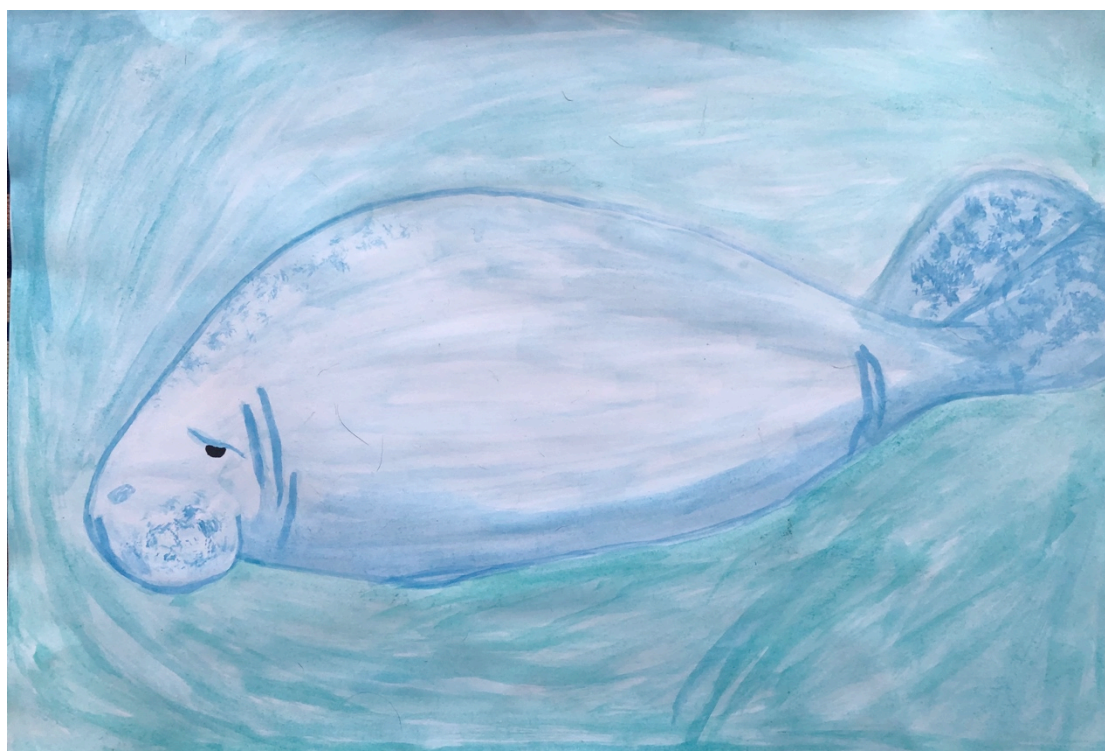
9.6. Kazuistika 6

Žena, 30 let. Těžká deprese. Úzkosti a pocity nedostatečnosti. Nyní nemá partnerský vztah, snaží se soustředit na pochopení složitých vztahů v primární rodině. S matkou se nestýká, s otcem nyní dobrý vztah. Sama pečuje o nemocnou babičku, u níž bydlí. Pociťuje vyčerpání, potřebu odpočinku a vyřešení této situace v rodině. Pracovní

zařazení negativně ovlivňuje zdravotní stav, zvažuje své možnosti v rámci svého vzdělání, které zahrnuje i přírodní vědy.

Celkově je pacientka hodně zaměřena vědecky, projeví se to i v biblioterapii ve výběru literatury, když přinese ukázat knihu od Stephena Hawkinga, Stručná historie času. Sděluje, že ji uklidňuje poslech takovéto literatury, ani nemusí vnímat ten obsah. Pohádky ji rozčilují. I jiná témata zpracuje výtvarně netradičně, například v tématu Adam a Eva namaluje místo postav chromozómy.

Téma mořská panna, obr.16



Průběh skupinové arteterapie

Pacientka ráda maluje vodovkami nebo temperou. Upřednostňuje ticho při tvorbě, má svůj pořádek v rozložení výtvarných prostředků na stole. Potřebuje kolem sebe dostatek místa. Maluje soustředěně, spíše rozvážně, klidnými pohyby štětcem.

Autorka popisuje, že namalovala kapustňáka. Vzhledem k legendám jak vznikly mořské panny. Původně chtěla sirénu a pak ji napadlo namalovat kapustňáka. Má ráda modrou barvu. Kapustňák plave za jídlem, loví, prorazil by i zed', líbí se jí tohle zvíře, protože je obratné pod vodou a na souši je zase jiné. Ze skupiny zaznívá pochvala,

postřehy, že namalované zvíře má objem a v pohybu plave. Jiné asociace ale nepřichází, jen dotaz jedné členky skupiny, kam se kapustňák dívá. Že má takové výrazné oko. Autorka přemýšlí a popisuje, že si prostě jen plave, je mu fajn, možná se dívá na dno pod sebou. Dále autorka sděluje, že má radost z přijetí obrázku skupinou, ani to nečekala, když nenamalovala takovou mořskou pannu jako druzí s tělem ženy a ploutví.

