



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Ateliér arteterapie

Bakalářská práce

Arteterapie v Domově pro seniory

Zahradní Město, Praha 10

Vypracovala:
Blanka Šubrtová

Vedoucí bakalářské práce:
PaedDr. Evžen Perout

České Budějovice 2014

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:

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala PaedDr. Evženu Peroutovi za odborné vedení mé bakalářské práce. Dále bych chtěla vyjádřit svou vděčnost pí Mgr. Simoně Zahradkové, ředitelce Domova pro seniory Zahradní Město a pí Mgr. Kataríně Flakové za podporu a pomoc.

Abstrakt

Práce pojednává o arteterapii se seniory v pobytovém zařízení Domov pro seniory Zahradní Město, Praha 10. Hlavní důraz klade na psychické prožívání stáří a jeho možné ovlivnění arteterapií u klientů v daném zařízení.

V teoretické části je přiblížena problematika stáří, péče o seniory a jejich aktivizaci obecně, dále se pak zaměřuje konkrétně na zařízení DSZM a arteterapii. Součástí jsou názorné ukázky výtvarného projevu seniorů.

V praktické části jsou nastíněny cíle arteterapie v DSZM, ukázky používaných technik a metodik, dále jsou představeny práce čtyř klientů, kteří jsou součástí arteterapeutické skupiny. Zda dochází k pozitivnímu ovlivnění prožívání jejich vlastního stáří, dokladují jejich vlastní výpovědi.

Klíčová slova

arteterapie, aktivizace, klient, senioři, uživatelé služeb, výtvarný projev,

Abstrakt

The thesis is about art therapy with the elderly in the residential home for the elderly Zahradní Město, Praha 10. The main emphasis is on the psychical feeling of old age and whether there is a possibility to affect it using art therapy.

The theoretical part shows a problem of the old age, care about the elderly and their activation in general and then focuses specifically on the residential facility DSZM and art therapy. Demonstrations of artistic expression seniors are included.

The practical section outlines the objectives of art therapy in DSZM, demonstrations of the techniques, methodologies, as well as presents the work of four clients who are part of the art therapy group. Whether there is a positive effect about their own feeling of old age due to art therapy is documented by their own testimony.

Keywords

art therapy, activation, clients, creative expression, seniors, service users,

Obsah

Úvod	7
Teoretická část	
1 Stáří	10
1.1 Stáří a jeho členění z hlediska ontogenetického vývoje	10
1.2 Jak se stáří projevuje ve fyzickém a psychickém prožívání jedince	12
2 Péče o seniory	15
2.1 Historie péče o seniory	16
2.2 Současná péče o seniory	17
2.3 Kvalita života v domovech pro seniory	19
3 Domov pro seniory Zahradní Město	21
3.1 Historie a současnost	21
3.2 Aktivizace seniorů v Domově pro seniory Zahradní Město	23
3.3 Výtvarná dílna	25
4 Senioři a výtvarné umění	26
4.1 Arteterapie x ergoterapie	27
4.2 Arteterapie se seniory od historie po současnost	30
4.3 Výtvarné techniky vhodné pro práci se seniory	33
4.4 Typické znaky ve výtvarném projevu seniorů	36
Praktická část	
5 Arteterapie v Domově pro seniory Zahradní Město	44
5.1 Cíle arteterapie v Domově pro seniory Zahradní Město	45
5.2 Klienti, kteří tvoří zdejší arteterapeutickou skupinu	46
5.3 Výtvarné techniky využívané v DSZM	47
6 Výběr témat a metodika	50
6.1 Metodika	51
6.1.1 Autoportrét	51
6.1.2 Metaforický portrét (obdoba autoportrétu)	53
6.1.3 Moje oblíbená pohádka	55
6.1.4 Pohádkové téma - Perníková chaloupka	56

6.1.5 Moje rodina.....	56
7 Představení jednotlivých klientů a jejich prací	59
7.1 <i>Paní M.</i>	59
7.1.1 Zhodnocení tvorby	59
7.1.2 Vlastní výpověď.....	65
7.2 <i>Paní B.</i>	66
7.2.1 Zhodnocení tvorby	67
7.2.2 Vlastní výpověď.....	76
7.3 <i>Paní F 88</i>	76
7.3.1 Zhodnocení tvorby	77
7.3.2 Vlastní výpověď.....	80
7.4 <i>Pan L.</i>	80
7.4.1 Zhodnocení tvorby	81
7.4.2 Vlastní výpověď.....	84
8 Závěr.....	85
Literatura.....	87
Seznam obrázků	89
Přílohy	92

Úvod

Téma bakalářské práce jsem si zvolila na základě své pracovní zkušenosti se seniory. Budu se zde zabývat využíváním výtvarných aktivit v Domově pro seniory Zahradní Město (DSZM), kde pracuji již desátým rokem na pozici aktivizačního pracovníka - arteterapeuta. Především se chci zaměřit na to, zda arteterapie a výtvarná činnost vůbec může pozitivně ovlivnit náhled na prožívání vlastního stáří. Zda lze vlivem arteterapie zlepšit sebehodnocení seniorů, a tak jim pomoci lépe se vyrovnat s touto etapou života.

Období stárnutí je pro každého jedince nelehké období, zvláště pokud se k němu přidruží nějaké zdravotní komplikace. Dle mého názoru a zkušeností, i tady je prostor pro arteterapii, kterou je možné využít ke zmírnění těchto obtíží. Například práce s keramickou hlinou příznivě působí na rehabilitaci jemné motoriky, či ke zmírnění napětí. A i když se již většinou nepodaří problémy zcela odstranit, lze je alespoň trochu zmírnit.

V neposlední řadě má výtvarná aktivita zcela jistě příznivý vliv na psychiku seniorů. Objevují, že i v tomto věku ještě mohou něco dokázat. Upřímné a příznivé ocenění jejich práce má nemalý vliv na zlepšení jejich duševního prožívání, protože jedním z velkých problémů tohoto životního období je právě pocit zbytečnosti a z toho plynoucí vlastní degradace.

Práce je strukturována do dvou částí. V teoretické části se zaměřuji na etapu stáří nejen z ontogenetického hlediska, ale také na její prožívání. Rovněž zde zmiňuji péči o seniory v ústavních zařízeních a jejich aktivizaci, jejíž součástí je i arteterapie. Konkrétně se pak zabývám zařízením pro seniory, kde pracuji (DSZM), a především zdejší výtvarnou dílnou, kde arteterapie probíhá.

V praktické části uvádím konkrétní případy využití arteterapie v DSZM a příklady používaných technik. Zde jsem použila i některá témata z rožnovského ateliéru (pohádková témata, rodina apod.). Především jde o práci s keramickou hlinou, která se pro práci se seniory jeví jako velmi vhodná. Předkládám práce čtyř klientů, které se též pokusím zhodnotit. Práce jsou doloženy i jejich výpověďmi o tom,

co pro ně tato práce znamená. Na základě získaných zkušeností se pokusím zhodnotit, zda práce ve výtvarné dílně je přínosem k lepšímu prožívání jejich stáří.

Cílem této práce bylo zjistit, zda a jak působí výtvarná činnost na seniory, jak ovlivňuje jejich prožívání. Metodou bylo používání výtvarných technik – akvarel, kresba tužkou nebo pastelkou a haptických technik, především práce s keramickou hlinou, která je hlavním používaným výtvarným médiem. Získané artefakty byly doplněny jejich vlastní výpovědí a zhodnocením, co jim výtvarná činnost přináší.

Teoretická část

*Šašek: „Kdybys byl můj blázen, dal bych ti napráskat, strejčku,
žes předčasně zestárl.“*

Král Lear: „Jak to?“

Šašek: „ Proč jsi nezmoudřel, dokud jsi nezestárl?“

W. Shakespeare - Král Lear

1 Stáří

Nejméně oblíbenou a tudíž i nejvíce obávanou etapou v lidském životě je zcela určitě stáří. Téměř každý z nás se ho snaží nějakým způsobem oddálit. Nicméně ať již se nám to líbí nebo ne, stárnutí je nevyhnutelný proces, a stáří tvoří přirozenou a závěrečnou fázi života každého jedince. Díky rozvoji zdravotnictví se věk člověka prodlužuje. Vystává však zde otázka, jaká je kvalita života ve stáří, které může dnes činit i třetinu života. Ne vždy však musí být stáří synonymem bezmoci. Samozřejmě, že tato záležitost je čistě individuální. Někdo přejde do této etapy plynule, téměř bez povšimnutí a stále si udržuje svůj životní standard spolu s aktivním přístupem k životu (jistě zde záleží na zdravotním stavu daného jedince), někdo zas velmi těžce nese sebemenší projevy stáří na svém těle a snaží se je všelijak eliminovat a popírat. Další utíká do samoty a uzavírá se před světem, který se pro něj stává stále více vzdáleným, nepochopitelným a nepřátelským. Obecně však lze říci, že lidé s optimistickým a aktivním přístupem k životu se s touto etapou dokáží lépe vyrovnat, a i ve stáří nacházejí svůj smysl. Taková je i má zkušenost se seniory. Ti, kteří berou život optimisticky a trochu s nadhledem, lépe se svým stářím srovnávají, přestože mají nějaké zdravotní problémy. Stále se zajímají o dění kolem sebe a zapojují se do různých aktivit. Dosti choulostivou otázkou se jeví kvalita života seniorů, kteří jsou z jakéhokoli důvodu upoutáni na lůžko a často jsou většinu času mimo bdělý či vědomý stav. Nikdo z nás ovšem nemůže říci, jak oni opravdu svůj život cítí, a tak lze velmi těžce hodnotit jeho kvalitu a jejich skutečné prožívání.

1.1 Stáří a jeho členění z hlediska ontogenetického vývoje

Nelze přesně definovat, kdy vlastně začíná stáří. Dle Vágnerové (2007), je stáří označováno za etapu postvývojovou, protože všechny latentní schopnosti rozvoje již byly realizovány. Stáří by mělo přinášet nadhled a životní moudrost, a z toho vyplývající i jistý pocit naplnění.

Nejběžnější členění dělí život člověka na etapu dětství, dospělosti a stáří. Každé vývojové stádium má svoje zákonitosti a v každém z nich probíhají určité změny – fyziologické i psychické. Zrovna tak nám každá etapa přináší určité možnosti, ale zároveň i jistá omezení. Například když dosáhneme dospělosti, je nám dovoleno dělat to, co jsme jako děti nemohli, ale zároveň jsme omezeni v tom, že se už dále nemůžeme chovat jako děti. Musíme přijmout zodpovědnost za jakýkoli svůj čin. I období stáří má svá specifika. Přináší výhodu pracovního odpočinku, protože od určitého věku nemusíme chodit do práce a jsme placeni státem. Zároveň však s sebou nese i velká omezení v oblasti fyzické, psychické i sociální. Staří lidé mívají zdravotní problémy a s tím je spojené i jejich psychické prožívání.

„V současné době je podle Světové zdravotnické organizace období lidského věku s ohledem na seniorské kategorie děleno takto:

60 – 74 let vyšší věk neboli rané stáří,

75 – 89 let stařecký věk neboli senium, též vlastní stáří,

90 let a více – dlouhověkost“ (Haškovcová, 2012, s. 99).

Člověk v podstatě stárne hned po svém narození. V lidském organismu pozvolna, ale neustále probíhají fyziologické a psychické změny, které jsou se stárnutím a zráním osobnosti spojené.

„Stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, přirozeného průběhu života. Je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů modifikovaných dalšími faktory (především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami)a je spojeno s řadou významných změn sociálních (osamostatnění dětí, penzionování a jiné změny sociálních rolí). Všechny změny příčinné i následné se vzájemně prolínají, mnohé jsou protichůdné, a jednotné vymezení a periodizace stáří se tak stávají velmi obtížnými“ (Mühlpachr, 2004, s. 18).

Jak již bylo řečeno, s rozvojem zdravotnictví se hranice stáří neustále posouvá a zlepšuje se i kvalita života. Vezměme, že například ve středověku byl průměrný věk kolem 30 let, jak uvádí Haškovcová (2010). Staří lidé byli většinou přítěží a často

byli odkázáni na milosrdenství ostatních. Dožít se vyššího věku bylo spíš výjimkou. Posouvání hranice stáří má však i dnes svou odvrácenou stranu. S jejím zvyšováním se posouvá i věk odchodu na zasloužený odpočinek. Na druhou stranu lze na tento fakt nahlížet i pozitivně. Pokud je člověk zdravý a má možnost pracovat, prodlužuje si tímto způsobem svůj produktivní věk. Často právě odchod do důchodu může pro člověka znamenat nepříjemný zlom v jeho životě. Začne si připadat nepotřebný. Náhle má spoustu volného času a neví co s ním, tak se začne více zabírat svým tělem a případnými neduhy.

Obecně lze říci, že čím je člověk starší, tím mu ubývá vitality. Taktéž se postupně oslabují i jeho smysly – hůře vidí i slyší, posouvá se práh citlivosti a mění se i chuť. Začíná být více vztahovačný a lítostivý. Toto je však téma pro další kapitolu.

1.2 Jak se stáří projevuje ve fyzickém a psychickém prožívání jedince

Stárnutí je proces, který se jednou dotkne každého z nás. Nelze se mu vyhnout, přestože pokroky ve zdravotnictví přinášejí příznivý vliv na zdravotní stav lidí.

Každá vývojová etapa v životě člověka s sebou také přináší i určitý psychologický vývoj. Podle Eriksona a jeho teorie psychosociálního vývoje je hlavním úkolem stáří dosáhnout určité integrity a moudrosti. Být schopen pohlédnout zpět do svého života a přijmout ho takový, jaký byl.

„Starý člověk potřebuje hodnotit svůj život pozitivně, jako ukončené dílo, aby mohl přijmout i jeho konec“ (Vágnerová, 2007, s. 299).

Vyrovnaní se s vlastním životem a přijetí sebe sama, i přes uvědomění si vlastní nedokonalosti, usnadňuje dle Vágnerové též přijetí smrti jako nevyhnutelného konce. Dosažení integrity vede k pochopení vlastního života jako nedílné součásti generační posloupnosti. Hledí se na něj jako na součást většího celku, tj. celé společnosti ve vztahu k minulosti, přítomnosti i budoucnosti. Nedostatek integrity se projevuje strachem ze smrti, někdy až pocitem zoufalství z nedostatku času a možnosti začít znovu.

Podle představitele analytické psychologie C. G. Junga je stáří výsledkem procesu individuace, jež se odehrává ve druhé polovině lidského života. Dle této teorie je cílem první poloviny života zplození potomstva, ekonomické zajištění a vybudování sociálního postavení. Splní-li jedinec tento svůj úkol, jeho prvořadým zájmem se stává rozvoj vlastní osobnosti – nastává proces individuace. V této fázi by se člověk měl naučit přijmout i odvrácenou část své osobnosti a naučit se žít se svými méně žádoucími vlastnostmi, které jsou výsledkem působení archetypu *Stínu*. Dalším úkolem individuace je snaha po dosažení harmonie mezi mužským a ženským aspektem osobnosti, mezi rozumem a citem. Konečnou fází je dosažení spojení duchovního a materiálního principu představovaného archetypy *Velké Matky* a *Moudrého Starce*, jež symbolizují moudrost a sílu. Celkově jde o proces odpoutávání se z různých vazeb a harmonizaci protichůdných, avšak komplementárních principů. Je-li tohoto úkolu dosaženo, člověk nalézá svoje bytostné já spojující vědomí s nevědomím. Stáří představuje jakýsi vrchol rozvoje osobnosti a jeho zvládnutí je významným vývojovým úkolem (Vágnerová, 2007).

Stárnutí s sebou přináší řadu změn, jak tělesných, tak i psychických. Z psychického hlediska můžeme nejobecněji stárnutí charakterizovat jako zpomalení psychické činnosti. Důvodem snížení rychlosti reakcí jsou procesy spojené se zpracováním situace a s rozhodováním o způsobu reakce. Proto starším lidem nevyhovují činnosti, které vyžadují rychlé rozhodování a činnosti pod tlakem. Můžeme také pozorovat častější emoční problémy, jako jsou deprese, úzkost nebo výbušnost, které jsou následkem nedostatků ve smyslovém vnímání.

„Všechny morfologické a funkční změny mají vliv na vzhled i chování seniora. Začínají se objevovat pocity introvertního zaměření, nedůvěry a nejistoty. Člověk se čím dál více zaobírá sám sebou, svými tělesnými orgány a jejich funkcemi. S těmito změnami úzce souvisí i změny v psychickém vývoji jedince“ (Dvořáčková, 2012, s. 12).

