



AKADEMIE ALTERNATIVA, s.r.o.  
Studijní obor: Arteterapie

## ABSOLVENTSKÁ PRÁCE

**Arteterapeutické intervence v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice se zaměřením na rozvoj tvořivého myšlení**

Autor práce: Bc. Eliška Maroušková, DiS.  
Vedoucí práce: Mgr. Markéta Vykoukalová Dvořáková, DT

Praha 2025

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem absolventskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury.

Souhlasím, aby práce byla zpřístupněna ke studijním a propagačním účelům.

V Praze dne

Eliška Maroušková

#### Poděkování:

Mé upřímné poděkování patří Mgr. Markétě Vykoukalové Dvořákové, DT za její odborné vedení, cenné rady a podporu při psaní práce. Také bych ráda poděkovala zaměstnancům a klientům Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce za aktivní účast na hlavním výzkumu, respondentům předvýzkumu a také kolegyni Mgr. Aleně Hasprunárové za spolupráci na vyhodnocení hlavního výzkumu. Velké díky patří také mému manželovi, mým dcerám a celé rodině za podporu, trpělivost a prostor při psaní práce.

## ABSTRAKT:

MAROUŠKOVÁ, Eliška. *Arteterapeutické intervence v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce se zaměřením na rozvoj tvořivého myšlení*. Praha, 2025. Absolventská práce. Akademie Alternativa. Vedoucí práce: Mgr. Markéta Vykoukalová Dvořáková, DT.

Tato absolventská práce se zabývá problematikou arteterapeutických intervencí v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné bez přístřeší Záběhlce a zaměřuje se na rozvoj tvořivého myšlení klientů.

Teoretická část práce definuje pojem umělecká terapie, arteterapie, přičemž popisuje její využití, zásady, metody a formy, dále definuje pojem bezdomovectví, důvody k bezdomovectví a vliv bezdomovectví na osobnost člověka, vymezuje pojem zdravotní znevýhodnění a jeho dělení, popisuje kreativitu a tvořivost včetně jejich významu a bariér a představuje vznik, činnost, poslání i nabídku služeb Neziskové organizace Naděje a stejně tak Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce.

Praktická část je tvořena kvantitativním předvýzkumem a kvalitativním výzkumem. Kvantitativní předvýzkum mapuje úroveň povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o arteterapeutické intervenci, dále se pokouší o osvětu arteterapie a o představení činností a aktivit vzdělávacího institutu Akademie Alternativa, s.r.o. v těchto zařízeních. Formou kvantitativního předvýzkumu je dotazníkové šetření. Kvalitativní výzkum je zaměřen na prohloubení tvořivého myšlení klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce, dále na zjištění, jaká je motivace těchto klientů k pravidelné účasti na arteterapiích, a také jaký mají pravidelné arteterapie pro klienty přínos. Tento výzkum je tvořen formou popisu arteterapeutických setkání, otevřeného kódování polostrukturovaných rozhovorů, porovnáním projektivních kresebných testů a také porovnáním Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení.

V přílohách této práce jsou mimo jiné grafy ilustrující výsledky dotazníkového šetření, reprodukce výtvarných děl tvořené klienty, baterie plánovaných arteterapeutických cvičení či hodnocení arteterapeutických setkání.

Klíčová slova: arteterapie, tvořivost, kreativita, bezdomovectví, nezisková organizace Naděje, azylový dům

## ABSTRACT

MAROUŠKOVÁ, Eliška. *Art Therapy Interventions in the Sheltered Housing for Seniors and Individuals with Health Disabilities in Záběhlice, Focusing on the Development of Creative Thinking*. Prague, 2025. Graduation Work. Akademie Alternativa. Work Guide: Mgr. Markéta Vykoukalová Dvořáková, DT.

This graduate thesis deals with the issue of art therapy interventions in The asylum for seniors and health disadvantaged without shelter in Záběhlice and focuses on the development of creative thinking of clients.

The theoretical part of the thesis defines the concept of art therapy, describing its use, principles, methods and forms, further defines the concept of homelessness, reasons for homelessness and its impact on a person's personality, defines the concept of health disadvantage and its division, describes creativity and inventiveness including their meaning and barriers and presents the establishment, activities, mission and services of the non-profit organization Naděje and The asylum for seniors and health disadvantaged without shelter in Záběhlice.

The practical part consists of quantitative preliminary research and qualitative research. Quantitative preliminary research aims to map the level of awareness of employees in the facilities of the non-profit organization Naděje about art therapy intervention, and also attempts to educate about art therapy and introduce the activities and activities of the educational institute Akademie Alternativa, s.r.o. in these facilities. The form of this quantitative preliminary research is a questionnaire survey. Qualitative research is focused on deepening the creative thinking of clients of The asylum for seniors and health disadvantaged without shelter in Záběhlice and also on finding out what the motivation of these clients is to regularly participate in art therapy, and also what the benefits of regular art therapy are for clients. This research is formed as a description of art therapy meetings, open coding of semi-structured interviews, a comparison of projective drawing tests and also a comparison of Torrance's figural tests of creative thinking.

The appendices to this work include, among other things, graphs illustrating the results of the questionnaire survey, reproductions of works of art created by clients and a battery of planned art therapy exercises.

Keywords: art therapy, creativity, homelessness, non-profit organization Naděje, shelter house

# OBSAH

ÚVOD .....	9
TEORETICKÁ ČÁST.....	11
1 Umělecké terapie.....	12
1.1 Základní dělení uměleckých terapií .....	13
1.1.1 Arteterapie .....	13
1.1.2 Muzikoterapie.....	13
1.1.3 Dramaterapie .....	14
1.1.4 Tanečně – pohybová terapie.....	15
1.2 Mezinárodní asociace uměleckých terapií.....	15
2 Arteterapie .....	17
2.1 Využití arteterapie .....	17
2.2 Zásady arteterapie .....	18
2.3 Metody arteterapie.....	19
2.4 Formy arteterapie .....	22
3 Bezdomovectví.....	24
3.1 Typy bezdomovectví .....	24
3.1.1 Zjevné bezdomovectví .....	25
3.1.2 Skryté bezdomovectví .....	25
3.1.3 Potenciální bezdomovectví .....	25
3.2 Příčiny bezdomovectví.....	26
3.3 Dopady bezdomovectví na osobnost člověka .....	26
4 Zdravotní znevýhodnění.....	28
4.1 Dělení zdravotních znevýhodnění .....	29
4.1.1 Dělení zdravotního znevýhodnění podle příčiny vzniku.....	29
4.1.2 Dělení zdravotního znevýhodnění podle doby trvání.....	29
4.1.3 Dělení zdravotního znevýhodnění podle jeho povahy .....	30
4.1.4 Dělení zdravotního znevýhodnění podle míry závažnosti .....	30
5 Tvořivost a kreativita .....	32
5.1 Rozvoj tvořivosti a kreativity .....	33
5.2 Význam tvořivosti a kreativity .....	34
5.3 Bariéry tvořivosti a kreativity .....	34
5.4 Torranceho figurální test tvořivého myšlení .....	35
6 Nezisková organizace Naděje .....	37
6.1 Vznik a vývoj neziskové organizace Naděje.....	37
6.2 Nabídka služeb a klienti organizace.....	38