Interpretace artefaktu

Jako úvod je zde vhodný krátký popis kapustňáka. Do tohoto řádu Sirén patří tři druhy kapustňáků a dugong. Říkají se jim mořské krávy. Jsou to býložraví savci, obývají slanou i sladkou vodu převážně v tropech. Spásají na mělčinách mořskou travu a chaluhy. Mají válcovité tělo, zploštělý silný ocas a přední končetiny ve tvaru pádla. (Oceán, 2007).

Jak zmiňuje autorka v rozhovoru ve skupině, chtěla vyjádřit spojitost se vznikem legendy o mořských pannách-sirénách. V obrázku jsou dva druhy světle modré studené barvy. Kapustňák na obrázku působí jako vytesán z ledu. Živý kapustňák má výrazné ploutve ve tvaru pádla. Ty autorka nenamalovala, na dotaz uvádí, že jen naznačila ploutev na spodní části těla, bála se že tělo kapustňáka zkazí. Bez ploutví je však kapustňák nedostatečně schopen pohybu nejen ve vodě, ale hlavně na mělčině, kde se pase a potřebuje se o končetiny opírat.

Skutečný kapustňák tedy neloví. Kdyby však lovil, jak popisuje autorka, měl by bez končetin, které plní funkci pádel, také potíže řídit velké válcovité tělo ve směru za kořistí.

Také se zdá, že kapustňáka na obrázku modrá voda jen jakoby obtéká, což je viditelné hlavně v okolí hlavy. Mohli bychom se ptát, kam přesně pluje tento kapustňák. Autorka uvádí, že jen tak plave a je mu dobře, ale na co se dívá na dno pod sebou? Hledá něco? Emoce jsou spíše nečitelné, kapustňák na obrázku možná působí i smutně až uzavřeně. Kde je ponořen? (Ve svých myšlenkách?) Je mu vážně tak fajn? Autorka popsala, že obdivuje ambivalentnost zvířete, je jiné ve vodě a na souši zase jiné.

Voda jakoby nebyla na části těla, které vidíme, jinak by musel mít kapustňák alespoň mírné zabarvení do odstínu modré barvy vody. Vzniká tak otázka vjemu pohledu shora, z ptačí perspektivy, a sice na kapustňáka ležícího bokem na hladině. Mohli

bychom se ptát, jak hluboko je kapustňák ponořený. Bez ploutví (pádel) by mohl mít problém se ponořit do větší hloubky. Vzniká tak otázka bezmoci tohoto kapustňáka a jeho neurčitá izolace, uzavření ve vodním světě.

Světle modrá barva by mohla symbolicky naznačovat péči a ochranu, zde velmi vzdálenou touhu (ptačí perspektiva, odstup) po této péči. V souvislostech se situací pacientky se nabízí otázka, jak dalece si vůbec dovede představit své právo na vlastní potřeby a pocity.

Téma Wonder Woman, obr.17



Průběh skupinové arteterapie.

Pacientka si vybrala vodovky v kombinaci s temperami. Jako první namaluje postavu uprostřed obrázku neředěnou bílou temperou, kolem ní nanese opakovaně žlutou temperu. Až nakonec vybarví obrázek červeně rychlými tahy štětcem, ale vynechá úzký bílý rámeček kolem okraje čtvrtky. Při malbě nemluví, je vidět určité napětí

v držení těla. Bílá a žlutá působí plasticky, barvy jsou naneseny v silnější vrstvě než červená barva v kruhu a karmínová barva kolem něho.

Autorka popisuje, že namalovala Valkýru, je to pro ni paralela k Wonder Woman. Je to jediná zbylá Valkýra, ostatní umřely. Jde sama zachránit svět. Na můj dotaz na gesto ruky, co tím chtěla vyjádřit, popisuje, že to není konkrétní gesto, jako by něco házela, ale spíše výraz síly jako takové a letu. Valkýra letí.

Skupina vyjadřuje, že vnímá hodně červené barvy, asociace jsou s krví, s obavami.

Autorka vnímá barvu jako ambivalentní, když si obleče červenou, trochu se jí i líbí, když na to ostatní reagují takto šokovaně. Sděluje, že červenou vnímá jako energii a sílu, ale zároveň je to intimní barva, pro sebe ji mám, pro ostatní ji moc nechci. Skupina se ptá, jestli si to neprotiřečí s tím úmyslem provokovat, šokovat. Ptám se na oblečení, červenou zatím nenosí, ale mluvila o tom. Tak co by tomu řekla obléknout si něco červeného. Pacientka popisuje, že si to dovede představit, ale přirovnává to k namalování obrazu, který pak autor nechce nikde vystavovat. Na mou otázku, že často sděluje pocity bytí bez energie, únavu, jak to, že je teď možný takový obrázek, autorka odpovídá, že z obrázku sálá teplo ven. Kdyby to teplo ale měla použít, mít tuhle energii, tak to by mohlo být nebezpečné. Proto to nenamalovala červeně až k okrajům. S tím je takto spokojená, celkově je s obrázkem spokojená. Přijde jí to zajímavé. Přínosné jsou ty postřehy, které si udělala, když se mluvilo o červené barvě.

Interpretace artefaktu

Obrázek působí svěže a úderně, což je hodně vnímáno skupinou, která přináší asociace svých obav a nemožnosti více uchopit, co by se mohlo na obrázku dít.

