



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Atelier arteterapie

Bakalářská práce

Využití fotografie v arteterapii

Vypracovala: Mgr. Kateřina Douděrová
Vedoucí práce: MgA. Stanislav Zeman, Ph.D., MBA

České Budějovice 2016

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala 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

Ráda bych poděkovala vedoucímu své práce MgA. Stanislavu Zemanovi, Ph.D., MBA za důvěru a inspiraci pro sepsání této práce, svým rodičům a sestře Lucii za trpělivost, svým blízkým za podporu během studia a všem, kdo se svými fotografiemi podíleli na uskutečnění této práce.

Obsah

1. Úvod	3
2. Osobní motivace	3
3. Vymezení pojmů a témat	5
3.1. Fotografie – stručný nástin historického vývoje	5
3.2. Expresivní terapie	7
3.3. Arteterapie	7
3.3.1. Rožnovská arteterapie	9
4. Fotografie v psychologii a psychoterapii	10
4.1. Autofotografie	10
4.2. Terapeutické využití fotografie	11
4.2.1. Fototerapie a terapeutická fotografie	13
5. Fotografie v arteterapii	18
5.1. Specifika fotografie	22
5.1.1. Přednosti fotografie	23
5.1.2. Nevýhody a limity fotografie	24
5.2. Využití fotografie v kontextu české arteterapie	25
6. Praktická část	27
6.1. Vstupní předpoklady a otázky	28
6.2. Využití principů fototerapie ve skupině dospělých	30
6.2.1. Konkrétní poznatky z analýzy	32
6.3. Využití principů terapeutické fotografie v třídním kolektivu	36
6.3.1. Analýza snímků a nejčastější témata	38
6.4. Využití fototerapie v individuálním setkání – pokus o hlubší interpretaci v kontextu rožnovské arteterapie	40
6.5. Porovnání fotografií dětí a dospělých	43

7. Závěr.....	44
Použité zdroje	47
Abstrakt.....	49
Přílohy	51

1. Úvod

Práce se snaží zmapovat nové přístupy a techniky využití fotografie v arteterapeutické praxi a zároveň být do určité míry i inspirací pro vlastní postupy v tomto oboru. Práce hledá inspiraci v přístupech psychologů, terapeutů a arteterapeutů v zahraničí a nastiňuje možnosti využití této metody při práci s klientem v českém prostředí – ať již v rámci individuální či skupinové terapie, nebo jako možná technika umožňující sebepoznání pro děti či dospělé.

Cílem této práce je představit možnosti využití fotografie jako terapeutického prostředku a kriticky ho porovnat s rožnovským arteterapeutickým přístupem, který fotografii běžně nevyužívá, resp. využívá jen některé principy při práci s kolážemi.

Teoretická část se proto zabývá definicí jednotlivých oblastí, zmapováním zdrojů a přístupů odborníků, kteří se tématem terapeutického využití fotografie zabývají, představení využití fotografie v arteterapii a porovnání s rožnovskou arteterapií.

V praktické části popisují vlastní zkušenosti s využitím fotografie v rámci skupinové práce s dětmi i dospělými a z individuální práce s mladou ženou. Následně se snažím najít společné znaky v rámci věkových skupin a tyto dvě věkové skupiny porovnat v kontextu Piagetovy teorie kognitivního vývoje¹ resp. vývoje výtvarného projevu².

2. Osobní motivace

Přiznávám, že sama se potýkám s pocity nedostatečnosti a nespokojenosti s vlastní výtvarnou tvorbou a osobně jsem v určité fázi studia cítila vysloveně odpor a nechuť k malbě jako výtvarnému prostředku. Frustrovala mě nedokonalost v práci s akvarelem a omezenost možností výtvarných prostředků v rámci rožnovské arteterapie. Vyhovovaly mi proto více koláže, než malba, kde jsem vnímala, že se často „cyklím“ a opakuji. Líbilo se mi, že mohu použít již hotové fotografie a těm dát nový význam a kontext. Koláže mně osobně vyhovují více i v tom, že jsou pro mě přehlednější a

¹ Psycholog Jean Piaget dělí kognitivní vývoj dítěte do tří období – názorné, období konkrétních operací a období formálních operací. Paralelou s tímto vývojem myšlení je i vývoj jedince podle způsobu výtvarného vyjádření (Kyzour, b.r.-a).

² M. Kyzour st. dělí vývoj dětské kresby také do tří období, která souvisí s kognitivním vývojem. Jedná se o období egocentrické, objektivní a reflexivní. (Kyzour, b.r.-a)

snadněji čitelné. Přesto si uvědomuji i silný potenciál akvarelu a akčního akvarelu a dnes už k němu mám vztah jiný – řekla bych „smířlivý“.

Snažila jsem se zamyslet, kde mohl pramenit můj bok. Jako dítě mě totiž bavilo malovat, později jsem se nadchla pro grafické techniky a byla poměrně tvůrčí. Posléze jsem však i tyto techniky opustila, protože moje spolužačky to dovedly lépe a já se jim nedovedla vyrovnat a již jsem se k malbě nevrátila.

V pubertě jsem pak dostala starý fotoaparát a začala jsem proto objevovat možnosti fotografie. Není jistě náhodou, že to bylo hlavně díky mému dědečkovi, který byl pro mě významnou postavou v mém životě i v osobnostním vývoji a mnoho mě naučil. Skrývání se za fotografii se mi v té době zdálo být ideálním způsobem sebevyjádření. Fotila jsem černobílé snímky, zachycovala převážně melancholická zákoutí a vytvářela spíše abstraktní kompozice – zaměřené na detail či přírodu. Jen málokdy se na snímku objevila postava, na to jsem byla příliš nesmělá. Až postupem času jsem přešla k barevným snímkům a dnes se dostávám k zachycování každodenních radostí a mohu říci, že mnohem raději dnes fotografuji barevně a zachycuji lidi – rodinu, přátele i např. cizí lidi na ulici. Uvědomuji si tímto, jak jsou pro mě vztahy v životě klíčové a že zachycení momentu, kdy je mi s lidmi dobře, je pro mě opravdu důležité, protože mi potvrzuje vztahy, které mám.

Až po delší době mě začalo zajímat, zda či jakým způsobem také někteří profesionálové využívají fotografii v rámci své terapeutické či arteterapeutické praxe. Narazila jsem na velké množství zdrojů – většinou však ze zahraničí³. Přístupy jednotlivých autorů se liší i doplňují na jednom se ale shodnou všichni: fotografie může být cestou do nevědomých obsahů lidské mysli a tudíž i vhodným způsobem, jak terapeuticky pracovat s klienty (Kopytin, 2004, 49) (Weiser, 1999, s. 25) (Craig, 2009, s. 14).

³ Základním „rozcestníkem“ je v této oblasti internetová stránka spravovaná průkopnicí fototerapie (*PhotoTherapy*) Judy Weiser. Dostupná na <http://phototherapy-centre.com/>, konkrétně pak široká databáze doporučených zdrojů ke stažení zde https://phototherapytherapeuticphotography.files.wordpress.com/2015/01/recommended-readings_list.pdf a dále doporučené odkazy na tematicky spřízněné weby <http://phototherapy-centre.com/related-websites/>

3. Vymezení pojmů a témat

3.1. Fotografie – stručný nástin historického vývoje

Fotografie je pro nás dnes již tak běžným prostředkem vizuální komunikace, že je téměř nemožné se bez ní obejít. Přestože její historie je mnohem kratší než například malířství, je tomu již téměř 200 let, co vznikl první fotografický snímek. Fotografie zejména v posledních desetiletích prošla rychlým technologickým vývojem a stala se pro nás samozřejmostí. Dlouho měla fotografie pouze dokumentující a ilustrační funkci – „zaznamenávala realitu“, původně sloužila zejména jako pomůcka pro malíře. Funkci uměleckou si fotografie musela vydobývat poměrně dlouho (Batz, 2004).

Pro vznik a vývoj fotografie bylo důležité objevení principů camery obscury a fyzikálních i chemických zákonů. Princip camery obscury⁴ popsal již ve 4. stol. př. n. l. Aristoteles, dále se jím zabýval např. Leonardo da Vinci či další vědci, kteří experimentovali s optikou a zlepšovali tak ostrost jejího obrazu. Využívali ji primárně malíři, později sloužila jako kuriozita pro pobavení a teprve na začátku 19. století proběhly první pokusy, jak zachytit tento světelný obraz natrvalo.

O toto usilovalo souběžně několik vědců a vynálezců. Za zakladatele fotografie se ale obvykle považuje Joseph Nicéphore Niépce, který v roce 1826 pořídil první dochovaný světlu odolný snímek na cínové desce. Na snímku byl zachycen pohled z jeho okna v Le Gras a doba expozice byla 8 hodin (Tausk, 1987). Mezi dalšími ranými fotografy, kteří v té době spíše experimentovali s technickými aspekty fotografie, byli např. Louis Jacques Mandé Daguerre, nebo William Fox Talbot, který pořídil první negativ na světě (Batz, 2004).

V té době se používaly kovové nebo pokovené desky a obraz na nich se nedal dále reprodukovat. V roce 1837 pak byl pořízen první dochovaný snímek L. J. M. Daguerrem, který také dal jméno této první populární reprodukční metodě – daguerrotypie. Ta byla velmi populární zejména pro své portrétní použití. Tehdejší aparáty byly těžké, a proto byly vhodné zejména pro práci v atelieru. Mnozí fotografové

⁴ temné místnosti, kde malým otvorem procházející světlo vytváří převrácený obraz na protější stěně

byli původně malířsky vzdělaní, což se často také promítalo do výsledné estetiky snímku (Batz, 2004).

V roce 1884 George Eastman vyrobil první fotografický film, který zpřístupnil tuto techniku širší veřejnosti (Batz, 2004). V roce 1888 uvedl první filmový fotoaparát pod obchodním názvem Kodak. V roce 1925 pak byl na trh uveden fotoaparát Leica, využívající 35mm film, ten se od té doby stal standardem maloformátové fotografie tak, jak ji známe dodnes.

Fotografové již od počátku toužili také po zachycení barvy na fotomateriál. Zpočátku však tohoto efektu dosahovali dodatečným kolorováním, teprve později byly vyvinuty různé způsoby, jak barvu zachytit (např. promítáním přes barevné filtry apod.). Nicméně teprve od roku 1935 jsou na trhu dostupné i barevné filmy.

V 60. letech se pak rozšířila obliba tzv. instantní fotografie, a to díky firmě Polaroid, která vyrobila emulzi umožňující vytvářet barevné snímky bez potřeby dalšího zpracování.

Ve stejné době – tedy koncem 60. let byl již také vynalezen digitální snímač CCD, ale teprve v roce 1981 společnost Sony vyrobila první fotoaparát, který zaznamenával obraz na tento snímač. Popularitu si digitální fotoaparáty získaly v průběhu 90. let a po roce 2000 již téměř vytlačily z trhu fotoaparáty kinofilmové.⁵

Obliba fotografie se stále rozšiřuje a stává se součástí našich každodenních aktivit – určitým způsobem se však posouvá také její význam. Zatímco dříve lidé pořizovali snímky spíše důležitých momentů svých životů, dnes dostupnost fotoaparátů zejména díky fotoaparátům v mobilních telefonech umožňuje zachycovat snímky z každodenního života, a to i těch nejbanálnějších momentů. Propojením se stále se rozvíjejícími sociálními médii dochází k přehlčení fotografiemi a dokumentování téměř všeho. Nastává tak okamžik, kdy na svět lidé pohlíží skrze objektivy a nevnímají tak samotný reálný svět za ním. Jakoby se konečně naplnila slova Ludwiga Feuerbacha, který již roku 1843 napsal: *„naše doba... dává přednost obrazům před skutečnými věcmi, kopíím před originály, zpodobněním před skutečností, jevům před bytím“* (Sontagová, 2002, s. 137).

⁵ přestože dnes přichází i nová - módní - vlna zájmu o klasickou i instantní fotografii

Jsme dnes sice zahlcení snímky, které pořizujeme, následně však vytváříme selekci těch, kterými se chceme prezentovat – ať již pro sdílení s rodinou, nebo např. na sociálních sítích. Právě v dnešní době bezmyšlenkovitého focení je občas dobré se zastavit a zamyslet se nad tím, co vlastně fotíme, s jakým záměrem i jak chceme, aby nás lidé skrze naše snímky vnímali. Můžeme se tak o sobě leccos dozvědět. Jak kdysi řekla slavná fotografka Dorothea Lange: „*Fotoaparát je nástrojem, který učí lidi, jak vidět bez fotoaparátu.*“ (Baatz, 2004, s. 126)

Právě díky dostupnosti této techniky je dnes možné fotografii použít například pro výzkumné účely v sociálních vědách v rámci kvalitativní metodologie, v psychologii nebo v rámci terapeutické práce s klientem. Výhodou je, že nabízí pohled „zevnitř“ – očima subjektu. Protože se jedná o vizuální médium, nabízí se její využití i v rámci arteterapie. Na následujících stránkách proto shrnu základní pojmy a nastíním využití právě v rámci terapie resp. arteterapie.

3.2. Expresivní terapie

Expresivní terapie (*expressive therapy*) je pojem, který zejména v zahraničí zahrnuje široké využití uměleckých forem pro terapeutické účely, někdy nazývaných arteterapií v širším smyslu slova. „Expresivní“ zdůrazňuje výrazovou a prožitkovou část terapie - zahrnuje tedy různé formy využití výtvarných prostředků, hudby, dramatu apod. – které podle specifického uměleckého zaměření označujeme jako arteterapii, dramaterapii, muzikoterapii nebo tanečně- pohybovou terapii. V expresivních terapiích dostávají niterné pocity, strachy a nevědomé obsahy mysli konkrétní tvar pomocí pohybu, hudby nebo skrze uměleckou tvorbu.

3.3. Arteterapie

Definice arteterapie se velmi liší stát od státu. Pro potřebu této práce je nutné zmínit, jednak to, jak je arteterapie vnímána v ČR, ale také v zahraničí, odkud ta česká čerpá inspiraci. Ze zahraničí přichází také nové přístupy k terapeutickému využití fotografie.

V zahraničí často pojem „arteterapie“ zahrnuje širší použití uměleckých prostředků ve smyslu expresivních terapií – tedy nejen výtvarných, případně i jejich kombinaci. Např. Americká arteterapeutická asociace definuje arteterapii jako „*profesi na poli duševního zdraví, ve které klienti – za pomoci arteterapeuta – používají výtvarné prostředky, tvůrčí*

*proces a výsledné výtvarné dílo k objevování vlastních pocitů, rozpoznání emocionálních konfliktů, budují sebevědomění, zvládají chování i závislosti, rozvíjejí sociální dovednosti, zlepšují povědomí o realitě, redukuje úzkosti a zvyšují vlastní sebevědomí. Cílem je zlepšení nebo obnovení klientova fungování a pocitu osobní pohody.*⁶ Tento obor má v zahraničí již téměř stoletou tradici, přičemž navazuje zejména na původně psychiatrickou práci s duševně nemocnými.⁷

Arteterapie v českém kontextu je definována Českou arteterapeutickou asociací jako „*obor využívající výtvarný projev jako hlavní prostředek poznávání a ovlivňování lidské psychiky ve směru redukce psychických či psychosomatických obtíží a redukce konfliktů v mezilidských vztazích. Výtvarné tvořivé aktivity mají podporovat zdraví a podpořit léčení. Ve všech těchto rovinách je arteterapie postupem léčebným*“⁸. Jedná se o primárně terapeutický obor, který má základy položeny v psychoterapii, jíž však obohacuje právě o využití výtvarné tvorby, která umožňuje a zesiluje dopad verbální psychoterapie.⁹

V rámci arteterapie můžeme odlišit dva základní proudy: „*terapie uměním*, v níž se klade důraz na léčebný potenciál tvůrčí činnosti samotné a pracuje se tedy s procesem výtvarné tvorby, a *artpsychoterapie*, kde výtvary a prožitky z procesu tvorby jsou dále psychoterapeuticky zpracovávány. Podle toho, zda klienti sami tvoří, nebo se pracuje s již vytvořenými artefakty, rozeznáváme arteterapii expresivní a receptivní.“¹⁰

Joanidis (1973) mluví o několika druzích arteterapeutických přístupů. Jedním z nich je i projektivní přístup, který vychází z pojetí M. Naumburgové, která klade důraz na interpretaci. „*...existence projikovaných a fixovaných obrazových záznamů umožňuje verbální expresi a překračuje obtíže vězící ve verbálním vyjádření. Pro terapeutický proces se tak výtvarné produkce stávají formou komunikace*“ (Joanidis, 1973, s. 35).