Psychické změny, které se kombinují se změnami sociálními, taktéž ztěžují seniorům adaptaci na nové prostředí. Je však nutno odlišit problematické chování od duševních nebo tělesných poruch. Jedlička uvádí obraz psychických změn

u seniorů takto. Existují tzv. *psychické změny sestupné povahy*, mezi které patří pokles vitality a elánu, zpomalení psychomotorického tempa, snížená schopnost navazovat vztahy, poruchy pozornosti, snížená vstřípivost i výbavnost. Na druhou stranu jsou zde psychické změny *vzestupné povahy*, kam patří zvýšená tolerance či větší trpělivost i vytrvalost. Mezi psychické funkce, které se věkem nemění, patří jazykové znalosti, intelekt a slovní zásoba (Dvořáčková, 2012). Tolik uvádějí o psychických změnách stáří odborné prameny.

Pokud jde o prožívání této závěrečné etapy života, jak ho vnímám osobně kolem sebe v našem zařízení (DSZM), se shora uvedenými fakty mohu víceméně souhlasit. Především s tím, že jde opravdu o ryze individuální záležitost. Věkové rozpětí našich klientů je zhruba od 65 let do 100 let. A v tomto poměrně širokém rozmezí můžeme najít „devadesátileté mladice“ či „mladíky“ se zájmem o vše, co jim jejich zdravotní stav dovolí, ale zároveň i jedince, kteří berou přechod do pobytového seniorského zařízení jako naprostý konec své existence. To se pak samozřejmě odrazí i na jejich zdravotním stavu a nezhledně brzy po nástupu odcházejí z tohoto světa.

K negativnímu psychickému naladění seniorů přispívá i většinový názor (především mladých lidí), že staří lidé jsou *neatraktivní, neužiteční, nepotřební až obtížní*. S tímto jevem souvisí stále více se objevující pojem **ageismus** – z angličtiny přejatý výraz, který:

„označuje pestré projevy averze vůči starým lidem a všemu, co stáří připomíná“
(Haškovcová, 2012, s. 48).

Tento výraz byl poprvé použit americkým psychiatrem Robertem Butlerem v roce 1968 v článku Washington Post, který pojednával o segregační bytové politice.

*„V roce 1975 Butler ve své knize *Why Survive? Being Old in America* pojem rozpracovává, a v roce 1979 byl ageism poprvé zahrnut do slovníku **The American Heritage Dictionary of the English Language**.“*
(<http://www.ageismus.cz/?m=2&lang=cz>)

První česká sociologická definice ageismu zní:

„Ageismus – neboli věková diskriminace je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu. Projevuje se skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité generaci“ (Vidovičová, 2005, s. 5).

2 Péče o seniory

Problematika stáří a stárnutí se postupem času stává celospolečenským a potažmo i celosvětovým tématem. Je to důsledek rostoucí životní úrovně a zlepšující se zdravotní péče ve většině tzv. civilizovaných zemí. S přibývajícím počtem starších jedinců ve společnosti však přichází starost o jejich péči nejen v případě nesoběstačnosti, ale i o jejich finanční zabezpečení a sociální zařazení. Podpora a udržení kvality života do pozdějšího věku jsou jedním z nejdůležitějších faktorů této problematiky. Současný světový trend zaměřený na výkon stále žene člověka vpřed za dosažením určitého ekonomického postavení a společenské role. Zrovna tak je téměř nutností udržet si co nejdéle mladistvý vzhled, být fit a atraktivní, zachovat si dosažený sociální status a udržet si tempo a vitalitu co nejdéle. S odchodem do důchodu se však to, co bylo hlavním životním cílem po mnoho let, náhle vytrácí a dochází ke změně sociálního a často i ekonomického postavení.

„V důsledku bio-psycho-sociálních změn často dochází k vyčleňování starších lidí ze společnosti. Vznikají problémy s navazováním nových přátelských i partnerských vztahů. Strach z osamělosti a opuštěnosti ve stáří se zvyšuje“ (Dvořáčková, 2012, s. 14).

Bohužel ale přicházejí i jiné ztráty. V tomto období lidé obvykle ztrácejí své partnery, sourozence, přátele, a tak se postupně dostávají do pozice nesoběstačných lidí, často závislých na péči společnosti. A zde přicházejí na řadu různá pobytová zařízení pro seniory, léčebny dlouhodobě nemocných či různé stacionáře a domovy s pečovatelskou službou.

2.1 Historie péče o seniory

Z různých historických pramenů, kterých však není mnoho, se můžeme dozvědět, jak bylo pečováno o seniory v minulosti. Například ve středověku se díky chudobě a nedostatečné lékařské péči jen málokdo dožil vyššího věku, jak uvádí Haškovcová. Za starého byl považován již čtyřicetiletý člověk. Nicméně úcta ke starým lidem nebyla v minulosti (a bohužel někdy není ani v dnešní době) pravidlem. Veškerá starost o staré lidi ležela obvykle na rodině. V případě, že takový jedinec rodinu neměl, byl nucen pobývat na okraji společnosti, žít na ulici a jídlo si obstarávat žebráním.

Pohled na jejich utrpení vyvolával u některých lidí pocity lítosti. Z tohoto důvodu zřejmě začaly vznikat první charitativní spolky pro pomoc starým a nemocným lidem z ulice vycházející z principů křesťanské lásky. Tato péče byla většinou praktikována duchovními, někdy i bohatými jedinci. Nicméně tuto problematiku bylo třeba řešit systémově. A tak ve 14. století začínají v Evropě vznikat první *domovy pro staré osoby* a v 15. a 16. století pak *obecní ústavy pro staré a zchudlé*. V českých zemích jsou doloženy tři typy základní ústavní péče. Pro staré, nemocné a zchudlé sloužily *špitály*. Byly prvními institucemi pro dlouhodobý a trvalý pobyt starých lidí. Jejich úroveň bývala různá podle štědrosti majitelů a donátorů, ale většinou nijak zvláštní péčí nevynikala. Dalším typem byly *klášterní nemocnice*, které však sloužily jen hrstce vyvolených z řad řeholníků či šlechtických rodin. Nicméně ani tyto nevynikaly svou úrovní. Do třetice existovaly *nemocnice* pro malomocné a nemocné infekčními chorobami. Jejich hlavním cílem byla jejich separace od ostatních lidí. K významnému rozvoji péče o seniory došlo za vlády Marie Terezie, která vytvořila ucelený systém státní zdravotní správy, včetně legislativy týkající se zdravotnictví. Její syn Josef II. pokračoval zřizováním *všeobecných nemocnic*, které sloužily jako léčebné ústavy pro chudé a nemocné lidi trpící léčitelnými nemocemi, a též košetřování choromyslných. K léčbě nevléčitelně nemocných sloužily tzv. *chorobince*. Postupem času z těchto zařízení byli senioři přemísťováni do nově zřizovaných *chudobinců a starobinců*. Poskytování pomoci a péče starým lidem bylo však i v případě takových

specializovaných zařízení prováděno zcela neodborně. Dle tzv. domovského práva počátkem 19. století při obcích vznikaly pastoušky, *starobince*, *chudobince* a *chorobince*. Jednalo se vlastně o sociální počin, neboť se projevovala snaha odstranit žebrotu. Nicméně úroveň těchto zařízení byla ubohá, a o nějaké péči v současném slova smyslu nemohlo být ani řeči. V podstatě šlo jen o poskytnutí nutného přístřeší.

Obrat k lepšímu nastal až po vzniku samostatného československého státu. Naprosto revolučním počinem bylo založení *Masarykových domovů* v Praze Krči (Thomayerova nemocnice). Bylo to unikátní sociální zařízení, které nemělo v Evropě obdoby. Slučovalo v sobě chorobince, chudobince i zotavovny, a dokonce i dětský sirotčinec. Nacházela se zde i první *Klinika chorob ve stáří* v Evropě.

Další změna nastala po druhé světové válce, kdy s nástupem socialismu dochází i k nezpochybnitelnému rozvoji sociálních jistot starých lidí a veškerou odpovědnost za péči o seniory přebírá stát (Haškovcová, 2010).

„V roce 1959 bylo na území ČSR jednotně zřízeno všech 296 domovů důchodců s celkovým počtem 27 302 míst“ (Haškovcová, 2010, s. 209).

Postupně se začaly zřizovat i další typy zařízení pro seniory, jmenovitě *domy s pečovatelskou službou*, *domovy-penziony*, *střediska osobní hygieny* a též začala fungovat *domácí terénní služba*.

Po roce 1989 dochází k dalšímu rozvoji sociální péče o seniory a postupnému zlepšování její kvality.

2.2 Současná péče o seniory

Po listopadové revoluci nastává změna v celkovém zřízení státu, a to se samozřejmě dotýká i oblasti sociální péče.

„Při letmém poohlédnutí v časové linii zpět vidíme, že se situace v oblasti poskytování sociálních služeb v posledních letech výrazně změnila k lepšímu“ (Malíková, 2011, s. 29).

Péče o seniory se postupně dostává na stále vyšší úroveň, k čemuž významně přispívá i rozvoj celé řady vědních oborů, zejména v oblasti ošetřovatelství a medicíny.

Začíná se zřizovat více ubytovacích zařízení pro seniory, která jsou rozličného charakteru. Pobytové služby pro seniory můžeme v zásadě rozdělit na *dlouhodobé* a *krátkodobé*. K dlouhodobým pobytovým službám pro seniory patří:

- **domov pro seniory** – jedná se o zařízení, zajišťující druh pobytové sociální služby, jenž je určena seniorům (osobám nad 65 let věku), kteří potřebují trvalou pomoc druhé osoby. Poskytuje jim stravování, ubytování a pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu. Kromě toho seniorům zprostředkovává kontakt se společenským prostředím, aktivizační činnosti (volnočasové aktivity), pomoc při prosazování práv a zájmů (např. pomoc při vyřizování osobních záležitostí na úřadech, komunikaci s firmami apod.),
- **domov se zvláštním režimem** – jedná se o zařízení rovněž s celoročním provozem, které poskytuje speciální péči osobám se specifickými onemocněními (např. lidem s Alzheimerovou chorobou a dalšími velmi vážnými onemocněními),
- **bydlení pro seniory** – jedná se o moderní typy bydlení speciálně uzpůsobené potřebám seniorů. Součástí těchto zařízení je i poskytování sociální péče.

Ke krátkodobým pobytovým službám poskytujícím péči seniorům patří zejména:

- **odlehčovací neboli tzv. respitní péče** – jedná se o krátkodobou pobytovou službu, která umožňuje úlevu rodinným příslušníkům nebo opatrovníkovi seniora, kteří trvale pečují o tělesně či duševně nemocného starého člověka,
- **týdenní stacionář** – je zařízení poskytující služby seniorům se sníženou soběstačností, jejichž aktuální životní situace vyžaduje nepřetržitou péči jiné osoby. Jedná se o zařízení, které je v provozu během pracovních dnů, a na víkendy jsou senioři propouštěni do domácí péče. Součástí těchto

služeb je kromě poskytování základní péče také zajišťování velkého množství volnočasových aktivit,

- **léčebna dlouhodobě nemocných** známá pod zkratkou LDN - toto zařízení poskytuje individualizovanou péči dlouhodobě nemocným lidem,
- **hospic** – toto zařízení poskytuje specializovanou tzv. paliativní péči, jejímž základem je úleva od bolesti, zmírnění trápení či symptomů onemocnění. V tomto zařízení se nacházejí především lidé, kteří jsou nevyléčitelně nemocní.

Péče o seniory je uskutečňována také prostřednictvím ambulantních služeb. K těmto zařízením patří např.:

- **denní stacionář** – jedná se o zařízení, které je obdobou již zmiňovaného týdenního stacionáře. Toto zařízení je rovněž provozováno během pracovních dnů, avšak není zde možnost ubytování přes noc (tzn., že senioři dochází do těchto zařízení každý den vždy ráno, kde různými aktivitami vyplní celý den a večer opět odchází domů). Denní stacionář je určen lidem se sníženou soběstačností, jejichž stávající životní situace vyžaduje nepřetržitou péči jiné osoby,
- **denní centrum** – jedná se o zařízení určené seniorům se sníženou soběstačností (např. v důsledku jejich vysokého věku, chronického onemocnění, zdravotního postižení nebo jiné vážné životní situace). Toto zařízení poskytuje seniorům základní ošetrovatelskou péči, jako je pomoc s osobní hygienou či stravováním, ale také další služby (např. vzdělávací, volnočasové, sociálně-terapeutické i právní (Haškovcová, 2012).

2.3 Kvalita života v domovech pro seniory

Kvalitu služeb sociální péče v zařízeních pro seniory upravuje zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, který nabyl účinnosti 1. ledna 2007.

„Hlavním posláním tohoto zákona je chránit práva a oprávněné zájmy lidí, kteří jsou oslabeni v jejich prosazování, a to z různých důvodů jako je věk, zdravotní postižení, nedostatečně podnětné sociální prostředí, krizová životní situace a mnoho dalších příčin“ (Dvořáčková, 2012, s. 86).

Kvalita poskytovaných služeb v jednotlivých zařízeních se řídí tzv. *standardy kvality*, které se staly právním předpisem, závazným od 1.1 2007. Znění kritérií Standardů je obsahem přílohy č. 2 vyhlášky MPSV č. 505/2006 Sb., prováděcího předpisu k zákonu č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění. Jejich dodržování má přispívat ke zlepšení uspokojování potřeb seniorů, a tím i ke zlepšení kvality života v těchto zařízeních (zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, 1. ledna 2007).

Na zkvalitňování života ve stáří mají vliv pocity radosti a též motivovanost k aktivnímu stylu života. Také vzdělávání výrazně pomáhá seniorům navrátit důstojnost i úctu k sobě samému.

Kvalita života je samozřejmě spojena se zdravím. Kdy je člověk zdravý a jak tento stav ovlivňuje kvalitu života? Světová zdravotnická organizace (World Health Organization) publikovala tuto definici zdraví:

„Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity“

(<http://www.who.int/about/definition/en/print.html>).

„Zdraví je stav, kdy je člověku naprosto dobře, a to jak fyzicky, tak psychicky i sociálně. Není to jen nepřítomnost nemoci a neduživosti“ (Křivohlavý, 2001, s. 37).

Nicméně pohoda člověka závisí na jeho pozitivním přístupu k životu i v případě, že jeho zdraví není zcela dokonalé. Aktivní život seniorů v pobytových zařízeních zajišťuje tzv. aktivizace klientů. O zajišťování těchto činností se starají aktivizační pracovníci, což jsou specializovaní odborníci z řad *ergoterapeutů, pedagogů volného času, sociálních pracovníků i arteterapeutů* (tato profese však v zařízeních pro seniory není ještě zcela samostatně vymezena). Tito specializovaní odborníci vytvářejí pro klienty aktivizační programy, což jsou různé volnočasové aktivity

přizpůsobené možnostem a schopnostem jednotlivých klientů. Aktivizovat uživatele služeb mohou samozřejmě všichni pracovníci pod jejich odborným dohledem.

U většiny seniorů v pobytových zařízeních je schopnost zajistit si dostatečné množství podnětů z okolí již poněkud oslabena, a tak je třeba jim tyto podněty nabídnout nebo zprostředkovat. V ústavní péči se seniorům nejčastěji nabízejí tyto konkrétní aktivity: *muzikoterapie, různé druhy cvičení, reminiscenční terapie, zooterapie, a právě také arteterapie*, která je zde často sloučena s jinou pracovní terapií – hlavně s ručními pracemi. Není však nezbytné využívat jen specializované aktivizační činnosti. Vhodné je vycházet z přirozených každodenních situací. Základem musí být partnerský přístup ke klientovi a respekt k jeho potřebám a přáním.

3 Domov pro seniory Zahradní Město

Domov pro seniory Zahradní Město (DSZM) je příspěvkovou organizací hl. m. Prahy a nachází se v klidné oblasti Zahradního Města. Poskytuje dva typy sociálních služeb formou nepřetržitého provozu: *domov pro seniory* a *domov se zvláštním režimem*. Jeho zřizovatelem je Magistrát hlavního města Prahy (<http://www.dszm.cz/>).

3.1 Historie a současnost

Dnešní Domov pro seniory Zahradní Město (dříve Ústav sociální péče – Domov důchodců hlavního města Prahy) byl dostavěn v roce 1969. První zaměstnanci byli přijímáni v polovině roku 1970 a významnou měrou se podíleli na zprovoznění zařízení. Pětipodlažní budova byla uspořádána do tří stanic s kapacitou 308 míst ve dvou a čtyřlůžkových pokojích. První stanice zahrnovala tři podlaží. Bydleli zde senioři, kteří odchodem do domova řešili sociální a bytové poměry svých rodin. O jejich dobrém zdraví a soběstačnosti vypovídá fakt, že o 172 klientů pečovalo 12 zaměstnanců. Zbývajících 136 klientů bydlelo na dvou stanicích v 17 čtyřlůžkových pokojích a z důvodů nepříznivého zdravotního stavu vyžadovalo

komplexní péči. Pro klienty s potřebou intenzivnější péče a podpory byla v polovině roku 1996 zřízena z třetího podlaží samostatná stanice.