Nějakým způsobem je tedy postava Valkýry zde velice dobře ukryta. Napadá mě k tomu „pod svícnem je tma“. Nabízí se spojitost s vyjádřením pacientky o svém ambivalentním vnímání červené barvy. Namalovat obraz, ale schovat ho do šuplíku. Bílá postava Valkýry je zvýrazněna hutnou barvou, nevidíme obličej. Tvar postavy Valkýry je spíše neutrální a z hlediska pohlaví ženu jen naznačuje.

Symbolika bílé barvy by zde, navíc s důrazem na středovou kompozici, mohla i „vynášet“ odstup, nechť vyjadřovat se k okolnímu světu a sdělovat o sobě, odhalit se. Zároveň však sděluje. Bílá je kromě jiného i barvou nekonfrontační. Ovšem také i kultivovaně dominantní. Zde se projevuje znovu téma ambivalence.

Na obrázku bílá přináší úlevu, odlehčení, když říká své „ne“ přivalům červené. Zajímavé je gesto levé ruky postavy. Autorka vysvětluje záměr vyjádřit sílu postavy a především let. Mohli bychom se ptát a upřesnit, jestli má postava obě ruce v pěst. K čemu pěsti potřebuje, když letí? Na obrázku to působí, jakoby se snažila probít levou pěstí více prostoru, prorazit žlutou (žloutek, vyživit se a vylíhnout se?) a tak se dostat dál do červené, která připomíná mandalu. Tato mandala by zde ale mohla působit jako brzda a zastavuje?

Žlutá barva kolem postavy zdůrazňuje odkaz na středovou kompozici a přitahuje tím ještě více pozornosti. Zároveň ohraničuje prostor kolem Valkýry. Tím by mohla také upomínat na symboliku žluté jako záře a světla, zde až nimbu kolem celého těla, ale také označení prostoru určité vyhrazené oblasti. Pro koho? Funkce symboliky žluté barvy je i výstraha, označení a vyčlenění určité skupiny v podobě oblečení (židovská hvězda, žlutý klobouk dlužníků, barva nevěstek nebo barva dopravních značek). Žlutá je ze spektra barev nejvíce viditelná na dálku. Středová kompozice, mandala a viditelnost žluté, mohli bychom uvažovat o propojení těchto obsahů se současnou situací autorky? Potřeba být viděna, nebýt sama na péči o babičku, osamostatnit se, žít vlastní život?

Valkýra je postava ženy bojovnice ze severských mýtů. Tyto ženy nejen bojovaly, ale také byly průvodkyněmi mrtvých válečníků do Valhaly, síně padlých severského boha Ódina. Jak zapadá do celkového obrazu otázka, koho tato Valkýra potřebuje doprovodit? Autorka popisuje, že toto je poslední Valkýra, která zachraňuje svět. Mohli bychom se ptát, jak se může jako jediná svého druhu cítit? Vyčleněná nebo osamělá? Jen jedna na záchranu celého světa, sama proti všem?

Mít takový plán stojí mnoho energie, kterou je potřeba nejprve nakumulovat, aby bylo možné ji použít k boji. Červená barva v kruhu, mandale, tuto energii koncentruje a jak popisuje autorka, použít tuto energii by bylo nebezpečné. Můžeme uvažovat, jestli by zde mohla být spojitost se zadržováním energie uvnitř, aktivitou červené barvy, která je mimo jiné spojena se samotným životem, s barvou krve i sexuality, ale též moci a síly. V emocích by mohla být spojována červená barva se vztekem.

Výjev na obrázku upomíná také tvarem žluté „nádoby“ dělohu, v níž je bílá nenarozená Valkýra zatím ukryta jako zárodek, jak jsem se již zmínila výše k možným významům žluté barvy. Červená mandala by pak mohla plnit funkci placenty, která vyživuje. Otázkou je, kolik času ještě bude pro svůj růst postava Valkýry potřebovat.

Okolí červené mandaly je vyplněno karmínovou červenou, barvou pláště králů a vládců. Můžeme se ptát, kdo v tomto prostoru vládne?

Pro práci s touto pacientkou bych doporučila pokračovat v malbě vodovkami, nejlépe technikou akčního akvarelu. Bylo by také vhodné podpořit hledání identity malbou portrétu. Pacientka se spíše vyhýbá malbě lidské postavy, proto bych zvážila kombinaci koláže (postava) a domalovat vodovkami. Je důležité také pohovořit s pacientkou o tradičním ztvárnění témat s důrazem na realitu. Hledat možnosti pro ni skutečně přijatelné, zkoušet, co je únosné. V tom by mohla být nápomocná právě zmíněná koláž. Z pohádkových témat jsem skupině po tématu Mořské panny zadala námět Perníková chaloupka, který zpracovala tato autorka v podobě plamenů v peci. Namalovala náznak obličeje ježibaby v ohni. Z mýtických archetypálních témat bych pak dále pracovala s tématem Medúzy.