⁶ What is art therapy? Dostupné na <http://www.arttherapy.org/upload/whatisarttherapy.pdf>

⁷ Více o historii arteterapie, resp. české arteterapie např. Slavík, J. Několik slov o české arteterapii. In. Slavík, J. et al. Současná arteterapie v České republice a zahraničí, s. 7., nebo na <http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=11><http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=11>

⁸ <http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=22>

⁹ tamtéž

¹⁰ tamtéž

Hlavním cílem tohoto arteterapeutického přístupu je proto odkrytí skrytého – latentního – obsahu. S tímto potenciálem pracuje právě i tzv. rožnovská arteterapie.

3.3.1. Rožnovská arteterapie

V českém prostředí se začíná arteterapie více využívat od 50. let a to zejména v rámci psychoterapie na psychiatrických pracovištích. Její největší rozmach nastává v 80. letech a pak zejména po roce 1993, kdy na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích vzniká na pedagogické fakultě samostatný bakalářský obor arteterapie pod vedením PhDr. Milana Kyzoura st. Pro svoje původní umístění atelieru arteterapie ve čtvrti Rožnov začíná být tento přístup označován za „rožnovský“ a má oproti jiným přístupům svá specifika, která vychází jak z analytické psychologie, tak i z uměleckých a pedagogických zkušeností jejího zakladatele Milana Kyzoura st.¹¹ *„V rožnovském pojetí je arteterapie specifickým psychoterapeutickým postupem, který klasickou dyádu terapeut – klient rozšiřuje o klientův obraz, jemuž přiřazuje několik funkcí. Jednak je prostorem komunikace v řeči výtvarně symbolické a východiskem pro arteterapeutovy úsudky o momentálním stavu klientovy psychiky (analýza), současně poskytuje materiál k interpretaci, která je podmíněna společným úsilím arteterapeuta a klienta. (Kyzour, b.r.-b)“*

V rožnovské arteterapii tedy vnímáme umělecký artefakt jako prostor pro projekci klientových vzpomínek a nevědomých pohnutek, jež lze následně v rámci terapeutického procesu odkrývat. Součástí tohoto přístupu je proto analýza výtvarného projevu a následná interpretace symbolického obsahu artefaktu – tedy poodhalení původně nevědomých vrstev obrazu, které poukazují na skryté obsahy klientovy mysli a jsou výsledkem jeho projekce a přenosu do společensky přijatelné formy. To vše probíhá při terapeutickém dialogu mezi klientem a arteterapeutem, který vede klienta ke zvědomění nevědomých pohnutek, k reflexi a náhledu na jeho životní situaci (Kyzour, b.r.-b).

Rožnovský přístup pracuje většinou s tématy vycházejícími z mytologie, symboliky pohádek nebo z osobního života, jež klient zpracovává nejčastěji technikou akvarelu (resp. akčního akvarelu), případně koláže, protože ty následně nabízejí široké možnosti

¹¹ <http://www.arteterapie.wz.cz/arteterapie.html>

interpretace. Tyto techniky umožňují tvůrčí náhodu¹², možnosti projekce i výtvarný posun¹³. V této souvislosti si velmi dobře uvědomuji rozdíly mezi použitím těchto výtvarných technik a fotografie, nicméně jsem přesvědčená o tom, že se zde dají nalézt paralely a že použití fotografie může být inspirativní i pro arteterapeuty vycházející právě z rožnovské arteterapie.

4. Fotografie v psychologii a psychoterapii

Fotografie se začala využívat také v sociálních vědách (vizuální sociologii, antropologii, urbánní geografii, psychologii a dalších), a to již od 60. let 20. století. Následně se fotografie stala součástí mnoha společenských výzkumů a není tak divu, že jí posléze začala využívat také psychologie a následně i psychoterapie.

4.1. Autofotografie

Jedním z průkopníků využití fotografie v psychologických výzkumech byl Robert Ziller. Ten jako první přišel s pojmem „auto-fotografie“ („*Auto-Photography*“) (Ziller, 1990, s. 27), kterou definuje jako fotografii pořízenou samotným klientem/participantem výzkumu. Fakt, že participant si sami volili témata, která jsou jim blízká a která o nich vypovídají, je výrazným posunem ve využití fotografie pro podobné účely. Při tomto postupu se do hry dostává i jejich nevědomí, které nás tak nechá nahlédnout hlouběji do jejich psychiky. Auto-fotografie nabízí možnost mluvit sám za sebe a pomáhá tak výzkumníkům oprostit se od vlastních předpokladů pro výběr zobrazeného materiálu (Ziller, 1990).

Ziller realizoval několik psychologických výzkumů, ve kterých analyzoval obsah pořízených fotografií se zaměřením na různé sociální i psychologické jevy. Ve většině

¹² náhoda může dát vzniknout původně nezamýšleným náhodným výtvarným momentům, které mohou být dále interpretovány.

¹³ Ten je záměrem metodického vedení arteterapeuta, který klienta vede k výtvarnému vývoji, který je považován za metaforu „korekce jeho chybných vzorců při vnímání impulsů z vnějšího světa a dysfunkčních stereotypů uplatňovaných v mezilidských vztazích“ Kyzour, M. Rožnovská interpretační arteterapie – metody práce, ideová východiska. Dostupné na <http://www.arteterapie.wz.cz/arteterapie.html>. Věřím také, že i při terapeutické práci s fotografií lze působit metodicky a vést klienta ke kultivaci a vývoji v jeho vyjadřování skrze toto médium.

projektů respondenti fotografickým záznamem odpovídají na otázku „Kdo jsi?“ (*Who are you?*) (Ziller, 1990, s. 34).

Poznatky Roberta Zillera jsou shrnuty v knize *Photographing the self*. Tento psycholog využívá fotografii nejčastěji v kombinaci s rozhovorem nebo psychologickými testy k interpretaci fotografického materiálu. Výsledky vizuální analýzy pak porovnává nejčastěji s výsledky testů sebehodnocení, introverze/extroverze apod. (Ziller, 1990)

Přestože se v případě Zillera nejednalo o terapeutickou práci, dokázal ve svých výzkumech, že obsah pořízených fotografií lze vědecky analyzovat. Podle něho korespondují výsledky těchto vizuálních analýz s výsledky psychologických testů a odráží tak identitu participantů. Ve výzkumech se zaměřoval zejména na oblasti sebepojetí (Ziller, 1990, s. 73), sebevědomí (Ziller, 1990, s. 48), genderu (Ziller, 1990, s. 73) apod.

Využití fotografie se zvláště nabízí v prostředí, či s cílovou skupinou, která má omezené možnosti verbální komunikace (děti, lidé ze sociokulturně odlišného prostředí apod.).

4.2. Terapeutické využití fotografie

Fotografii začalo do své terapeutické práce v průběhu 70. a 80. let přirozeně začleňovat stále více terapeutů po celém světě, zejména pak v USA a Kanadě. V roce 1978 popisuje poprvé Robert Wolf využití polaroidových snímků v rámci expresivních terapií¹⁴, Jerry Fryrear a Irene Corbit v roce 1992 vydávají knihu *Photo Art Therapy – A Jungian Perspective*, která ovlivnila přístup řady dalších terapeutů. Snaží se aplikovat jungiánskou psychologii na využití fotografie v arteterapeutickém kontextu, pracují s imaginací a využívají fotografii ve spojení s jinými arteterapeutickými technikami, kdy klienti výtvarně dále rozpracovávají pořízené snímky (Fryrear & Corbit, 1992). Tito psychoterapeuti také uplatňují fotografii ve spojení s body therapy – využívají např. možnosti pózování pro fotografii a následných terapeutických cvičení zaměřených na tělo. Vychází přitom z předpokladu, že změny v emocích jsou spojeny i se změnami v našem těle (Fryrear & Corbit, 1992, s. vi).

¹⁴ Wolf, R.I. (1978). The use of instant photography in creative expressive therapy: An integrative case study. *Art Psychotherapy*, 5:1, 81-91.

Přichází také s názorem, že s mnohými problémy se lépe pracuje, když mají viditelný tvar („*visible shape*“) (Fryrear & Corbit, 1992, s. xiii). Mají na mysli nejen znepokojení, ale například také nálady, vztahy, vzpomínky, fantazie, úzkosti, frustrace ale i životní cíle, které nemají jasné pojmenování. Potenciál práce s fotografií pak vidí právě v tom, že těmto abstraktním představám a pojmům dává klient skrze fotografii konkrétní vizuální podobu a tyto jsou tak hmatatelnější. Autoři ve své práci proto často používají fotografie, které dále zpracovávají do koláží.

V tomto ohledu se tedy blíží rožnovské práci s koláží, kdy nevědomé pohnutky a obsahy formují vzhled výsledného vizuálního materiálu. I zde se pracuje s fotografickým materiálem a jeho výběrem samotným klientem. Také Fryrear a Corbit vidí výhodu v tom, že při práci s fotografií není třeba uměleckých dovedností klienta a fotografie se tak nabízí jako možný způsob vizuální prezentace bez obavy z toho, že klient neobstojí ve svých dovednostech.

Průkopnicí a zakladatelkou fototerapie („*PhotoTherapy*“) je pak Judy Weiser, která v roce 1982 založila The PhotoTherapy Centre v kanadském Vancouveru, které od té doby slouží jako centrum rozvoje a zdroj informací na poli fototerapie, terapeutické fotografie či videoterapie.¹⁵ Tato terapeutka dokázala terapeutickou fotografii ustanovit do obecnějšího povědomí díky své knize *PhotoTherapy techniques: Exploring the Secrets of personal snapshots and family albums*¹⁶ vydané v roce 1993. Weiser – původně sama fotografka – začala využívat fotografii zejména v rodinné terapii a při práci s dětmi se sluchovým postižením. V terapeutickém využití fotografie viděla potenciál zejména při práci s těmi klienty, kterým dělá problém jiné vizuální vyjadřování. Weiser zavádí poprvé pojem PhotoTherapy¹⁷ a vytváří ucelenější koncept práce s fotografií v terapii.

¹⁵ více k činnosti centra na <http://phototherapy-centre.com/>

¹⁶ recenzi této knihy zpracovala jako svou závěrečnou práci v rámci kurzu M. Huptycha Mgr. Blanka Antošová Kejíková, která tak může českým čtenářům lépe zprostředkovat tuto knihu. Práce je dostupná na http://www.huptych.cz/data/kurzy/prace-frekventantu/Anto%C5%A1ov%C3%A1%20Kej%C3%ADkov%C3%A1%20Blanka_Recenze%20na%20knihu%20PhotoTherapy%20Techniques%20od%20Judy%20Weiser.pdf

¹⁷ *PhotoTherapy* - ona sama používá tento název, kde velkými písmeny v názvu zdůrazňuje důležitost obou složek této metody – fotografie i terapie.

Způsobů, jak zapojit fotografii do terapeutického procesu je několik. Ve své práci vycházím z rozdělení Weiser a její terminologie. Ta odděluje **fortoterapii**¹⁸ (a její podkategorii **fotoarteterapii**) a **terapeutickou fotografii** – tyto dva druhy se liší mírou zapojení terapeuta do terapeutického procesu či procesu sebepoznání (Weiser, 1999).

Během posledních desetiletí se díky své dostupnosti stala fotografie součástí práce mnoha terapeutů na celém světě. S fotografií se dá pracovat jak v rámci individuální terapie, tak i ve skupině.

Za zmínku proto jistě stojí kniha Claire Craig, která ve své knize *Exploring the Self through Photography: Activities for Use in Group Work* z roku 2009, která nabízí mnoho podnětů pro skupinovou práci. Kniha je inspirující pro všechny, kdo skupinově pracují s lidmi - hodí se tedy nejen pro školené terapeuty, ale i pro zdravotnické, pedagogické či sociální pracovníky a jiné pomáhající profese. Craig v ní nabízí náměty pro skupinovou práci, která je orientovaná méně terapeuticky, zaměřuje se spíše na sebereflexi, sebepoznání nebo sociální dovednosti (Craig, 2009). Jedná se tedy o přístup, který spadá do oblasti terapeutické fotografie.

4.2.1. Fototerapie a terapeutická fotografie

*„Existuje mnoho důvodů, proč si pořizujeme fotografické snímky, proč si některé uchováváme a jiných se zbavujeme. K některým máme velmi silný citový vztah, jiné ničíme, nebo k nim cítíme lhostejnost. Je to však nevědomí, které ovlivňuje naše rozhodování o vztahu k snímům, které ovlivňuje emoce spojené s danými snímky“*¹⁹.

To má také vliv na naše úsudky o sobě i ostatních. Fotografie má proto mnohem hlubší význam, než jaký se na první pohled může zdát – Judy Weiser říká, že každá fotografie je v určitém smyslu autoportrétem, je tak otiskem naší mysli (Weiser, 2004, s. 27).

¹⁸ V psychologii dosud obvykle používaný pojem fototerapie označuje „léčbu psychických potíží (např. sezónní deprese, způsobené nesouladem vnitřních hodin člověka s vnějším časem) pomocí intenzivního osvětlení v ranních a večerních hodinách o síle 2 – 5 luxů.“ viz Hartl, Hartlová – Velký psychologický slovník, 2010, s. 157. Termín pro využívání fotografie v rámci terapie ještě není tolik rozšířený, proto zejména v českém prostředí pod tímto výrazem najdeme léčbu světlem. V této práci však tímto pojmem nazývám ekvivalent „phototherapy“ ve smyslu terapeutického využití fotografie.

¹⁹ Weiser, J. 2013, přednáška *Experiencing photography*. Dostupné na <https://www.youtube.com/watch?v=v3m26kflOuI>

Autorka rozděluje terapeutickou práci s fotografií do dvou přístupů, které se mohou doplňovat, nicméně se liší terapeutickým rozměrem. Dále vycházím právě z její terminologie.

Prvním přístupem je **fototerapie** (*PhotoTherapy*) jako využití fotografie při terapeutické práci vedené odborníkem (vyškoleným terapeutem). Jedná se tedy o formu psychoterapie, kdy terapeut volí fotografii jako metodu, jak odhalit nevědomé obsahy klientovy mysli, či jako způsob, jak najít kořeny problému, a zároveň prostředek, jak s klientem vést sezení. Jedná se proto o soubor technik, které umožňují hlubší pojetí terapeutického setkání. (Weiser, 1999).

Druhým přístupem je pak **terapeutická fotografie** (*Therapeutic photography*), kdy se fotografie stává prostředkem sebepoznání a vypořádání se s případnými vnitřními pnutími, avšak bez účasti školeného terapeuta. Fotografie tak může být prostředkem ventilování emocionálního napětí²⁰ i některých potlačených obsahů mysli nebo také prostředkem pro introspekci. V tomto smyslu můžeme fotografii využívat např. v pedagogice, sociální práci apod. a to napříč věkovými skupinami. (Weiser, 1999). Pedagogické využití lze nazvat také artefiletickým²¹, neboť klient/žák prochází určitou výtvarnou zkušeností, na kterou může následně navázat osobní reflexí.