7 Azylový dům Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice .....	41
7.1 Cíle, klienti a poskytované služby azylového domu .....	42
PRAKTICKÁ ČÁST .....	44
8 Kvantitativní předvýzkum .....	45
8.1 Cíle, výzkumná otázka a hypotézy kvantitativního předvýzkumu .....	45
8.2 Metodologie kvantitativního předvýzkumu a popis respondentů .....	46
8.3 Presentace výsledků kvantitativního předvýzkumu .....	46
8.4 Ověřování výzkumných otázek a hypotéz kvantitativního předvýzkumu .....	48
9 Hlavní kvalitativní výzkum .....	50
9.1 Cíle, výzkumné otázky a hypotézy kvalitativního výzkumu .....	50
9.2 Metodologie kvalitativního výzkumu .....	51
9.3 Popis výzkumného vzorku .....	52
9.3.1 Kazuistiky pravidelných účastníků arteterapeutických setkání .....	52
9.4 Průběh kvalitativního výzkumu .....	55
9.4.1 Úvodní setkání .....	56
9.4.2 První setkání .....	57
9.4.3 Druhé setkání .....	64
9.4.4 Třetí setkání .....	71
9.4.5 Čtvrté setkání .....	76
9.4.6 Páté setkání .....	80
9.4.7 Šesté setkání .....	84
9.4.8 Sedmé setkání .....	88
9.4.9 Osmé setkání .....	92
9.4.10 Deváté setkání .....	95
9.4.11 Desáté setkání: .....	100
9.4.12 Jedenácté setkání: .....	103
9.4.13 Dvanácté setkání .....	107
9.4.14 Třinácté setkání .....	109
9.4.15 Čtrnácté setkání .....	116
9.4.16 Patnácté setkání .....	122
9.4.17 Závěrečné setkání .....	126
9.4.18 Mimořádné setkání .....	131
9.5 Přehled účasti klientů na setkáních .....	132
9.6 Porovnání projektivních kresebných testů .....	133
9.6.1 Závěr porovnávání projektivních kresebných testů .....	137
9.7 Vyhodnocení Torranceho figurálních testů kreativního myšlení .....	137
9.7.1 Presentace výsledků Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení .....	138

9.8 Závěrečné rozhovory s klienty .....	139
9.8.1 Transkripce rozhovorů .....	139
9.8.2 Otevřené kódování rozhovorů .....	146
9.9 Hodnocení arteterapeutické intervence .....	147
9.10 Ověřování výzkumných otázek a hypotéz kvalitativního výzkumu .....	148
ZÁVĚR.....	149
SUMMARY .....	152
SEZNAM TABULEK.....	153
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A DALŠÍCH INFORMAČNÍCH ZDROJŮ .....	156
SEZNAM PŘÍLOH.....	160

# ÚVOD

Absolventská práce se zaměřuje na arteterapeutické intervence v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlíce, přičemž se konkrétně soustředí především na rozvoj tvořivého myšlení klientů tohoto zařízení. Klientelu azylového domu tvoří zdravotně znevýhodnění senioři bez přístřeší. Samotná problematika bezdomovectví je často provázána stigmatizací ze strany většinové společnosti.

Kreativita a tvořivost jsou důležitými aspekty lidského myšlení, které pomáhají přicházet s novými nápady, řešit problémy a vyjadřovat se. Kreativita a tvořivost mají také schopnost překonávat životní překážky a rozšiřovat obzory, což je v případě klientů azylového domu obzvláště cenné. Právě arteterapie může být tím nástrojem, který pomůže klientům podpořit a rozvinout jejich kreativní myšlení. Absolventská práce se snaží zjistit, jak podpora kreativního myšlení a tvořivosti mohou přispět k rozvoji nových schopností a dovedností, které klienti mohou využít nejen v rámci arteterapeutických sezení, ale především ve svém každodenním životě.

Teoretická část absolventské práce se snaží uchopit témata, kterými se práce zabývá v části praktické. Takto může práce poskytnout teoretické i praktické poznatky, které mohou pomoci k rozvoji arteterapie a jejímu uplatnění v různých institucích. Jako první teoretická část představuje umělecké terapie a jejich základní dělení. Dále se zaměřuje na činnost Mezinárodní asociace uměleckých terapií, jejíž hlavním cílem je prosazování profesních zájmů členů asociace a správné etické nasměrování výkonu samotné umělekterapeutické praxe, díky čemuž asociace přispívá k širšímu uznání a respektu uměleckých terapií ve společnosti. Poté práce představuje pojem arteterapie, jakožto jednu z forem uměleckých terapií a její využití, zásady, metody a formy, které jsou v praxi běžně využívány.

Dalším tématem absolventské práce je objasnění termínu bezdomovectví a popsání jeho typů a příčin, neboť je důležité pochopit, jak nejrůznější aspekty mohou ovlivnit život jednotlivců. V této souvislosti práce vysvětluje pojem zdravotní znevýhodnění a jeho dělení, a tak můžeme lépe chápat různé faktory, které mohou přímo ovlivňovat kvalitu života jedinců. Dále se práce zaměřuje na popis tvořivosti a kreativity, na jejich rozvoj, význam a bariéry, přičemž kreativita a tvořivost mají podstatné postavení nejen v uměleckých terapiích, ale také v osobnostním růstu jednotlivců.

K závěru teoretické části se podíváme na vznik, poslání a nabídky služeb neziskové organizace Naděje, která se dlouhodobě věnuje podpoře lidí v obtížných životních situacích.

A nakonec se zaměříme na Azylový dům Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlíce, který poskytuje důležitou službu v oblasti sociální péče. Komplexní pohled na výše uvedená témata nám umožní lépe pochopit vzájemné souvislosti a význam arteterapie v kontextu důležitosti prohloubení tvořivého myšlení u sociálně znevýhodněných jedinců.

Navazující praktická část absolventské práce se skládá z kvantitativního předvýzkumu a následného hlavního kvalitativního výzkumu, které společně přinášejí ucelený pohled na zkoumanou problematiku. Hlavním cílem předvýzkumu je zmapování úrovně povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o arteterapeutické intervenci. Osvěta arteterapie v těchto zařízeních a šíření povědomí o činnostech vzdělávací instituce Akademie Alternativa, s.r.o., která se zasazuje mimo jiné o rozvoj arteterapie, jsou velmi důležité. Předvýzkum je tvořen dotazníkovým šetřením. Cenné údaje, které dotazníkové šetření představuje, jsou graficky znázorněny, což umožňuje snadnou interpretaci a vyhodnocení získaných dat.

Hlavní kvalitativní výzkum se zaměřuje na prohloubení tvořivého myšlení klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlíce skrze skupinové arteterapie. Mezi další cíle absolventské práce patří také zjištění, jaké jsou hlavní motivace klientů k pravidelné účasti na skupinových arteterapeutických setkáních a také jaké jsou přínosy, které tyto intervence přinesly do běžného života klientů. Metodologie kvalitativního výzkumu zahrnuje polostrukturované řízené rozhovory, zúčastněná pozorování, diagnostické kresebné testy a Torranceho figurální testy tvořivého myšlení. Tyto metody by měly zajistit dostatečně širokou a objektivní škálu pohledů na zkoumanou problematiku.

Výsledky kvalitativního výzkumu jsou zpracovány jako doslovné transkripcie rozhovorů s klienty po skončení arteterapeutické intervence nebo podrobné popisy všech arteterapeutických setkání, které jsou doplněné o doložení kresebných testů a jejich porovnání. Dále jsou ve výzkumu zahrnuty výsledky Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení, které byly odborně zhodnoceny Mgr. Alenou Hasprunárovou. Výzkum je také doplněn hodnocením arteterapeuta v zácviku hlavní sociální pracovnící Azylového domu Naděje pro zdravotně znevýhodněné seniory Záběhlíce Mgr. Barborou Brožovou. Kvalitativní výzkum se také věnuje stručným kazuistikám pravidelných účastníků arteterapií, sebereflexí arteterapeuta, odpovědím na výzkumné otázky a hypotézy, a zhodnocení dalších získaných dat.