Předchozí tvorba

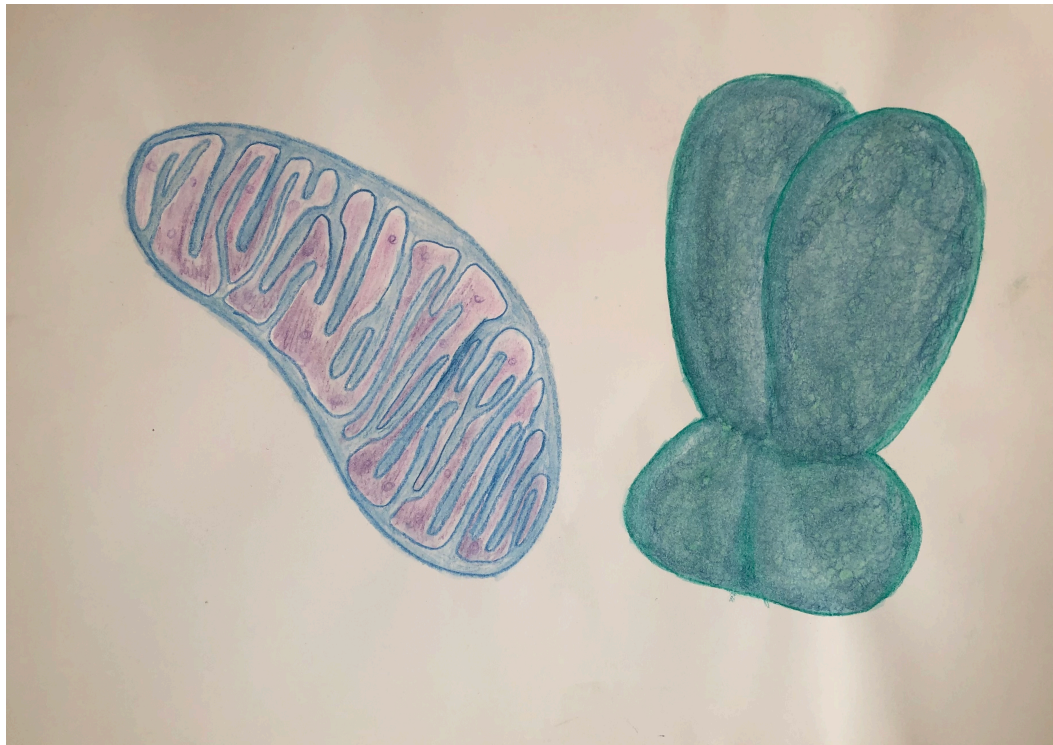
První jarní den, obr.18



Námět, který hlediska archetypu představuje postavy Peruna a Morany jako průvodce (mana), by mohl být tomto případě vnímán i s přesahem do archetypu anima a

animus, božské rodičovské postavy. Vycházím ze složitých souvislostí autorčina vztahu k otci a matce. Zajímavá je zde maska, která zakrývá obličej postavy a mohla by tak reprezentovat personu.

Adam a Eva, obr.19



Praotec Adam a pramáti Eva ztvárněni jako chromozómy, jak popisuje autorka.

10. Zhodnocení

10.1. Zhodnocení výzkumných otázek

Otázka 1: Co přináší využití různých podob archetypu do arteterapeutické skupiny?

Motivaci. Sebevědomí. Skupinovou soudržnost.

Motivace je důležitá k tomu, aby se pacient nestal chronickým pacientem. Motivovat k úzdravě může rozpoznání své hodnoty, kterou si pro začátek dovolí zažít pacient právě v realitě skupiny. Tato motivace byla podpořena zkoumanými tématy, která umožnila větší náhled a přijetí pacienta skupinou.

Zvýšení sebevědomí pomocí zvládnutí obav z výtvarné tvorby je zde významným faktorem, který podporuje jak jednotlivce, tak i soudržnost skupiny. Skupinová soudržnost je, jak píše Yallom (2016), „pro skupinovou terapii tím, čím je terapeutický vztah pro terapii individuální“ (Yallom, 2016, s. 69).

Podle mého pozorování během práce s výzkumnými artefakty mělo zlepšení sebevědomí jednotlivce vliv na sebevědomí skupiny jako celku.

Již během tvorby výtvarného artefaktu jsem zaznamenala zvýšený zájem a ochotu i odhodlání autora si poradit s výtvarným zpracováním postavy i když to bylo pro většinu z nich poprvé a cítili se nejistí.

Také jsem zjistila, že práce s vodovkami je některými pacienty vytrvale odmítána a veliké úsilí stálo motivovat je alespoň k využití suchého pastelu nebo voskovek. Tam bylo obtížné dosáhnout motivace.

Jiným rozměrem motivace je podle Yalloma (2016) tzv. motivační náhled, kdy mohou pacienti zjistit, proč dělají s ostatními to, co dělají. Obvyklý typ takového náhledu je, „že se člověk chová určitým způsobem, protože předpokládá, že jiné chování by znamenalo katastrofu, byl by ponížen, zesměšněn, zničen či opuštěn“ (Yallom, 2016).

Během arteterapie předkládá svůj artefakt jednatel skupině, kde je možné zabývat se také těmito aspekty, a to v bezpečné rovině výtvarného díla, které tento náhled umožňuje a zprostředkuje jako zpětnou vazbu od skupiny. V Kazuistice 3 je odkaz

k náhledu bezmocného čekání na záchranu. V Kazuistice 4 zase vidíme Wonder Woman jdoucí na Comics Con s odkazem na náhled „jít sám za sebe“.

S těmito možnostmi by se dalo dále ve skupině pracovat a rozvíjet je.

Dynamiku.