V roce 2007 byla snížena kapacita zařízení. Ze čtyřlůžkových pokojů se staly třílůžkové, a od 1. ledna 2010 dvoulůžkové. V květnu 2010 byl otevřen nový pavilon „D“. V současné době probíhá v prostorách zahrady výstavba pavilonu „F“. Domov pro seniory Zahradní Město patří mezi největší a nejstarší zařízení tohoto typu v Praze.

V zařízení jsou poskytovány tyto služby:

- ubytování,
- stravování,
- základní služby sociální pomoci a podpory (pomoc při zvládání běžných úkonů péče o vlastní osobu, pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, aktivizační činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí, sociálně terapeutické činnosti),
- fakultativní činnosti, což jsou služby poskytované nad rámec základních služeb za poplatek, jejich sazby jsou pevně stanovené.

Zařízení je v současné době rozděleno na dvě sociální služby: *Domov pro seniory* s kapacitou **93 lůžek** a *Domov se zvláštním režimem* se **146 lůžky**. Klienti si mohou do domova přinést své oblíbené věci (obrázky na stěnu, knížky, fotografie, polštáře, deku, hrnek, židli na balkón, květiny apod.), které jim připomínají domov a pomáhají jim se zde cítit „jako doma.“ Bohužel zatím není možné brát s sebou domácí zvířata. Z výčtu uvedených služeb jsem se zaměřila na aktivizační činnost, jejíž součástí je i arteterapie, která je ústředním tématem této práce (<http://www.dszm.cz/>).

3.2 Aktivizace seniorů v Domově pro seniory Zahradní Město

Jak již bylo zmíněno v předchozí kapitole, aktivizační činnosti jsou volnočasové a zájmové aktivity, kterým se klient může věnovat a vybrat si je dle svého zájmu a schopností. Cílem je aktivní zapojení seniorů, avšak nejen pouze pro vyplnění volného času, ale také ke zlepšení či udržení soběstačnosti. Účast na aktivitách je dobrovolná.

Pravidelné dopolední aktivity na všech stanicích:

- rekondiční cvičení
- zpívání s hudebním doprovodem
- hrátky s pamětí
- povídání na zajímavá témata

Klubové činnosti:

- klub šikovných rukou
- taneční terapie
- zpívání lidových písní
- beseda o přírodě
- zpívání „Za Svatojánskými proudy“
- procházky po blízkém okolí
- klub poezie
- pánský klub
- promítání zajímavostí z celého světa (provozují také já – takže i zde se snažím zapojit alespoň pasivně arteterapii ukázkami různých výtvarných artefaktů spolu s diskuzí o nich)
- výtvarná dílna (zde probíhá arteterapie, která je ústředním tématem této práce)

Společenské akce většího rozsahu odpovídají společenským událostem a tradicím:

- oslava narozenin
- kavárna s hudbou
- maškarní ples s tombolou
- velikonoční odpoledne
- slet „čarodějnic“
- prázdninové „Letem světem“
- adventní otevírání Betléma dětmi z mateřské školy
- mikulášská zábava s tombolou
- rozsvícení vánočního stromu
- silvestrovské posezení
- tříkrálový koncert
- křeslo pro hosta
- vernisáže a výstavy
- pravidelné koncerty věnované ÚMČ Praha 10

Přehled všech nabízených aktivit je k dispozici na tabuli ve vstupní hale a na nástěnkách jednotlivých stanic.

Pro klienty, kteří se nemohou z jakéhokoli důvodu účastnit skupinových aktivit a činností, jsou v rámci individuálního plánování zajišťovány aktivity individuální dle možností a zájmu klientů. Pokud jde o společenské vyžití klientů, alespoň jednou měsíčně jsou pořádány kulturní programy, jako jsou koncerty, kavárna s hudbou, vernisáže, besedy a setkávání se zajímavými osobnostmi. Vstupní hala domova slouží jako galerie a nese název *Galerie nad Botičem*.

Pobavení také zajišťují akce typu: *Maškarní bál, Čarodějnice, Zahradní slavnost a Mikulášská zábava*, na přípravě kterých se podílí personál zařízení. (Při výrobě

kulis a dekorací na tyto akce se rovněž snažím zapojovat klienty navštěvující výtvarnou dílnu v rámci terapie).

Nezapomíná se ani na sportovně založené jedince. V rámci spolupráce mezi domovy pro seniory se konají sportovní soutěže.

Každý měsíc probíhají oslavy narozenin klientů. Oslavenci si společně posedí, zazpívají a pochutnají na připraveném pohoštění. Rovněž je pamatováno na spirituální stránku klientů. Duchovní služba je zajišťována bohoslužbami Církve československé husitské a římskokatolické.

Pro klienty, kteří mají rádi zvířátka, jsou tu chlupatí spolubydlíci - králíček a morčátko. Taktéž se zde občas využívá i canisterapie (<http://www.dszm.cz/>).

3.3 Výtvarná dílna

Do Domova pro seniory Zahradní Město jsem nastoupila v únoru roku 2004 na pozici aktivizačního pracovníka – arteterapeuta na zkrácený úvazek 3 dny v týdnu. V té době se výtvarné činnosti v uvedeném zařízení příliš neprovozovaly. Aktivizace klientů probíhala víceméně na úrovni pracovních činností jako vaření a pečení, ruční práce, zpívání a různé hrátky na trénování paměti.

Na provozování výtvarných aktivit byla v době mého nástupu vyčleněna místnost z bývalé rehabilitace. Jednalo se o sklepní místnost se špatným odvětráním, což omezovalo přístup i pohodu klientů. Vzhledem k prostorovým možnostem to však bylo jediné možné řešení.

Zpočátku jsem měla trochu obavy z práce se seniory, neboť mé zkušenosti zahrnovaly pouze práci s dětskými klienty. V minulosti jsem asi dva roky pracovala v Domě umění v Praze 10, kde jsem vedla dva kluby arteterapie – jeden s dětmi ve věku od 8 do 10 let, a druhý s dětmi od 10 do 15 let. I když senioři a děti jsou si v lecčem podobní, přístupy k nim se musí lišit. Mohu-li si zde dovolit krátké srovnání, děti jsou více spontánní a nebojí se použít svou fantazii. Na druhou stranu je třeba neustále udržovat jejich zájem, nemají u práce výdrž. Senioři potřebují

podpořit, aby se do práce pustili, často vyžadují přesné pokyny a ukázky. A pakliže netrpí nějakou degenerativní chorobou mozku, berou svou práci vážně a ke svým dílům jsou kritičtější a více o ní přemýšlí.

Dlouho před nástupem jsem přemýšlela, jak arteterapii se seniory vlastně uchopit a jak s nimi pracovat, ale postupně jsem získávala stále více jistoty a zjišťovala jejich zájmy a potřeby, ze kterých jsem při své práci vycházela.

V době, kdy jsem nastoupila, nebyla tak velká nabídka aktivit. Kromě výtvarné dílny bylo též oblíbené pečení a vaření, předčítání, společenské hry, zpívání, trénování paměti a klub vážné hudby. Výtvarnou dílnu, jak jsme naše setkávání nazvali, navštěvovalo asi 15 až 20 lidí najednou. Protože ve skupině byli různě motivovaní klienti s různým zdravotním či mentálním postižením, bylo pro ně nutné vymýšlet aktivitu individuální, takže o arteterapii jako takové se nedalo příliš hovořit. Také jsem si musela zvyknout, že skupina se mění podle momentálních zdravotních dispozic jedinců, někdo chodí pravidelně, někdo občas, někdo pak odejde nadobro. To pro mě byla asi nejtěžší zkušenost, které jsem se musela přizpůsobit. Zpočátku mi pomáhaly dvě aktivizační pracovnice, které také zrovna nastoupily. Později, a vlastně až do dnešní doby, pracuji s klienty sama. Také se nám po pěti letech podařilo získat jiné prostory, které jsou daleko vhodnější už jen tím, že jsou světlejší a prostornější a umožňují tak seniorům větší pohodlí pro jejich práci.

Při výtvarné činnosti s klienty jsem vyzkoušela různé techniky, až jsme nakonec našli svoji „parketu“ v práci s keramickou hlinou. Dříve jsem pracovala jako keramička, tak jsem měla více zkušeností s tímto výtvarným médiem, které jsem zde mohla zúročit. O naší práci s hlinou se blíže zmiňuji v praktické části.

4 Senioři a výtvarné umění

Pro některé seniory může být výtvarné umění celoživotní vášní nebo koníčkem, na který v produktivním věku neměli mnoho času, jiní se s ním zase setkali naposledy ve školním věku. Avšak bez ohledu na tuto skutečnost, umění se může

stát vhodnou terapií právě i pro ty, kteří se s ním dříve mnoho nesetkávali. Terapie uměním může podstatně přispět ke kvalitě života uživatelů služeb pobytových zařízení pro seniory.

Proces umělecké tvorby je prospěšný nejen pro aktivní naplnění volného času klientů, ale může také posloužit k dosažení lepší komunikace a socializace. Pomáhá zmírňovat napětí, fyzickou nebo psychickou bolest, a rovněž vede k určitému zlepšení kognitivních a motorických schopností. V neposlední řadě pomáhá zvyšovat sebevědomí, což je zvláště pro tuto cílovou skupinu důležité, neboť z důvodu věku a různých fyzických a psychických obtíží se senioři často cítí být na okraji společnosti jako nepotřební a obtížní. Ve výtvarném umění však mohou najít další rozměr své osobnosti a objevit, že jsou schopni i přes všechny své potíže ještě něco vytvořit, co je hodno obdivu a nalézt tak nový smysl života. Již jen samotný proces tvorby je léčivý. Dovoluje jim alespoň na chvíli zapomenout na starosti, neduhy, bolesti i ztráty. Avšak umění nemusí být praktikováno jen aktivně prostřednictvím vlastního tvořivého procesu. Léčebný efekt je možné též spatřovat i v samotném působení artefaktů, ať již samotnými návštěvami uměleckých galerií, muzeí a výstavních síní, či zprostředkovaně pomocí různých vizuálních médií nebo jen díky výzdobě místností, kde klienti tráví svůj čas (www.arttherapy.org/ALFAToolkit/alfatoolkit.pdf).

4.1 Arteterapie x ergoterapie

Abychom mohli vymezit rozdíl mezi arteterapií a ergoterapií, je třeba nejprve si tyto dva obory definovat.

*„Arteterapie je 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. Kromě toho jsou arteterapeutické aktivity využitelné v primární, sekundární a terciární prevenci: **primární** - omezit incidenci onemocnění*

odstraněním již vzniklých rizikových faktorů, **sekundární** - zabránění progresu nebo k vyléčení asymptomatického nebo časného stádia vývoje nemoci, **terciární** - omezení progresu onemocnění) i v následné péči v oblasti zdravotnictví, sociální péče, výchovy a vzdělávání u dětí i dospělých. Vzhledem k šíři možného a užitečného využití a prolínání jednotlivých oblastí je proto důležité zachovat průřezový mezioborový charakter povolání“ (<http://www.arteterapie.cz/?podkategorie=arteterapie&clanek=22>).

Jak uvádí Šicková, arteterapii dále dělíme na receptivní a produktivní. Při **receptivní arteterapii** jde o vnímání určitého díla záměrně vybraného arteterapeutem s cílem lépe pochopit vlastní nitro a pocity svoje i druhých. Umělecké dílo při vnímání divákem vyžaduje divákovu vcítění, což znamená, že divák promítá své vlastní emoce do tohoto díla. Vcítění se může měnit nejen podle zaměření každého diváka, ale i podle momentálního naladění. K receptivní arteterapii můžeme zařadit návštěvy výstav a galerií, projekce videí nebo obrazů, které mohou být provázeny rozhovorem o promítaných artefaktech.

Produktivní arteterapií míníme použití konkrétních tvůrčích činností (kresby, malby, modelování nebo použití různých kombinovaných technik).

Arteterapeutické postupy jsou zaměřeny na léčebné kognitivní, motivační a emocionální aspekty: sebevyjádření, aktivizace, sebepoznání, osobnostní růst, podpora vývoje, změna stereotypů, zmírnění úzkosti, uvědomění, náhled, řešení problémů, odhalení nevědomého materiálu, katarze, zpracování konfliktů, podpora a rozvoj tvořivosti v rámci harmonizace osobnosti, lepší zacházení s emocemi a kultivace obranných mechanismů. Cíl arteterapie souvisí na jedné straně s tím, z jakých pozic vychází, a na straně druhé z potřeb a možností klientů, s nimiž pracuje.

Forma arteterapie může být jak individuální tak i skupinová a pracuje s formou, procesem i obsahem výtvarného vyjádření (Šicková - Fabrici, 2002).

„Ergoterapie je profese, která prostřednictvím smysluplného zaměstnávání usiluje o zachování a využívání schopností jedince potřebných pro zvládnutí běžných

denních, pracovních, zájmových a rekreačních činností u osob jakéhokoli věku s různým typem postižení (fyzickým, smyslovým, psychickým, mentálním nebo sociálním znevýhodněním). Podporuje maximálně možnou participaci jedince v běžném životě, přičemž respektuje plně jeho osobnost a možnosti (<https://cs.wikipedia.org/wiki/Ergoterapie>).

Jak uvádí Jelínková, ergoterapie si klade za cíl podpořit zdraví a celkový pocit pohody prostřednictvím smysluplného zaměstnávání. Být aktivní patří mezi základní lidské potřeby. Práce dává životu smysl a je důležitou determinantou zdraví a celkové duševní pohody. Existuje spojitost mezi aktivitou a zdravím. Pomocí ergoterapie získávají klienti nové dovednosti a kontakty a začleňují se do běžného života (Jelínková, Krivošíková, Šajtarová, 2009).

Již z předchozích definic je patrné, že oba obory mají hodně společného, zvláště pokud jde o jejich uplatnění u cílové skupiny seniorů v pobytových zařízeních. Obě disciplíny se snaží o to, aby se klienti zapojovali do smysluplných aktivit a jejich prostřednictvím rozvíjeli své schopnosti a dovednosti. Díky tomu se zvyšuje i kvalita jejich života, protože přirozenou potřebou každého člověka je mít možnost vykonávat smysluplnou činnost a jejím prostřednictvím být prospěšný a oceňovaný a zachovat si svou důstojnost.

Rozdíl mezi těmito dvěma obory snad lze spatřovat v tom, že ergoterapeutické aktivity zahrnují také činnosti, při kterých se využívají různé předměty nebo přístroje (např. při vaření, nakupování, praní prádla a jeho žehlení, telefonování, řízení auta apod.). Ergoterapie zahrnuje také nácvik a používání různých kompenzačních pomůcek nebo může kompenzační pomůcky využívat přímo při terapii. Cílem ergoterapie u seniorů je udržení soběstačnosti a zvýšení kondice nebo procvičení kognitivních funkcí (Jelínková, Krivošíková, Šajtarová, 2009).

Pokud jde o uplatňování ergoterapie a arteterapie v našem zařízení (DSZM), ergoterapie přímo jako taková, se zde neprovozuje, ale je nahrazována pravidelným cvičením, ať již skupinovým nebo individuálním a dále různými jinými aktivizačními činnostmi: např. *klub šikovných rukou*, kde uživatelé mohou uplatnit svoje dovednosti a předchozí zkušenosti v ručních pracích.

Arteterapie (jak produktivní tak receptivní) je v tomto zařízení záležitostí víceméně skupinovou, provozovanou ve výtvarné dílně. *Produktivní* je zajišťována přímo vytvářením artefaktů, což je záležitostí dopolední dvouhodinové aktivity třikrát týdně, a jednou týdně *receptivní* arteterapie promítáním různých zajímavých artefaktů s možnou následnou diskuzí.

4.2 Arteterapie se seniory od historie po současnost

Počátky arteterapie sahají v podstatě až do 18. a 19. století. Bylo zjištěno, že výtvarný projev psychicky nemocných se liší od tvorby zdravých lidí, a jejich tvorba se mění i v závislosti na vývoji a druhu choroby. Pojem arteterapie se však objevuje až ve 30. letech 20. století. V Evropě se tento výraz začal užívat v roce 1940.

U nás se arteterapie využívala od 50. let v různých léčebných a psychoterapeutických zařízeních jako součást psychoterapie. V 70. letech vznikla na půdě *Psychoterapeutické společnosti ČLS J. E. Purkyně* arteterapeutická sekce, založená a vedená *PhDr. D. Kocábovou*. Popularita arteterapie se dále rozšiřovala, a počátkem 90. let zásluhou *PhDr. M. Kyzoura* bylo na Jihočeské univerzitě otevřeno bakalářské studium arteterapie. V roce 1994 vznikla *Česká arteterapeutická asociace* jako samostatné občanské sdružení.

Mnoholetá životaschopnost tohoto oboru dokazuje, že arteterapie v sobě skrývá prokazatelné pozitivní účinky. Její užívání se rychle šíří po celém světě. Své místo již má nejen v Evropě a Americe, ale postupně proniká i do tzv. zemí třetího světa (<http://www.arteterapie.cz>).