# **TEORETICKÁ ČÁST**

# 1 Umělecké terapie

Umělecké terapie představují takové přístupy, které využívají nejrůznější umělecké projevy jako hlavní prostředek k sebevyjádření. Tento typ terapií umožňuje klientům lépe porozumět sobě samým a svým prožitkům. Umělecký terapeut zadává klientům rozmanité úkoly, které jim mohou pomoci vyjádřit mnohdy složité pocity beze slov. „Terapeutické přístupy lze obecně vymežit jako takové způsoby odborného a cíleného jednání s člověkem, jež směřují od odstranění či zmírnění nežádoucích potíží, nebo odstranění jejich příčin, k prospěšné změně (např. v prožívání, v chování, ve fyzickém výkonu). Tomu odpovídá rovněž etymologie termínu terapie, jehož řecko-latinský původ odkazuje na léčení, ošetřování (také na péči, pomáhání, cvičení...). Terapeutické přístupy mohou být uplatňovány buď primárně v rámci jednotlivých terapií, tedy samostatných a ucelených systémů s vlastní teorií a metodologií (viz např. psychoterapie, dramaterapie, arteterapie apod.), nebo sekundárně v rámci jiných odborných, na podporu znevýhodněného člověka zaměřených činností (v institucionálně vedené speciální výchově, speciálním vzdělávání apod.). Přitom vycházejí z nejrůznějších zdrojů a současně využívají nejrůznějších prostředků intervenční činnosti“ (Müller a kol., 2014, s. 18).

Celosvětově používaný termín Art Therapy (z lat. ars – umění) lze do českého jazyka přeložit jako Terapie uměním. V ČR se však spíše ujal termín Umělecké terapie ([www.maut.cz](http://www.maut.cz)). Podle Britské asociace arteterapie umělecké terapie využívají umělecký projev jako primární způsob vyjádření společně s rozhovorem s uměleckým terapeutem. Během uměleckých terapií je klient uměleckým terapeutem podporován a dostává od něj taková zadání, skrze která může vyjadřovat často složité myšlenky a pocity. Obecnými cíli uměleckých terapií jsou relaxace, uvolnění, zlepšení sociálního, emocionálního a duševního zdraví, hledání a posilování sebehodnocení, sebeúcty, sebelásky, dále pak také například svoboda projevu a touha umělecky se projevit. Cíle jsou vždy velmi individuální a odvíjí se mimo jiné od požadavků samotného klienta a jeho očekávání, emocionálního a duševního rozpoložení, psychického nastavení, souznění s uměleckým terapeutem nebo sounáležitostí s terapeutickou skupinou, ve které se nachází. Využití možnosti uměleckých terapií může každý člověk ve všech věkových kategoriích a fázích života včetně těch, jejichž život je ovlivněn náročnými osobními či kulturními zkušenostmi, zdravotním a psychickým postižením anebo nemocí. Výhodou uměleckých terapií je to, že osoba, která se pro tuto formu terapie rozhodne, nemusí oplývat žádným uměleckým nadáním ([www.baat.org](http://www.baat.org)).

Cíle uměleckých terapií jsou velice široké a variabilní, mnohdy zahrnují relaxaci, zlepšení duševního, fyzického a emocionálního zdraví, posílení sebehodnocení a sebeúcty, a podporu svobody projevu.

## **1.1 Základní dělení uměleckých terapií**

V širším slova smyslu lze arteterapii chápat jako „odbornou, záměrnou, a cílevědomou aplikaci uměleckých prostředků použitou za účelem pomoci lidem změnit jejich chování, myšlení, emoce či osobnostní strukturu společensky i individuálně přijatelným směrem. Ony umělecké prostředky jsou přitom imanentní jednotlivým druhům umění – tedy umění dramatickému, hudebnímu, literárnímu, a výtvarnému. Podle toho pak odlišujeme hlavně tzv. dramaterapii, teatroterapii, psychodrama, muzikoterapii, biblioterapii a arteterapii v užším slova smyslu“ (Krejčířová, 2002, s. 103). Beníček definuje umělecké terapie jako širokou škálu terapeutických přístupů, mezi které patří arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie a tanečně – pohybové terapie. Hlavním rozdílem mezi těmito obory je použití různých médií, jako jsou výtvarné umění, hudba, divadelní umění a pohybové aktivity, k dosažení terapeutických cílů. Ačkoli jsou jednotlivé obory samostatné a mají své vlastní charakteristiky, často se vzájemně doplňují a prolínají (Beníček In: Beníčková, 2017).

### **1.1.1 Arteterapie**

„Arteterapie v širším smyslu znamená léčbu uměním, včetně hudby, poezie, prózy, divadla, tance a výtvarného umění. Arteterapie v užším slova smyslu znamená léčbu výtvarným uměním“ (Šicková-Fabrice, 2008, s. 30). Asociace arteterapie ČR přejala definici PaedDr. Mgr. Evy Hegarové, PhD., DT, podle které je „arteterapie soubor uměleckých technik a postupů, které mají kromě jiného za cíl změnit sebehodnocení člověka, zvýšit jeho sebevědomí, napomout mu k vlastnímu sebepoznání, integrovat jeho osobnost a přinést mu pocit smysluplného naplnění života“ (www.maut.cz).<sup>1</sup>

### **1.1.2 Muzikoterapie**

Dalším zajímavým uměleckoterapeutickým oborem je muzikoterapie, která k dosahování terapeutických cílů využívá hudbu či zvuk. Tento přístup, uznávaný odborníky,

---

<sup>1</sup> Více o arteterapii v kapitole: 2 Arteterapie

se zakládá na ověřených metodách, které pomáhají zlepšit psychické, fyzické a sociální zdraví lidí. V následujících odstavcích se podíváme na definice muzikoterapie, které poukazují na její význam v terapeutické praxi.

Jako uměleckoterapeutický obor popisuje muzikoterapii Americká muzikoterapeutická asociace (AMTA). Ta představuje muzikoterapii jako klinické a na jasných důkazech založené použití hudebních intervencí, jejichž působením lze dosáhnout individuálních cílů v rámci terapeutického vztahu mezi klientem a muzikoterapeutem, který úspěšně dokončil schválený muzikoterapeutický program. Dále říká, že muzikoterapie mohou pomáhat k dosažení různých vzdělávacích i zdravotních cílů ([www.musictherapy.org](http://www.musictherapy.org)). Mezinárodní asociace uměleckých terapií přijala definici muzikoterapie jakožto „samostatného a svébytného oboru, který prostřednictvím cíleného působení zvuků a hudby podporuje, rozvíjí a integruje kompetence člověka s cílem obnovy zdraví a naplnění bio-psycho-sociálně-spirituálních potřeb“ (Beníčková, 2017, s. 25).

Díky tomu, že se muzikoterapie zaměřuje na celé spektrum potřeb jednotlivce je velmi univerzální, a tudíž aplikovatelná pro širokou škálu klientů, čímž se dostává do popředí v současné uměleckoterapeutické praxi.

### **1.1.3 Dramaterapie**

Podle Britské asociace dramaterapie (BADth) je dramaterapie formou terapie, kdy je dramaterapeut terapeutem a zároveň umělcem, který čerpá ze znalostí v oblasti terapií a divadla. Divadlo využívají dramaterapeuti jako médium pro terapii, které může zahrnovat divadlo, vytváření příběhů, či pohyb a pracovat s kterýmkoliv problémem, který se u klienta objevil ([www.badth.org](http://www.badth.org)). Vedle toho Severoamerická dramaterapeutická asociace (NADTA) definuje dramaterapie jako „záměrné použití dramatických anebo divadelních procesů k dosažení terapeutických cílů. Je to praxe, která je aktivní a zážitková. Tento přístup může účastníkům poskytnout kontext k vyprávění jejich příběhů, řešení problémů, vyjádření pocitů nebo dosažení katarze. Prostřednictvím dramatu lze aktivně prozkoumat hloubku a šíři vnitřního prožitku a zlepšit dovednosti v mezilidských vztazích“ ([www.nadta.org](http://www.nadta.org)).