Vnesení větší dynamiky do skupiny. Dynamická interakce je zmíněna v teoretické části této práce kapitola Skupinová terapie. (Yalom, 2016)

Projevilo se to podle mého pozorování jako zvýšený zájem spolupracovat, pacienti více reagovali na druhé, dávali si lepší zpětnou vazbu. To pokračovalo i v průběhu skupinové terapie, kam pacienti pravidelně docházejí, kde nastalo také zlepšení komunikace. Zvláště komunikace o vztazích ve skupině i o případných konfliktech ve v ní. (Informace v této bakalářské práci nejsou detailně popsány z etických důvodů pro zachování anonymity apod.)

Větší dynamika umožnila arteterapeutické skupině lépe vnímat smysl tvorby a rozmluvy o artefaktu je něco, co může pomoci i za cenu mírného nepohodlí při opuštění bezpečné zóny.

Z důvodu chybějících údajů ve zkoumaném vzorku není možné zhodnotit, jak by se využil potenciál těchto témat ve skupině, kde by se vyskytovali pacienti s manickou fází onemocnění bipolární poruchou a co by to přineslo do skupiny.

Potenciál uvolnění napětí a úzkosti.

Napětí bývá do skupiny vnášeno jednak vlivem aktuálního zdravotního stavu jednotlivých členů a jejich onemocněním a také obavami před hodnocením jakéhokoliv výtvarného artefaktu skupinou.

Podle sdělení pacientů a mých pozorování se dařilo napětí a úzkostné ladění zmírnit již u rozhovoru při zadávání témat a na skupině, dále také při výtvarné tvorbě, kde jsem mohla vstoupit šetrně do obrázku s pomocí, například při tvorbě postavy Jamese Bonda (Kazuistika 3). Zmírnění úzkostí často následovalo po přijetí artefaktu skupinou. Dále takto působilo prožití emocí souvisejících s děním v obrázku a náhled autora na toto dění v souvislostech se svou minulou či současnou situací.

Potenciál aktivizace depresivního pacienta.

Není možné určit vhodnost akčních filmových témat pro práci s pacienty v manické fázi.

Aktivizovat depresivního pacienta je komplexní úkol, který je nutné rozložit s ohledem na zdravotní stav na delší období a postupovat umírněně. Podle mých zjištění při práci a témata by arteterapie mohla léčbu v tomto směru takto vhodně doplnit.

Jak píše Raboch a Pavlovský (1998), výsledek léčby závisí zásadním způsobem na schopnosti terapeuta navázat kvalitní vztah s pacientem a získat ho pro léčbu. (Raboch a Pavlovský, 1998)

U nemocných bipolární afektivní poruchou je důležité nárůst aktivity pozorovat a informace s ohledem na možnost vývoje nemoci směrem k manickému stavu předávat plynule lékařskému týmu. V tomto výzkumu se však pacienti v manické fázi nevyskytují, není možné tedy posoudit jaký potenciál přináší téma v této oblasti.

Nutnost větší přípravy a vyšší časová náročnost pro skupinu i arteterapeuta.

Prevence vyhoření arteterapeuta.

Podle provedeného výzkumu je téma hodně náročné na práci arteterapeuta. Je nutná větší příprava pro zadání, samotné zadávání tématu trvá výrazně déle než u jiných námětů, je nutné podrobně vysvětlovat apod., jak popisují v kapitole Zadání tématu. Dále je nezbytné objektivní zhodnocení zdravotního stavu jednotlivců a celkového stavu skupiny, které někdy vyžaduje konzultaci s kolegy. Je potřeba mít dobrý terapeutický vztah s pacienty, skupinu znát a pracovat s ní dlouhodobě.

Přínosem je motivace terapeuta a možná prevence vyhoření. To je potenciálem zvláště filmových archetypálních témat typu James Bond a Wonder Woman, které svými nároky mohou působit i na osobnost arteterapeuta. Práce je zajímavá, filmová témata umožní jiný pohled. Myslím, že za vhodných okolností, je dobré občas zařadit tyto náměty do repertoáru.

Otázka 3: Kdy je vhodné zadávat tato témata?

Na základě dvouleté práce s těmito tématy u pacientů s onemocněním afektivní poruchou, jak je popsáno v teoretické části, musím konstatovat, že nepovažuji tyto podoby archetypu anima jako vhodné zadávat, pokud se vyskytne ve skupině nemocný s manickou fází bipolární afektivní poruchy nebo s psychotickými projevy či s náběhem na panickou ataku apod. V tom případě ani aktivizace není vhodná a pro celou skupinu je nutné vybrat téma z jiného okruhu.

Jako nevýhoda, která byla při výzkumu potenciálu těchto témat u zkoumané skupiny zjištěna, se jeví fakt, že nebylo možné témata zadávat tak často, jak jsem původně zamýšlela a vybraný zkoumaný vzorek je menší. Důvodem je, jak již popisuji výše, situační stav skupiny. Zadáání těchto témat se u pacientů s afektivní poruchou nedá dopředu naplánovat.

Otázka 2: Co se nejvíce projevuje v prožívání pacientů během arteterapeutické skupiny při práci s artefakty s různými podobami archetypu anima?