Weiser dále rozděluje fotografie (a práci s fotografiemi v rámci terapie) na pět druhů dle způsobu pořízení a míry kontroly nad výslednou formou i obsahem. (Weiser, 1999).

- 1) Fotografie vytvořené přímo klientem za jeho plného vědomí a maximální kontroly nad obsahem. Jedná se jak o samotné fotografie vytvořené klientem, tak i o fotografie „nalezené“ – např. v časopisech, na internetu apod. Klient zde má nad výběrem tématu maximální moc a může tak ovlivnit to, jak snímky vypadají. Skrze fotografie mají klienti možnost vizuálně uchopit svůj příběh i svoje problémy (Weiser, 1999).

²⁰ tedy ve smyslu abreaktivním, jak známe z arteterapeutické práce

²¹ „Artefiletika je reflektivní, tvořivá a zážitková pojetí vzdělávání a výchovy, které vychází z vizuální kultury nebo jiných expresivních kulturních projevů (dramatických, hudebních, tanečních). Vizuální kulturou zde rozumíme výtvarné umění, vizuální stránky médií a estetické stránky hmotné kultury a přírody.“ Více na http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogicky_lexikon/A/Artefiletika

Jak také říká Krauss: „*Fotografie pořízené klienty můžeme považovat za projekci*²² *klientovy osobnosti a můžeme s nimi pracovat jako se snem. Klient může být požádán, aby promlouval za fotografii a objekty, které zobrazuje*“ (Krauss in Wheeler, 2009, s. 11).

- 2) Dále Weiser hovoří o snímcích klienta, které však pořídil někdo druhý (1999). V tomto případě již klient nemá takovou kontrolu nad obsahem. Míra kontroly se ale může dále měnit – pokud klient o focení ví, může například aktivně vstupovat do podoby výsledného snímku svým pózováním a stylizací, naopak pokud si klient není vědom toho, že je fotografován jedná se o tzv. momentky, kdy má nad snímkem plnou kontrolu fotograf.

Weiser vybízí klienty, aby přinesli fotografie sami sebe, které nejlépe vyjadřují to, jací jsou, například pro někoho, kdo je nezná. V rámci terapeutického sezení pak mluví s klientem o významu jednotlivých snímků, nad tím, co se za nimi skrývá. Pokračuje pak klasické terapeutické sezení, jehož výhodou je ale, že klient o sobě snáze hovoří, neboť předmět diskuze je externalizovaný a zároveň vizualizovaný (Weiser, 1999, s. 22).

- 3) Další kategorií jsou autoportréty (a mezi nimi i dnes populární selfies – tedy snímky, které zachycují samotného autora, většinou pořízené mobilním fotoaparátem). Zde má autor plnou kontrolu jak nad procesem, tak nad způsobem vlastního zobrazení na snímku (stylizace, pózování). Autoportréty nám ukazují, jací jsme, nebo jací bychom chtěli být. Oprošťují nás od toho, jak nás definují a hodnotí ostatní a nabízí nám tedy možnost terapeuticky pracovat s pojmy jako je sebevědomí, nebo pocit vlastní hodnoty (Weiser, 1999).
- 4) Čtvrtou kategorií jsou pak rodinné fotografie a reálné snímky ze života klienta, ať už ve formě klasického rodinného alba, nebo ve formě výběru v digitální podobě, ale také např. formou výběru fotografií na ploše počítače, na zdi pokoje

²² projekce je základním předpokladem arteterapeutické práce – jedná se o promítání psychických obsahů, například úmyslů, pocitů atd. do jiných osob či sociálních dějů, uvolňované tzv. málo strukturovanými situacemi, tj. situacemi bez určitéjšího jednoznačného významu, a vystupující také jako druh obrany ega. Z širšího psychologického hlediska je projekce mechanismem, který je součástí antropomorfní podstaty vlastního nahlížení vnější skutečnosti. Objektům a jevům v prostředí jsou přiřazovány osobnostní kvality, city, postoje a tendence. Projekce tak nezůstává vázána pouze na psychoanalýzu předpokládaný vnitřní konflikt, ale je výrazem osobnosti jako celku. in Nakonečný, Milan: Lexikon psychologie, s. 339, 2013

apod. (Weiser, 1999). Jedná se tedy o snímky, které dokumentují klientovo vyprávění, jsou určitou formu biografie, kde klient má možnost vyprávět svůj životní příběh a zároveň má nad výběrem snímků kontrolu. Takové snímky jsou spojeny s emocemi a jejich výběr bývá velmi subjektivní, právě kvůli vzpomínkám a okolnostem, které se k fotografiím váží. V tomto případě se jedná o snímky, které nejčastěji popisují ideální formu a představu o vlastním životě i identitě. Terapeut se při práci s rodinnými fotografiemi snaží poodkrýt rodinné vazby, opakující se vzorce v chování, přičemž se zabývá nejen tím, co na snímcích *je*, ale také tím, co *chybí*. (Wheeler, 2009, s. 9)

- 5) Poslední formou jsou obecně jakékoliv projektivní snímky a obrázky. Ty vychází ze základní hypotézy, že význam všech snímků či obrázků je subjektivní a obsah mu dáváme my na základě našich asociací, předchozích zkušeností či vzpomínek (Weiser, 1999).

Předpokládáme tak, že snímek nemá nikdy objektivní význam. Ten právě vzniká a mění se – nejen v závislosti na tom, *kdo* se na něj dívá, ale také *kdy*. Snímky totiž dostávají jiný rozměr a nabývají jiného významu i v průběhu času – ke změně dochází na základě zkušeností, změny hodnot, postojů, ale i díky aktuálním naladěním klienta či okolnímu dění (Weiser, 1999).

Výše zmíněné kategorie se do velké míry prolínají, poslední definovaný typ ve své podstatě jen shrnuje základní projektivní předpoklad fototerapie i expresivních terapií obecně.

Z posledního typu je tedy dobré vycházet při jakékoliv práci s fotografickým materiálem a uvědomit si tento rozměr. Weiser mluví o rozdílnosti perspektiv i subjektivitě a určité deformaci vnímání. Musíme si totiž uvědomit, že zachycený objekt, postava či scéna není odrazem reality, ale jen jejím výsekem a především takovým výsekem, který byl vybrán právě autorem. Vnímáme a interpretujeme již určitý omezený časoprostorový úsek a musíme ho také brát jako subjektivní a omezený. Jak říká:

Divák automaticky a nevědomě dosahuje kognitivní změny tím, že nevnímá rozdíl mezi tím, že se dívá na snímek a tím, že je součástí snímku. Tím má klient pocit, že aparát nemůže v žádném případě lhát, protože snímek je samozřejmě

zachycením toho, co se „reálně“ dělo... Až na to, že to není fotoaparát, který pořídí tento snímek, ale člověk. (Weiser, 1999, s. 26).

Fotografický snímek je mnohvrstevnatý – nese s sebou zkušenost a předchozí zážitky, je tedy v jistém smyslu dějový. A v tomto smyslu také každý snímek nese zprávu, vzpomínku, informaci. Tato informace zůstává latentní ve všech snímcích, dokud se na ní klient nezaměří v rámci terapeutického dialogu. V tom momentu se původně cenzurované nevědomé obsahy a významy přesouvají do vědomí a je s nimi možné terapeuticky pracovat. (Weiser, 2004)

Fotografie je dnes nejběžnějším způsobem, jak si uchovat památku, jak si pamatovat zážitky, jak konzervovat zkušenost. Jeden aspekt fotografie je proto moment zachycení snímku a okolnosti, které tomu předcházely. Druhou rovinou je pak samotná fotografie, ke které se snadno můžeme vrátet, můžeme s ní manipulovat, komentovat jí, sdílet. Má silný osobní význam i sociální přesah.

Fotografie proto s sebou nese nejen symbolické zachycení reality, ale zároveň obsahuje i emocionální rovinu reagující na zachycený okamžik (vzpomínku), či v nás probouzí emoce a rozvíjí asociace při samotné percepci. Divák či klient si tak může jednak znovu prožívat minulé zážitky a zkušenosti, zároveň je i emocionálně doplňovat a reagovat na ně – ať již pozitivně, nebo negativně. Tyto momenty pak můžeme podrobovat interpretaci – nejlépe za pomoci klienta a jeho asociací. (Weiser, 2004). Fotografii můžeme proto vnímat jako symbolický jazyk či jako metaforu pro to, jak „*hovořit o něčem jiném*“. (Craig, 2009, s. 24)

Vstupovat do tohoto procesu bychom měli velmi opatrně – jedná se zde o dost intimní médium a odraz reálných skutečností, které v určitém kontextu klient znovu prožívá. Důležitá je proto jeho interpretace a práce s jeho výkladem. Craig nás varuje, abychom při práci s fotografií nebyli těmi, kdo interpretují, ale průvodci a těmi, kdo kladou otázky tak, aby si klient sám prošel cestu vlastního poznání a sebereflexe a došel tak s naší pomocí k novému pohledu na věc. (2009, s. 32) Jak také říká psycholožka a psychoterapeutka Harlene Anderson o postmoderních přístupech v terapii:

Moderní pojetí terapie očekává činnost vedenou terapeutem, který nabízí možnosti, které jsou však limitovány znalostmi a zkušenostmi terapeuta a tento jednostranný hlas, vzniká nebezpečí, že myšlení a jednání terapeuta jako vůdce ovládne a umlčí hlas klienta. ...stejně tak se domnívám, že tradiční metafory a

tradiční způsoby vyprávění se stávají sebeomezujícími a v důsledku snižují kreativitu a imaginaci terapeuta; brání rozvoji potenciálu něčeho neznámého, nového – možností, které se mohou objevit, když je dán prostor mnohočetným hlasům klienta, terapeuta a ostatních. (2009, s. 45)

Odklon od moderního k postmodernímu přístupu je proto vidět právě v pluralitě možných výkladů.

Postmoderní myšlení směřuje k pojetí poznání jako diskursivní praktiky, směřuje k pluralitě příběhů, které jsou spíše aktuální, kontextuální a nestálé; pohybujeme se směrem k multiplicitě přístupů k analýze takových konceptů, jakými jsou pravda, jazyk, historie, self a moc. Zdůrazňuje vztahovou povahu vědění a tvůrčí povahu jazyka. (Anderson, 2009, s. 48) Snímek se neztotožňuje se skutečností – je jen odrazem a symbolem skutečnosti, můžeme s ním tedy zacházet symbolicky a podle toho s ním pracovat i v terapeutické práci. Symboly v nás mohou vyvolávat asociace, jsou mnohovrstevnaté, můžeme je analyzovat.

5. Fotografie v arteterapii

Judy Weiser si na začátku své knihy *PhotoTherapy techniques: Exploring the Secrets of personal snapshots and family albums* klade otázku, zda je fotografie uměním – „art“ (Weiser, 1999, s. 9). Na jedné straně stojí tvrzení, že fotografie je způsob komunikace, na straně druhé teorie umělecké. Weiser však říká, že na terapeutický dopad tato definice nemá vliv a že fotografie je obojí. (1999) Arteterapii a fototerapii vidí jako dva přístupy, které je někdy těžké odlišit, ale které se mohou – a měly by se – vhodně doplňovat. Jak dokonce říká:

Všichni arteterapeuti by měli vědět o potenciálu fototerapie a o tom, že existuje, ať již ji budou nebo nebudou sami ve své praxi využívat. Obzvláště v dnešní digitální době podle ní arteterapeut nemůže plně využívat svoje zkušenosti, pokud neví, jak s fotografií zacházet. (2004, s. 28)

Fototerapie ve smyslu „PhotoTherapy“ v podání Judy Weiser však není arteterapeutickým přístupem – jak říká „fototerapie není jen jedním z druhů arteterapie“ (Weiser, 2014, s. 1). Fototerapie nevyžaduje specifickou uměleckou dovednost a arteterapeutické vzdělání terapeuta proto není zapotřebí. Arteterapie i

fototerapie dle Weiser pracují s hlubším významem vizuálního obrazu, činí tak ale různým způsobem. Fototerapeuticky lze tedy pracovat v rámci jakéhokoliv terapeutického přístupu, pokud je terapeut školený pro práci s fotografií a umí ji terapeuticky využít²³. V takovém případě se s fotografií zachází jako s „vizuálním objektem, který tvoří prostředek komunikace mezi terapeutem a klientem“ (Kopytin, 2004, s. 51), ne jako s uměleckým artefaktem. Důležitá je proto terapeutova zkušenost a citlivost.

Weiser jako průkopnice fototerapie vnímá tuto metodu jako soubor nástrojů, jak pracovat s fotografickým médiem spíše než jako daná pravidla a pokyny založené na jednom terapeutickém přístupu. Je to tudíž metoda, která se dá využít v rámci všech možných terapeutických směrů a přístupů podle konkrétního zaměření terapeuta (Weiser, 2004).

V takovém případě nám fotografie odhaluje nevědomé obsahy a pohnutky klienta a dá se využít napříč věkovými skupinami, individuálně i skupinově.²⁴ Fototerapeuticky může tedy pracovat každý zkušený terapeut nebo profesionál v oblasti psychologie a fotografie je v takovém případě využívána jako doplněk pro další verbální terapii.

I Weiser²⁵ však vidí velký potenciál v začlenění fotografie právě do arteterapeutické praxe, kdy znalosti arteterapeuta o hlubších vrstvách obrazu jsou pro terapii výhodou. Takové propojení autorka nazývá **fotoarteterapií** („Photo-Art-Therapy“) (Weiser, 2014, s. 1). Definuje tak takové použití fotografie, při kterém dochází k využití arteterapeutických poznatků a postupů pro práci s vizuálním materiálem, resp. k dalšímu použití v rámci arteterapie. Na mysli tím má použití fotografie spolu s dalšími výtvarnými prostředky, následné tvůrčí zpracování, tvorbu koláží apod., které se při běžné fototerapii nevyužívají. Znalosti arteterapeutických postupů mohou být vhodným doplněním fototerapie a rozšířením možností terapeutického dopadu fotografie. Rozdílem mezi těmito dvěma přístupy je zejména doplnění o expresivní – tedy

²³ Weiser pořádá mnoho kurzů a školení pro terapeuty, jejich přehled je možné sledovat na <http://phototherapy-centre.com/phototherapy-techniques/training-education/>

²⁴ Mnoho detailních způsobů Weiser popisuje ve své knize *PhotoTherapy techniques: Exploring the secrets of personal snapshots and family albums* z roku 1999

²⁵ sama původně fotografa a arteterapeutka

kreativní rozměr při práci s fotografií, která při běžné fototerapii nenastává. (Weiser, 2014)

Obdobným způsobem ve smyslu fotoarteterapie pracovali například průkopníci terapeutického využití fotografie Corbit a Fryrear, jak popisují v předmluvě své knihy: *„Kombinace fotografie a výtvarné tvorby je mocným nástrojem, jak umožnit a usnadnit způsob, jak žít naplňující život“* (Fryrear & Corbit, 1992, s. xv). Fotoarteterapeutické aktivity jsou primárně vizuální, a tak umožňují zhmotnit a snadněji popsat individuální problémy a potřeby. Tito autoři aplikovali jungiánský přístup na využití fotografie v rámci terapie, využívali techniky aktivní imaginace a často kombinovali fotografii s jinými výtvarnými technikami. V rámci jejich terapeutických setkání klienti například pracovali s fotografiemi lidí a objektů, které vystříhli z vlastních snímků a za pomoci dalších výtvarných technik jim tak vytvářeli nový kontext (formou koláže nebo domalování). Tito terapeuti navíc propojovali vizuální prostředky s pohybovými aktivitami, čímž urychlovali terapeutický proces. (Fryrear & Corbit, 1992)

Zde se jistě nabízí paralela s rožnovským přístupem, který také využívá již existující fotografie při tvorbě koláží nebo v rámci tematické tvorby propojuje techniku koláže s akvarelem. Při rožnovské práci s koláží má klient za úkol vytvořit z výstřížků z časopisů či novin koláž na různá témata (vycházející nejčastěji z mytologie, pohádek, nebo vlastní zkušenosti – např. rodinná, profesní, „studená“, případně zpracovává volnou koláž). Vychází se přitom z předpokladu, že klient při této práci vyhledává fotografie, do kterých projikuje svoje představy a neuvědomované asociace, které se při interpretaci odkrývají. Za použití fotografií vytváří nový kontext, který lze dále analyzovat i symbolicky interpretovat v rámci terapie.