Dramaterapie představuje zajímavé a neotřelé přístupy, jak může jedinec či celá skupina obohatit svůj život, a nabízí ověřené nástroje, které mohou pomoci zvládat těžké výzvy, které život přináší.

### 1.1.4 Tanečně – pohybová terapie

Vymezení pojmu tanečně – pohybové terapie vystihl Tomáš Beníček takto: „Tanečně – pohybová terapie využívá taneční a pohybové umění jako terapeutický prostředek ke komplexní integraci osobnosti. Zaměřuje se na tělesné schéma, možnosti pohybu, jeho omezení a celkový projev. Prostřednictvím tanečně – pohybové terapie klient lépe poznává své tělo, svůj prostor a jeho souvislost s osobnostními rysy a aktuálním emočním stavem. Cílem tanečně – pohybové terapie je umožnit člověku porozumění, projevení a přijetí sebe sama skrze tělo. Terapie umožňuje jasnější a vědomé vnímání vlastního těla a napomáhá při vnímání druhých lidí“ (Beníček In: Beníčková, 2017, s. 36).

Stejně jako ostatní umělecké terapie i tanečně – pohybová terapie zpestřuje a zkvalitňuje životy jedinců ve všech věkových kategoriích. Pohyb a tanec poskytují klientům prostředek, skrze který mohou lépe porozumět své životní situaci, svým pocitům, ale také například prohlubovat jejich empatii.

## 1.2 Mezinárodní asociace uměleckých terapií

Mezinárodní asociace uměleckých terapií (dále jen MAUT) je jedinou profesní konfederací v České republice, jež sdružuje asociace, odborníky, pracoviště, studenty a zájemce o umělecké terapie a zároveň spolupracuje s tuzemskými i zahraničními institucemi, vědci, terapeuty, lékaři i profesory. Tato konfederace vznikla na základě jednání odborníků v roce 2009 s ohledem na potřebu vzniku umělekoterapeutických profesí, jejich legislativní ukotvení, zajištění bezpečí pro klienty a zkvalitnění služeb. **MAUT dlouhodobě podporuje a přímo ovlivňuje rozvoj umělekoterapeutických oborů**, a tak i základní pilíře MAUT tvoří jeho mateřské asociace – Asociace muzikoterapie ČR, Asociace arteterapie ČR, Dramaterapeutická asociace ČR a v neposlední řadě Asociace tanečně – pohybové terapie ČR. Každá z těchto asociací se specializuje na daný druh umělecké terapie (Beníčková, 2017).

Cílovou skupinou MAUT jsou nejen erudovaní umělečtí terapeuti, ale také studenti těchto oborů a samotní klienti a pacienti, kteří vyžadují umělekoterapeutickou intervenci. MAUT uděluje svým profesním členům a úspěšným absolventům institutu Akademie Alternativa, s.r.o., mezinárodní certifikát, čímž získávají status uměleckého terapeuta a jsou zapsáni do mezinárodního registru uměleckých terapeutů. Zároveň MAUT hájí zájmy svých členů a dohlíží nad dodržováním etiky v umělekoterapeutické praxi. MAUT podporuje osvětu i vzdělávání odborné veřejnosti a lajků formou přednášek, kurzů, konferencí,

workshopů, při nichž spolupracuje s odborníky tuzemskými i zahraničními. Od roku 2016 vydává MAUT také první **elektronický odborný časopis Umělecké terapie**, který je specializovaný na komplexní pojetí uměleckých terapií (tamtéž).

## 2 Arteterapie

V posledních letech zažívá arteterapie rozmach a stává se tak uznávanějším terapeutickým přístupem. Dříve byla arteterapie často chápána pouze jako podpůrný nástroj v rámci jiných psychoterapeutických přístupů. Dnes ale toto tvrzení neodráží náročnost, rozmanitost a propracovanost oboru arteterapie. V současné době je nutné chápat **arteterapii jako samostatnou a svébytnou oblast**, která se vyznačuje vlastními teoretickými základy. Tyto základy zahrnují poznatky z psychologie, výtvarného umění, pedagogiky, speciální pedagogiky a dalších souvisejících oborů. Arteterapie se zaměřuje nejen na terapeutické intervence, ale také na osobní růst, sebepoznání a rozvoj kreativity jednotlivce. Cíle arteterapie mohou zahrnovat zlepšení fyzického i psychického zdraví, vyjádření emocí, zpracování traumatických zážitků, posílení sebevědomí a rozvoj komunikačních dovedností.

Jedním z autorů, kteří se významně podíleli na definici arteterapie, je rakouská malířka Edith Kramer, která je jednou z průkopnic v oblasti arteterapie. Ta uvádí, že arteterapie je proces, při kterém umělecké vyjádření slouží jako nástroj pro projevení emocí a myšlenkových procesů, což může přispět k terapeutickému léčení a osobnímu růstu (Kramer, 1971). V souladu s tím Liebmann (2006) uvádí že, „arteterapie využívá výtvarné umění jako prostředek k osobnímu vyjádření v rámci komunikace, spíše, než aby se snažila o esteticky uspokojivé výsledné produkty, posuzované vnějšími měřítky. Výtvarný výrazový prostředek je dostupný každému, ne pouze těm výtvarně nadaným“ (Liebmann, 2005, s. 14). Šicková-Fabrici popisuje arteterapii jako „soubor uměleckých technik a postupů, které mají kromě jiného za cíl změnit sebehodnocení člověka, zvýšit jeho sebevědomí, integrovat jeho osobnost a přinést mu pocit smysluplného života“ (Šicková-Fabrici, 2008, s. 32).

### 2.1 Využití arteterapie

Arteterapie je mnohostranný a flexibilní terapeutický nástroj, který může přinést úlevu a podporu široké škále klientů. Využití arteterapie je obšírné a zahrnuje různé oblasti a cílové skupiny. Podle Šickové-Fabrici je arteterapie přínosná pro různé skupiny klientů, včetně osob se zdravotním postižením, psychickými a duševními poruchami, sociálně znevýhodněné osoby, týrané ženy a zneužívané děti (Šicková-Fabrici, 2008). Vhodná je také pro seniory, osoby s demencí, osoby bez přístřeší, osoby zažívající trauma, drogově a jinak závislé či pro etnické menšiny, ale také pro takzvanou běžnou populaci. Vytváření a prožívání umění může

posílit fyzické i duševní zdraví, podpořit sebevyjádření a přispět k celkovému blahu jednotlivců, kteří čelí nejrůznějším životním výzvám a obtížím.