Co se nejvíce projevuje v průběhu arteterapeutické skupiny se všemi zkoumanými podobami archetypu anima jsou vztahy nejen k partnerovi, ale k celé rodině, matce, otci, dítěti a s nimi související emoce. Očekávání od světa, jaký by měl být nebo neměl a obavy z něj, vyjádření obav z nového partnerského vztahu. Jak vnímá pacientka/pacient sama sebe v nějaké roli. Jaké může být partnerství, ženskost nebo mužství.

Dále vztah k tělu, jak by chtěl člověk vypadat versus jak se přijímá. V souvislosti s tlakem okolního světa, kde stále ještě je jako vzor prezentován fyzicky dokonalý člověk, který nestárne. Vždyť i v tématu Bonda se toto vyskytuje, protagonista filmu je vyměněn za novější model, a „šou“ může pokračovat.

Je zde možnost vyjádření emocí, včetně naštvání se na dokonalost Bonda a Wonder Woman, nemusím vše splnit, co mi svět předkládá, abych byl jako člověk přijímán. Mohu být přijat i nedokonalý, bez bondovských vlastností.

Mořská panna v artefaktech autorek Kazuistiky 1 a Kazuistiky 2 vyjadřuje vztah autorky ke svému tělu. Vyjádření přání a potřeb dovolit si postarat se sama o sebe a také si dovolit prožít emoci, které může přinést úlevu. V Kazuistice 1 vyjadřuje archetyp Mořská panna symbolicky mimo jiné i touhu po bezpečí.

Mořská panna ztvárněná v Kazuistice 5 je obsazena do příběhu, kde symbolicky otevírá autorovu představu vztahu.

Vztah k vlastnímu tělu se nejvíce projevil v artefaktech při malbě a popisu postavy Mořské panny nebo Wonder Woman. Tomuto faktu se věnuji v interpretacích. V těchto postavách také autoři realizovali své touhy po naplnění současných potřeb v podobě řešení svých vztahových zkušeností, například Woman Woman v Kazuistice 3 znázorňuje kromě jiného i potřebu se umět bránit, být v určitých situacích do jisté míry falickou ženou. Muž v masce Wonder Woman jdoucí na Comics Con v Kazuistice 4 zase dostává zpětnou vazbu od skupiny s poukázáním na možnost být sám za sebe.

U mužské postavy Jamese Bonda došlo u žen ve arteterapeutické skupině k otevření tématiky domácího násilí, vztahu k mužům obecně, obavu z možnosti mít nový vztah, obavy před muži jako takovými nebo naopak k vidění postavy Bonda jako záchranáře, který vše vyřeší (Kazuistika 3). U námětu Jamese Bonda obecně byly vyjádřeny pozitivní i negativní vlastnosti tohoto představitele archetypu animus. Negativní pocity k Bondovi sděluje autorka v Kazuistice 1.

Jak jsem již popsala v kapitole Metodika, v kazuistikách této práce nejsou z etických důvodů uváděny detaily rozhovorů.

Ve volném tématu, kde se objevuje samostatně výběr mužské postavy Archeologa (Kazuistika 1) a Zpěváka (Kazuistika 3), jsem zaznamenala větší idealizaci těchto postav, partnerský ideál, popis kladných vlastností. Idealizovaný animus, ke kterému se vzhlíží. Docházelo pak k dobré zpětné vazbě od skupiny s poukázáním na nereálnost očekávání, kterou dokázala pacientka vidět s nadhledem. Idealizace u Zpěváka (Kazuistika 3) byla tak očividná, že samotná autorka to přijala velmi dobře, ne jako kritiku od skupiny, sama to nahlédla.

U autora Kazuistiky 5 ukazuje téma Wonder Woman a Mořská panna na hledání pacientova nového místa ve vztahu, které bylo pro něho pozměněno, když došlo k onemocnění a k dočasné nemožnosti postarat se o sebe a o rodinu, což přineslo pocity nedostatečnosti.

Symbolické znázornění potřeby postavit se čelem k řešení vztahových situací, popisuje Kazuistika 4 v tématu James Bond.

10.2. Zhodnocení výzkumných cílů

Na základě zodpovězení výzkumných otázek popisují v následujících odstavcích shrnutí výsledků svých zjištění.

Prvním cílem bakalářské práce bylo zkoumání arteterapeutického potenciálu různých podob archetypu anima. Potenciál využití tohoto archetypu v arteterapii byl během tohoto kvalitativního výzkumu stanoven na základě průběhu samotné arteterapeutické skupiny, rozhovorů při zadávání témat, během výtvarné tvorby a pomocí interpretačních symbolických postupů při mé následné práci s artefakty.

Druhým cílem bylo pokusit se zjistit, jak se mohou vztahovat pacienti s afektivní poruchou k různým podobám archetypu anima. Výzkum byl také proveden během celého arteterapeutického procesu a dále při interpretační práci se symboly v artefaktech.

První cíl.

Arteterapeutický potenciál archetypu anima/animus.

Zlepšení motivace jednotlivce i skupiny.

Zvýšení sebevědomí jedince a jeho přijetí ve skupině.

Zlepšení dynamiky arteterapeutické skupiny.

Uvolnění napětí a úzkosti jedince i skupiny.

Potenciál aktivizace depresivního pacienta.

Není možné určit vhodnost akčních filmových témat pro práci s pacienty v manické fázi.