Nepodařilo se mi přesně zjistit, kdy prvně byla arteterapie v České republice použita se seniory, ale patrně cíleně až někdy v 90. letech minulého století. Vycházím z vlastní zkušenosti, neboť při mém nástupu do Domova pro seniory Zahradní Město (tehdy ještě Domov důchodců) zde byla arteterapie zcela novým pojmem. V dnešní době však již tvoří běžnou formu terapie seniorů, zahrnutou do aktivizačních činností.

Jak již bylo uvedeno, arteterapie využívá k léčení různé výtvarné aktivity a s úspěchem se praktikuje právě i u seniorů. Řídí se jejich potřebami a možnostmi, a její působení je víceméně podpůrné. Cílem již není sebereflexe, která pomáhá nahlížet na životní situace jinak tím, že jde až ke kořenům a díky tomu může pomoci změnit zaběhlé vzorce chování, jež jedince v životě blokují a omezují, tak jak je praktikována v rožnovském ateliéru. U této cílové skupiny jde hlavně o to, najít nějaký smysl života i v této nelehké etapě, a tak pozitivně působit na psychiku starého člověka.

„Hlavní strategie arteterapie se seniory jsou v práci s klientem v jeho momentálním aktuálním problému, práce technikami, které odpovídají věku klienta, a hlavně posílení smyslu pro důstojnost. Arteterapie se seniory se snaží aktivizovat zbytky jejich vitality, flexibility, stimulovat jejich kreativitu“ (Šicková-Fabrice, 2002, s. 67).

Prvořadým cílem pro praktikování arteterapie u seniorů je, tak jako u jiných aktivit, udržování soběstačnosti a zlepšování kvality života. Kromě pozitivního působení na psychiku člověka jde i o procvičování kognitivních a motorických schopností. Je třeba překonat předsudky, že stáří nevyhnutelně znamená pokles všech schopností, a tudíž v tomto věku již nemá cenu se pokoušet o cokoli nového. Též je třeba se přenést přes počáteční nedůvěru klientů a jejich obavu ze samostatné výtvarné činnosti. Proto je třeba zajistit jim k této aktivitě bezpečné a klidné prostředí, kde se cítí pohodlně, což znamená mít na blízku toalety, vodu na umytí, dostatek místa i pro invalidní vozíky a také možnost přísunu tekutin, protože pitný režim je pro seniory velmi důležitý. Také je vhodné, aby terapie probíhala vždy ve stejný stanovený čas, protože starší člověk má rád své zaběhnuté rituály a hůře se přizpůsobuje změnám.

Pokud jde o výběr klientů vhodných pro arteterapii, hlavním kritériem je jejich zájem, popřípadě doporučení lékaře či klíčového pracovníka.

Cíle arteterapie u seniorů můžeme rozdělit na *individuální* a *sociální*, přičemž u *individuálního* jde o uvolnění, sebevnímání a sebepožívání, poznávání vlastních možností, posílení sebehodnocení, růst osobní svobody a motivace, rozvoj fantazie, svobodu při experimentování a hlavně o celkový rozvoj osobnosti. Mezi *sociální* cíle

patří vnímání a přijetí druhých lidí, vyjádření a přijetí uznání, navázání kontaktů, komunikace, společné řešení problémů a sdílení zkušeností, zapojení se do skupiny a vytváření sociální podpory (Šicková - Fabrici, 2002).

Arteterapii lze praktikovat jak *individuálně*, tak *skupinově*, jak uvádí ve své knize M. Liebmann.

Individuální arteterapie umožňuje navázání bližšího vztahu s klientem a dosažení většího soukromí. Je vhodná především pro klienty s problémy vyžadujícími celou pozornost terapeuta nebo se může jednat třeba o klienty, kteří jsou rušivým elementem při skupinové práci. U seniorů může též jít o nemožnost zúčastňovat se skupinové terapie vzhledem k jejich zdravotnímu stavu.

Skupinová arteterapie je častější formou při práci se seniory. Má samozřejmě své výhody i nevýhody. Za výhody lze považovat možnost určitého sociálního učení, protože klienti s podobnými problémy si mohou navzájem pomáhat a podporovat se. Poskytuje klientům zpětnou vazbu od jejich kolegů i terapeuta. Klienti nejsou sami na svou práci, mohou se vzájemně podporovat a vyměňovat si zkušenosti. Vyhovuje některým klientům více než individuální arteterapie, při které by byla jejich práce a pocity příliš pod drobnohledem. Ve skupinách se mohou též projevovat znaky dělení moci a zodpovědnosti. Každá skupina má svou dynamiku dle toho, jací jedinci ji tvoří. Další výhodou je její úspornost z hlediska potřeby pracovních sil, protože jeden arteterapeut se může ve stejné době věnovat více klientům.

Nevýhodou skupinové formy arteterapie je možnost menší pozornosti arteterapeuta ke každému klientovi, a také menší intimita při probírání případných soukromých problémů. Velikost skupiny se řídí potřebami a možnostmi jedinců, ale vzhledem k jejich povětšinou zhoršené mobilitě, která vyžaduje plnou obsluhu terapeutem, je lepší skupina menší.

V případě seniorů jsou výtvarná sezení „zaměřená na realitu“ a na takové činnosti, které jim pomohou udržovat pozornost při každodenních úkonech nebo činnosti, které jim pomáhají rozpomínat se na vlastní úspěchy a dodávají jim tak pocit důstojnosti (Liebmann, 2005).

„Výtvarná skupina může seniorům pomoci vzpomínat a hovořit o svých životech, mohou oslavovat své úspěchy, vidět své životy v perspektivě a zachovat si pocit důstojnosti“ (Liebmann, 2005, s. 117).

4.3 Výtvarné techniky vhodné pro práci se seniory

Arteterapeutické činnosti u seniorů mají za cíl nejen rozvíjet a procvičovat jemnou motoriku, ale především také působit na sebehodnocení klienta. Jeho zvýšení je podmíněno zažitím úspěchu při výtvarných aktivitách. Arteterapie má působit na rozkvět kreativity a fantazie a díky prožití společných chvil při tvůrčích setkáních dává zúčastněným jedincům možnost se seznámit a navázat bližší vztahy. Pobyt ve společnosti této skupiny umožní zúčastněnému konfrontaci svých schopností se schopnostmi jiných a také mu nabízí kvalitní trávení volného času (Šicková-Fabrizi, 2002).

O vhodnosti arteterapeutických technik rozhoduje především zdravotní stav klienta. Protože se často jedná o určitou formu tělesného či psychického postižení (většinou jde o klienty po CMP, infarktu, s různými pohybovými nebo smyslovými deficity nebo s určitým stadiem demence), je třeba pracovní plochu připravit tak, aby měli vše po ruce a všem se dobře pracovalo (Liebmann, 2005).

Dle Smitky klient může dosáhnout takového výsledku své práce, který ani neočekával, což ho dále motivuje.

„Výtvarné řemeslné aktivity a užití specifických technik a prostředků rozvolňují psychologicko-estetický blok, například generační podmíněnost vkusu, aniž je třeba vytvářet teoretické představy a konstrukce o duševní struktuře funkcí a dynamizujících silách“ (Smitka, in Senioři, časopis ČAII/6, Praha, 2004, s. 9).

Výtvarné techniky pro klienty v seniorském věku by měly být voleny tak, aby navazovaly na jejich zkušenosti a dovednosti, a rovněž přizpůsobeny jejich současným možnostem. S poměrně velkým úspěchem se setkává koláž za použití časopisů, kalendářů nebo novin, protože nabízí možnost vzniku atraktivního

výtvarného díla, aniž by autor měl nějaké zvláštní výtvarné nadání (Růžičková, in *Senioři*, časopis ČAAlI/6, Praha, 2004, s. 12).

Ke koláži lze použít i jiné materiály jako je látka, přírodní materiál, kousky dřeva, tapet, vlny nebo různobarevný papír.

Další vhodnou a poměrně efektní technikou je zapouštění barev do klovatinového podkladu (papír navlhčíme, pokapeme klovatinou, rozetřeme a do takto připraveného podkladu zapouštíme různé barvy), rozfoukávání barevných skvrn po papíře, otisky rukou apod.

Jsou-li klienti trochu výtvarně zruční, ale hlavně již překonali počáteční obavu z vlastní tvorby, lze jim nabídnout další výtvarná média, jako jsou vodové nebo temperové barvy, barevné tužky, pastelky, prostě vše, čím lze malovat či kreslit.

Velmi vhodnými technikami pro seniory se jeví haptické techniky, protože právě často hmat je jediným smyslem, který bývá seniorům v dobré míře zachován. Zvláště důležitý je pro ty, kteří mají nějaké problémy se zrakem (což je u této věkové skupiny většina). Pravidelné cvičení hmatu jeho schopnost vnímání výrazně posiluje. Používáním taktilních médií má terapeut možnost zprostředkovávat klientovi informace. Navíc samotná práce s těmito materiály dobře slouží k rehabilitaci jemné motoriky. Nejvíce vhodná je keramická hlína, kterou lze využívat v tzv. *hmatovém modelování*, jak ho používá Evžen Perout při práci s nevidomými (Perout, 2005). Jde o to, naučit klienta využívat výhod tohoto materiálu, jehož pomocí může zhmotnit to, co již nevidí. U seniorů ve velké většině dochází ke ztrátě zraku vlivem věku, tzn., že mají předchozí zrakovou zkušenost na rozdíl od nevidomých od narození, se kterými povětšinou Perout pracuje, ale v následku jsou si obě tyto skupiny podobné – používají při tvorbě hmat. Technika hmatového modelování vznikla v brněnském ateliéru Štěpána Axmana. Při tvorbě je kladen důraz nejen na tvořivost a řemeslné provedení, ale také na estetické poučení a výtvarnou kultivaci. Též je respektován klientův rukopis. Metoda spočívá v tom, že klient si nejprve „přečte“ svým hmatem objekt, jaký by chtěl vytvořit a pak jej buď sám, nebo s pomocí terapeuta vytvoří.

Keramická hlína má ale další terapeutické vlastnosti jak zmiňuje Jaroslava Šicková, a přestože jde v jejím případě o zkušenosti spíše s dětskými pacienty, myslím, že ji s úspěchem lze používat i u seniorů. Podle Šickové to jsou:

- prolomení bariér úzkosti,
- neschopnost komunikace,
- odbourání agresivního a autoagresivního chování,
- rozvíjení trojdimenzionálního vnímání a představivosti vytváření zázemí pro změnu postojů k sobě i druhým,
- hlína též poskytuje kompenzaci poškozeného nebo již chybějícího smyslu (v tomto případě úplnou nebo částečnou ztrátu zraku),
- artefakty vytvořené z hlíny mohou pomoci při zjišťování diagnózy,
- hlína je výborný materiál pro jedince s poškozenou jemnou motorikou (Šicková - Fabrici, 2002).

Kromě toho keramickou hlínu lze i různě kombinovat s jinými materiály při vytváření artefaktů, např. s látkou [obr. 1 - kombinace látky, keramiky, vaty, umělé květiny].



Obr. 1 – Zátiší s kocourem - pí Z, †88

4.4 Typické znaky ve výtvarném projevu seniorů

Výtvarný projev seniorů má svá specifika, která vyplývají nejen z věku nebo zdravotního stavu, ale do jisté míry jsou i ovlivněna jejich výtvarným vzděláním. Většina z nich se s výtvarným uměním setkala jen ve školním věku. Jak vyplývá z jejich vlastních výpovědí (míním tím seniory v arteterapeutické skupině v DSZM), kreslit a malovat se učili pouze v obecné škole, zhruba pět let jednu hodinu za dva týdny. Teoretická východiska se vztahovala víceméně k realismu a k co nejvěrnějšímu ztvárnění skutečnosti. Jednalo se hlavně o výjevy z přírody nebo z běžného života (*Jak maminka vaří, Studie květin, stromů a domácích zvířat*). Používanými výtvarnými médii byly hlavně tužky, pastelky a vodové barvy.

Současná koncepce výtvarné výchovy, na rozdíl od předchozího, podporuje každého jedince, aby přiměřeně schopnostem rozvíjel svou osobnost, pozoroval a samostatně přemýšlel. Tímto způsobem umožňuje jedinci sdělit něco svého a originálního. Učí ho pozorovat a chápat okolní svět přes sebe sama, vidět jevy v souvislostech. Je to určitý způsob komunikace prostřednictvím obrazů.

„Výchova motivovaná výtvarnou tvorbou se jeví jako optimální možnost rozvíjení sociálních vztahů a tvořivých potencií člověka. Zde je chápána jako prostředek rozvíjení jedinečných vlastností člověka a zároveň jeho začleňování do kulturního kontextu“ (Roeselová, 2000, s. 131).

Neznamená to však, že by v minulosti byla zcela potlačována autorova autentičnost a originalita, jen to, že tehdejší výuka vycházela z jiných teoretických východisek zobrazování. To samozřejmě ovlivňuje i náhled na výtvarné umění. Pokud nejsou ovlivněni nějakou psychickou poruchou, snaží se senioři svou tvorbou co nejvíce přiblížit skutečnosti, samozřejmě dle svých možností.

Z tohoto důvodu, ale nejen z něho, má jejich tvorba své typické znaky. Vliv zde má i zdravotní a psychický stav seniorů. U většiny z nich se můžeme setkat s *lineárností a kresebností*, jež jsou způsobeny větší sebekontrolou a obavou z náhody [obr. 2, 3].



Obr. 2 – Moje rodina I - pí V, †70



Obr. 3 – Vánoce I - pí F, 88

Častá je i snaha o vybarvování. Výtvarný projev tak působí naivním a strnulým dojmem [obr. 4].



Obr. 4 – Zlatovláska - pí B, 70

Někteří klienti *doprovázejí své práce texty*, kterými doplňují popisnost a objasňují obsah kresby [obr. 5].



Obr. 5 – Moje rodina II - pí B, 70

Dalším znakem je *zmenšení objektů*, které bývá způsobeno zhoršeným sebevědomím a *nereálná perspektiva* (středové umístění, rozmísťování objektů po obvodu, sklápění do půdorysu), blíží se tvorbě dítěte [obr. 6, 7]. To vše samozřejmě může být i důsledek neškolené ruky.



Obr. 6 – Červená Karkulka – pí B, 91



Obr. 7 – Můj pokoj – pí M, 86

Figury v obrázcích bývají *statické, neurčité v nedospělém věku* [obr. 8] (Štorkán, in *Senioři II/6*. 2004).



Obr. 8 – Moje rodina III – pí V, †70

Naopak některé postavy i u neškolených jedinců mají pohyb, a i když proporce nejsou zcela zachovány, je vidět určitý talent, který lze rozvíjet [obr. 9].



Obr. 9 – Červená Karkulka – pí F - 88

Samozřejmě musíme počítat s tím, že většina klientů nebyla nikterak odborně vedena ve výtvarném umění, k čemuž je třeba při hodnocení přihlídnout.

Výtvarná díla seniorů ovlivňuje i jejich psychická a fyzická kondice. Můžeme zde najít také určité znaky, poukazující na možnost psychické choroby. Rysy charakteristické pro výtvarný projev klientů trpící Alzheimerovou chorobou popsala ve své knize J. Šicková-Fabrice. Mezi ně patří:

- chaotické uspořádání objektů [obr. 10],
- výrazně prodloužené tvary objektů,
- přechod od realistického zobrazování konkrétních objektů, k jejich lineárnímu zobrazení fragmentárním stylem [obr. 11],
- ornaentalizace (Šicková-Fabrice, 2002),



Obr. 10 – Prázdniny I



Obr. 11 – Prázdniny II

Tvorba jednoho klienta se také může lišit podle jeho psychického stavu a vývoje jeho choroby – manické období [obr. 12] a klidové stadium po medikaci [obr. 13].

Také bych ráda zmínila preferenci barev u seniorů. Jejich oblibu jsem hodnotila dle toho, které barvy jsou z palety vodových barev nejdříve vypotřebované. Mezi nejoblíbenější patří žlutá, oranžová, světle červená, světle modrá a světle zelená.

Jedná se víceméně o barvy z teplé škály. Zřejmě je to proto, že senioři mají podvědomě potřebu symbolicky doplňovat ubývající energii a tyto teplé barvy jim

evokují teplo, slunce, jaro a mají k nim pozitivní vztah. Také mají rádi věci barevné – zase pokud možno barevnost složenou z teplých veselých barev.



Obr. 12 – Můj dům – pí B, 70



Obr. 13 – Říp – pí B, 70

Praktická část

„Co se to v té naší dílně děje?”

Slunce se tam pořád směje.

Nejen, že se pracuje, ale také studuje.

Dokud síla, hledíme díla, by památka po nás zbyla.“

Emílie Kuřetová, †96, Domov pro seniory Zahradní Město

5 Arteterapie v Domově pro seniory Zahradní Město

Tak jako v jiných pobytových zařízeních tohoto typu se i v DSZM pro uživatele služeb připravují aktivizační programy. Jejich součástí je od roku 2004 i arteterapie, a to jak *produktivní*, tak *receptivní*.