Klientela arteterapií určuje prostředí, kde arteterapeut může působit. „Výtvarná tvorba je vnímána jako odpočinková tvůrčí činnost, jež nějakým způsobem obohacuje náš život. Stejnou roli sehrává i v pečovatelských a léčebných zařízeních, ať už jsou to klinická psychiatrická zařízení, věznice či léčebny. Tvůrčí proces též pomáhá odvádět jeho účastníky od destruktivního chování a hraje významnou roli v překonávání jejich psychických obtíží“ (Campbell, 2000, s. 13). Neziskové organizace či komunitní centra nabízejí arteterapeutické programy, jakožto součást svých aktivit zaměřených na podporu zdraví a pohody obyvatel. Ve školách všech úrovní či ve vzdělávacích institucích se arteterapie může stát součástí programu zaměřeného na prevenci šikany, podporu dětí s vývojovými poruchami anebo na duševní zdraví dětí. Rehabilitační centra pro osoby, které se zotavují z různých závislostí, využívají arteterapii jako prostředek pro zpracovávání pocitů a skrze ni podporují proces samotného uzdravování. V domovech pro seniory arteterapie přispívá ke zlepšování kognitivních funkcí klientů, zmírňuje pocity osamocení a pozitivně ovlivňuje jejich emocionální rozpoložení. Arteterapie podporuje například také rozvoj motorických dovedností v zařízeních pro osoby se zdravotním či mentálním postižením. Také kliniky, které pečují o vážně nemocné klienty mohou využívat prostředky arteterapie kupříkladu ke smíření se s diagnózou, léčbou či prognózou.

## **2.2 Zásady arteterapie**

Základ, na kterém je postavena uměleckoterapeutická praxe, tvoří etický kodex Mezinárodní asociace uměleckých terapií. Etický kodex uměleckého terapeuta (tedy i arteterapeuta) hraje klíčovou roli v zajištění kvalitní a bezpečné terapeutické praxe, a to z mnoha důvodů. Především slouží jako ochranný rámec pro klienty, kteří se často svěřují s velmi osobními a citlivými tématy. Samotná arteterapie vyžaduje od klienta vysokou míru důvěry. Etický kodex pomáhá zajistit, aby veškeré aspekty terapeutického procesu byly bezpečné, efektivní, a především založené na vzájemném respektu a důvěře mezi klientem a terapeutem. Tímto způsobem se zvyšuje pravděpodobnost pozitivních terapeutických výsledků a spokojenosti klientů, což je cílem každého uměleckého terapeuta. „Etický kodex vymezuje chování uměleckého terapeuta ve vztahu ke klientovi, slouží k ochraně klienta před neodbornými terapeutickými postupy a zároveň chrání terapeuta před spory ze strany klienta, nebo jiného odborného pracovníka“ (www.maut.cz). Etický kodex říká, že arteterapeut zná

a dodržuje zákony a všechny další předpisy vázané na výkon této profese, zachovává bez ohledu lidskou důstojnost klientů, dává mu právo odmítnout z osobních, pracovních, anebo zdravotních důvodů terapeutickou práci s klientem, informuje klienta nebo zákonného zástupce o postupech, metodách, formách a cílech práce, má s klientem jasně vymezené role a výši poplatků za poskytované služby, jedinečnost klienta plně respektuje a své působení směřuje ve prospěch klienta, neprosazuje své zájmy, ke klientům přistupuje spravedlivě, nestranně a zodpovědně, vytváří vhodné podmínky vedoucí k všestrannému rozvoji klienta, arteterapeut by měl být morálně bezúhonný, jednat s klientem empaticky, s úctou, podporovat dobré vztahy mezi klienty i mezi klientem a jeho rodinou, aktivně spolupracovat s dalšími subjekty, rozvíjet svou osobnost pravidelným vzděláváním, ke své práci přistupovat profesionálně a odborně, za všech okolností dodržovat mlčenlivost, dále arteterapeut podléhá pravidelným supervizím, chrání klientovo soukromí i jeho dokumentaci před zneužitím či znehodnocením, pokud není z nějakého důvodu schopen poskytnout adekvátní péči, tak odesílá klienta k jinému odborníkovi, a udržuje si vysoký odborný kredit (tamtéž).

Další zásady vyplývají ze samotné povahy arteterapie s klientem či skupinou klientů. Způsob, jakým vznikají pravidla, je závislý na přístupu arteterapeuta a k terapii či na tom, jaký je cíl arteterapie. Důležitá jsou jasná pravidla především ve skupinové arteterapii. „Každá skupina potřebuje několik základních pravidel, aby bylo jasné na čem stojí a co se očekává nebo – a to je stejně důležité – neočekává od jejích členů“ (Liebmann, 2005, s. 34).

Základní obecná pravidla skupinové arteterapie by se dala shrnout do následujících: bezpečí a důvěra (právo každého klienta na vlastní názor), mlčenlivost (ze skupiny nesmí být vynášeny žádné informace), způsob vyjadřování (vyjádření vlastního názoru by nemělo nikoho urážet či napadat), individuální čas (každý klient potřebuje různě dlouhý čas na vyjádření osobního tématu), možnost kdykoliv říci „ne“, pokud klient nechce o tématu mluvit (Potměšilová, Sobková, 2012).

## **2.3 Metody arteterapie**

„Slovo metoda v daném kontextu znamená vědeckou cestu nebo vědecký způsob získávání a vyhodnocování fakt z nichž vyvozuje své teorie. Metody jsou obecnější formy a principy způsobů poznávání, které jsou konkretizovány specifickými postupy, technikami“ (Nakonečný, 2009, s. 54).

Arteterapie využívá různé metody zaměřené mimo jiné na podporu a povzbuzení tvořivého procesu klientů. Procesy umožňují klientovi zpracovat osobní témata a emoce,

pocity ale mají také terapeutický potenciál. Vytvořená umělecká díla, tzv. artefakty, se stávají cenným výchozím bodem pro další terapeutickou práci, jelikož mohou odrážet vnitřní prožitky a myšlenky klienta.

Využití **diagnostických kreseb**, přičemž diagnostika je „proces, jehož cílem je zjištění či měření určitého stavu a vlastností jedince. Cílem diagnostického procesu je tedy najít, popsat či definovat to, co klienta trápí, s čím je potřeba pracovat. Ne vždy totiž je možné pracovat jen s viditelnými následky nějakého problému. Jiné problémy, často ty nejdůležitější, mohou být skryty za jiné, méně závažné, které jsou na první pohled viditelné“ (Potměšilová, Sobková, 2012, s. 34). Při analýze kreseb nebo maleb klientů se zaměřujeme především na: integraci kresby, využití plochy papíru, úroveň ztvárnění postavy, pokud se v díle objevuje, vhodnost použitých barev, přítomnost stereotypů, opakování motivů, kvalitu linií, logiku kompozice, sklon postavy, vloženou energii, míru detailů a pozadí díla (Šicková-Fabrici, 2008). V arteterapii se používá několik typů tematických kreseb, které slouží jako diagnostické nástroje k prozkoumání psychického stavu klienta, jeho emocí a vnitřního světa. Mezi nejčastější tematické kresby patří kresba lidské postavy, kresba stromu, kresba domu a kresba rodiny.

**Kresba lidské postavy** znamená že, klient kreslí lidskou postavu v libovolné situaci. Tento typ kresby může ukázat na sebevnímání a emocionální prožívání. Potměšilová a Sobková (2012) tvrdí, že pokud vezmeme v potaz, že nehodnotíme umělecké schopnosti a zručnost klienta, pokud je jasné, že klient zadání pochopil a artefakt odpovídá jeho věku, tak můžeme kresbu lidské postavy použít jako diagnostický nástroj ke zjištění inteligence klienta. Podle Šickové-Fabrici (2008) kresba lidské postavy u dětí může projektovat pocity dítěte o sobě samotném nebo jeho představu o dokonalé verzi vlastní osobnosti.

**Kresba stromu**, též známá jako Baum test, je inspirována grafologií; klient má za úkol nakreslit jakýkoliv listnatý strom kromě palmy. „Základní princip tkví v tom, že kresba stromu je na symbolické úrovni kresbou sebe samého“ (Šicková-Fabrici, 2008, s. 106). Kresba stromu může poskytovat informace o stabilitě a vývoji osobnosti.