Při ateliérové tvorbě se v rožnovské arteterapii využívá již zmíněná kombinace koláže a malby – akvarelu. Klient tak má možnost například do obrázku prvek, aby ho kompozičně doplnil, nebo prvek, který by např. nebyl schopen sám namalovat (nejčastěji v případě, že má problém se zobrazením postavy). V obou případech se zde terapeuticky pracuje s projektivním potenciálem fotografií, tak jako o něm mluví Weiser (1999, s. 15) ve smyslu projektivního potenciálu všech fotografických snímků.

Také již zmiňovaná Craig (2009) využívá ve skupinové práci již existující snímky, které používá pro reflexi ve skupině. Tyto snímky, stejně jako ty aktivně vytvořené klienty

dále kreativně využívá za pomoci jiných výtvarných technik v rámci skupiny. Využívá je tedy v arteterapeutickém či artefiletickém rozměru.

V určitém smyslu proto můžeme považovat využití fotografie za arteterapeutickou metodu, jelikož se jedná o formu exprese. O fototerapii jako součásti arteterapie hovoří kromě Corbit a Fryrear (1992) také např. i Wheeler (2009) nebo Kopytin (in Loewenthal, 2013). Jak již napovídá jeden z jeho článků - *Photography and art therapy: An easy partnership*, Kopytin vidí v propojení fototerapie a arteterapie velký potenciál. On sám v rámci své praxe nabízí klientům ke zpracování natolik obecná témata, aby byly vhodné pro všechny klienty. Tato témata by se dala rozdělit do několika skupin – např. „*témata pro přemýšlení, vzpomínání; sebepojetí; obecná témata*“ (Kopytin, 2004, s. 5). Inspirativní jsou např. témata jako čára života, nebo protiklady. Jeho klienti mohou fotografie tvořit přímo v rámci sezení, nebo mezi nimi a na další přinést již hotové snímky. Snímky jsou pak často dále využívány – klienti s nimi manipulují, řadí je do různých kompozic, nalepují je nebo dotvářejí za pomoci jiných výtvarných prostředků a to jak individuálně, tak při skupinové práci. (Kopytin, 2004)

Pokud přijmeme fotografii jako výtvarný artefakt (ne však nutně umělecký), můžeme na úrovni analýzy s fotografií pracovat obdobně jako např. s malbou. „*Analýza artefaktu je zaměřena na výtvarnou řeč jako formu vyjadřované myšlenky. Sledujeme záměr a volbu užitých výrazových prostředků při realizaci, tedy jakým způsobem autor výtvarně zpracovává svou myšlenku.*“²⁶ Při ní také využíváme poznatky o ontogenezi výtvarného projevu jako paralely s vývojem emočním a kognitivním.

V obou přístupech – fototerapii (resp. fotoarteterapii) i arteterapii nevědomé a neviditelné dostává viditelnou vizuální formu. Všechny expresivní terapie vycházejí z myšlenky, že symbolické zobrazení vnitřních pohnutek a zkušeností bude méně zkreslené, než jen verbální interpretace. Proto pokaždé, když vidíme nebo tvoříme umělecký artefakt (malbu či fotografii), promítáme do něho nevědomé informace skrze metaforickou komunikaci, která vychází z našeho nitra. Symbolické zobrazení nám umožňuje obejít verbální cenzuru (Weiser, 2014).

²⁶Kyzour, M.: Rožnovská interpretační arteterapie – metody práce, ideová východiska. Dostupné na <http://www.arteterapie.wz.cz/arteterapie.html>

5.1. Specifika fotografie

Bylo by na místě nyní shrnout a zdůraznit hlavní rozdíly, přednosti i limity této techniky při terapeutickém použití v porovnání s arteterapií.

Hlavním rozdílem v kontextu psychických procesů je to, že terapeutická práce s fotografií internalizuje vnější svět, arteterapie naopak externalizuje svět vnitřní (cit. Kraus in Weiser, 1999, s. 10). V tomto ohledu je použití fotografie vhodné tam, kde si je klient nejistý, protože ho fotografie ukotvuje v realitě a dává mu tak možnost uspořádat zmatky v sobě (Weiser, 1999).

V samotné terapeutické práci s fotografií ovlivňujeme výběr tématu, formu a způsob pořízení, ale např. oproti malbě je zde omezený prostor pro náhodu a výtvarný posun jako metaforu osobního vývoje a rozvoje. Náhoda nicméně může proniknout i do fotografie – často se nám stane, že až při bližším pohledu zjistíme, že se na snímku objevilo i něco, co jsme tam mít nechtěli nebo jsme nezamýšleli. Právě to je pak vhodným tématem pro terapeutickou práci. Obdobně můžeme klienta vést i k větší fotografické dovednosti – ať už technické (například při práci s hloubkou ostrosti, délkou expozice apod.), tak i estetické (kompozice, volba barevnosti, použití dominanty, práce se světlem atd.).

Ve fotografii se prolíná současnost s minulostí – v aktuální okamžik vnímáme snímek události, jako by byla živá, přestože se odehrála již v minulosti jakkoli dávno. Chápeme snímek, jako bychom byli někde jinde, vnímáme zachycený moment jako bychom byli zpět v čase a vzpomínáme, zároveň si do něho projikujeme svoje ideály, očekávání a současné zkušenosti (Weiser, 2004). Snímek tudíž nikdy není objektivní. Přestože máme pocit, že *„snímek zachycuje realitu, je to fotograf, který volí úhel pohledu a divák, který si do snímku promítá své vlastní zkušenosti a očekávání. Snímek může v každém divákovi vyvolat jiné emoce, rozeznít jiné vzpomínky“* (Weiser, 2004, s. 24). Proto Weiser varuje, že snímek se nedá číst objektivně jako kniha, že ani terapeut není schopen objektivně dekodovat smysl snímku. *„Fotografie svůj smysl může pouze naznačit, nikdy ho neukazuje“* (Weiser, 2004, s. 24). Obdobně pracujeme i s obrazem při arteterapii – klientovi můžeme pomoci obrázek „dešifrovat“ v rámci interpretace, musíme si však dávat pozor na vlastní projekce a měl by to proto být sám klient, kdo symbolům dává význam.

Divák se na fotografický snímek dívá, jako by se díval přímo na daný objekt, ne na někým vytvořený vizuální obsah. Toto je neustále potřeba mít na paměti. Jak říká Weiser, fotografie slouží jako určitý *přechodný objekt*, který klient (divák) nevědomě ztotožňuje s realitou (2004, s. 26). To je pro terapeutickou práci velkou výhodou, protože klient pak má tendenci méně cenzurovat.

Fotografie pro nás mají tak zásadní význam právě proto, že zachycují vzpomínky a umožňují nám jakoby „zastavit či vrátit čas“, zachycují dávno ztracené a nesou s sebou tak velmi silný emocionální význam. Pro terapeutické využití mají proto fotografie velký potenciál, protože je vnímáme jako realitu, navíc nám ale umožňují tuto realitu měnit a adaptovat pokaždé, když se na snímek podíváme (Weiser, 2014).

V tomto smyslu nemusí jít jen o rodinné fotografie, ale určitým nevědomým způsobem vybíráme i jakýkoliv jiný obrazový materiál – fotografie z časopisů, pohlednice, obrázky, plakáty apod. Některé si necháváme, jiných se zbavujeme – podle toho, jaký mají pro nás aktuální význam. Všechny takové snímky spoluvytváří jakýsi autoportrét o nás samotných – zachycují vzpomínky, věci, lidi nebo místa, která pro nás měla nějaký význam. Obvykle si totiž lidé nenechávají fotografie nebo obrázky, které se jim nelíbí. Sami si tedy vytváříme obraz sami sebe (Weiser, 2004). Proto mají snímky specifický význam jen v kontextu našich zkušeností a tyto jsou nepřenositelné na druhé, proto má každý snímek specifický význam pro každého diváka (Weiser, 2004).

5.1.1. Přednosti fotografie

Hlavní výhodou fotografie je, že její běžné použití „*není spojené s nějakou konkrétní uměleckou dovedností či očekáváním ze strany druhých, jak to může být u jiných výrazových projevů – např. ve výtvarné tvorbě, tanci či hudbě*“ (Craig, 2009, s. 24). Proto se fotografie jeví jako ideální výrazový prostředek pro ty, kteří nemají umělecké dovednosti, ambice, či trpí v tomto směru takovou nejistotou, která by jim bránila ve výtvarném vyjádření. Takoví klienti mohou touto formou naopak získat prvotní jistotu pro vlastní metaforické a symbolické vyjadřování a díky tomu s nimi pak můžeme dále navázat i na jiné expresivní formy terapie (resp. arteterapie). Díky fotografii můžeme klienta nechat se „rozmluvit“, fotografie je pro mnohé přirozeným způsobem komunikace, proto se i její použití v terapii může jevit jako vhodné pro prvotní navázání kontaktu a bezpečného prostředí pro následná terapeutická sezení (Craig, 2009).

Fotografické sebevyjádření se jeví jako méně ohrožující a proto vhodné k použití tam, kde hrozí, že klienti jsou z nějakého důvodu blokováni ve vztahu k vlastní tvorbě, nebo se mohou cítit ohroženi výtvarným resp. terapeutickým procesem (Kopytin, 2004). Jak píše Craig (2009), pořízení fotografie v sobě nese menší emocionální zátěž než např. malování. Nabízí se pro to několik vysvětlení – digitální fotografie dnes například nabízí jednoduchý způsob, jak se můžeme zbavit fotografie, se kterou nejsme z nějakého důvodu spokojeni. Také čas, který věnujeme samotnému pořízení snímku je poměrně krátký, a proto pocit zklamání z „nepovedeného snímku“ je zde minimální.

Použití fotografie je ideální pro řešení témat, jako je např. sebepojetí, sebeidentifikace, sebevědomí apod.²⁷ Když se fotíme, očekáváme od výsledného snímku potvrzení našeho pohledu na sebe sama. Když nejsme spokojeni, odráží to naši nespokojenost se sebou samým, neschopnost přijmout se takoví, jací jsme. Osobní nebo rodinné fotografie jsou také výrazným zdrojem informací o našich vztazích – informace, které bychom jinak těžko získávali jiným způsobem. Fotografické snímky nám potvrzují naše vztahy, zároveň nám ukazují, jak reálně vypadáme – ať již v kontextu druhých, nebo sami. Pohled na sebe na fotografii je totiž jiný, než jak se známe např. z pohledu do zrcadla. Vidíme tedy přesně to, jak nás vidí ostatní, což je důležité právě pro naši sebeidentifikaci a sebevědomí (Weiser, 2014).

Fotografie je také vhodná pro skupinovou práci, protože nabízí přirozený způsob komunikace a zároveň naznačuje mnohovrstevnatost vizuálního materiálu i pluralitu názorů či pohledů na jeden výtvarný objekt (Craig, 2009).

5.1.2. Nevýhody a limity fotografie

Použití fotografie předpokládá především specifickou fotografickou techniku, která přestože je dnes poměrně dobře dostupná, nemusí být samozřejmostí pro každého. Mezi technologické limity fotografie patří například i to, že snímky lze vytvářet jen za určitých technických podmínek (dostatek světla apod.), nebo to, že výsledné snímky jsou do určité míry závislé na kvalitě fototechniky. Při terapeutickém použití fotografie se dnes nejčastěji pracuje s digitálními fotoaparáty, někdy také s jednorázovými aparáty nebo polaroidy. Ty jsou však poměrně finančně náročné. Kvalita jednotlivých přístrojů

²⁷ zejména při práci s autoportrétem, nebo pokud nás fotí druzí

(resp, jejich optiky) má také vliv na výsledné snímky. V důsledku to však na terapeutický účinek snímku má minimální dopad.

V rámci arteterapeutického využití fotografie existují limity v práci s výtvarnou náhodou či posunem, klient také vždy musí vycházet z vnější reality – nemůže pracovat pouze s vlastní fantazií, jako např. při malbě. Okolní svět nás tak sice na jednu stranu kotví v realitě, na druhou stranu však také omezuje. Je otázkou, nakolik hrozí, že se při práci s fotografií skrýváme za hledáček, popisujeme a nechceme se angažovat, stavíme se do role „pozorovatele“ a „žurnalisty“. Pro mnoho lidí je bezpečné – zejména zpočátku terapie – si záměrně držet určitý odstup.

I to je však podle mého názoru způsob vyjádření, který lze v kontextu sebe sama interpretovat (můžeme se ptát, proč se raději skryjeme za objektiv, aniž bychom sami něco vytvářeli a výrazněji tak odhalovali svoje nitro). V rámci svých technických i terapeutických možností s fotografií můžeme pracovat a krok po kroku se tak i dostat tam, kam bychom se dostali za pomoci jiných (arte)terapeutických postupů. Už jen to, že zvolíme fotografické vyjádření místo malby či jiného výtvarného zpracování vytváří určité podmínky a nastavuje pravidla hry. Může to vytvořit bezpečnější prostor pro určitou cílovou skupinu nebo pro prvotní setkání. Vytváří alternativu pro toho, kdo se necítí na to pustit se do vlastní tvorby. A je proto dobré znát možnosti tohoto média a způsoby, jak ho vhodně terapeuticky použít.

5.2. Využití fotografie v kontextu české arteterapie

V Čechách dosud není fotografii v terapii věnována větší pozornost. Díky lepší dostupnosti literatury se však i u nás začíná pomalu o tomto potenciálu fotografie mluvit.

Fototerapii ve svém působení v terapeutické komunitě Sejřek využívá např. psycholog a terapeut Štěpán Borkovec (2015). Při své práci vychází z pojetí fototerapie Judy Weiser a její přístupy používá při práci s klienty s duální diagnózou – tzn. s drogovou závislostí a psychiatrickým onemocněním. Fotografie se v tomto specifickém prostředí jeví jako vhodná alternativa k verbální terapii i jako vyjádření vlastních potřeb a problémů, zároveň funguje jako cesta, jak posílit vazby v rámci komunity či jak předcházet mezilidským konfliktům (Borkovec, 2015).

Na téma fototerapie a terapeutické fotografie se ve svém článku zaměřila i Michaela Vítečková (2009)²⁸, psycholožka a arteterapeutka z Prahy, která se ve své terapeutické práci věnuje zejména dětem a rodinnému poradenství. Její článek popisuje několik metod a témat zaměřených zejména na skupinovou práci. V zásadě vychází z publikace Craig (2009), jejíž metodiku i některé konkrétní techniky přejímá. Jedná se však o velmi inspirativní témata a cvičení, poprvé dostupná i českým terapeutickým pracovníkům.

Za zmínku stojí ještě fotografka Darina Hlinková působící v Brně. Ta absolvovala kurz fototerapie v Ellen Fisher Turk Studio v New Yorku, ve své fotografické tvorbě se zabývá např. tématy archetypů a využívá principy fototerapie (resp. terapeutické fotografie) při práci se seniory a v muzejní pedagogice.²⁹ Na Masarykově univerzitě v Brně vyučuje předměty týkající se témat postmoderní fotografie a muzeologie a vede fotografické i fototerapeutické kurzy a semináře. Nejedná se však o čistě terapeutické působení, spíše o pedagogicky orientovanou terapeutickou fotografii.