Nutnost větší přípravy a vyšší časová náročnost pro skupinu i arteterapeuta.

Prevence vyhoření arteterapeuta.

Pro upřesnění výsledků tohoto výzkumu by bylo dle mého mínění vhodné provést srovnávací výzkum s tématy z jiného okruhu. Jak ukazuje příklad Kazuistiky 3, téma James Bond a téma Můj svět.

V případném pokračování by pak bylo možné zhodnotit výzkum z více úhlů pohledu a nastínit tak další možnosti terapeutického záběru těchto archetypálních témat.

Druhý cíl.

Jak se mohou vztahovat pacienti s afektivní poruchou k různým podobám archetypu anima.

Ve vztahu k tomuto archetypu, tedy k jeho výtvarnému ztvárnění, se dle mých zjištění u pacientů mohou projevit:

Vztah k vlastnímu tělu a prožívání sebe sama v tělesné i psychické rovině.

Možnost vyjádřit emoce.

Konkrétní vztah k partnerovi, rodině.

Obavy z navazování vztahů.

Otevření tématiky domácího násilí.

Při navázání a rozšíření tohoto výzkumu by bylo vhodné pracovat v multidisciplinárním týmu, nebo alespoň za intenzivní supervize zkušeného psychologa či psychiatra.

V. Závěr

Již při zadávání témat s tímto archetypem se projevilo, jak se k jeho různým podobám pacienti s afektivními poruchami vztahují. Na základě práce s nimi během arteterapeutické skupiny a následné interpretace artefaktu jsem zjistila, že nejvíce se promítá do obrázků jejich postoj k vnímání vlastního těla a představy o partnerských vztazích. Obrázky často pojednávají o konfliktu mezi vysněným a reálným světem a odhalují vnitřní křehkost a nejistotu, a to nejenom v reálném světě, ale i ve fantazii. Mohu si dovolit mít sen? A přitom neztratit kontakt s realitou? Můžeme se někdy takhle ptát my všichni?

Výhoda těchto archetypálních témat, zvláště těch, která již jsou zpracována v pojetí „na plátně“ kin nebo v komiksech či knižně, je jejich otevřenost k dění ve společnosti a souvislost s nedávnou minulostí či přímo současností. Zároveň jsou zpracována nadpřirozeně, tedy aktéři těchto filmů a zástupci archetypu anima/animus jako Wonder Woman a James Bond disponují vlastnostmi či artefakty, které reálně nejsou a o to více mají významnou roli právě v tom, že přiznaně poukazují na svůj fantazijní původ. Tímto upozorňují na skutečný kontrast mezi představami a reálným světem. Odkaz může být v tomto jednom prvku významnější nežli u obvyklé pohádky, protože je více začleněn do našeho bytí v současné realitě. Jsou to zde například reálná historická fakta, kterým čelí protagonista archetypu nebo zřetelný střet reálného světa se světem božským a nadpřirozeným, který však lidskost postavy spíše zdůrazňuje.

Anima podléhá svým citům, chybuje, snaží se najít životní cestu, která oba světy propojuje apod. Toto se projevuje například u tématu Jamese Bonda v artefaktu Kazuistiky 3, kde došlo k významnému posunu směrem k reálnějšímu přístupu k výtvarné tvorbě. Autorka zde už neměla potřebu předělit svět na dobrý a zlý, ale alespoň jej symbolicky předělila na svět muže (skála, na které stojí Bond) a svět ženy (v symbolické rovině voda). Nabídla tedy v obrázku nějaké možnosti, jak by se tyto dva mohli setkat.

Toto jsou vlivy, které setkání s archetypem anima/animus může přinášet do našeho prožívání. Je zrcadlem určitého osobnostního poznání, čímž nabízí možnosti

jiného náhledu na realitu či „jak to vlastně máme“ ve svém vnitřním pojetí sebe sama. Tedy v integraci tohoto archetypu vidím možnost uspořádání vnitřního chaosu a porozumění si. Tyto aspekty popisuje Stein (2016), jak uvádím v úvodu do praktické části této bakalářské práce.

Svět fantazijní a svět touhy, který je skrze archetyp anima/animus také nabízen, vyzývá mimo jiné k tomu, abychom všichni v pravdě zvažovali své možnosti, ptali se, jaký je skutečně náš osobní smysl života a objevili jej.

V případě člověka trpícího depresí je opravdu zásadní ukázat a udržet naději, že je stále možné dojít k ukotvení v životě a úlevě z trýzně tohoto onemocnění. Pacienti pocítují tlak okolí, které často nedokáže a ani skutečně nemůže plně pochopit, co se děje v jejich nitru. Nejbližší okolí pacienta tím také trpí. Tato nemoc není fyzicky viditelná a je obtížně srozumitelná nejen pro okolní svět, ale i pro pacienta samotného. Tím se někdy nemoc stává jistou škatulkou, přihrádkou, která odděluje od světa „tam“. Je zde riziko chronického průběhu nemoci a návrat do běžného života se může zpomalit nebo dochází ke snížení kvality života. Zde musím znovu zdůraznit důležitost vztahu mezi arteterapeutem a skupinou a jak jsem již uvedla v podkapitolách Zhodnocení výzkumných otázek a cílů, práce s tématy tohoto typu významně zlepšuje dynamiku skupiny a otevírá prostor pro vztahově složité prvky, které jsou dále řešeny v souběžné skupinové psychoterapii. V případě, že je dobrá spolupráce také mezi terapeuti, je možné nalezené prvky poznání pacienta ve vztahové rovině a jeho fungování během arteterapie dále rozvíjet a navazovat na ně i v jiných terapeutických činnostech.