Při *produktivní arteterapii* klienti používají různá výtvarná média, ale nejčastěji keramickou hlínu, která se pro tuto cílovou skupinu ukazuje jako nejvhodnější, protože umožňuje tvořit i těm, kteří mají nějaké zrakové nebo pohybové postižení, což je v tomhle věku poměrně běžné. Také je to velmi vděčný materiál pro ty, kteří se necítí „silní“ ve výtvarné tvorbě, protože dokud není výrobek vypálen, dá se stále upravovat, případně lze začít zcela od počátku. Vzniklé artefakty slouží k výzdobě interiéru nebo s nimi klienti obdarovávají své blízké, případně jsou použity jako pozornosti pro vzácné hosty, kteří toto zařízení navštěvují v rámci kulturních a společenských akcí.

Jednou ročně je uspořádána prodejní výstava výrobků, což má obzvláště u seniorů velmi dobrý vliv na psychiku, jelikož si uvědomují, že jejich práce je ceněna, a i ve svém věku mohou ještě vytvořit něco, čeho si ostatní váží. Také se téměř každoročně účastní celorepublikové soutěže „*Šikovné ruce našich seniorů*“, v Lysé nad Labem, odkud pokaždé přivezou nějaké ocenění. Z poslední výstavy dokonce *zvláštní ocenění poskytovatelů sociálních služeb* - toto ocenění dostali za práci **Šikovné ruce**, která byla vytvořena z jejich autoportrétů a doplněna dalšími výrobky [obr. 14 – viz níže]. Tuto událost zmiňuji hlavně proto, že klienty velmi motivovala, obzvláště ty, kteří se mohli osobně zúčastnit předávacího ceremoniálu [obr. 15].

Při práci se starými lidmi je třeba klást důraz na kontakt a vybudování důvěry. Používá se většinou skupinová arteterapie, při níž dochází nejen k dialogu mezi terapeutem a klientem, ale rovněž i mezi klienty navzájem, což je velmi důležité při jejich socializaci.



Obr. 15 - Lysá nad Labem - předávání ceny

Někdy však používáme hlínu jen k uvolnění napětí, zvláště u nově příchozích klientů, kteří mají nějakou zábranu, ať již fyzickou nebo psychickou v komunikaci a zapojení se do práce.

Receptivní arteterapie probíhá jednou týdně v odpoledních hodinách. Jedná se o promítání různých zajímavých artefaktů z celého světa. Klientům jsou takto zprostředkovávány zážitky z návštěv různých míst, kam už se fyzicky nemohou vypravit. Tato forma terapie je důležitá hlavně proto, že se jí mohou účastnit i senioři, kteří se z jakéhokoli důvodu nezapojují do produktivní arteterapie či do jiných aktivit. Pro ty, kteří se produktivní arteterapie zúčastňují, může sloužit jako inspirace. Krom jiného vyvolávání kladných emocionálních zážitků působí pozitivně na psychiku seniorů.

5.1 Cíle arteterapie v Domově pro seniory Zahradní Město

Cíle arteterapie v DSZM vycházejí především z potřeb klientů a samozřejmě i z možností zařízení. U seniorů je arteterapie aplikovaná především pro posílení vlastní hodnoty, jako pomůcka při rehabilitaci jemné motoriky i ke zlepšování krátkodobé paměti. Hlavním cílem je posílení vlastní důstojnosti klienta.

Arteterapie se seniory se snaží aktivizovat zbytky jejich vitality a stimulovat jejich kreativitu.

Arteterapie též umožňuje uvolnění a vyjádření emocí, pomáhá k porozumění sobě i druhým. Slouží k relaxaci a odpočinku. Při této metodě jde především o radost z práce, ale rovněž i z dokončeného díla a následného ocenění druhými.

„Cílem arteterapie je znovu vybudovat z různých důvodů narušené přirozené dispozice člověka – kreativitu, spontaneitu, schopnost komunikace se sebou samým, s druhými, s prostředím, v němž žije, chápání života v jeho souvislostech a jeho smysluplné prožívání“ (Šicková - Fabrici, 2002, s. 62).

5.2 Klienti, kteří tvoří zdejší arteterapeutickou skupinu

Arteterapeutická skupina v DSZM se profiluje z klientů, kteří sami projevují o tuto činnost zájem, případně jsou doporučení lékařem nebo klíčovým pracovníkem (klíčový pracovník je zaměstnanec, který by měl být klientovi blízký, rozumí jeho potřebám i přáním, a spolu s ostatními zaměstnanci pomáhá při jejich realizaci).

Složení skupiny se velmi často mění vzhledem k proměnlivosti jejich zdravotního stavu, či případného trvalého odchodu, což bývá pro zbytek skupiny velmi bolestné, ale bohužel i s tímto je nutno počítat. Skupina může mít, hlavně z prostorových důvodů, maximální počet 10 členů. Větší počet klientů také není možno obstarat najednou jedním člověkem, jelikož skupinu tvoří především klienti se zhoršenou mobilitou, a tak jejich obsluha leží zcela výhradně na terapeutovi.

V době založení výtvarné dílny (2004) navštěvovalo arteterapii asi 16 -20 klientů. Pracovalo se ve dvou místnostech. Kromě již zmiňované výtvarné dílny se občas využívala i pracovna, která běžně sloužila pro kroužek vaření. V té době bylo v DSZM poměrně dost mobilních klientů, a také se nenabízelo tolik aktivit jako dnes. Postupně se skupina ustálila zhruba na 12 klientech, ne všichni se však zúčastňovali pravidelně. V současné době je skupina tvořena asi 7 členy. Jejich věkové rozpětí je 61 – 95 let.

Vztahy zde panují povětšinou přátelské, jen občas se objeví trochu dominantnější klient, který strhává pozornost na sebe, a tím narušuje soudržnost skupiny. Občas to vyžaduje i nutnou dávku diplomacie, aby skupina mohla dále fungovat. Tento fakt zde zmiňuji proto, že v období stáří se ve zvětšené míře projevují zápornější rysy povahy, které dříve člověk vědomě korigoval. Ve stáří však již tuto potřebu nemá, ať již vědomě nebo díky psychickému onemocnění. V současné době však takoví klienti ve skupině nejsou. Vládne zde povětšinou přátelská a veselá atmosféra.

Náplň činnosti skupiny se řídí podle toho, jací klienti přijdou, podle nálady i podle ročního období. Pracujeme buď společně, nebo si každý vybere individuální činnost dle své libosti a možností.

5.3 Výtvarné techniky využívané v DSZM

V rámci arteterapie jsem s klienty ve výtvarné dílně vyzkoušela různé techniky a jejich vzájemnou kombinaci. Některé práce byly záměrně vytvářeny společně tak, aby klienti mohli spolupracovat, což pomáhalo k jejich vzájemné socializaci.

Kromě klasického kreslení a malování jsme vyzkoušeli tyto techniky:

- zapouštění barev do klovatiny a následné vytváření obrazců
- mramorování papíru
- dokreslování barevných skvrn
- obrazce z přírodnin
- koláže s kombinováním různých materiálů
- obrazce z barevného písku [obr. 16, 17]
- aranžování přírodnin na papír a následný grafický otisk [obr. 18, 19]
- kolorování fotokopíí obrazů [obr. 20, 21]



Obr. 16 - Mandala z barevného písku



Obr. 17 - Obrazec z barevného písku



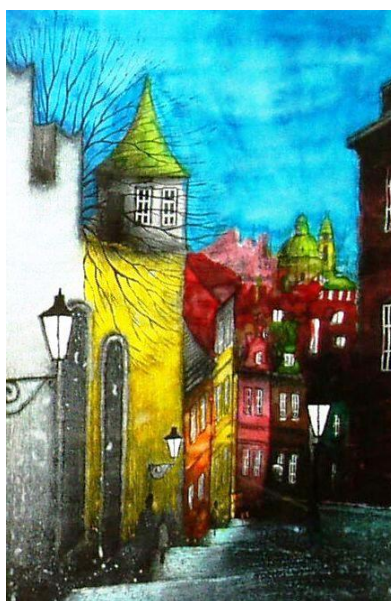
Obr. 18 - Obraz z přírodnin I



Obr. 19 - Obraz z přírodnin II

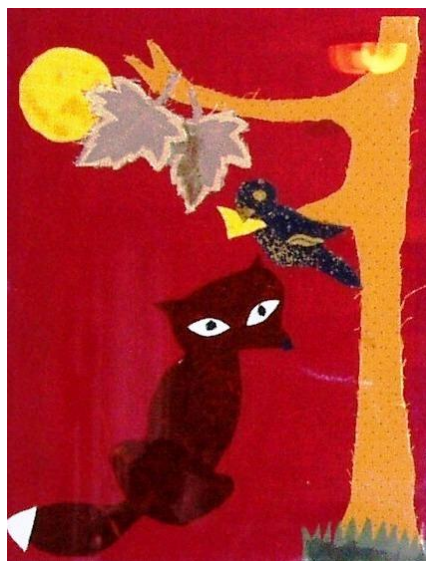


Obr. 20 – Ledňáček



Obr. 21 - Pražská ulička

- Koláže s textilií [obr. 22,23]



Obr. 22 - Liška a vrána



Obr. 23 - O vlaštovce

Z metodického hlediska všechny tyto techniky pomáhají k uvědomění si vzájemných vztahů mezi prvky, které tvoří obraz (barva, kompozice, proporce), a tím i k posilování paměti, vyvolávání vzpomínek a rozvíjení kreativity.

Po nástupu do rožnovského ateliéru jsem se snažila i více zapojovat arteterapeutické náměty zde používané. Příkladem jsou textilní koláže na pohádkové náměty [obr. 22, 23].

Vzhledem k tomu, že jsem v předchozích letech podnikala jako keramička, využila jsem zbylého materiálu a zkusila použít k arteterapii keramickou hlínu. Zpočátku byl tento materiál seniory přijímán trochu s nedůvěrou. Někteří se ho ujali ochotně, jiní dlouho odolávali, ale po nějaké době se jim práce s hlínou zalíbila, a po domluvě s tehdejším vedením byla zakoupena keramická pec. Od té doby jsme keramickou hlínu využívali stále častěji, až se nakonec stala našim nejoblíbenějším výtvarným médiem. Možná proto, že většina klientů v DSZM pochází z venkova a hlína jako přírodní materiál jim evokuje práci na zahrádce, možná i proto, že má v přeneseném významu duchovní rozměr, na který lze u seniorů navázat, neboť hodně z nich bylo vychováno ve víře. Bůh stvořil Adama z hlíny dle obrazu svého

a vdechl mu život. Podobně tak člověk z hlíny vytváří díla k obrazu svému a může tak vyjádřit, co nedokáže nebo nechce vyslovit.

Podle Šickové - Fabrici hlína též působí jako lék na zraněnou duši. Tato skutečnost zřejmě vychází i z toho, že jde o taktilní materiál a u člověka přetrvává potřeba doteku po celý život. Fyzický kontakt v našem těle vyvolává chemické reakce. U osob, kde je množství dotyků výrazně omezeno, dochází k častým stavům deprese až apatii. Největší potřeba dotyků byla zjištěna u dětí a zrovna tak u starých lidí. Modelování z hlíny můžeme považovat za vhodný způsob stimulace při deficitu hmatových prožitků (Šicková - Fabrici, J. 2002).

6 Výběr témat a metodika

Práce se seniory má své zásady, které vyplývají ze specifiky této cílové skupiny. Tyto se mi osvědčily v praxi:

- Klienty je třeba vhodně motivovat a při jejich tvorbě je stále podporovat v tom, že jejich práce má smysl.
- Při práci by měla panovat příjemná atmosféra, kterou lze podpořit například hudbou nebo společnou komunikací a spoluprací.
- Úkoly musí být vhodně zvolené vzhledem k jejich určitým limitům, aby je počáteční nezdar neodradil. Někdy je třeba i klientovi pomoci, a dále pak postupovat od jednoduššího ke složitějšímu.
- K práci je téměř vždy třeba názorných ukázek, protože většina seniorů se s výtvarnou aktivitou setkává poprvé od svých školních let. Vhodné je i pracovat spolu s nimi, aby měli jasnou představu o postupu práce.
- Dalším důležitým faktorem je pochvala, která však musí být míněna upřímně, aby se klient necítil infantilizován.

Témata, která používáme při arteterapii, vycházejí především ze zájmu a možností klientů, dále pak z ročních období či aktuálního dění v našem zařízení.

Dodnes si pamatuji na svou první hodinu arteterapie v den mého nástupu (2004). Byl únor a blížil se maškarní bál, tak jsem jako téma zvolila výrobu masek z papíru. Protože jsem předtím pracovala pouze s dětmi a neměla žádnou zkušenost se seniory, trochu mě zaskočilo, že díky jejich zdravotním obtížím, spojeným s fyzickým omezením, jim bylo třeba s výrobou hodně pomáhat. Někteří nebyli schopni ani obkreslit nabízený vzor a následně jej vystříhnout. Uvědomila jsem si, že zde budu muset vymýšlet jiné výtvarné postupy, než které jsem používala pro děti.

Postupně jsme vyzkoušeli různé techniky, až jsme nakonec našli zálibu právě v hlíně.

Při výběru témat se většinou inspiroji odbornou literaturou (Campbell, 1998, Liebmann, 2005, Walsh, 2005), ale též tématy rožnovského ateliéru. Na ukázkou jsem vybrala těchto pět témat.

- 1) **Autoportrét** – keramická hlína
- 2) **Metaforický portrét** – kresba, keramická hlína
- 3) **Moje oblíbená pohádka** – malba, kresba
- 4) **Variace na pohádkové téma *Perníková chaloupka*** – keramická hlína
- 5) **Moje rodina** – malba, kresba

6.1 Metodika

6.1.1 Autoportrét

Technika: keramická hlína

Zadání: pomocí keramické hlíny ztvárněte svůj autoportrét, zkuste se zaměřit na to, co je na vás charakteristické

Cíl: sebereflexe – lepší pochopení sebe i druhých

Průběh práce

Práci jsme začali zahřívacím kolem, hnětením hlíny, kdy se kromě přípravy materiálu pomocí hnětení uvolňuje i napětí. Přitom jsme si povídali o tom, co je pro koho důležité, co je pro koho charakteristické. Dále jsme se domluvili, jak velké budou autoportréty. Každý dostal zhruba stejně veliký kus hlíny. Dva klienti tuto práci odmítli a věnovali se individuální činnosti. (Měli zvláštní asociaci o posmrtných maskách, a tak jsem je nenutila). Do následné diskuze se však zapojili. Některým klientům jsem pomohla se základním vytvořením hlavy, protože nemají již dostatečný fyzický potenciál, avšak většinu si vytvořili sami nebo moji práci korigovali. Pracovali s velkým zaujetím. Na závěr jsme zhodnotili, jak se komu práce vydařila, hlavně jak s ní byl sám tvůrce spokojen. Klienti také vzájemně sdíleli své pocity při tvorbě.



Obr. 14 - Šikovné ruce

Vzhledem k tomu, že se práce docela vydařila, výsledné artefakty jsme vypálili a odekorovali glazurami. Pak vznikl spontánní nápad autoportréty dotvořit do podoby bust. V dalších sezeních jsme tedy postupně společně vytvořili busty (části jejich oděvů vycpané dutým vláknem), a následně sestavili dílo s názvem *Šikovné ruce*, které jsme doplnili kulisami a dalšími užitnými výrobky a použili jako

reprezentaci naší výtvarné dílny na výstavě v Lysé nad Labem v roce 2012, kde se setkala s velkým úspěchem [obr. 14].

6.1.2 Metaforický portrét (obdoba autoportrétu)

Technika: volná malba nebo kresba

Zadání:

- a)** nakreslete, namalujte nebo vymodelujte zvíře, kterým byste chtěli být nebo o kterém si myslíte, že se vám nějak podobá
- b)** nakreslete, namalujte nebo vymodelujte zvíře, které nemáte rádi, kterým byste nikdy být nechtěli

Cíl: lepší pochopení sebe samého i ostatních. Určení a ujasnění vlastností, které preferujeme a těch, kterým bychom se rádi vyhnuli nebo je nemáme rádi u druhých.

Průběh práce

Toto téma jsme zpracovávali dvakrát. Nejprve pastelkami, při další hodině z keramické hlíny. Na úvod jsme si povídali o zvířatech obecně, jaké měli doma a co pro ně znamenali. K inspiraci jsme také použili fotografie a obrázky.

Někteří klienti měli zvířata v daných kategoriích shodná jak v kresebné formě, tak i v plastické, u jiných se lišila. Bylo to zřejmě dáno i tím, že vymodelovat určité zvíře jim přišlo složitější než ho nakreslit. Práce je bavila, během tvorby jsme si povídali o různých vlastnostech zvířat a také při ní vzpomínali na zvířátka, která měli doma.