Pokud se inspirujeme rožnovským přístupem, můžeme se pokusit podívat se na snímky, jako by se jednalo o jakýkoli jiný obraz – můžeme se zamýšlet nad kompozicí, barevností, výběrem tématu apod., protože je to vždy klient/divák, kdo vybírá či vytváří snímek a má tedy vliv (byť nevědomý) na jeho výslednou podobu.

Velký potenciál mají zejména ty snímky, které vytváří sám klient (ve smyslu Zillerovy *autofotografie* (1990) či kategorie snímků pořízených klientem v kontextu terapeutické práce Weiser (1999)). Klienti mohou fotograficky zpracovávat různá témata obdobně jako formou malby. Finální snímky můžeme následně analyzovat po výtvarné stránce nebo spolu s klientem symbolicky interpretovat. Výhodou je, že pracujeme s realitou okolo sebe, tudíž se ve snímku budou většinou objevovat reálné figury či předměty, což je pro interpretaci vhodné.

Při interpretaci však můžeme jít jak po vizuálním, tak po symbolickém obsahu, navíc zde ještě máme i rovinu zkušeností a vzpomínek, která se ve fotografii odráží. Naše

²⁸ článek vznikl původně jako absolventská práce v rámci kurzu M. Huptycha. Dostupná je na <http://www.huptych.cz/arteterapie/kurzy/dvoulety-akreditovany-kurz-v-artefiletice-a-arteterapii/zaverecne-prace-frekventantu>

²⁹ is.muni.cz/osoba/124999#profil

vzpomínky a emoce jsou snímkem zaznamenané i znovu vyvolané a ty jsou subjektivní a individuální. Toto rozdělení na vizuální a emocionální je dobré mít na paměti a umět pracovat s oběma póly snímku. Můžeme se ptát na okolnosti pořízení snímku, na emoce i asociace, které vyvolává, zároveň můžeme sledovat, zda se na fotografiích objevují lidé, jaká je kompozice nebo jaká převažuje barevnost apod.

Jak vyplývá ze zmíněných přístupů jednotlivých terapeutů, fotografie má sílu a terapeutický potenciál – i v rámci rožnovské školy se pracuje s potenciálem fotografie při práci s koláží. V tomto případě klient pracuje již s hotovými fotografiemi např. z časopisů a vybírá takové, které s ním nějakým způsobem rezonují, připomínají mu jeho blízké a vytváří dále nové souvislosti a kontext za pomoci dalších technik (domalování, dolepení). Výsledné koláže je pak možné interpretovat obdobně jako malovaný obraz. V některých případech se koláž hodí více – například s určitou skupinou klientů či při specifickém tématu. Nejen koláže – ale stejně tak fotografie – nám nabízí alternativu i v případě, že se jedná o klienty blokové či odmítající jiné výtvarné prostředky z důvodu studu či pocitu vlastní výtvarné nedokonalosti (Kopytin, 2004).

S projektivním potenciálem fotografií v českém prostředí pracuje např. arteterapeut Miroslav Huptych, který také vychází z rožnovského přístupu, v případě své projektivní sady koláží, které přetvořil do podoby jednotlivých projektivních karet (Čepelíková, 2012)³⁰. Využívá projektivního potenciálu fotografií a jak sám říká: „*Projektivní metody tvoří svébytnou kategorii, kdy je jedinec konfrontován se situací, která má pro něho specifický význam. Projekční materiál oslovuje latentní kapacitu člověka promítat do něho své psychické obsahy. Tím může napomáhat sebevyjádření.*“ (Čepelíková, 2012, s. 5)

6. Praktická část

Cílem praktické části bakalářské práce je aplikace získaných teoretických poznatků o terapeutické práci s fotografií s přihlédnutím k rožnovské orientaci arteterapie. Nejdříve

³⁰ Možnosti využití a metodologii zpracovala Zuzana Čepelíková. Manuál je ke stažení na http://www.huptych.cz/data/arteterapie/opravene+Zpusob+prace+se+sadou+projektivnich+kolazi_pdf.pdf

popisují práci s jednotlivými skupinami, postup a případné postřehy k práci s danou cílovou skupinou. Následuje rozbor vzniklých fotografií v návaznosti na rožnovskou arteterapii a porovnání snímků obou zkoumaných věkových skupin s přihlédnutím k vývojové teorii. V části, kde pracuji individuálně s klientkou, se navíc pokouším i o interpretaci symbolického obsahu snímků v kontextu jejího životního příběhu.

Technika fotografie a její terapeutický potenciál mě velmi zajímá a již delší dobu jsem plánovala využít metodu terapeutické fotografie či fototerapie při práci s lidmi. Protože se však nevěnuji soustavné terapeutické práci, nemám možnost pracovat s klienty dlouhodobě. V rámci výzkumné praxe jsem pracovala se dvěma skupinami – dětmi v páté třídě ZŠ a dospělými. Zkušenosti z této práce – byť skromné – popisuji na následujících stránkách.

6.1. Vstupní předpoklady a otázky

- Může být fotografie technikou pro sebereflexi a lepší sebepoznání?
- Liší se fotografické ztvárnění tématu „*to jsem já a můj svět*“ a „*to nejsem já a můj svět*“ vzhledem k věkové skupině?
- Dá se vysledovat ve dvou odlišných věkových skupinách nějaké společné téma či oblast? Případně jaké téma bude u jednotlivých skupin nejčastější?
- Dá se fotografie interpretovat obdobně jako malba?

V rámci práce s dětmi došlo na využití metod v rozsahu dvou setkání, a to na úrovni terapeutické fotografie – tedy ne s terapeutickým přesahem, ale spíše s rozměrem pedagogicko-artefiletickým. Na ten následně naváží další setkání v rámci školní výuky v průběhu tohoto školního roku.

Dále jsem měla možnost pracovat se skupinou deseti mladých lidí ve věku cca 20 – 35 let. Při práci s dospělými a v rámci následné analýzy jsem hledala paralely mezi obsahem fotografií a životem účastníků, resp. jsem usilovala o sledování souvislostí a interpretaci obsahu přímo společně s klienty.

Do větší terapeutické hloubky (ve smyslu arteterapeutické analýzy i interpretace) jsem pronikla s klientkou (25 let) v rámci individuálního setkání. Zejména nad jejími fotografiemi se pokusím o aplikaci rožnovského přístupu na fotografii.

I přes vědomé limity mé práce a stále ještě nepříliš bohaté zkušenosti považuji svoji dosavadní praxi za velmi obohacující a doufám, že na tyto zkušenosti a poznatky navážu další – systematictější – terapeutickou prací.

Při své práci s cílovou skupinou dětí i dospělých jsem se inspirovala u autorů jako Craig (2009), Kopytin (2004, 2013), nebo Weiser (1999), u dětí jsem svůj přístup obohatila i o poznatky Burrington, která se na práci s dětmi zaměřuje (2006). Ve volbě tématu jsem vycházela z přístupu Zillera (1990), který ve svých výzkumech nejčastěji pokládal účastníkům otázku „*Kdo jsem?*“, případně zadával téma „*To jsem já*“ (Ziller, 1990, s. 34). Mým záměrem nebylo pracovat čistě terapeuticky, chtěla jsem však použít metody fototerapie resp. terapeutické fotografie v rámci procesu hlubšího sebepoznání dospělých a dětí.

Fotografování na určité téma má několik potenciálních terapeutických rovin. První je samotné uvažování o tématu, které si vybíráme, jak jej ztvárnit, jaký motiv si vybrat. Druhou rovinou je způsob, jakým danou věc či moment konkrétně zachytíme. Třetí terapeutickou rovinu tvoří moment, kdy se na snímek následně díváme a zpětně vnímáme okolnosti jeho vzniku i jeho konkrétní podobu. Vnější rozměr, který vnáší do fotografie zkušený terapeut a který svým vedením a vhodnými otázkami může pomoci klientovi odhalit nevědomou rovinu obrazu, může klientovi přinést jiný náhled na jeho životní situaci. Terapeut by měl vnímat nejen „fakta“ zaznamenaná klientem, ale měl by brát v úvahu také kontext celé produkce, stejně jako je tomu v arteterapii. Terapeut by měl „*vnímat všechny opakující se motivy, vzory, určité osobní symboly a metafory*“, které mohou být pro klienta skryté, avšak mohou ukazovat na paralelu s jeho životem (Weiser, 2004, s. 17).

V kontextu rožnovského přístupu vycházím ze dvou fází práce s výtvarným – v tomto případě fotografickým – materiálem. V první fázi dochází k analýze artefaktu v kontextu výtvarné řeči coby způsobu formulace myšlenky. V této fázi si všímám toho, jakým způsobem autor zpracovává téma, jak pracuje s kompozicí, zda zobrazuje postavy, jakou volí barevnost apod. Vycházím i z ontogenetického vývoje výtvarného díla, tedy z toho, zda a jak klient pracuje s realistickým ztvárněním skutečnosti, s popisným zobrazením nebo symbolickým způsobem vyjadřování. Ve fázi druhé dochází k interpretaci symbolického obsahu snímků spolu s klientem coby způsobu, jak

odkrýt skryté, zvědomit nevědomé a umožnit klientovi reflektovat jeho svou životní situaci.

6.2. Využití principů fototerapie ve skupině dospělých

Při práci s dospělými jsem vycházela z předpokladu, že fotografie je možnou technikou pro lepší sebepoznání a sebereflexi a že obsah fotografie lze analyzovat i interpretovat a lze tak dosáhnout náhledu na svou vlastní životní situaci.

V rámci skupiny dospělých jsem pracovala s deseti mladými lidmi (zejména studenty), kteří měli zájem o sebepoznání skrze fotografii. Setkala jsem se s nimi dvakrát – při prvním setkání jsem je seznámila s tématem arteterapie i terapeutického potenciálu fotografie a s mým záměrem³¹. Vysvětlila jsem jim zadání pro práci – v tomto případě se jednalo o témata „*To jsem já a můj svět*“, „*To nejsem já a můj svět*“ a „*Moji blízcí*“. Tato témata jsem si vybrala jako terapeuticky hodnotná ve smyslu sebeidentifikace v případě prvního tématu, jako paralela „studenté“ koláže v případě druhého tématu a jako alternativa k rodinné koláži v případě tématu „moji blízcí“. Studenti měli na zpracování témat cca týden, pořízené snímky mi následně poslali elektronickou cestou a já je na společné setkání přinesla barevně vytištěné na formátu A5, aby se s nimi lépe pracovalo. S účastníky jsme si také na začátku stanovili základní pravidla pro naše setkání (dobrovolnost, mlčenlivost).

Protože se jednalo o setkání o délce cca tří hodin, zvolila jsem několik technik, které na sebe navazovaly a vytvářely tak ucelenější koncept celého setkání. Vycházela jsem z předpokladu, že nejen fotografie, které pořídíme sami, ale i ty, které si vybereme již hotové, mají projektivní potenciál a je proto možné s nimi terapeuticky pracovat v procesu sebepoznání (Craig, 2009, Weiser, 1999).

Jako první aktivitu jsem nechala všechny účastníky vybrat si jeden snímek či fotografii z již přinesených³². Zadáním bylo vybrat si jeden snímek, který účastníky zaujme, je jim příjemný či nepříjemný, zároveň jsem zdůraznila, aby nad výběrem příliš nepřemýšleli a vybrali si první, který je napadne. V kruhu jsme potom použili snímky jako způsob, jak

³¹ včetně toho, že snímky mohou být použity pro studijní účely – s čímž všichni zúčastnění souhlasili

³² přinesla jsem asi 100 barevných i černobílých obrázků z časopisů, novin nebo např. pohlednice

se navzájem seznámit – každý řekl své jméno a vysvětlil, proč si vybral konkrétní snímek. Tato aktivita byla na začátek příjemným způsobem, jak navázat kontakt a obrázek nechat mluvit za sebe. Inspirovala jsem se v knize Claire Craig (2009, s. 50), která doporučuje použít podobné cvičení s již hotovými snímky jako aktivitu na začátek – pro seznámení i vybudování počáteční důvěry a pocitu bezpečí s lidmi, kteří se primárně neznají.

Následně si měli účastníci vybrat ještě jeden obrázek tak, aby ten předešlý nějak doplňoval či na něj reagoval. I po této aktivitě následovala reflexe formou pojmenování obou snímků (jednoslovné či slovní spojení). Většinou vznikaly dvojice s tématy očekávání, dobré nálady a pozitivního naladění, které vyjadřovaly aktuální naladění účastníků. Někteří ale také zmiňovali asociace s dětstvím, skrze obrázky vzpomínali. Nakonec účastníci vytvořili skupinky podle toho, jak se jejich jednotlivé snímky doplňovaly nebo spolu vytvářely nový kontext. V těchto skupinkách pak měli za úkol použít jen polovinu vybraných snímků pro společné vytvoření příběhu. Jednalo se spíše o artefietickou aktivitu, ve které jsme v následné reflexi mluvili o tématech jako je komunikace, role ve skupině, jak účastníci prosazují svoje názory nebo jak snadno či obtížně se vzdávají „svých“ obrázků v zájmu skupiny. Padlo několik zajímavých postřehů – jako např. „*i v životě se často stavím do role pozorovatele, je mi líp, když se jen dívám*“, nebo „*pokud je ve skupině někdo silnější, ztrácím chuť se zapojit a stahuji se do ústraní*“. Skrze výtvarný zážitek nad fotografiemi si tak účastníci mohli zvědomit některé svoje neuvědomované vzorce chování, které se promítají do jejich každodenního života. Dynamika v každé skupině byla jiná, bylo vidět, jak jednotliví účastníci přinášejí své postoje a názory a konfrontují se s druhými.

Tyto aktivity byly spíše zážitkové bez hlubšího terapeutického přesahu, přestože během nich účastníci měli možnost reflektovat vlastní postoje, hodnoty, utřídit si některé myšlenky. Výsledné příběhy, které z fotografií vznikly, byly poměrně zajímavé a všechny se týkaly nějaké změny v životě či postoje k životnímu stylu. Bylo to jistě dáno i naladěním skupiny, která se skládala z mladých studentů, kteří nyní hodně bilancují a kriticky přemýšlí o svém osobním i profesním životě.

Po krátké pauze jsme potom přistoupili k práci s fotografiemi, které si studenti přinesli. Díky předchozím „cvičením“ již byla atmosféra uvolněná a zároveň se vytvořil i prostor pro hlubší sdílení.

Při něm následně každý účastník popsal svůj snímek – začali jsme u popisné roviny, kdy klient vysvětlil svůj záměr, obsah a osobní význam vlastních snímků. Snažila jsem se přitom všítat si toho, jak každý z účastníků na snímcích pracuje s prostorem, kompozicí, jaké volí barvy, zda se na jeho snímcích objevují postavy či se jedná o symbolické a abstraktnější snímky. Následně jsem se u každého z účastníků snažila nalézt jeden či dva momenty pro interpretaci symbolické roviny fotografie a položila jsem jim otázku k zamyšlení, kterou mohli dále sdílet se skupinou. Ostatní měli také možnost se ke snímkům druhých vyjádřit – v některých případech byly jejich postřehy zajímavé a obohacující.

Jednou z mých poznámek pro sdílení bylo například i to, aby se pokusili na svém snímku nalézt nějakou věc či moment, které si na první pohled nevšimli nebo ji původně nezamýšleli zaznamenat, ale přesto se zkusili zamyslet nad tím, jakou roli takový moment v jejich snímku hraje. Snažili jsme se společně hledat takovéto „náhody“ a dávat jim význam v kontextu jejich životních zkušeností.