**Kresba domu** se může využívat k posouzení osobnostních rysů, psychického stavu klienta ale také ke zjištění o jeho rodinném zázemí. Tento test se obvykle používá v diagnostice u dětí, ale je možné jej aplikovat i u dospělých.

**Kresba rodiny** je kresba, která může odhalit dynamiku vztahů mezi členy rodiny ale také samotné klientovo vnímání těchto vztahů. Další verzí tohoto testu je **kresba začarované rodiny**, která „stimuluje symbolické vyjadřování dítěte“ (Šicková-Fabrici, 2008, s. 107).

**Kresba na volné téma** znamená, že klient nedostane konkrétní zadání a kreslí, co si sám zvolil. Mohou to být témata o kterých chce mluvit, nebo je podvědomě považuje za důležité (Potměšilová, Sobková, 2012).

Šicková-Fabrici (2008) uvádí několik arteterapeutických metod, které mají za cíl prohloubit vnitřní svět klienta a podpořit jeho kreativitu a sebereflexi. Jedná se o imaginaci, animaci, koncentraci, restrukturalizaci, transformaci a rekonstrukci.

**Imaginace**, představivost nebo fantazie mají pro arteterapie významný potenciál. Jedná se o dovednost vytvářet vnitřní fantazijní obrazy, pod vedením arteterapeuta, a spojit se se svým vnitřním světem, který v našich představách může mít různorodé kontury, barvy, ztvárnění, a emocionální rozměr. Umožňuje nám cestovat časem a prostorem, zkoumat naše problémy a jejich možné řešení z různých perspektiv, čímž dává potenciální prostor měnit své postoje a názory.

**Animace** je vlastně rozhovor v třetí osobě, kdy se arteterapeut či klient identifikují s postavou nebo věcí na obrázku klienta a mluví jeho jménem. Tuto metodu je vhodné použít u dětí či úzkostných a nejistých klientů.

**Koncentrace (mandala)** je považována za symbol duše. Jedná se o vše kruhového tvaru, co má střed. Při samotné arteterapii může být mandala pomůckou ke koncentraci a organizování myšlenek a pocitů. Tato metoda může mít harmonizační i léčebné účinky.

**Restrukturalizace** je metoda, kdy klient přetváří stávající obraz na něco nového. Pracuje s tím, že každý fragment z celku obsahuje samotný nový obraz. Tato metoda se zaměřuje na hledání nových perspektiv a řešení problémů a dává klientovi prostor pro nové myšlenky.

**Transformace** je metoda, při které dochází k transformaci z jedné umělecké formy do druhé. Transformace díla výtvarného na pohybové, hudební anebo například literární představuje pro arteterapii zpestření i přesto, že je pro některé klienty náročnější.

**Rekonstrukce** buduje fantazii a kreativitu. Spočívá v dokreslování nebo dotváření částí uměleckého díla.

Také **klinické metody** hrají v arteterapii zásadní roli při porozumění potřeb a prožitků klientů. Tyto metody se často kombinují s dalšími terapeutickými metodami, nejčastěji s diagnostickými kresebnými testy. Mezi hlavní klinické metody patří pozorování, rozhovor a anamnéza.

**Pozorování** je plánovitou a cílenou metodou (Svoboda, 2010), která provází celý arteterapeutický proces. Pozorováním může arteterapeut analyzovat verbální i neverbální projevy klienta, což mu dává možnost získat důležité informace o jeho vnitřním světě

a psychickém stavu. „Metody pozorování jsou základní vědecké metody, které umožňují popis sledovaného jevu, jeho vývoje, změny, závislosti na vnějších podmínkách“ (Nakonečný, 2009, s. 61).

**Rozhovor** může mít mnoho forem, obvykle bývá rozdělen na vstupní část, samotný rozhovor a závěr. Je důležité udržovat klienta v aktivní spolupráci, klást přiměřené a přesně specifikované otázky a pokusit se zaznamenat také signifikantní neverbální reakce klienta (Nakonečný, 2009). V arteterapii dominuje strukturovaný rozhovor, který se často využívá během samotných terapeutických sezení.

**Anamnéza** (z řeckého anamnesis – rozpomínání, vzpomnutí) je zjišťování důležitých dat z minulosti klienta, které mohou vysvětlovat současný stav jedince (Šnýdrová, 2019). Můžeme ji dělit podle různých aspektů na osobní, rodinnou, zdravotní, psychologickou či sociální.

## 2.4 Formy arteterapie

Arteterapie má dvě hlavní formy práce s klienty. Liší se od sebe svým způsobem navazování vztahů mezi klienty a arteterapeutem. Jedná se arteterapie individuální a skupinové.

V **individuální arteterapii** arteterapeut zaměřuje veškerou svou pozornost pouze na jednoho konkrétního klienta. Jedná se přístup, ve kterém si arteterapeut s klientem mohou vytvořit hlubší vztahy, a to může vést k intenzivnějšímu a efektivnějšímu zkoumání individualit klienta. Arteterapeut má tak možnost přizpůsobit metody a techniky konkrétním potřebám a přáním jednotlivce. Podle Potměšilové a Sobkové (2012) je individuální forma terapeutické práce založena na vztahu terapeut – klient, ve kterém by měla být respektována základní pravidla, jako jsou například srozumitelná komunikace, přirozenost ze strany terapeuta, maximální respektování klienta, terapeut by neměl sdělovat klientovi své problémy či by měl respektovat právo klienta na neříkání pravdy. Individuální terapie vychází z individuální situace klienta a je vhodná v případech, kdy je třeba poskytnout klientovi plnou pozornost.

Ve **skupinové arteterapii** pracuje arteterapeut s několika klienty najednou. Jedná se o takovou formu arteterapie, která je obohacena, oproti individuální arteterapii, také o samotnou dynamiku skupiny. Účastníci skupinové arteterapie se navzájem obohacují o své zkušenosti, navzájem se podporují a inspirují. „Skupinová dynamika je souhrn skupinového dění a skupinových interakcí. Vytvářejí ji skupinové vztahy a interakce osobností členů

skupiny spolu s existencí a činností skupiny a silami z vnějšího prostředí“ (Potměšilová, Sobková 2012, s. 9). „Někdy má skupina zpočátku strukturovaný program, ale sezení se nakonec vyvine tak, že je více interpersonální“ (Rubin, 2024, s. 508).

Typy skupin lze rozdělit na **skupiny otevřené, uzavřené a polouzavřené**. Otevřené skupiny umožňují klientům ze skupiny libovolně odcházet a zpět se do ní vracet, což může vést k tomu, že skupina udržuje pouze povrchní charakter. Uzavřené skupiny mají většinou stanovený počet klientů i sezení, které se nemění, což dává možnost vytvořit pevné vztahy mezi klienty a následné vytvoření důvěry vedoucí ke sdílení hlubokých prožitků. Ideálním kompromisem jsou tedy skupiny polouzavřené, kde jsou klienti vázáni svou účastí, ale může se lehce měnit podle životní situace klientů, tento typ skupiny je obvyklý v denních stacionářích a dlouhotrvajících komunitních skupinách (Liebmann, 2005). „Skupinová arteterapie je formou arteterapie náročnější hlavně pro arteterapeuta“ (Šicková-Fabrici, 2008, s. 32).

Volba mezi skupinovou a individuální terapií závisí na různých faktorech, jako jsou potřeby klienta, povaha problému a preference jednotlivého terapeuta. V praxi se často stává, že klient má možnost během terapeutického procesu přejít z jedné formy terapie na druhou, pokud to situace vyžaduje (Potměšilová, Sobková, 2012).