Na závěr proběhla diskuze, kdy se každý autor vyjádřil ke své práci. Proč si myslí, že připomíná zvíře, které vytvořil, případně co na něm obdivuje. Zrovna tak se vyjádřil i o opačném zvířeti a sdělil ostatním, které vlastnosti mu vadí. Zajímavé bylo, že si někteří klienti zvolili stejné zvíře, obzvláště to, podle jejich názoru s negativními vlastnostmi. U někoho se jedno zvíře jevilo jako pozitivní, u dalšího negativní.

Mezi těmi, kterým byly přisouzeny negativní vlastnosti, byli mimo hada [obr. 26], pavouk, klíště, blecha, krokodýl [obr. 27] a dokonce i veverka.

KOČKA - kočičí mě poudělují všichni.
Pamíť jsem Děk na - maminky
 kočičí učitelství. Maminka má
přítel 2 kočič - Minuwa Saruwa
Minuwa - to je slonky jiné
Minut. Hledá pro mne učitelství
 kočičí jsou odevzda. Věda L
rovná se L sama se
mamě počítat ale

A red wax sculpture of a reclining animal, possibly a dog or cat, with a textured surface. The animal is lying down, facing left, with its head slightly turned towards the viewer. The wax has a mottled, uneven texture with various shades of red and orange. The sculpture is set against a plain, light-colored background.

HAD - remains long slender,
propped straightly distally,
inclined - poor adaption.



A photograph of a long, irregular, reddish-brown object, likely a piece of coral or a biological specimen, showing a rough, textured surface. The object is elongated and has a somewhat twisted, irregular shape. It is set against a plain, light-colored background.

54

6.1.3 Moje oblíbená pohádka

Technika: volná malba nebo kresba.

Zadání: nakreslete nebo namalujte pohádku, kterou jste měli nebo máte nejraději.

Cíl: vyvolání vzpomínek a tím procvičení paměti krátkodobé i dlouhodobé, uvědomování si vztahů mezi osobami, zvířaty a věcmi.

Průběh práce

Toto téma jsem zvolila na základě svých vlastních zkušeností z tvorby v rožnovském ateliéru. Na úvod naší práce jsme si povídali o pohádkách obecně, kdo si na jakou vzpomíná. Také jsme dávali dohromady různé variace pohádek. Jako nejoblíbenější se jevily pohádky české, především od Boženy Němcové. Pak se každý pokusil ztvárnit na papír jednu, někdo i dvě pohádky, které měl nejraději. Po ukončení práce byla vzájemná diskuze o tom, kdo má jakou pohádku rád a proč, a jaký její výjev si k zobrazení vybral. Nejčastěji se objevovaly tyto pohádky:

Princezna a drak [obr. 28], Červená Karkulka, O Smolíčkovi [obr. 29], Rumcajs, Dlouhý, široký a bystrozraký, O veliké řepě



Obr. 28 – Princezna a drak



Obr. 29 – O Smolíčkovi

6.1.4 Pohádkové téma - Perníková chaloupka

Technika: keramická hlína

Zadání: z keramické hlíny udělejte placku a do ní vyryjte nějaký výjev z uvedené pohádky, která bude předčítána

Cíl: vyvolání vzpomínek, procvičování krátkodobé i dlouhodobé paměti

Průběh práce

Na úvod jsme se s klienty domluvili, na jaké pohádce budeme pracovat. Vybrali jsme **Perníkovou chaloupku**, protože je to pro ně velmi známá a oblíbená pohádka, a sice verzi od Boženy Němcové. Rozdala jsem hlínu na procvičení rukou. Poté si klienti vyváleli placku a během mé četby vyrývali výjev z pohádky, který si zvolili. Po ukončení jsme si povídali, jaký výjev si vybrali a proč a jaké možné varianty této pohádky znají. Placky jsme vypálili a následně okolorovali oxidem železa [obr. 30, 31].



Obr. 30 – Perníková chaloupka I



Obr. 31 – Perníková chaloupka II

6.1.5 Moje rodina

Technika: malba, kresba

Zadání: nakreslete nebo namalujte svoji rodinu

Cíl: pomocí vzpomínek uvědomování si vztahů a posilování sociálních vazeb

Průběh práce

Při zadávání tématu **Moje rodina** jsem měla trochu obavy, aby pro některé klienty nebylo příliš choulostivé, protože rodinné vazby nejsou všude idylické. A tak jsem se úvodním rozhovorem pokusila zjistit, jestli toto téma pro někoho nebude bolestivé. Nicméně se ukázalo, že klienti o svých rodinách hovoří rádi, především o svých vnoučatech. Někteří zas zavzpomínali na svou původní rodinu a hlavně na své mládí.

Pak se každý, dle svých možností a schopností, pokusil ztvárnit svou rodinu. Někteří obrázky doplnili texty [obr. 32, 33].



Obr. 32 – Moje rodina IV



Obr. 33 – Moje rodina V

Po dohotovení prací jsme si o nich povídali, jaké byly jejich nejranější vzpomínky z mládí a na co rádi vzpomínají. Objevilo se i postesknutí nad uběhlým mládím, ale z velké většiny se zdálo, že jsou se svým věkem již smíření a přijímají ho s klidem.

Uvedená témata jsou jen krátkou ukázkou naší společné práce. Kromě arteterapeutických etud ale také pracujeme na běžné dekorativní keramice,

protože to je klientům blízké. Vzhledem k tomu, že z velké většiny jsou praktického založení, rádi vyrábějí něco, co má dle jejich názoru nějaký smysl a svůj účel. Tato skutečnost je možná dána tím, že vyrostli ve válečné době, kdy byl nedostatek, a vším se muselo šetřit. Většina z nich navíc vyrostla ve skromných poměrech, a to je ovlivnilo na zbytek života. Proto i dnes rádi vyrábějí něco praktického a užitečného, na co se „neplýtvá materiálem a časem.“ Myslím však, že i běžná výroba dekorativních výrobků má terapeutický význam, protože jejich práce je okolím upřímně ceněna a o jejich výrobky je stále velký zájem.

Ve snaze skloubit tato dvě terapeutická pojetí, pokouším se vybírat taková témata pro společnou práci, která by jim byla blízká a splňovala tak trochu požadavky obojího. Zkusili jsme vyrobit variaci na téma **Vesnička, Jaro na dvoře a Babiččino údolí** [obr. 34]. Jsou to témata, ke kterým mají blízko, souvisejí s jejich mládím a kromě fyzické rehabilitace při výrobě procvičují svou paměť. Tyto práce si velmi užívali, přicházeli s vlastními nápady a často o nich přemýšleli i v noci, jak se pak svěřovali. Při tvorbě jsem jim sice trochu pomáhala, ale snažila jsem se je příliš neovlivňovat svým pojetím. Jejich úsilí bylo odměněno oceněním na již zmiňované výstavě v Lysé nad Labem.



Obr. 34 – Babiččino údolí

7 Představení jednotlivých klientů a jejich prací

V této kapitole bych chtěla představit několik klientů a jejich práce. Vybrala jsem čtyři klienty, kteří navštěvují arteterapii nejdéle. Přesné diagnózy mi nejsou sdělovány, vycházím ze zjevných faktů a z jejich vlastních výpovědí o zdravotním stavu.

7.1 Paní M. 86 let, v zařízení je asi osm let. Má pohybové obtíže, horší pohyblivost rukou, nicméně je velmi zručná a schopná vytvářet i drobnější detaily. Začíná se u ní projevovat stařecká vetchozrakost. Pro svůj smysl pro humor byla a je vždy vítanou společnicí. Je velmi sociální a přizpůsobivá, má pochopení pro slabosti druhých. Svůj názor si však dokáže prosadit. V zařízení je docela spokojená. Rodina jí navštěvuje, i když vztahy asi nejsou úplně ideální. Celý život pracovala v obchodě a výtvarné vzdělání získala jen v obecné škole.

Do výtvarné dílny chodí od svého nástupu, ale zpočátku se do kolektivní práce nezapojovala. Nosila si s sebou pletení, ale se zájmem pozorovala výtvarné aktivity druhých. Po nějaké době se však přece jen osmělila. Práci s hlínou však zásadně odmítala. Dnes je to její oblíbený materiál. Ke své práci je velmi kritická, nemá ráda velkou chválu. K arteterapeutickým hrám přistupuje shovívavě, ale účast neodmítá. Je zastáncem praktické výroby dekorativních předmětů. Je poměrně zručná a její práce je vyhledávaná.

7.1.1 Zhodnocení tvorby

Postavy v obrázcích jsou vcelku proporcionální, objevuje se i náznak perspektivy. Místo stínování jsou objekty spíše vybarvené a orámované linkou, což odpovídá typickým znakům ve výtvarné tvorbě seniorů [obr. 35], jakož i zastavení v čase.



Obr. 35 – Na houbách

Barvy jsou používány téměř realisticky. Použití modré barvy na stromech a modrá tráva na obrázku **Moje rodina** je nejspíš způsobeno horším viděním, a autorka měla tuto barvu za zelenou [obr. 38], na druhou stranu se však světle modrá v její produkci objevuje poměrně často, což je třeba brát v úvahu. Postavy jsou znázorněny zepředu i ze strany [obr. 36], je zde patrný jistý pohyb, tak trochu zvláštní jako v začarovaném zámku z pohádky.



Obr. 36 – Zimní radovánky

Všechny obrázky, které klientka vytvořila, se přibližují realitě, všechny jsou obsazeny postavami i zvířaty, což odpovídá její potřebě po komunikaci. Její psychické funkce jsou i v tomto vysokém věku poměrně dobře zachovány. Problémy s hybností ruky se projevují v trhavých tazích. Formát je vždy volen na šířku, prostor je obvykle zcela zaplněn, buď náznakem perspektivy, nebo šrafováním. Figury jsou spíše drobné, svědčící o nižším sebevědomí a nejistotě, u seniorů běžné. Klientka nemá velké mínění o své výtvarné tvorbě, je ke své práci velmi kritická. Postavy spolu komunikují, dívají se na sebe, drží se za ruce [obr. 37]. Autorka je hodně sociální, s ostatními vychází dobře, kontakt s ostatními je pro ni důležitý. Kompozice je budována jako pásy nad sebou [obr. 37].



Obr. 37 – Stáří

Blíže bych se zastavila u obrázku **Moje rodina** [obr. 38]. Hlavní děj je umístěn vlevo, což koresponduje i s dějem zobrazovaného. Klientka namalovala sebe a manžela v době mládí, tak jak si tuto vzpomínku uchovala v paměti. Mužská postava je obrácena k ženě, ona, ač má oči sklopené, pevně si muže drží za ruku. Později vztah nebyl tak idylický, ale vydržel až do smrti manžela. Z náboženských důvodů je pro ni manželství posvátné. Na ženské postavě jsou zvýrazněny ruce, může to odkazovat na současné pohybové problémy s nimi.



Obr. 38 – Moje rodina VI

Dalším výrazným prvkem je strom, který bývá v psychoanalýze spojován s otcovskou autoritou, ženská postava sedí jakoby pod jeho ochranou. S otcem měla dle svých slov velmi pěkný vztah a ráda na něj vzpomíná. Strom však zde může také symbolizovat autoritu duchovní, klientka je silně věřící. Na tuto domněnku odkazuje též letící pták ve tvaru kříže.

Na rozdíl od předchozího obrázku je zde jiné prostorové řešení. Děj je neukotvený, vše jako by se vznášelo ve vzduchu, což ještě umocňuje hojné zastoupení světle modré barvy. Modrá barva obecně je spojována s introverzí a spirituální stránkou člověka.

„Modř je dál barvou vedoucí za hranice smyslově obsáhnutelného světa, barvou melancholie a smrti, barvou Prázdná i prázdná, děsivé a konejšivé hlubiny“ (Baleka, 1999, s. 77).

Obrázek působí snovým, metafyzickým dojmem, je spíš odrazem vnitřní autorčiny reality, než skutečného světa. Pro metafyzickou malbu je typické vyjádření klidu, ticha a nehnutosti. Je v ní obsažena nostalgie, fantasknost, tajemnost a má emotivní náboj. Znárodnuje neskutečnost, fantazii. Zneklidňující předměty odrážející snové představy

(http://cs.wikipedia.org/wiki/Metafyzická_malba). V autorčině případě může jít o podvědomou snahu uniknout z ne tak úplně uspokojivé reality stáří.

Vidím zde i jistou podobnost s obrazem Marca Chagalla – **Milenci** [obr. 64], jehož obrazy jsou plné mystiky a zachycují barevné sny a příběhy.



Obr. 64 – Milenci – Marc Chagall

Zastoupení světle modré barvy stejnou intenzitou v horní i dolní části obrazu jako by vypovídalo o tom, že v určitých situacích plně nerozlišuje mezi skutečností a snem. Totéž platí o časovosti - scéna se má odehrávat za bílého dne, ale z obrázku to není příliš patrné.

Může to být projevem jejího častého myšlenkového zaujetí odchodem do jiné reality, které je v jejím věku pochopitelné. Klientka je však jinak velmi racionální osobnost.

Světle modrá barva dále odkazuje na určitou distancovanost a sklon k idealizaci, ale též je projevem dobré vůle, což všechno koresponduje, alespoň dle mého názoru, s klientčíným projevem v realitě. Chaotické

modré šrafování vnáší do obrázku neklid, ale i určitý pohyb do jinak statického děje.

Trochu zvláště zde působí nedokončený domek v pravé části obrázku. Jeho růžová barva, pro domek netypická, může poukazovat na zvýšené zdravotní potíže (dům jako symbol těla), které v té době měla, i na problém s prodejem domu a následné dělení majetku, které v té době řešila. Nedokončený fialový plot nadržuje dobře pohromadě, nechrání dům, ani rodina nadržuje už příliš pohromadě, jak potvrdila sama autorka.

Černý pták na nebi jakoby odděloval minulost od současnosti. Jeho směr letu k minulosti ukazuje na touhu vrátit mládí. Když jsme se věnovali tématu **Metaforický portrét** – zvíře, kterým bych chtěla být, nakreslila ptáka, obrázek doplnila komentářem:

„Chtěla bych být ptákem, od jara do zimy volně si létá.“

Dále je prostor zaplněn mnoha detaily, kytičkami vpředu, lístky na stromě. Může jít o jistou neurotickou nutkavost, snahu o zakrytí čehosi, i když v tomto případě bych se přikláněla k názoru, že spíš šlo o to nějak zaplnit prostor.

Při keramickém ztvárnění Metaforického **portrétu** zvolila rybu [obr. 39]. Interpretovala to tak, že by si přála být jako „ryba ve vodě“ a volně si plout.



Obr. 39 – Ryba

V tématu **Perníková chaloupka** zvolila úsek, kdy otec kácí stromy v lese s tím, že jí to připomíná doby, kdy chodili s tatínkem do lesa [obr. 40]. Opět

odkaz na otce a vlastní mládí. Pohádky má velmi ráda, vzpomíná, jak jim tatínek čítával nebo vyprávěl pohádky při draní peří.



Obr. 40 – Perníková chaloupka keramická III

Na svém vlastním **Autoportrétu** zvýraznila brýle, které sice nenosí stále, ale zrak se postupně zhoršuje, a tak jsou patrné obavy o něj. Obličej má trochu udivený výraz, ale působí poměrně vesele [obr. 41].

7.1.2 Vlastní výpověď na otázku

Co pro mě znamená práce ve výtvarné dílně:

„Kdyby mně někdo řekl, že v 86 letech se budu ještě učit, sama bych tomu nevěřila, a ono mě to baví.

Když jsem prvně navštívila dílnu, tak jsem si říkala: ,to je prvně a naposledy‘, ale ony tam byly ještě starší a práce se mi líbila. Tak jsem si řekla ,zkus to‘ a vedoucí mě ujišťovala, že ten první pokus si musí odbýt každý, a měla pravdu. Chodíme 3x týdně. A výsledek je, že se to líbí našim v rodině, ale kupují to i návštěvníci domova. Trochu se chlubím, ale nám to pomáhá, že nemusíme sedět a čekat a čekat.“



Obr. 41 – Autoportrét I

7.2 Paní B. 70 let, nastoupila do DSZM před osmi lety. Jako jediná má vysokoškolské vzdělání a pracovala jako učitelka výtvarné výchovy na základní škole. Kromě prodělaných dvou infarktů se dlouhodobě léčí s psychoneurózou (fobie, nutkavé symptomy), což samozřejmě narušuje její psychické prožívání, ale intelekt zůstal zachován. Střídají se u ní fáze klidové a manické. V manické fázi není schopna pracovat, protože nevydrží v klidu, neustále a rychle mluví, což ruší ostatní klienty. V této fázi velmi citlivě vnímá reakce okolí, takže je třeba opatrné komunikace. Pracuje pomalu, ale poměrně zručně, je patrný jistý výtvarný talent, který dle svých slov zdělila po matce. Speciální výtvarné vzdělání nemá, pouze ze základní školy, jinak je autodidakt. Do činností ve výtvarné dílně se začala zapojovat až po přestěhování do nynějších prostor. Zdůvodňuje to tím, že někteří klienti k ní byli nepříjemní, a že jí nevyhovovaly prostory, kde dříve bývala výtvarná dílna. Poslední čtyři roky chodí téměř pravidelně. Ráda maluje podle předlohy. Pokud pracuje z vlastní fantazie, motivy se většinou opakují (**Říp** [obr. 13], **Perníková chaloupka** [obr. 46, 47, 48]), zřejmě to souvisí i s její potřebou určitých rituálů

a stereotypů. Maluje převážně akvarelovými pastelkami a temperami. Akvarel odmítá, vadí jí, že se rozpíjí (odkaz na úzkostnost a potřebu dodržování hranic). Do nové práce se pouští s obavami, zda to zvládne. V poslední době si oblíbila vytváření krajiny na keramický kachel – motivy jsou opět dost podobné, dominanta uprostřed olemovaná stromy jako ochranou [obr. 42].