6.2.1. Konkrétní poznatky z analýzy

Pro ilustraci cituji některé z účastníků a zajímavé momenty či postřehy. Pro účely této práce jsem vybrala jen některé zajímavé momenty pro ilustraci, přestože během setkání promluvili všichni účastníci. Někteří však zůstali jen u popisné roviny a k hlubším interpretacím nedošlo, neboť snímky byly natolik konkrétní, že podle mého úsudku nenabízely tolik možností pro interpretaci.

Společné setkání jsme shrnuli zpětnou vazbou, kde zazněly pozitivní ohlasy na jednotlivé činnosti i to, že si někteří účastníci zejména při poslední aktivitě leccos uvědomili. Na úplný závěr si každý odnesl svoje snímky a mohl si vzít i jeden obrázek, který pro něho shrnoval nějakou myšlenku, se kterou chtěl odejít domů.

6.2.1.1. Renata

Slečna Renata rozložila své snímky a popisovala, jak jsou pro ni důležité a proč a rozdělovala je podle témat. Dva snímky byly orientovány na výšku, zbytek na šířku.

Byla však jedinou z účastníků, kdo měl alespoň některé snímky na výšku. Renata několikrát zdůraznila, že si není svým výběrem úplně jistá, že by potřebovala větší počet snímků, aby vyjádřila zadání podle své představy. Chvíli sama neměla jasno, která fotografie spadá do kterého tématu a ještě v jejich výběru dělala nějaké změny. Když jsme se na ně spolu podívaly vedle sebe, uvědomila si, že snímek Prahy (obr. 1), který původně měl vyjadřovat „můj svět“, je pocitově studený a svým barevným laděním tedy více zapadá do tématu „to není můj svět“ (obr. 2, 3). Fotografie ze skupiny „můj svět“ totiž byly všechny stejně barevně laděné – převažovaly teplé barvy - žlutá, oranžová. S Renatou jsme pak mluvily o tom, jak se v Praze cítí. Mluvila o tom, že zde bydlí jen chvíli, ale že si myslela, že město je již součástí „jejího světa“, podvědomě však ještě stále cítí jakousi odcizenost a nepříjetí. Zařadila tedy snímek Prahy mezi ostatní fotografie vyjadřující „to není můj svět“ se slovy „*to ještě nejsem já*“. Ptala jsem se tedy, co by se muselo stát, aby Praha byla „jejím světem“. Odpověděla, že to asi chce ještě čas, že po mém doporučení se rozhodla, že se časem pokusí vyfotit jiný snímek Prahy tak, aby více vyjadřoval toto místo jako součást jejího světa. Naopak mezi snímky vyjadřujícími „to jsem já a můj svět“ se kromě partnera a psa objevuje i snímek pohledu z jejího dětského pokoje (obr. 4). Je na něm západ slunce. Poměrně dramatický pohled plný barev, který ale může vyjadřovat jednak určitou nostalgii, jednak může být symbolem dramatických změn, kdy nad jejím dětstvím/mládím zapadá slunce – něco končí.

6.2.1.2. Jindřich.

J. si pro vyjádření „to jsem já a můj svět“ vybral tři fotografie, na prvním – černobílém – snímku je on mezi lidmi (obr. 5), na dalším je pak hrdlička sedící na sloupu veřejného osvětlení (obr. 6), na třetím řeka v horách (obr. 7). Jindřich vysvětloval, že snímky vyjadřují jeho vztah k přírodě i vyjádření „*vnitřní krajiny*“, to, „*že má rád výhled*“ jako ona hrdlička i že se „*cítí dobře mezi lidmi, kteří nehodnotí*“. Jeho vyjadřování bylo poměrně symbolické až abstraktní.

Co mě na první pohled zaujalo, byla omezená barevnost – nejen v případě černobílého snímku, ale i ostatních dvou snímků, které přestože byly barevné, byly laděné do šedomodrých odstínů. Navíc jsem si vzpomněla, že oba obrázky, které si vybral v úvodní aktivitě, byly také černobílé. Mluvili jsme proto o tom, jak mu dělá či nedělá

problém projevovat emoce. Jindřich mluvil o tom, že si mezi lidmi přijde nejistý, ale snaží se v poslední době více otvírat a že emoce projevuje lépe mezi lidmi, které zná. Oproti tomu na snímcích k tématu „moji blízcí“, vynikaly výrazné barvy v teplých odstínech. On sám však přemýšlel o tom, jak na něho působí černobílé a barevné snímky a řekl, že pro něho větší emotivní hloubku mají právě černobílé fotografie a že ty barevné na něj působí povrchněji. Uvažoval pak o tom, jak povrchní vztahy má se svými blízkými a s kým si je doopravdy blízký.

Zde by bylo možná vhodné navázat nějakou kombinovanou arteterapeutickou technikou, nabídnout Jindřichovi širší paletu barev k vyjádření jeho pocitů a nabídnout možnost větší barevné diferenciaci. Bylo by jistě zajímavé využít jeho fotografie dále a dotvořit je např. formou akvarelu na větším formátu. Klasický akvarel bych však zatím nevolila, neboť bylo cítit, že by J. mohl být v čistě výtvarném vyjádření nejistý.

6.2.1.3. Petr

Petr k vyjádření „to jsem já“ použil jen jeden snímek (obr. 8), který zachycoval – možná až moc popisně a deskriptivně – jeho zájmy a aktivity. Je na něm zachycen stůl s notami, texty, básněmi, omalovánkami, flétnou, pastelkami atp. Všechny tyto předměty pro Petra vyjadřují jeho svět, kde se snaží být tvůrčí, zvláště v poslední době, kdy v sobě nachází chuť zkoušet nové věci. Fotografie tak vyjadřuje jeho „*tvůrčí svět*“. Snímek však může působit trochu popisně (i v souvislosti se stohy popsaných papírů na snímku). Mohli bychom se tedy ptát, nakolik svoje životní události popisuje na úkor prožívání. Petr však měl sám k této fotografii několik dobrých postřehů, kdy se snažil nalézt momenty, které na první pohled neviděl nebo které nebyly zamýšlené. Objevil tak na tomto svém snímku figurku šaška z dětství, což ho samotného překvapilo, protože si ho původně ani nevšiml. Přemýšlel pak nahlas o tom, jak v sobě v poslední době objevuje „šáskovství“, které tam snad bylo od dětství (stejně jako figurka), ale on se „*bál být za šaška*“. Až dnes na to však má odvahu a do určité míry si to i užívá.

Na jeho snímcích s tématem „to není můj svět“ se objevuje hospoda (obr. 9) a obchodní centrum (obr. 10). Ani na jednom místě se „*necítí dobře*“, přestože dříve např. do hospod chodíval rád. Dnes však vnímá, že „*to UŽ není můj svět*“, protože „*má jinou potřebu se bavit*“ a alkohol nepije. Vzhledem k tématu snímku (které může být paralelou se studenou koláží, která vyjadřuje nějaký náš stín, něco čeho se bojíme,

odmítáme to, avšak stále je to naší součástí), by bylo v případě dalšího terapeutického setkání vhodné se zaměřit na toto téma a ptát se na hlubší důvody této změny.

6.2.1.4. Martin

Podobně se na téma „to nejsem já a můj svět“ vyjadřoval Martin, který zobrazil v rámci tohoto tématu lahve od alkoholu (obr. 11), svůj bývalý byt a pohled na město, kde dříve bydlel. Všechny snímky popsal se slovy, že „*Už to není můj svět*“. I zde bychom se mohli ptát po důvodu, proč *už* to není jeho světem, co se stalo, že došlo k této změně.

Na dalších snímcích – ať již na téma „to jsem já“, nebo „moji blízcí“ se objevuje hodně lidí a je vidět, že lidé jsou pro Martina důležití. Někdy se však mezi nimi jakoby ztrácí – přestože na snímku je, není na první pohled vidět. Zajímavá je pak zejména fotografie, kde je Martin zachycen s namalovanou maskou přes obličej. Ptala jsem se proto, proč je dobré nosit masky a zda je někdy nosí. Mluvil o tom, že dříve symbolicky řečeno „*masky nosíval a občas je ještě nosí, ale učí se je odkládat*“. Je vidět, že i on prochází nyní určitou změnou a uvažuje o tom, před kým si, symbolicky řečeno, nemusí nasazovat masku a nic hrát.

6.2.1.5. Petra

Petra zajímavým způsobem vyjádřila motiv „moji blízcí“ (obr. 12) – na jednom snímku totiž zachytila zámky na mostě nad řekou. Jedná se o zajímavě symbolické pojetí tohoto tématu. Ostatní účastníci na podobné téma většinou fotili svoje rodinné příslušníky, partnery apod. nebo vybrali snímky z rodinného archivu. Petra popsala tento snímek jako „*vztahy, které nemůžeme vymazat*“. Zde se jedná o klasickou ukázkou toho, jak snímek může mít pro každého individuální výklad a že se za ním může skrývat navíc nějaká velmi osobní zkušenost, rovina příběhu, vzpomínka, kterou druzí nepochopí. Zobrazené zámky totiž byly vyfocené na mostě v rodném městě při rodinné procházce, na kterou Petra ráda vzpomínala. Zámky symbolizují pevné spojení s těmi, kdo jsou pro ni důležití. Bylo by přínosné dále se ptát po tom, které vztahy by chtěla uzamknout a proč a zda by naopak některé uzamčené chtěla „vymazat“. Tak hluboko jsme se však především z nedostatku času nepouštěli.

Na dalších snímcích Petry se pak již také objevují lidé – lidé, které třeba tak často nevidáme, ale jsou pro nás důležití, i lidé kteří jsou s námi často jako např. spolubydlící

a stávají se tak „*mými bližními*“. Mluvila o tom, jak si díky focení uvědomila, že i takto mohou vztahy fungovat a jak jsou pro ni někteří lidé důležití, přestože nejsou spolu tak v kontaktu.

6.3. Využití principů terapeutické fotografie v třídním kolektivu

Jako zástupce dětské skupiny jsem si vybrala děti z pátého ročníku základní školy, kde působím jako asistent pedagoga. Zadal jsem jim téma „To jsem já a můj svět“ a „To nejsem já a můj svět“³³, každé z nich měly děti možnost ztvárnit pomocí 1-3 fotografií. Jedná se o stejná témata, která jsem vybrala i pro skupinu dospělých – vnímám je jako psychologicky významná pro obě věkové kategorie ve smyslu sebeidentifikace i jako alternativa ke studené koláži v případě tématu „to nejsem já“.

Děti respektovaly zadané téma, měly navíc dovoleno použít i fotografie pořízené dříve – např. vybrat rodinné fotografie z dovolené, snímky ze sportovních utkání apod. Jedná se tedy o kombinaci dvou (resp. tří) kategorií pokud bychom měli vycházet z klasifikace Weisser (1999). V tomto kontextu je také dobré na snímky pohlížet – že se může měnit autor snímku a na dětech je tedy někdy jen výběr tématu, jindy jsou aktivními fotografy a případně se oba druhy kombinují.

Při práci s dětmi nešlo o terapeutický rozměr, ani o interpretaci symbolické roviny snímku – v kontextu školního prostředí v běžné třídě byla záměrem spíše forma vizuální reflexe tématu, přínos pro rozvoj vlastní sebereflexe a prostředek pro další společnou – artefaktickou³⁴ – práci v rámci další výuky.

Pátý ročník jsem si vybrala zejména proto, že se jedná o děti, které jsou již schopné určitého náhledu a navíc se již nacházejí v období puberty, kdy hledají vlastní identitu. Zvolené téma je proto podle mého názoru pro tuto věkovou skupinu ideální. Původní myšlenkou bylo pracovat s dětmi ve 3. třídě, se kterými pracuji dlouhodobě, ale protože se jedná o hodně nesoustředěnou třídu, takto pojatá společná práce pro ně není podle mého názoru vzhledem k věku vhodná.

³³ dále jen „to jsem já“ a „to nejsem já“

³⁴ tedy o zážitkovou formu výchovy a vzdělávacího procesu, zde zaměřeného na sebezpoznaní a upevnění vztahů v třídním kolektivu

V rámci pátého ročníku z cca 20 dětí ve třídě téma fotograficky zpracovalo 9. Děti, které se rozhodly pro fotografování, spolupracovaly s nadšením a zápalem. Některé z nich vytvořily fotografie až na základě tématu, některé vybraly z dosud pořízených vlastních či rodinných snímků osobní výběr, některé dokonce vytvořily fotografické koláže pomocí počítačových programů. Forma zpracování byla tedy různorodá. Děti měli také relativně často problém s vyjádřením „to nejsem já“, proto někteří toto téma vůbec nezpracovaly a soustředily se jen na pozitivní formulaci „to jsem já“.

S těmito dětmi jsem dosud neměla možnost pracovat kontinuálně, proto v této části pouze popisuji způsob, jakým se jednotlivci zhostily tohoto úkolu, nejčastější zvolená témata a formu. Do budoucna však plánuji spolu s třídní učitelkou využít terapeutickou fotografii v rámci osobnostně sociální výuky³⁵ v této třídě – resp. pracovat dále s tímto tématem v průběhu druhého pololetí roku 2016. Zadané téma je vhodným tématem pro tuto věkovou skupinu a způsobem, jak zážitkovou cestou uchopit tematiku identity i sociálních vazeb. Z časových a organizačních důvodů však zatím došlo pouze k první fázi – tj. zpracování fotografií.

Jak jsem již zmínila, dětem jsem při prvním setkání zadala témata „to jsem já a můj svět“ a „to nejsem já a můj svět“ – každé ztvárněné formou jedné až tří fotografií. Mluvili jsme spolu o tom, co je pro nás důležité a že každý může vnímat jako důležité něco jiného, stejně jako někomu stačí se vyjádřit jedním snímkem, někdo potřebuje více. Děti se potom ptaly, zda mohou vyfotografovat to či ono, jestli můžou použít snímky již pořízené apod.³⁶ Následně měli několik dní na pořízení snímků, které většinou zaznamenaly za pomoci svých mobilních telefonů. Při dalším setkání mi fotografie předali v digitální podobě spolu s komentářem, co na jednotlivých snímcích je a proč jsou pro ně důležité.

³⁵ Osobnostně sociální výuka je povinný předmět, který je „praktickou edukační disciplínou zabývající se rozvojem klíčových životních kompetencí a dovedností pro každodenní život se sebou samým i s druhými lidmi“³⁵ a využívá nejčastěji zážitkových metod a následné reflexe.

³⁶ Protože se může jednat o poměrně osobní materiály, vysvětlila jsem jim, že snímky mohou být použity v mé bakalářské práci a že pokud budou fotit nějakou osobu, měla by s tím souhlasit. Výslovný souhlas jsem si pak vyžádala přímo u rodičů těch žáků, jejichž snímky chci v této práci prezentovat.

6.3.1. Analýza snímků a nejčastější témata

Většina dětí vytvářela snímky s „prvoplánovým zobrazením“ – to, co je důležité je na obrázku jako hlavní objekt, ať již se jedná o člověka, zvíře či předmět. Chybí většinou kontext, jde pouze o „tu věc“. Děti většinou neřeší kompozici, a pokud ano, je tato obvykle centrální – tzn. to nejdůležitější je uprostřed. Některé ze snímků jsou také rozmazané či jinak nekvalitní (rozostřené, s nedostatkem světla apod.), přesto je děti odevzdaly jako hotové.

Co se zajímavým způsobem objevuje u některých dětí, jsou fotografie upravené v počítačovém programu či v mobilní aplikaci. Některé snímky jsou buďto upravené do formy koláže z více snímků (obr. 13, 14, 15), kterou bychom např. při individuální práci mohli využít obdobně, jako se pracuje s koláží v rámci rožnovské arteterapie nebo je na fotografii použit například filtr se symbolem srdce (obr. 16).