Dalšími formami arteterapie jsou **receptivní arteterapie** a **produktivní arteterapie**. Jedná se o dělení podle míry zapojení klienta do tvořivého procesu. **Receptivní arteterapie** je „vnímání uměleckého díla vybraného s určitým záměrem arteterapeutem. Cílem je lepší pochopení vlastního nitra, poznávání pocitů jiných lidí“ (Šicková-Fabrici, 2008, s. 30). Tato forma arteterapie může být velmi přínosná pro klienty, kteří se ze zdravotních, psychologických nebo jiných důvodů nemohou či nechťejí zapojovat do aktivního tvoření. V rámci receptivní arteterapie se klade důraz na osobní interpretaci a prožitek, což může klientovi pomoci lépe porozumět sobě samému a svým emocím.

Na druhé straně **produktivní arteterapie** „znamená použití konkrétních tvůrčích činností (kresby, malby, modelování) nebo intermediálních aktivit (tj. činností propojujících různá média), happeningu u jednotlivce či skupiny“ (tamtéž). To znamená, že klient je sám aktivní při tvorbě uměleckých děl, vytváří a experimentuje s různými uměleckými technikami, což mu poskytuje příležitost vyjádřit své vnitřní prožitky a myšlenky skrze vlastní kreativní proces.

## 3 Bezdomovectví

„Jak definovat bezdomovství a jak vlastně nazvat ty vyřazené nepříjemně vykloubené bytosti, všude nechtěné, vyloučené a zraněné, pohybující se sem a tam, připomínající tkalcovský člunek, který se pohybuje mezi ulicí, nádražím a ubytovnou, útekem a zadržením. Jak nalézt adekvátní termín, který by vystihl ten ping-pong, posílaný z jednoho koutu nádraží do jiného, z jednoho veřejného prostranství do druhého, z jedné humanitární organizace do jiné“ (Hradečtí, 1996, s. 29). Podle Vágnerové je možné bezdomovectví chápat jako syndrom komplexního sociálního selhání. Jedná se o fenomén, kde nejde jen o ztrátu přístřeší ale i ztrátu domova, společenského postavení, a především také o sociální vyloučení. Velmi často se bezdomovectví pojí s odtržením od hodnotového i normativního systému společnosti (Vágnerová, 2014). „Pojmově lze bezdomovce označit jako jedince, který nemá zázemí, kam by se uchýlil. Mohou mu chybět fungující rodinné vztahy, je osamělý a nemá nikoho, kdo by mu účinně pomohl ze začarovaného kruhu existenčních problémů“ (Sekot, 2004, s. 144).

Bezdomovectví lze brát jako tu nejhorší variantu sociálního vyloučení. Sociální vyloučení může označovat komplexně nepodmíněnou neúčast jedince na chodu celé společnosti, respektive omezený nebo žádný přístup ke společenským institucím poskytujícím ochranu, zdraví, vzdělání, živobytí, a tak i základní blahobyt. Sociální vyloučení mívá různou úroveň a v čase se mění. Faktický sociální vyloučení obvykle představuje život v chudobě, bez účasti na trhu práce, bez bydlení a dostatečných příjmů, v izolaci či ve společnosti stejně deprivovaných osob (Barták, 2021). Když se nad samotným termínem bezdomovec zamyslíme, tak se skládá ze dvou spojených slov. Slovo „bez“ jasně ukazuje na absenci něčeho a slovo „domov“, což je jedna z nejdůležitějších podmínek pro život.

### 3.1 Typy bezdomovectví

Různé definice bezdomovectví mohou být ve svém základu vágní a posunovatelné. Přímočará definice, že bezdomovec je někdo, kdo ztratil své bydlení a není schopen vyřešit své komplikované problémy a stal se tak závislý na neziskových organizacích či městě, je zcela nepřesná a nedostačující. Tato definice zahrnuje pouze zjevné bezdomovectví a zcela se vyhýbá bezdomovectví skrytému a potenciálnímu. Od níže vyjmenovaných typů bezdomovectví je nutné oddělit speciální skupiny osob bez přístřeší. Jedná se o osoby, které odmítají své občanské povinnosti, mají antisociální povahy, delikventní chování či se jedná

o cizince bez povolení pobytu na území ČR. Do sčítání osob bez přístřeší také nejsou započteny osoby, které žijí u přátel či příbuzných (Hradečtí, 1996).

### **3.1.1 Zjevné bezdomovectví**

Zjevní bezdomovci tvoří nejviditelnější a nejredukovatelnější skupinu bezdomovců. Jedná se o skupinu osob žijících na ulicích, nádražích, v noclehárnách, sklepích, parcích, pod mosty a na dalších místech, která alespoň minimálně vyhovují potřebným podmínkám k přežití. Zjevní bezdomovci vyvolávají v běžné populaci vesměs stejné reakce – bezradnost, opovržení, přehlížení, čímž se vlastně stávají společensky diskvalifikovaní (tamtéž).

### **3.1.2 Skryté bezdomovectví**

Skryté bezdomovectví se vyskytuje především v oblastech, kde chybí dostatečné služby pro tyto osoby. Tito lidé, ačkoli nemají stálý domov, se většinou neobracejí na veřejně dostupné charitativní organizace. Jejich nedostatek prostředků, neschopnost zajistit si adekvátní bydlení a další omezení je nutí hledat dočasné a často proměnlivé útočiště. Tato skupina bezdomovců žije v různých typech přístřeší, jako jsou squaty<sup>2</sup>, staré automobily, stany či kontejnery. Skrytí bezdomovci se navíc často potýkají se zdravotními problémy, komplikacemi se zákonem nebo problémy s úřady (tamtéž).

### **3.1.3 Potenciální bezdomovectví**

Dle statistik EU tato situace postihuje až 10 % celkové populace. Jedná se o osoby, které žijí ve velmi těžkých životních, rodinných a existenčních problémech a ocitají se tak ve vážných potížích udržet své dosavadní bydlení. Často bydlí v sociálních bytech, domech určených k demolici, zdravotně závadném bydlení, v přelidněných bytech, „holobytech“ a v pochybných podnájmech. Do této skupiny se řadí také osoby, které čekají na propuštění z různých ústavů například z dětských domovů, věznic či azylových zařízení pro cizince (tamtéž).

---

<sup>2</sup> V rámci bezdomovectví je jako „squat“ označováno nelegální osídlení opuštěných budov nebo pozemků lidmi, kteří si jiné bydlení nemohou z různých důvodů dovolit. Lidé takto žijící se nazývají „squatteři“ a často vytváří komunitu, ve které vzájemně sdílí zdroje (peníze, potraviny, ...). Jedná se o jev, který bývá spojen se sociální situací jedinců ale také jako projev aktivismu za práva na plnohodnotné bydlení. Problematika squattingu přispívá k diskuzím na téma bydlení a jeho dostupnost.

## 3.2 Příčiny bezdomovectví

Běžná populace má za to, že se bezdomovcem stává osoba pocházející z rozvrácené rodiny, která nikdy nezažila typický spořádaný život. Kořeny bezdomovectví je však nutné hledat v celé řadě příčin. Každý případ osoby bez přístřeší je individuální s jedinečným osudem.

Na fenomén bezdomovectví lze nahlížet ze tří základních úhlů pohledu. První úhel je sociologický, který zdůrazňuje především chudobu jakožto důsledek společenských poměrů, hledisko psychologické zahrnuje vrozené dispozice jako temperament, charakter, osobnostní rysy a inteligence. Liberalistický názor, spatřuje jako hlavní důvody bezdomovectví lenost, nedostatek osobního úsilí a přesvědčení, že si za vzniklou situaci může každý sám (Sekot, 2004).