Obr. 42 - Krajina

7.2.1 Zhodnocení tvorby

V autorčině tvorbě je patrná snaha o idealizaci, objevuje se i antropomorfismus [obr. 43] a neurotický rám [obr. 44] i výtvarná zkratka.

Ve svém životě se výtvarným uměním částečně zabývala jako pedagožka na základní škole. Barevnost je výrazně chladná, odkazující na komunikační a vztahovou distanci, objevuje se hodně modré a zelené barvy. V obrázcích je patrná perspektiva, v některých se objevuje i diagonála, která je dynamizuje, většinou jde o obrázky malované v nastupující manické fázi. Tyto obrázky vykazují určitý neklid [obr. 43, 45]. V některých se objevuje

dvojí perspektiva, z boku a shora, klientka zřejmě nevnímá realitu zcela jednoznačně [obr. 46].



Obr. 43 – Moje rodina VII

Formáty jsou voleny na šířku, což může poukazovat na určitou potřebu ukotvení, ale i rigiditu v myšlení a jednání. Barvy vcelku odpovídají realitě, často se objevuje kombinace zelené a modré spolu s červenou (úzkostná barevnost). Také je hodně oranžové, která odkazuje k možné fixaci v orálním stadiu – klientka má zálibu v jídle, pomáhá jí navozovat stavy klidu. Hojně se vyskytuje i bílá barva, značící sklony k manipulaci.

Postavy jsou poměrně malé s většími hlavami (klientka si dělá ze všeho „velkou hlavu“, což odpovídá jejímu jednání v reálu), většinou se nacházejí v pravém dolním kvadrantu a jsou jakoby z nadhledu, což může poukazovat na jistou nezúčastněnost v realitě. V některých obrázcích postavy chybí zcela. Velmi zvláště působí obrázek **Vánoce** [obr. 44]. Strom je velmi schematický a má nepřirozenou barvu, působí jako „roztočená štětka v mycím boxu“ – točí se ve svém stavu zřejmě na místě. Strom navíc padá na levou stranu, nemá žádnou stabilitu, tak je to podobné i s psychikou

klientky. Druhou část obrázku tvoří pohled z okna na krajinu. Střed je naprosto prázdný, jen orámovaný oknem, v horní části ční špičaté hory, jakoby symbolizovaly zarámované nebezpečí (prázdnota, úzkost). Strnulost tohoto výjevu narušuje pouze vlající záclona. Je zde zřejmý psychotický rys - roztočený prvek, zbytek obrazu statický.



Obr. 44 – Vánoce II

Tento zvláštní obrázek tvořený ze dvou částí opatřila psaným komentářem:

„Dávno již neslavím Vánoce – ovšem stačí, když třeba před Vánoci hledám něco nahoře ve skříni, je třeba už 22 hodin 30 minut a na mém oblíbeném ‚country radiu‘ jí spustí – Tichá noc, svatá noc – to je pryč hned mé racionální rozhodnutí z pozdějšího věku i s touto písní skončit? Ne! Byla milá, vzácná pro všechny mé předky z matčiny strany i otce (narozen ve Vídni). Nejde to, nejde to! Zase jsem malá a prateta Julka mě vede ke stromku, ať už ve své vile, nebo když mrzne, až praští, v našem parádním pokoji v bytě. Teta vypravuje, vypravuje, žije minulostí, žije krásnými vzpomínkami, co já dnes také činím.“

Ke druhému obrázku napsala:

„Můj celoživotní sen vždy byl dostat se někdy v zimě do Bad Hallu v Rakousku. ... Chtěla jsem se postavit k oknu a pozorovat, jak létá sníh – nic tedy jiného – jak létající vločky zvláště padají... Takže jako panorama je tam toto horské sedlo. No je na tomto obrázku. Ten sníh, ten ať si tam každý domyslí.“

Tuto výpověď ještě doplnila žalmem z Bible:

„Kdyby tvůj zákon nebyl to, co mám rád, pak bych zahynul ve svém trápení.“

Z citovaného je patrné, že vzpomínky na Vánoce jsou pro ni bolestné a zvyšují její úzkost a smutek z toho, že se nic již nevrátí.

V tvorbě klienty se též vyskytují zvláštní stromy, převážně je tvoří štíhlé, holé, zakřivené kmeny, které nemají korunu, často rámuji hlavní děj obrazu zleva i zprava – opět poukaz na neurózu a zapouzdřený problém, klientka žije ve svém vlastním světě, nevidí už žádnou perspektivu.

Na psychické onemocnění poukazují antropomorfní prvky, které se objevují často v tvorbě dětí kolem šestého roku. Slunce a měsíc mají zvýrazněné oči černou barvou, což jim dává zlověstný nádech [obr. 43]. Okna perníkové chaloupky vypadají jako otevřené oči [obr. 46, 47], zvýrazněné oči u Lucifera [obr. 45] oči duchů [obr. 46]. Může se jednat o obavu z neustálého sledování. Klientka opravdu má obavu, že jí všichni pozorují, že si o ní myslí, že je „blázen“. Objevuje se hodně roztočených předmětů – strom v obrázku **Vánoce** [obr. 41], zvláštní objekty na obrázku **Čert a Káča** [obr. 45]. Tento obraz byl vytvořen v manické fázi, což je z obrázku patrné, jeho barevnost je poněkud agresivní (černo červená) a vyskytuje se zde i mnoho špičatých objektů, které umocňují jeho dynamiku.



Obr. 45 – Čert a Kája

Blíže bych se zmínila o obrázku **Perníková chaloupka** [obr. 46]. Toto téma ztvárnila několikrát [obr. 47, 48].

Obrázek opatřila komentářem:

„Vlastní maminka nemá už peníze. Uvařila kaši, ale jen půl hrnce. Otec košíkář prodal dobře své košíky. Ale cesta z města domů je dlouhá. Matka ve zlosti hodí hrnec kaše za dětmi a vyzve je, aby si šly do lesa natrhat jahody. Děti jdou, natrhají košík plný jahod a sní je.

Ani si nevšimnou, že se dostanou dál do lesa. V lese jsou lesní panny a strašidla. Nejhorší je setkání s Ježibabou. Ta strčí Jeníčka do chlívku na vykrmení, než si ho Ježibaba sní. Mařenku chce upéct hned. Otevře dvířka do pece, ukazuje Mařence, jak sednout na lopatu, ta lopatu otočí – do pece je strčena čarodějnice – Mařenka pec zavírá.

Nešťastná matka lomí doma rukama, kde jsou její dvě děti. Ale přichází domů otec košíkář s penězi za košíky, které prodal na městském trhu. Oba se vydají shledat své děti. Vida, ty už zničily zlou čarodějnici a tančí na louce, spolu s nimi tančí i ti, co ježibaba upekla a jejich duše zatkla do některých

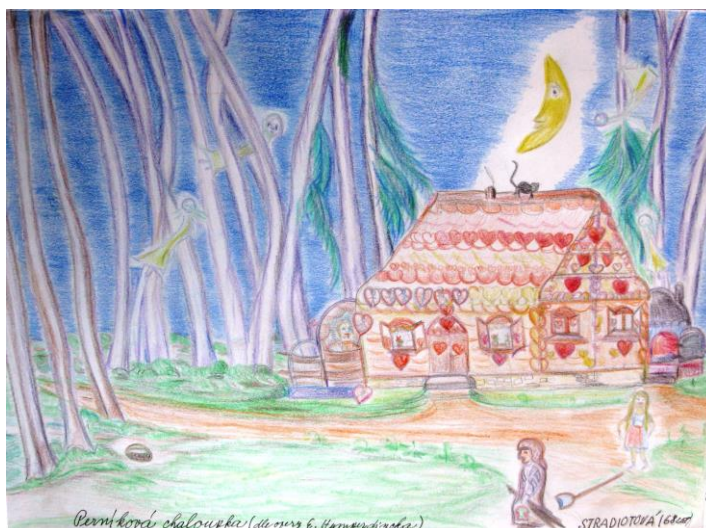
perníčků, otec i matka tančí, obě děti i mnoho dalších lidí. Všichni tančí na louce před Perníkovou chaloupkou.“



Obr. 46 – Perníková chaloupka I

Je to jedna z verzí pohádky o Perníkové Chaloupce, kterou má autorka ráda.

Motiv se s malými obměnami opakuje ve všech variacích. Tyto obrazy jsou výpovědí o depresivních fázích a oslabení, nokturno se stává jejím tématem. Děj se odehrává na pravé straně v identifikační rovině, z obou stran je orámovaný stromy. Téma **Perníkové chaloupky** je spojováno se sourozeneckou problematikou. Neznám přesně okolnosti autorčina dětství, ale pokud vím, přímé příbuzné již žádné nemá. Možná proto potřeba ochrany symbolizovaná stromy. Atmosféra dobře vystihuje noční scénu a má magický nádech, který ještě umocňují poletující duchové a tmavé oko měsíce. Postavy jsou zmenšené, nekomunikují spolu, čarodějnice v popředí však nepůsobí nikterak hrozivě. Zdá se, že si děti vůbec nevšímá, Mařenka jakoby odchází sama ze scény – může poukazovat na autorčin pocit osamocení i to, že dále musí jít sama.



Obr. 47 – Perníková chaloupka II



Obr. 48 – Perníková chaloupka III

Jeníček je uzavřený v chlívku vedle chaloupky a kouká z okna – možný odkaz na to, že dle jejích slov, synovec jí připravil o dům nebo také na „zlého“ domácího, o kterém mi vypravovala, jak na ní vždy „koukal z okna.“ Chaloupka působí opravdu věrohodně jako příliš sladká, vyjmenovávaná srdíčka ukazují na neurotickou obsesi, zrovna jako množství téměř identických stromů. Růžová nazdobená chaloupka má otevřená okna i dveře lákající návštěvníky, (pocit izolace a potřeba kontaktu, v zařízení moc opravdových přátel nemá).

Tento rozbor je pouze deduktivní, interpretace s klientkou nedělám. Malování v jejím případě má dostatečný autosanační, tedy i terapeutický potenciál, víc není třeba. Intervence by byla spíše na škodu. Klientka je navíc pod medikací.

K dalším artefaktům jen krátce. Její **Autoportrét** z keramické hlíny působí mladším dojmem, ztvárnila se, jak vyrábí kočku, je to její oblíbená činnost, kočky má ráda [obr. 49]. S prací byla velmi spokojená.



Obr. 49 – Autoportrét II

V tématu Metaforický portrét - zvíře, jakým bych chtěla být, vytvořila velrybu se slovy, že jsou volné a nemají nic společného s lidskou říší [obr. 50].



Obr. 50 – Velryba

Tato výpověď jasně symbolizuje zklamání, dle jejích slov jí v životě bylo hodně ublíženo.

V tématu **Perníková chaloupka** z keramické hlíny opět zvolila téma chaloupky – je pro ni důležitá, často vzpomíná na svůj rodný dům, o který přišla [obr. 51]. Opět se zde objevuje množství srdíček - odkaz na obsesi.



Obr. 51 – Perníková chaloupka keramická IV

7.2.2 Vlastní výpověď na otázku

Co pro mě znamená práce ve výtvarné dílně:

(tato výpověď byla velmi dlouhá – 4 strany, a trochu neuspořádaná a často se netýkající tématu. Vybrala jsem tedy jen ty části, které se týkají práce ve výtvarné dílně).

„Co pro mě znamená práce ve výtvarné dílně? Vlastně všechno, všechno, až do ledna kdy se přidalo i zpívání, které mám taky ráda. Dlouho jsem otálela, než jsem do dílny začala chodit. Prohlížela jsem si výrobky z dílny a říkala si, to já nedokážu – to jsou přestrašné záporné sugesce, které mě přímo mučí. Nesmím proto na to myslet. Musím se udržet při nějaké práci rukama. Naučila jsem se tady malovat. Dříve jsem malovala jen stromy podle své fantazie. Tak to je bezva, hodně jsem pokročila. Také ráda pracuji s hlinou, nejraději jsem tvořila kočky a teď placky na zeď, na které maluji krajiny, kde je uprostřed dominantou nějaká hora.....

Také mám ráda promítání a povídání paní Blanky každý čtvrtek, tam jsou krásné věci a místa, o kterých si povídáme....“.

7.3 Paní F. 88 let, je v DSZM devět let. Má pohybové problémy, chodí o francouzských holích a trpí dušností. Z tohoto důvodu začala pracovat ve výtvarné dílně až po přestěhování do současných prostor, které jsou mnohem vhodnější. Práce jí velmi baví, a pokud jí to její zdravotní stav dovolí, chodí pravidelně. Její práce je poměrně precizní a nápaditá. Je patrné určité výtvarné cítění. Často přichází s vlastními nápady na dekorativní keramiku. Je komunikativní a práci v kolektivu má ráda. Své názory vyjadřuje bez obav. Pokud jí práce nevyhovuje, odmítne jí, ale vymyslí si jinou. Je poněkud autoritativní, ale neprosazuje se na úkor ostatních. Občas přivádí do dílny i svou rodinu a ráda se jí pochlubí svou prací. Výtvarné vzdělání nemá, celý život pracovala jako dělnice. Pracuje poměrně rychle a má smysl pro detail.

7.3.1 Zhodnocení tvorby

Ve výtvarné tvorbě je patrný smysl pro výtvarnou zkratku a výtvarné vyprávění. Rukopis je poměrně razantní s přítomností gestického prvku. Postavy jsou poměrně zvládnuté a mají pohyb, i určitá perspektiva se objevuje. Obrázky působí realisticky též svou barevností. Klientka nejraději pracuje pastelkami a kreslí i kuličkovým perem. Nemám bohužel více barevných obrázků, než jsem je stačila vyfotit, věnovala je svým vnoučatům. Myslím ale, že i tyto kreslené artefakty mají určitou vypovídající hodnotu [obr. 52].



Obr. 52 – Lucerna

Postavy jsou poměrně proporcionální s většími hlavami. Jsou znázorněny zřepředu i z boku, mají výraz a životnost. Linie, které rámují postavy, jsou docela pevné, neroztřesené a výrazné.

Téměř všechny obrázky jsou orientovány na šířku a obsazeny postavami nebo alespoň zvířaty, což může odkazovat na potřebu stability a kontaktu s lidmi [obr. 53].

Objevuje se hodně bílé barvy a postavy jsou větší, než u seniorů bývá obvyklé, klientka vidí poměrně dobře, takže lze usuzovat na větší potřebu

sebeprosazení, což víceméně odpovídá realitě, ale neděje se to v nijak extrémní podobě [obr. 54].



Obr. 53 – Vánoce III



Obr. 54 – Červená Karkulka

V obrázku **Červená Karkulka** [obr. 54] dominuje postava Karkulky na identifikačním místě, má trochu podmračený výraz a pevně stojí na svém místě, zatímco vlk vypadá jako malý psík, který jí uctivě z povzdálí pozoruje. Autorka je dominantní osobnost, umí si své prosadit i ve svém věku.

Stromy na rozdíl od předchozí tvorby mají korunu i náznak kořenů, ale jsou slabé a nemají stabilitu, jakoby vlály ve větru a Karkulka je k sobě

přitahovala. Klientka mužskou autoritu příliš neuznává, k mužům obecně je velmi kritická. Ráda manipuluje okolí, na což ukazuje hojně zastoupená bílá barva. Přestože obrázek působí trochu nedokončeně, prostor je téměř zaplněn (autorka umí využít svůj prostor) a objevuje se i náznak perspektivy (předměty v pozadí jsou menší). Zkrácené ruce, kterým jakoby chyběly dlaně, mohou být symbolem toho, že klientka je v sociálním kontaktu opatrnější.

Na téma **Metaforický portrét** zvolila želvu [obr. 55]. Zdůvodnila to tím, že je má prostě ráda, jsou pomalé a klidné a to se jí líbí.



Obr. 55 – Želva

V tématu **Perníková chaloupka** ztvárnila výjev, kdy děti jdou teprve do lesa s prázdnými košíčky a v dálce je vidět perníková chaloupka [obr. 56]. Tuto pohádku má velmi ráda, připomíná jí dětství.