Nejčastěji se na snímcích objevují lidé³⁷ – až na dva případy se alespoň na jednom ze snímků objevuje sám autor. Nejvýraznějším tématem dětí jsou kamarádi, vrstevníci – ať již spolužáci nebo kamarádi ze zájmových kroužků (sportovních, jezdeckých apod.). Objevují se u pěti dětí z celkového počtu. Celkově je téma volného času a jeho trávení velmi dominantní – na snímcích se objevuje sportovní náčiní, prostředí sportovišť, hudební nástroje (obr. 17), ale například i prostředí počítačové hry (obr. 18).

Mohli bychom tedy možná potvrdit – alespoň u většiny – že pro jejich sebepojetí je důležitá blízká skupina vrstevníků, kamarádů a identifikace se skupinou. Většinou se přátelé objevují i zobrazení ve skupinkách či alespoň dvojicích, což odpovídá tomu, jak významně se v tomto období utváří blízké vrstevnické vztahy.

Téma „to nejsem já“ se nakonec objevilo jen u třech dětí. Tématy jsou kontejner na papírový odpad v prostorách školy („jako odpadky, něco nehezkeho“) (obr. 19), série snímků z nákupního centra („nemám rád obchodáky“ - obr. 20) a had („Nemám ráda hady, bojím se jich“). I přesto si je v zoologické zahradě dívka několikrát vyfotila – obr. 21). Přestože jsou tato témata zpracována jen pár dětmi, mohla by být v rámci výuky a reflexe zajímavým tématem k diskuzi a sdílení (např. co pro někoho není jeho svět, pro

³⁷ z důvodu ochrany soukromí zobrazených osob jsem se rozhodla tyto snímky ve své práci nepoužít – resp. vybrat jako ilustraci jen takové, kde mám výslovný souhlas zákonných zástupců

druhého může být důležitým – např. právě obchodní domy, nakupování, ale i sport apod.).

Postavy – byť většinou jen částečné (především jako portréty) – jsou zastoupeny na výrazné většině snímků této věkové skupiny. Důležitými postavami jsou zejména již zmiňovaní spolužáci, vrstevníci ze zájmových kroužků a sportovním klubů, sourozenci a i další rodinní příslušníci. Jedna dívka například řekla, že bez rodiny by tu nebyla, ale jako fotografii reprezentující tuto myšlenku použila snímek stromů z rodinné dovolené. (obr. 22). Zde se tedy projevilo, jak pracuje s asociacemi či symboly – již nezobrazuje konkrétní postavy, ale používá jejich symbolické zastoupení.

Ziller ve svých studiích potvrdil, že míra zastoupení lidských postav na snímcích souvisí s mírou stydlivosti autora snímku (Ziller, 1990, s. 46). Čím více postav se na snímku objevuje a čím větší postavy jsou (tzn. z jaké blízkosti jsou vyfoceni), tím je autor snímku méně stydlivý. Je zajímavé si proto všimnout snímku chlapce D., kde se lidé objevují jen mimoděk, a to na snímcích „to není můj svět“. V tématu „to jsem já“ je zachycena pouze budova školy a snímek z počítačové hry.

Osobně se velmi těším na další práci s fotografiemi v rámci výuky. Děti, které dosud žádné snímky nepřinesly, budou mít ještě možnost nějaké vytvořit. Pro práci v hodině pak plánuji těm, kteří nebudou mít žádné vlastní snímky, nabídnout možnost vybrat si z již existujících obrázků a fotografií (např. z časopisů) takové, které také vystihují popis „to jsem já“, případně „to nejsem já“. Vycházím přitom z předpokladu, že i takové snímky mají hodnotu a je možné o nich symbolicky hovořit díky jejich projektivnímu potenciálu (Weiser, 1999) (Craig, 2009). V rámci výuky plánuji s dětmi hovořit o obsahu jejich snímků, pokusit se o reflexi toho, co je pro mě důležité, kdo nebo co tvoří „můj svět“ a proč a dále co je mi nepříjemné a proč. Chtěla bych pracovat jak s celou skupinou, tak i sdílet pocity a zkušenosti v rámci menších skupinek a podívat se společně na nejčastější témata. V pátém ročníku si již děti uvědomují důležitost vztahů, hledají svoji identitu a začínají se například vymezovat proti autoritám. Sebereflexe na téma „to jsem já“ tak může být společným tématem, které jak doufám, může pomoci budovat i sociální dovednosti, porozumění mezi žáky apod.

6.4. Využití fototerapie v individuálním setkání – pokus o hlubší interpretaci v kontextu rožnovské arteterapie

Stejně téma – tedy „to jsem já a můj svět“ a „to nejsem já a můj svět“ jsem zadala i Lindě, mladé svobodné ženě (25 let), se kterou se znám jen zběžně, ale která měla zájem o to vyzkoušet fotografii jako nástroj sebepoznání. Lindě jsem na prvním setkání vysvětlila úkol (stejný jako u dětí – tedy jeden až tři snímky na zadaná témata), pak měla několik dní na pořízení snímků a ona následně na společné setkání přinesla ke každému tématu dvě fotografie. (obr. 23 - 26)

Všechny snímky jsou barevné, první dva (tzn. „to jsem já“) jsou orientovány na výšku, další („to nejsem já“) pak jsou na šířku.

Na prvním snímku k tématu „to jsem já“ vidíme zátiší v kavárně (obr. 23) – sklenici, šálek kávy, jablko, talisman jako přívěsek na krk, brýle a knihu. Linda popisuje obrázek jako „*svoji oblíbenou kavárnu, kam chodí pozorovat lidi*“³⁸. Nejdříve vysvětlila, že se hodně soustředí na zdravý životní styl (proto jablko), má ráda dobrou kávu, knihy a brýle jsou pro ni symbolem moudrosti a talisman je pro ni osobně důležitým předmětem. Při dalším rozhovoru jsme ale začaly hovořit více o symbolickém významu jednotlivých předmětů. Na první pohled nás zaujme, že se zde objevuje ztrojení ženského symbolu – ve formě nádob, talismanu, navíc se objevuje i jablko. Mluvily jsme proto o tom, co kromě zdravého stylu může jablko symbolizovat (ve smyslu pokušení, sexuality) a jak vnímá či aktuálně řeší svou ženskou roli. Linda potvrdila, že se aktuálně hodně zabývá tantra jógou, která je postavená na objevování sexuální energie i na vnímání mužské a ženské energie. Když jsem se zeptala, na co si bere brýle, na co zaostřuje, odpověděla, že se teď hodně soustředí sama na sebe.

Tomu by odpovídala i druhá fotografie, kde je autorka v centru snímku stojící v jógové pozici na jedné noze v odrazu zrcadla (obr. 24). Vyfotila sama sebe v zrcadle ve svém

³⁸ Zde se potvrzuje i to, jak autor ovlivňuje výběr výsledného snímku. Autorka totiž stejné téma vyfotila vícekrát a teprve výsledný prezentovaný snímek byl pro ni ten „ideální“. Všechny ostatní byly vyfoceny shora, tento jediný je focen jakoby zevnitř, z úrovně stolu. Autorka ty ostatní snímky podle svých slov považovala za příliš popisné, jakoby říkaly „tak teď se na to podíváme“ a to se jí nelíbilo, a proto hledala jiný pohled.

pokoji, snímek je celkově poměrně studený – převažuje výrazně bílá barva. Význam pro autorku má jednak prostor, ve kterém se nachází (jedná se o první samostatný byt, ve kterém je nyní spokojená), za druhé chtěla podle svých slov vyjádřit sebe jako osobu – a to přímo ve středu obrazu. Zaujala mě především centrální kompozice a výrazná zrcadla. Podle autorčiných slov „*tato zrcadla lámou realitu*“. Ptala jsem jí proto, co láme její realitu? V této souvislosti mluvila o tom, jak nyní pod vlivem různých okolností mění pohled na svět, prochází si životní změnou, která jí přináší i „*jinou optiku*“. Při pohledu na snímek se zamyslela a pak sama sebe označila za „*...centrum vlastního vesmíru. Nemyšleno egoisticky – nebo možná jo – je to můj život, se kterým si můžu dělat, co chci*“. Je zajímavé, že zrcadla „lámou“ v odrazu i její končetiny, jako by nestačilo, že postoj je už dost krkolomný a nestabilní. Všechny snímky jsou trochu nakloněné – vytváří sice dynamickou linku, ale především působí nestabilně. I sama autorka na autoportrétu stojí v postoji jen na jedné noze – otázka na stabilitu v životě padla, nicméně Linda odpověděla s tím, že tato pozice je pro ni naopak velmi stabilní a cítí se v ní dobře.

Na snímku si pak můžeme všimnout mnoha rovných linií a pravých úhlů, tématem tak je i mužský pohled na svět, který ve formě pravých úhlů proniká i na první snímek, byť to není možná na první pohled poznat. Mohli bychom se dále ptát po mužských vzorcích chování, tedy např. jak moc Linda jedná racionálně a nakolik emocionálně.

Snímky „to nejsem já“ zobrazují dva pohledy na město, které pro ni symbolickým způsobem vyjadřují to, co na současném světě nemá ráda. V prvním případě se v okně restaurace zrcadlí (obr. 25), tedy znovu opakování motivu zrcadla, okolní svět, v tomto případě automobily, shon města, jehož odraz je rozmazaný. Linda popisovala tuto scénu jako „*honbu za chimérou času... Pořád se za něčím honíme, ale nic tam není. Všechno je tady*.“ Za oknem je pak možno vidět i televizi v restauraci – ta pro Lindu symbolizuje média, jejich vliv na člověka, autorka si také klade otázku relevantnosti nám předkládaných informací v médiích, které relativizuje. Za povšimnutí stojí i nápadné opakování motivu spirály a kruhu v odrazu zábradlí, nicméně tomu jsme se v rozhovoru již nevěnovaly.

Druhý snímek pak ukazuje dlouhou starou zeď v parku, která je však pomalovaná sprejery a kolem které vede cesta (obr. 26). Zeď Linda vnímá jako symbol historie,

kterou má ráda, avšak nápisy na ní jí vadí a symbolizují tak „vyjadřování se lidí k tomu, co jim nepřísluší“. Mluvily jsme o tom, kolik prostoru dává druhým k tomu, aby se i oni vyjádřili. Zajímavé je, že zeď je jakoby „zubatá“ (což bychom mohli interpretovat jako být odkaz na orální stadium) jistě nás i zaujme motiv zelené houby (muchomůrky?) na pravé straně. Nabízí se možná otázka závislostí (také viz předchozí snímek restaurace, značky piva tamtéž), toto téma jsme však při setkání neřešily.

Zeď však na první pohled blokuje pohled do dálky, když jsem se ptala, co by bylo za zdí, kdyby tam bylo vidět, odpověděla, že volná příroda.

Co na všech snímcích jednoznačně chybí, jsou lidé – tedy alespoň kromě autorky. Ona sama mluvila o tom, že se soustředí na sebe, protože velmi nedávno ukončila jeden vztah. Absence postav může poukazovat i na to, že je spíše člověkem zaměřeným do vlastního nitra – což by odpovídalo i tomu, že Linda studuje filozofii a ráda o věcech přemýšlí.

Při pohledu na snímky nás upoutá jistě také spíše studená barevnost a i to, že všechny pohledy jsou „zazděné“ – nenabízejí výhled do dálky, jsou v určitém smyslu prvoplánové, z rožnovského pohledu zde chybí třetí plán, případně se jedná o interiér. Mluvily jsme tedy spolu o plánech do budoucna, nějaké vizi. Linda mluvila o tom, že žije „tady a teď“, že si je toho vědoma a nevádí jí, že neví, co budoucnost přinese. V současné chvíli opravdu žije v současném okamžiku a hodně se zabývá sama sebou, soustředí se na studium, práci, jógová cvičení apod.

Vzhledem k tomu, že se nejednalo o terapeutické sezení v pravém smyslu, jsme se bavily o poměrně bezpečných tématech. Setkání bylo pro Lindu zajímavé, potvrdila, že mnoho mých otázek opravdu „sedí“, protože daná témata velmi aktuálně řeší.

Pokud bychom měly spolu dále arteterapeuticky pracovat, snažila bych se s Lindou více mluvit o tom, jak věci prožívá a nakolik jen „pozoruje“ či racionalizuje. Pokud bych měla dále navázat nějakým rožnovským tématem, navrhla bych téma Adama a Evy (jako koláž – například i za použití fotografie – i navíc formou akvarelu, kde by se mohly projevit i další nevědomé a ne tolik kontrolované obsahy). V ateliérové tvorbě bych se ji snažila metodicky vést k práci s prostorem, budování plánů.

6.5. Porovnání fotografií dětí a dospělých

Pokud bychom vycházeli z Piagetovy teorie kognitivního vývoje a dále pak teorie vývoje výtvarného zobrazování podle Kyzoura (Kyzour, b.r.-a), můžeme hovořit o třech vývojových obdobích výtvarného vyjadřování:

- egocentrické období (4 – 8 let)
- objektivní období (8 - 13 let)
- reflexivní období (13 – 18 let)

Protože se jedná o proces související i s vývojem myšlení, předpokládala jsem, že i fotografické ztvárnění určitého tématu se bude lišit s ohledem na věk dítěte (resp. dospělého) a že tato skutečnost se dá interpretovat obdobně jako u malby³⁹.

Mým předpokladem bylo, že mladší děti budou zobrazovat zadané téma „egocentricky“ – tzn., že se na jejich snímcích budou spíše objevovat ony, případně jim blízké a pro ně důležité osoby a předměty. Očekávala jsem tedy, že uvažování o tématu bude v nižším věku (v období egocentrickém) více zaměřené na sebe, dítě bude mít tendenci zobrazovat fotograficky své oblíbené předměty či lidi. S dětmi v této věkové skupině jsem však nakonec nepracovala.

V období objektivním jsem usuzovala na popisné zobrazování prvků a objektů. Očekávala jsem posun v zobrazení ve smyslu vytváření kontextu mezi jednotlivými prvky, přesto však zobrazování konkrétních věcí a lidí, které jsou pro děti důležité. Teprve s postupujícím věkem – jak se u dítěte rozvíjí abstraktní uvažování a smysl pro symbolické zobrazení – jsem u starších dětí a dospělých tedy očekávala posun v symbolickém zobrazení vlastního sebepojetí a spíše abstraktní vyjadřování. Děti v mladším věku také ještě neuvažují v uměleckých pojmech, jako je kompozice, zlatý řez, dominant a apod., u starších dětí a dospělých však pokusy o umělecké uvažování očekávám.

³⁹ Jsem si vědoma omezeného počtu respondentů (dětí i dospělých), pro hlubší zkoumání, přesto se o srovnání pokouším v kontextu mých možností a s ohledem na tyto limity.

Kritérium pro analýzu je tedy objektivní či konkrétní versus abstraktní či symbolický význam. Tedy symbolický výklad obsahu fotografie u starších klientů versus konkrétní pojmenování u mladších dětí. U dětí v pátém ročníku dochází nejčastěji k zobrazení konkrétních objektů, výčtu důležitých věcí, lidí, zvířat (tedy ve smyslu „*to je můj oblíbený plyšák/kůň/kamarád*“), proti tomu např. „*kniha značí moje studia., obrázek reprezentuje můj vztah s otcem..., zámky jsou symbolem rodiny*“ apod. u starších dětí a zejména dospělých. Zde se nabízí jako ilustrace již zmiňovaná dívka, pro kterou téma rodiny symbolizuje snímek stromů z dovolené. Většina dospělých střídala konkrétní i symbolické zobrazování – pokud se na snímku objevili lidé, většinou zobrazovali konkrétní důležité osoby v životě účastníků.