Dále také tato bakalářská práce přispěla k poznání využití potenciálu témat anima/animus, které spočívají v aspektech jako je aktivizace a motivace pacientů, k níž dochází již během průběhu zadání tématu, během výtvarné tvorby a následně je na arteterapeutické skupině prohloubena.

Tím se dostávám k tomu, jak je práce s tématem anima/animus pro terapeuta náročná. V tomto výzkumu se projevilo (jak popisuji při zadání témat pacientům), že je to téma, které není možné zadávat každý den, dokonce ani každý týden. Vycházím ze své zkušenosti během práce v arteterapeutické skupině.

Tyto působivé náměty mají specifický arteterapeutický potenciál, jak jsem popsala v kapitole Zhodnocení výzkumu a je vhodné je zařadit, když to celková situace umožňuje. Ve skupině pacientů s afektivními poruchami je potřeba zvažovat

zdravotní stav nemocných, jestli je v daný okamžik zařazení námětu vůbec vhodné. Je tedy nutné, aby byl arteterapeut velmi dobře připraven i na zadání alternativních témat. Náměty archetypu anima/animus je nutné dobře znát, pacienty na ně připravit již během zadání a poskytnout jim celkově bezpečné zázemí k tvorbě. Výtvarná tvorba všech pacientů v této bakalářské práci poukazuje na místa, kde je potřeba se v terapii zaměřit a jak ji podpořit, artefakt zprostředkuje ujištění o vlastní hodnotě i skrze funkční skupinu. Zjištění a návrhy jak je podle mého názoru vhodné dále s pacienty arteterapeuticky pracovat jsou popsány na konci interpretace artefaktu v jednotlivých kazuistikách.

S ohledem na specifika onemocnění je důležitá jistota ve vedení rozhovoru a ujištění pacienta o případné pomoci, zároveň však může jiný pacient potřebovat více prostoru. Na arteterapeutovi pak je, aby vybalancoval tvorbu ve skupině i následné rozhovory nad artefakty, aby terapie byla k užitku všem zúčastněným. Sama na sobě jsem si ověřila, že práce se zkoumanými tématy přináší benefity i pro arteterapeuta, který se občasným zařazením námětu dostává k novým vhledům na svou práci ve skupině a k poznání pacienta i sebe sama z jiného úhlu pohledu. Toto by byla i dobrá součást prevence vyhoření a také případný námět pro jinou bakalářskou práci, která by mohla tento vhled rozvinout.

VI. POUŽITÁ LITERATURA

- Becker, U. (2002). Slovník symbol. Portál.
- Borecký, V. (2003). *Porozumění symbolu*. Triton.
- Cooperová, C. J. (1999). *Ilustrovaná encyklopedie tradičních symbolů*. Mladá Fronta.
- Gibson, C. (2010). Symboly a jejich významy. Slovart.
- Höschl C., Liebiger J., Švestka J. (2002). *Psychiatrie*. Tigris.
- Jacobi, J. (2013). *Psychologie C.G.Junga*. Portál.
- Jung, G.C., Franz von, M.-L., Henderson, L.J., Jacobi, J., Jaffé, A. (2017). *Člověk a jeho symboly*. Portál.
- Jung, G.C. (2018). *Výbor z díla II*. Nadační fond Holar.
- Jůzlová, J. (2007). *Oceán: poslední divočina světa*. Knižní klub.
- Kast, V. (2014). *Dynamika symbolů*. Portál.
- Liebmann, M. (2004). *Skupinová arteterapie*. Portál.
- Lhotová, M. (2010). *Proměny výtvarné tvorby v arteterapii*. Scientia.
- Lhotová, M. & Perout, E. (2018). *Arteterapie v souvislostech*. Portál.
- Raboch, J. & Pavlovský, P. (1998). *Psychiatrie: minimum pro praxi*. Triton.
- Rubin, A. J. (2008). *Přístupy v arteterapii*. Triton.
- Stein, M. (2016). *Jungova mapa duše*. Emitos.
- Stein, M. & Corbett, L. (2006). *Příběhy duše I*. Emitos.
- Šicková – Fabrici, J. (2002). *Základy arteterapie*. Portál.
- Vágnerová, M. (1999). *Psychoterapie pro pomáhající profese*. Portál.
- Wadson, H. (2010). *Art Psychoterapy*. John Wiley & Sons, Inc.
- Yallom, D. I. & Leszcz, M. (2016). *Teorie a praxe skupinové psychoterapie*. Portál.

Zeman, S. (2019). Poznámky z výuky arteterapie. Ateliér arteterapie. České Budějovice

Internetové zdroje

Blomdahl, Ch., Gunnarsson A. B., Guregård, S., Rusner, M., Wijk H., Björklund A.

(2016). *Art therapy for patients with depression: expert opinions on its main aspects for clinical practice*. Journal of Mental Health, 25, 1 – 9.

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09638237.2016.1207226>