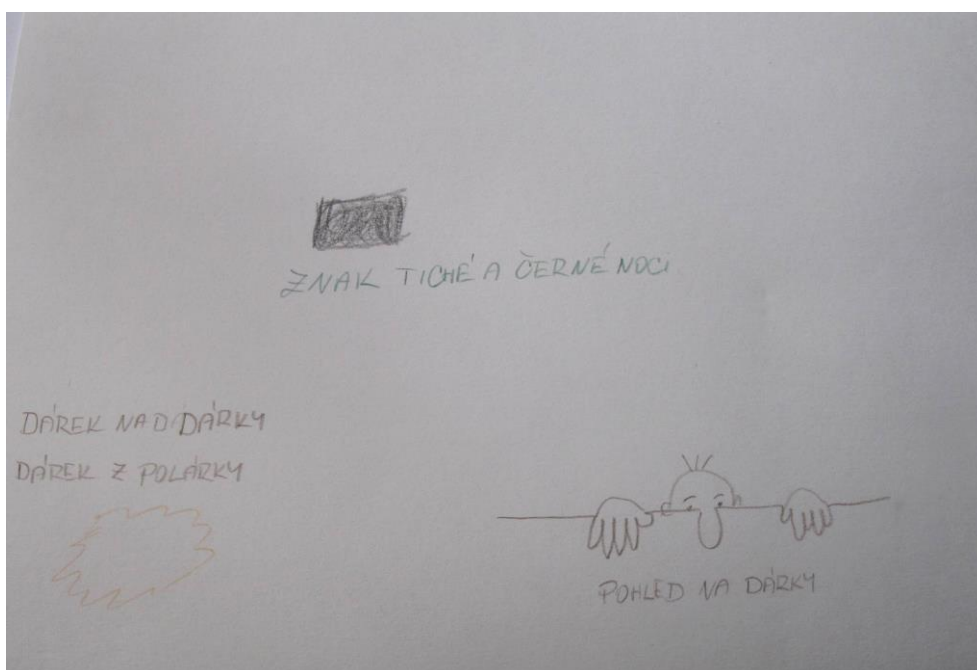
Obr. 56 – Perníková chaloupka keramická I

7.3.2 Vlastní výpověď na otázku

Co pro mě znamená práce ve výtvarné dílně:

„Práce ve výtvarné dílně, každá hodina tam prožítá, to je pro mě nejkrásnější a nejšťastnější čas prožítý v tomto ústavu. Často, hlavně po ránu, mi nebývá dobře. Pomalu jdu do dílny, často pozdě, a tam to ze mě všechno spadne. Je tam klid a pohoda. Neumím si představit zdejší pobyt bez naší dílny. Jsem opravdu šťastná, že tam mohu chodit.“

7.4 Pan L. 61 let je v DSZM nejdéle, 19 let. Pohybuje se za pomoci chodítka, ale jinak nemá vážnější obtíže. Do výtvarné dílny chodí asi čtyři roky. Jiných aktivit se nezúčastňuje. Práce ho baví, je společenský a oživuje skupinu svými komentáři. Má rád práci s keramickou hlínou, jeho specialitou je výroba domečků. Má technické vzdělání, a tak je mu toto téma velmi blízké. Malování ale nemá moc rád, pokud maluje, nebere to příliš vážně, spíš vytváří karikatury, které se snaží vtipně komentovat [obr. 57].



Obr. 57 – Vánoce IV

7.4.1 Zhodnocení tvorby

Klient nemá zálibu v malování, raději pracuje s hlínou a vytváří dekorativní keramiku. Pokud se k malování odhodlá, volí formáty na šířku, s prostorem si však neví moc rady. V obrázcích zcela chybí perspektiva. Děj umísťuje povětšinou vlevo a na základní linku [obr. 58], vše se odehrává v prostoru prvního plánu. Odpovídá to i jeho náhledu na realitu, jak vyplývá z vlastních interpretací obrázků. Žije více ve vzpomínkách, což je ale u seniorů poměrně běžné a pochopitelné. V zařízení je celkem spokojen, ale pobyt zde spíš bere jako nevyhnutelnou realitu.



Obr. 58 – Léto I



Obr. 59 – Léto II

Svojí nejistotu a bezradnost v určitých situacích zakrývá humorem, a to se projevuje i v jeho tvorbě, což dokladuje následující obrázek na téma **Léto** [obr. 59]. Na moji otázku, co namaloval, odpověděl, že to jsou hříby na louce. Jeho potřeba stylizovat se, je zřejmě formou obrany před vyjádřením vlastních pocitů a citů.

Na obrázcích se objevuje buď jen jedna postava, nebo žádná [obr. 60]. Odpovídá to jeho pocitu osamělosti. Kromě výtvarné dílny ostatní klienty moc nevyhledává, bližší kontakty má s personálem.



Obr. 60 – Léto III

Podobná úspornost ve sdělení se projevila i v tématu Perníková chaloupka [obr. 61], kdy vytvořil jen jeden strom s tím, že to je strom, který tatínek zrovna kácí a tatínek je schovaný za stromem. Své dílo po ukončení hned zničil. K pohádkám nemá kladný vztah, protože cítí rozpor mezi životem a pohádkou. Pohádky končí dobře na rozdíl od reality. Z této výpovědi je patrné určité životní zklamání.

Zato Vytváření vlastního Autoportrétu si celkem užíval. Celé dílo doplnil nedopalkem cigarety - odkaz na pubertální vzdor, ale i na schopnost brát věci s humorem a určitým nadhledem [obr. 62].



Obr. 61 – Perníková chaloupka keramická V



Obr. 62 – Autoportrét III

Jako svůj Metaforický portrét si vybral psa, s tím, že sám psa měl, váží si jeho přátelství a oddanosti [obr. 63]. I toto dokládá jeho pocit osamělosti a touhu po bližším kontaktu.



Obr. 63 - Pes

7.4.2 Vlastní výpověď na otázku

Co pro mě znamená práce ve výtvarné dílně?

„Moc mě to baví, hlavně ta práce, které se mohu věnovat. Neboť vidím, že má smysl žít.“

8 Závěr

Hlavním cílem této práce bylo prokázat, zda arteterapie působí pozitivně na psychiku seniorů a pomáhá jim lépe se vyrovnat s vlastním stářím, a to v konkrétním pobytovém zařízení DSZM. Metodologicky jsem se snažila volit takové postupy a témata, která jsou klientům blízká a vycházejí z jejich vlastních zkušeností a zážitků. Při výběru vhodných technik a námětů jsem se inspirovala nejen odbornou literaturou, ale hlavně jejich vlastními nápady. Metodické postupy jsem přizpůsobovala jejich schopnostem a možnostem. Působením na psychickou i fyzickou složku osobnosti seniorů prostřednictvím výtvarné tvorby jsem se pokusila přispět k jejich lepšímu sebepojetí a přijetí etapy stáří jako důstojného završení života.

Kreativní tvorba se jeví pro tuto cílovou skupinu velmi vhodná, obzvláště používání keramické hlíny jako výtvarného média se setkalo s velkým úspěchem. Ve větší oblibě je u zdejších seniorů arteterapie propojená s výrobou dekorativní keramiky, protože je to blíže jejich životní filozofii o užitkovosti materiálu. Malba a kresba je oblíbená podstatně méně.

Dle mých zkušeností se pro seniory v DSZM ukázala vhodná skupinová forma arteterapie, protože klienti v této etapě již příliš neřeší záležitosti života, ke kterým by bylo třeba individuální formy terapie, ale daleko důležitější je pro ně socializace v novém prostředí, při čemž jim pomáhá právě spolupráce ve skupině. Přes společné tvoření nacházejí i společnou řeč. Také vzájemné ocenění působí velmi příznivě na jejich vlastní sebehodnocení. Skupina, která v současné době navštěvuje výtvarnou dílnu, se jeví jako velmi soudržná a podporuje se i mimo ni.

Z vlastních výpovědí seniorů lze celkem jednoznačně odpovédět, že arteterapie zde splňuje svůj účel, a její pokračování je vhodné. Pomáhá jim k zaplnění mezery, která vzniká ve stáří díky odpojení se od dosavadního způsobu života. Zažívají, že i v této fázi života mohou ještě něco užitečného vytvořit a být oceněni okolím. Tento fakt ještě umocňuje možnost svá díla vystavovat i mimo objekt DSZM. Pro některé je to skutečně velmi silný zážitek a výtvarná tvorba se pro ně stává životním naplněním.

Smutným, rušivým elementem je fakt, že skupina občas zažívá bolestnou ztrátu trvalým a často nečekaným odchodem některého člena. Další nevýhodou je, že tato aktivita není vhodná pro všechny klienty v daném zařízení. V současné době tvoří většinu uživatelů služeb DSZM ti s vážným zdravotním stavem, převážně ležící a též s velkým psychickým poškozením, kteří se zúčastňují různých aktivit víceméně pasivně, tak jak jim to jejich zdravotní stav dovolí.

Mám-li odpovědět na otázku, komu by tato práce měla posloužit, myslím, že by mohla sloužit jako zdroj inspirace pro mé kolegy v obdobných zařízeních, protože vždy je dobré se podělit o své zkušenosti. Vycházím z toho, že když jsem před deseti lety nastupovala na pozici arteterapeuta neměla jsem kde čerpat a něco takového bych uvítala. Snad se mi to alespoň trochu podařilo.

„Každé období lidského života disponuje zvláštnostmi, které spočívají v nezbytné adaptaci na dané požadavky. Zvláštností stáří je, že umírám a zanechávám místo potomkům. A v tom, jak je-bez ohledu na různé podoby-tento lidský úděl pojat a snášen, v tom je moudrost stáří jako epilogu života, jehož finále je smrt“ (Smitka, 2009, s. 19).

Literatura

- 1) BALEKA, Jan. *Modř: barva mezi barvami*. Vyd. 1. Praha: Academia, 1999, 207 s., [32] s. obr. příl. ISBN 80-200-0718-0
- 2) CAMPBELL, Jean. *Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi: [skupinové výtvarně-terapeutické činnosti pro děti i dospělé]*. Vyd.1. Překlad Michaela Šárová. Portál, 1998, 199 s. ISBN 80-717-8204-1
- 3) DVOŘÁČKOVÁ, Dagmar. *Kvalita života seniorů: v domovech pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2012, 112 s. ISBN 978-802-4741-383
- 4) HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi*. 1. vyd. Praha 5: Galén, 2012. ISBN 978-80-7262-900-8
- 5) HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.
- 6) JELÍNKOVÁ, Jana, Mária KRIVOŠÍKOVÁ a Ludmila ŠAJTAROVÁ. *Ergoterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2009, 270 s. ISBN 978-807-3675-837
- 7) KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 279 s. ISBN 80-717-8551-2
- 8) LIEBMANN, Marian. *Skupinová arteterapie: nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci*. Vyd. 1. Překlad Johana Elisová. Portál, 2005, 279 s. ISBN 80-717-8864-3
- 9) MALÍKOVÁ, Eva. *Péče o seniory v pobytových sociálních zařízeních*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-802-4731-483
- 10) MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. vyd. Masarykova univerzita, 2004, 203 s. ISBN 80-210-3345-2
- 11) PEROUT, Evžen. *Arteterapie se zrakově postiženými*. Vyd. 1. Praha: Okamžik, 2005, ca 100 s. ISBN 80-903-2479-7
- 12) ROESELLOVÁ, Věra. *Proudy ve výtvarné výchově*. Praha: Sarah, 2000, 217 s. ISBN 80-902-2673-6
- 13) RŮŽIČKOVÁ, Marie. *Arteterapie a senioři, in Senioři časopis ČAII/6*, Praha, 2004
- 14) SMITKA, Václav. *Eseje o člověku*, Praha: Ježek, 2009 ISBN 80-85996-39-1
- 15) SMITKA, Václav. *O estetickém a psychologickém podněcování gerontopsychiatrických pacientů, in Senioři časopis ČAII/6, Praha, 2004, s. 9*

- 16) ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002, 167 s. ISBN 80-717-8616-0
- 17) ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Modelovanie v arteterapii in Současná arteterapie v České republice a v zahraničí = Art therapy today in the Czech Republic and abroad*. Vyd. 1. Praha: Univerzita Karlova, 2000, ca 100 s. ISBN 80-729-0004-8
- 18) ŠTORKÁN, Jan. *Arteterapie s gerontologickými klienty, in Senioři časopis ČAAII/6*, Praha, 2004
- 19) VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2007, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5
- 20) VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Věková diskriminace – ageismus: úvod do teorie a výskyt diskriminačních přístupů ve vybraných oblastech s důrazem na pracovní trh*. Praha, Brno: VÚPSV, 2005
- 21) WALSH, Danny. *Skupinové hry a činnosti pro seniory*. Vyd. 1. Překlad Jiří Foltýn. Praha: Portál, 2005, 203 s. ISBN 80-717-8970-4
- 22) Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, který nabyl účinnosti 1. ledna 2007

Elektronické zdroje

- American art therapy association ALFA – Creating The Future For Senior Living - www.arttherapy.org/ALFAToolkit/alfatoolkit.pdf
- Ageismus.cz - <http://www.ageismus.cz/?m=2&lang=cz>
- Česká arteterapeutická asociace - <http://www.arteterapie.cz/>
- Domov pro seniory Zahradní Město - <http://www.dszm.cz/>
- Wikipedie – Ergoterapie - <https://cs.wikipedia.org/wiki/Ergoterapie>
- Wikipedie - Metafyzická malba - http://cs.wikipedia.org/wiki/Metafyzická_malba
- World Health Organization - <http://www.who.int/about/definition/en/print.html>

Seznam zkratk

DSZM – Domov pro seniory Zahradní Město

apod. – a podobně

obr. – obrázek

tzv. – tak zvaný

tj. – to je

Seznam obrázků

Obr. 1 – Zátíší s kocourem - pí Z, †88.....	35
Obr. 2 – Moje rodina I - pí V, †70.....	37
Obr. 3 – Vánoce I - pí F, 88.....	37
Obr. 4 – Zlatovláska - pí B, 70	38
Obr. 5 – Moje rodina II - pí B, 70.....	38
Obr. 6 – Červená Karkulka – pí B, 91.....	39
Obr. 7 – Můj pokoj – pí M, 86	39
Obr. 8 – Moje rodina III – pí V, †70.....	40
Obr. 9 – Červená Karkulka – pí F, 88.....	40
Obr. 10 – Prázdniny I – pí A, †87.....	41
Obr. 11 – Prázdniny II – pí M, †88.....	41
Obr. 12 – Můj dům – pí B, 70	42
Obr. 13 – Říp – pí B, 70.....	42
Obr. 15 - Lysá nad Labem - předávání ceny.....	45
Obr. 16 - Mandala z barevného písku.....	48
Obr. 17 - Obrazec z barevného písku.....	48
Obr. 18 - Obraz z přírodnin I	48
Obr. 19 - Obraz z přírodnin II	48
Obr. 20 – Ledňáček.....	48
Obr. 21 - Pražská ulička	48
Obr. 22 - Liška a vrána	49
Obr. 23 - O vlaštovce... ..	49
Obr. 14 – Šikovné ruce.....	52
Obr. 24 - Kočka.....	54
Obr. 26 - Had	54
Obr. 27 - Krokodýl	54
Obr. 28 – Princezna a drak.....	55
Obr. 29 – O Smolíčkovi.....	55

Obr. 30 – Perníková chaloupka keramická I	56
Obr. 31 – Perníková chaloupka keramická II	56
Obr. 32 – Moje rodina IV	57
Obr. 33 – Moje rodina V.....	57
Obr. 34 – Babiččino údolí	58
Obr. 35 – Na houbách	60
Obr. 36 – Zimní radovánky.....	60
Obr. 37 – Stáří	61
Obr. 38 – Moje rodina VI	62
Obr. 64 – Milenci – Marc Chagall.....	63
Obr. 39 – Ryba.....	64
Obr. 40 – Perníková chaloupka keramická III	65
Obr. 41 – Autoportrét I	66
Obr. 42 - Krajina	67
Obr. 43 – Moje rodina VII	68
Obr. 44 – Vánoce II.....	69
Obr. 45 – Čert a Káča	71
Obr. 46 – Perníková chaloupka I	72
Obr. 47 – Perníková chaloupka II	73
Obr. 48 – Perníková chaloupka III	73
Obr. 49 – Autoportrét II	74
Obr. 50 – Velryba	75
Obr. 51 – Perníková chaloupka keramická IV	75
Obr. 52 – Lucerna.....	77
Obr. 53 – Vánoce III.....	78
Obr. 54 – Červená Karkulka	78
Obr. 55 – Želva	79
Obr. 56 – Perníková chaloupka keramická I	79
Obr. 57 – Vánoce IV	80
Obr. 58 – Léto I.....	81
Obr. 59 – Léto II.....	81

Obr. 60 – Léto III.....	82
Obr. 61 – Perníková chaloupka keramická V	83
Obr. 62 – Autoportrét III	83
Obr. 63 - Pes.....	84

Přílohy



Domov pro seniory Zahradní Město



Práce ve výtvarné dílně



Výstava v Lysé nad Labem 2012