Dalším kritériem by mohla být estetická rovina – ve smyslu, jak děti či dospělí řeší „kvalitu“ fotografie ve smyslu ostrosti, kompozice apod. U dětí se mnohem častěji objevovaly neostře až rozmazané snímky, centrální kompozice bez „zajímavějšího“ – kreativního – vyjádření tématu, zatímco dospělí častěji řešili kompozici svých snímků, přistupovali k tématu s větším tvůrčím zápallem a jejich snímky jsou tak i „esteticky hodnotnější“ (pokud tedy vůbec v takových dimenzích můžeme k tématu přistupovat).

Srovnání snímků dospělých a dětí bylo pro mne výzvou, zdá se, že se dají najít rozdíly ve způsobu zobrazování, přesto však nechci v tomto ohledu generalizovat, neboť materiálu nebylo pro děláni takových závěrů dostatek. Také obsah snímků i způsob jejich zobrazení se odvíjel i od tématu a bylo by třeba porovnat snímky na jiné téma. Nicméně se dá říci, že i přístup k fotografickému zobrazování má nějaký vývoj a dá se kultivovat – ať již metodickým vedením, nebo čistě tím, jak jedinec zraje a vyvíjí se jeho kognitivní vlastnosti i estetické vnímání.

7. Závěr

Mým záměrem bylo vyzkoušet si, jak se s fotografií dá pracovat v rámci individuální i skupinové práce, s dětmi i dospělými. Potvrdilo se mi, že fotografie může být zajímavým způsobem pro sebepoznání, odrazovým můstkem pro hlubší diskuze i způsob, jak navázat kontakt s druhými lidmi. Vzhledem k tomu, že se nejednalo o klasická terapeutická setkání, nemohu zodpovědně říci, zda metoda fototerapie

umožňuje jít do větší hloubky a může být samostatnou disciplínou, nebo zda může sloužit jen jako doplněk pro jiné terapeutické přístupy či kombinaci s arteterapeutickými technikami. Osvědčila se mi však jako vhodná technika navázání kontaktu jak se skupinou, tak v individuálním setkání.

Se zadaným tématem i fotografickou technikou si dobře poradili dospělí i děti. Nevím, zda by bylo možné aplikovat stejný přístup i u mladších dětí – možná v rámci individuálnějšího přístupu – ale žáci páté třídy již byli schopni na téma dobře reagovat a jsou schopni i dostatečné míry reflexe, která byla zřejmá i v rámci našeho krátkého setkání, kdy snímky stručně komentovali. Těším se na další rozvinutí tohoto tématu a zapojení terapeutické fotografie do výuky.

Pokud bych se měla vrátit zpět ke svým počátečním otázkám či domněnkám, je možné odpovědět, že:

- Fotografie je vhodnou technikou pro sebereflexi a lepší sebepoznání, neboť nabízí pole pro reflexi, diskuzi tím, že vizualizuje, a tak nám lépe pomáhá uchopit některá témata. To se potvrdilo zejména u dospělých, kde proběhla i reflexe.
- Fotografické ztvárnění zadaných témat se – jak se zdá – liší s ohledem na věkovou skupinu, stejně jako společná témata alespoň u zúčastněných jedinců. Pokud budeme porovnávat stejné téma napříč věkem, je možné vysledovat převládající témata i způsob zobrazení. Obsahově se u žáků více objevují postavy, děti se více fotí ve skupinkách, dvojicích, často volí metodu „selfie“, kdy jsou zároveň autorem snímku. Dospělí častěji volí symbolické vyjadřování a mají větší smysl pro estetickou stránku fotografie.
- Během práce s dospělými účastníky jsem si vyzkoušela, že se dá i k fotografii přistupovat symbolicky jako k jinému obrazu – malbě či koláži – a aplikovat poznatky z rožnovské arteterapie ve smyslu analýzy a interpretace. Přesto si uvědomuji, že možnosti fotografie jsou v tomto ohledu omezené, fotograf vychází z vnější reality a nemá proto tak velkou možnost svobody co do uměleckého ztvárnění, jako např. při malbě. Je také limitován kvalitou svého aparátu. Nicméně se ukazuje, že každý snímek má projektivní potenciál a je proto možné s ním terapeuticky pracovat – byť často v omezenější míře.

Ukazuje se proto, že fotografie má i přes své limity velký potenciál pro terapeutickou práci. I kdyby nedošlo k hlubší interpretaci, dá se s fotografií pracovat popisně, což také může vést k určitému náhledu a reflexi. Vlastní fotografie jsou navíc důležité pro své dvě dimenze – dimenzi vzpomínky či zkušenosti, spojené se snímkem a výsledný obsah samotného snímku. Proto můžeme mluvit o těchto dvou dimenzích a vhodně je využít pro svou práci s klientem.

Fotografie se navíc nabízí jako vhodná metoda pro ty, kteří se bojí či stydí malovat, mají problémy navázat kontakt, či je můžeme využít např. v době výtvarné krize jako techniku pro děti v pubertě jako alternativu k výtvarnému vyjadřování.

Podle mého názoru je dobré znát možnosti využití fotografie a uvědomit si její potenciál (nejen pro terapii, ale třeba i pro využití v artefilitice či pedagogice) a umět ji zařadit jako doplněk k ostatním technikám. Konkrétní použití je pak na citu a empatii každého z nás.

Použité zdroje

- Anderson, H. (2009). *Konverzace, jazyk a jejich možnosti. Postmoderní přístup k terapii*. Brno: NC Publishing, a. s.
- Baatz, W. (2004). *Fotografie*. Brno: Computer Press.
- Borkovec, Š. (2015). Foto-terapie v Terapeutické komunitě Sejřek. *Arteterapie*, 2015(38-39), 67–72.
- Burrington, B. (2006). Through the Eyes of a Child. *Scholastic Parent & Child*, 2006(5), 38–39.
- Craig, C. (2009). *Exploring the Self Through Photography: Activities for Use in Group Work* (Roč. 2009). Jessica Kingsley Publishers.
- Čepelíková, Z. (2012). Manuál pro arteterapeutickou práci s autorskou sadou projektivních koláží Miroslava Huptycha. Dostupné z http://www.huptych.cz/data/arteterapie/opravene+Zpusob+prace+se+sadou+projektivnich+kolazi_pdf.pdf
- Fryrear, J. L., & Corbit, I. E. (1992). *Photo Art Therapy: A Jungian Perspective*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Joanidis, L. (1973). Arteterapie – teoretická východiska. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, (1), 29–39.
- Kopytin, A. (2004). Photography and art therapy: An easy partnership. *Inscape*, 2004(9:2), 49–58.
- Kopytin, A. (2013). Photography and art therapy. In D. Loewenthal (Ed.), *Phototherapy and Therapeutical Photography in a Digital Age*. New York: Routledge.
- Kyzour, M. (b.r.-a). O krizových jevech v dětské kresbě a malbě. Dostupné z <http://www.arteterapie.wz.cz/3.html>

- Kyzour, M. (b.r.-b). Rožnovská interpretační arteterapie – metody práce, ideová východiska. Dostupné z <http://www.arteterapie.wz.cz/arteterapie.html>
- Sontagová, S. (2002). *O fotografii*. Praha: Paseka.
- Tausk, P. (1987). *Dějiny fotografie I*. Praha: FAMU.
- Vítečková, M. (2009). Fototerapie a terapeutická fotografie při práci s klientem. *Arteterapie*, (20-21), 54–58.
- Weiser, J. (1999). *PhotoTherapy Techniques: Exploring the Secrets of Personal Snapshots and Family Albums*. Vancouver: PhotoTherapy Centre Press.
- Weiser, J. (2004). PhotoTherapy Techniques in Counselling and Therapy -- Using Ordinary Snapshots and Photo- Interactions to Help Clients Heal Their Lives. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 2004(17:2), 23–53.
<http://doi.org/10.1080/08322473.2004.11432263>
- Weiser, J. (2008). PhotoTherapy Techniques: Exploring the secrets of personals snapshots and family albums. *B.C. Psychologist*, (Summer), 22–25.
- Weiser, J. (2014). Comparing PhotoTherapy and Art Therapy. Dostupné z https://phototherapytherapeuticphotography.files.wordpress.com/2014/11/phototherapy_compared_with_art_therapy.pdf
- Wheeler, M. (2009). Phototherapy. A First Attempt to Consider the Use of Photographs in Art Therapy. University of Sheffield. Dostupné z <http://phototherapy.org.uk/pdf/92phototherapy2009derby.pdf>
- Ziller, R. C. (1990). *Photographing the Self. Methods for Observing Personal Orientations* (Roč. 1990). Newbury Park, CA: Sage.

Abstrakt

Douděrová, K. Využití fotografie v arteterapii. Bakalářská práce. České Budějovice. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta, Ateliér arteterapie, 2016.

Vedoucí práce: Stanislav Zeman

Klíčová slova: arteterapie, fotografie, fototerapie, terapeutická fotografie

Bakalářská práce mapuje možnosti využití fotografie v terapii a arteterapii. Vychází přitom zejména ze zahraniční literatury na toto téma a nastiňuje možnosti využití této metody při práci s klientem v českém prostředí.

Cílem je představit možnosti použití fotografie jako terapeutického prostředku a kriticky ho porovnat s rožnovským arteterapeutickým přístupem. V praktické části pak získané poznatky aplikovat.

Abstract

Use of photography in art therapy

Key words: Art therapy, photography, phototherapy, therapeutical photography

This bachelor thesis focuses on use of photography within therapy and art therapy. It takes inspiration from foreign literature and suggests options for use in czech therapeutic envirnment.

It proposes an option for therapeutic use of photography and compares it with „rožnov art therapy approach“. In the practical part it applies acquired knowledge into practice.

Přílohy



Obr. 1 – „to jsem já a můj svět“, později přehodnoceno jako „to nejsem já a můj svět“ – Renata



Obr. 2 – „to nejsem já a můj svět“ - Renata



Obr. 3 – „to nejsem já a můj svět“ – Renata



Obr. 4 – „to jsem já a můj svět“ - Renata



Obr. 5 – „to jsem já a můj svět“ - Jindřich



Obr. 6 – „to jsem já a můj svět“ - Jindřich



Obr. 7 – „to jsem já a můj svět“ - Jindřich



Obr. 8 – „to jsem já a můj svět“ - Petr



Obr. 9 – „to nejsem já a můj svět“ - Petr



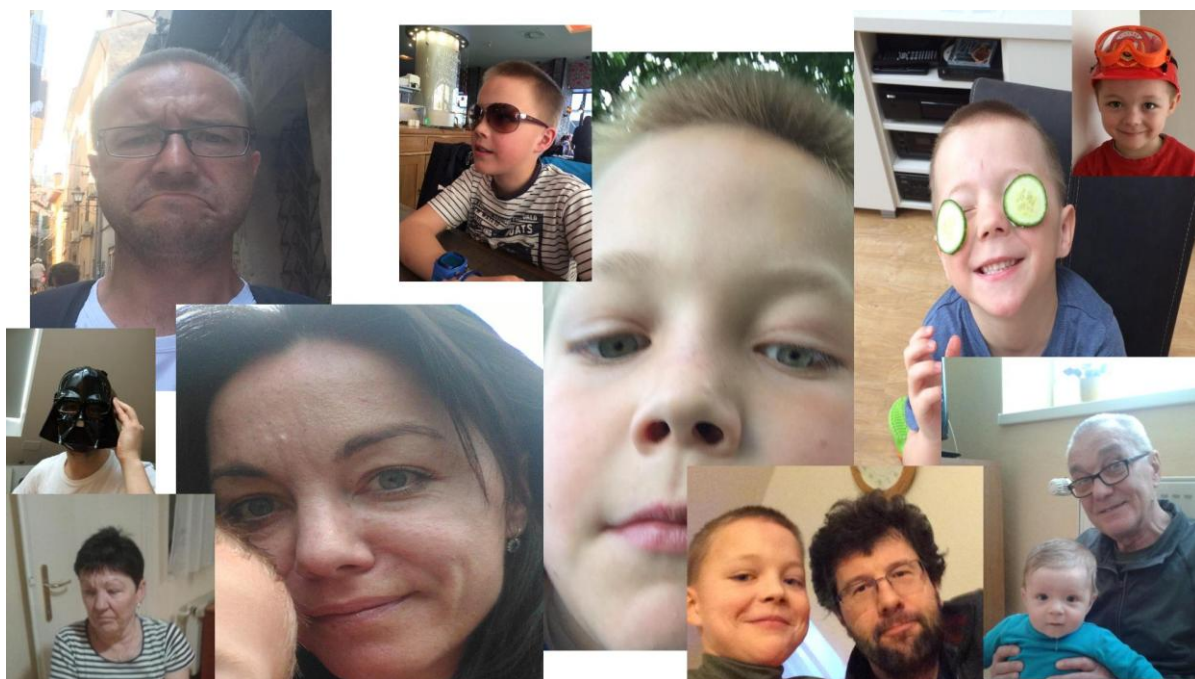
Obr. 10 – „to nejsem já a můj svět“ - Petr



Obr. 11 – „to nejsem já a můj svět“ - Martin



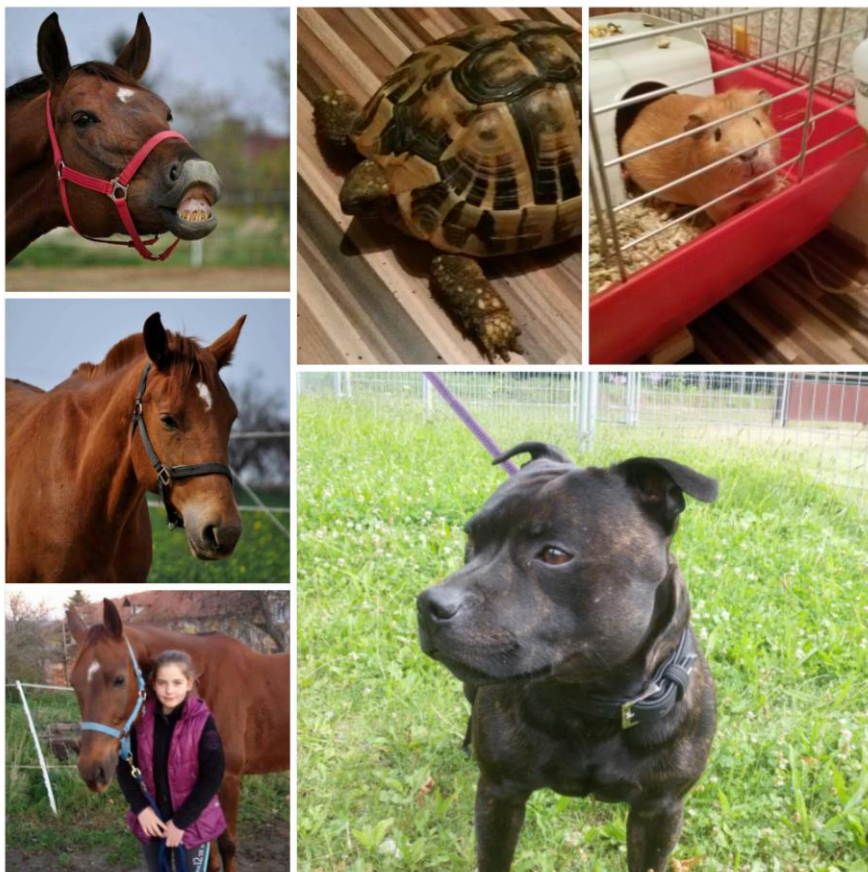
Obr. 12 – „moji blízcí - Petra



Obr. 13 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 14 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 15 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 16 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 17 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 18 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 19 – „to nejsem já a můj svět“



Obr. 20 – „to nejsem já a můj svět“



Obr. 21 – „to nejsem já a můj svět“



Obr. 22 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 23 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 24 – „to jsem já a můj svět“



Obr. 25 – „to nejsem já a můj svět“



Obr. 26– „to nejsem já a můj svět“