Druhým úhlem pohledu jsou objektivní faktory bezdomovectví, které jsou ovlivněny sociální politikou státu. Tyto faktory působí například skrze dodržování lidských práv, práv na zachování lidské integrity a rovných příležitostí pro všechny občany, na kvalifikaci a vzdělanost občanů atd. Taktéž působí na boj se sociálním vyloučením, nezaměstnaností, rovnosti žen a mužů ve společnosti. Význam objektivních faktorů lze spatřit zejména v působení na legislativu (Hradečtí, 1996).

Třetím úhlem pohledu jsou faktory subjektivní. Do subjektivních faktorů spadají faktory materiální, čímž je myšleno bydlení, zaměstnání, zadluženost a další. Dalšími subjektivními faktory jsou ty vztahové, kam řadíme struktury rodiny, rodinné zázemí, vztahy mezi členy rodiny ale také rozvody, sexuální zneužívání či týrání v rámci rodiny. Do osobních faktorů zahrnujeme duševní a fyzické znevýhodnění, závislosti, samotu a také sociální nezralost. Posledním subjektivním faktorem je faktor institucionální, kdy se jedná o propuštění z dětských domovů, věznic, azylových domů a různých dalších ústavů (tamtéž).

Zvýšené riziko bezdomovectví se týká především osob psychicky či sociálně znevýhodněných. Jejich rodina je dysfunkční nebo dokonce vůbec neexistuje, v dětství byli vystavováni nezájmu, násilí, zneužívání, z rodiny byli odejmuti anebo vyhnáni, často měli sklon k potulování se a útěkům z domu (Vágnerová, 2014).

## 3.3 Dopady bezdomovectví na osobnost člověka

Život na ulici v podstatě představuje zjednodušenou existenci člověka, která bývá v mnohých ohledech stresující. Míra stresu je pro každou osobu jiná a odvíjí se od toho, jaké

má předchozí zkušenosti a jak se současný a minulý život od sebe liší. V životě na ulici zcela chybí jistota uspokojení základních potřeb, jako je především bezpečí, spánek a jídlo. Po příchodu na ulici se člověk vypořádává se sociální izolací, ztrátou soukromí, orientací v novém prostředí, pocitem nezakotvenosti, rozpadem denního režimu a uspokojivé náplně času, která vede k nudě. Toto vše má mnohdy vliv na přebíjení negativních pocitů alkoholem a drogami (Vágnerová, 2014).

Bezdomovectví se zpravidla odráží také v sebepojetí. Změna vlastní identity je závislá na míře ztotožněními se s pouliční subkulturou. U mladistvých žijících tímto způsobem života se nejedná o změnu identity, ale o její narušený rozvoj. Chování majoritní společnosti a kumulace negativních zkušeností posiluje pocity vlastního znehodnocení osobnosti. Velká většina osob bez přístřeší si je vědoma toho, že je pobyt na ulici změnil. Mnohdy kradou, podvádějí se navzájem, tlumí negativní pocity alkoholem a drogami, v jejich postojích začíná být zřejmý nezáměr, lhostejnost a ztráta motivace. Posuzování vlastního života je u bezdomovců negativní, mívají velmi nízké sebevědomí. Aby si udrželi alespoň nějakou sebeúctu, tak přisuzují vinu za svá selhání svému okolí a dalším okolnostem. Změny v chování i změny psychické, které lze u osob bez přístřeší nalézt mohou být příčinou i důsledkem života na ulici (tamtéž). „Bezdomovci mají sklon k nevyrovnanému emočnímu prožívání a k extrémním emočním projevům. Své emoce nedokážou v dostatečné míře kontrolovat a ovládat (což není jenom důsledkem bezdomovectví, ale spíš déle doběho abúzu psychoaktivních látek, především pervitinu). Mají tendenci reagovat i na bezvýznamné podněty zlostí a vztekem. Uvědomují si, že se nechají snadno vytočit maličkostmi. Citové prožívání chronických bezdomovců bývá spíše otupělé a vyhaslé, zůstávají zachovány jen základní emoce. Dlouhodobý stres a chybění bezpečného zázemí se mohou projevit hostilitou a paranoidními tendencemi. Mnozí bezdomovci nejsou dostatečně empatictí, nedokážou rozpoznat náladu jiného člověka a leckdy se nedovedou orientovat ani ve vlastních pocitech“ (Vágnerová, 2014, s. 691).

Život osob žijících na ulici bývá poznamenán jak sociální izolací, tak i psychickými potížemi. Je důležité upozornit na tyto problémy, zacílit na ně svou pozornost a hledat řešení, která povedou ke zlepšení životních podmínek bezdomovců ale také k vyšší akceptaci či hlubšímu pochopení této problematiky většinovou společností.

## 4 Zdravotní znevýhodnění

Zdravotní znevýhodnění, též zvané jako handicap, se projevuje jako omezení, které vyplývá z postižení či vady jedince, které ztěžuje nebo zcela znemožňuje, aby plnil role, které jsou pro něj s přihlédnutím k pohlaví, věku, sociálním činitelům, normální (Slowík, 2016). Světová zdravotnická organizace (WHO) říká, že zdravotní znevýhodnění lze chápat jako součást života. Odhaduje se, že zhruba 16 % celosvětové populace trpí závažným znevýhodněním, v důsledku stárnutí populace a šíření nepřenositelných nemocí se pravděpodobně bude toto číslo zvyšovat. Obrovský vliv má na člověka se zdravotním znevýhodněním jeho prostředí, pokud je prostředí nepřístupné, tak vytváří bariéry, které brání osobám se zdravotním znevýhodněním plnohodnotně a rovnoprávně se projevit ve společnosti (www.who.int). Z uvedeného je jasné, že „míra znevýhodnění člověka je závislá i na materiálních podmínkách života, společenském postavení, na jeho možnosti přijímat a dostávat pomoc a podporu od jiných lidí. V tomto pojetí je problém znevýhodnění relativní, podléhá permanentním změnám. Například nevýhody člověka s omezenou motorikou nebo omezenými mentálními schopnostmi závisí na postojích jedinců, postojích skupiny lidí a celé společnosti. Znevýhodnění vzniká v interpersonálních, sociálních vztazích“ (Lechta, 2016, s. 62).

Česká správa sociálního zabezpečení popisuje osoby se zdravotním znevýhodněním jako osoby, „které mají zachovanou schopnost vykonávat soustavné zaměstnání nebo jinou výdělečnou činnost, ale jejich schopnost být nebo zůstat pracovně začleněný, vykonávat dosavadní povolání nebo využívat dosavadní kvalifikaci či získat novou, je podstatně omezena. Příčinou tohoto omezení je dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav, který má podle poznatků lékařské vědy trvat déle než rok a podstatně omezuje tělesné, smyslové nebo duševní schopnosti a tím i schopnost pracovního uplatnění“ (www.cssz.cz). Z lékařského pohledu můžeme chápat zdravotní znevýhodnění jako problémy dané osoby, které jsou způsobeny chorobou, traumatem nebo jinými zdravotními problémy vyžadující lékařskou péči. Sociální hledisko zdravotního znevýhodnění vystihuje problém, jehož hlavním předmětem je plná integrace jedince do společnosti. Zdravotní znevýhodnění nejsou charakterové vlastnosti jedince, ale celý soubor podmínek, které jsou tvořeny sociálním prostředím (Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví, 2008).

Obecně lze říci, že arteterapie přispívá k psychickému i fyzickému zdraví jedinců. Arteterapie může být jeden z prostředků, který osobám se zdravotním znevýhodněním může

výrazně pomoci. Proces tvorby a podpora kreativního myšlení pomáhají zvládat jejich životní situace a pracovat s negativními myšlenkami ale také například zlepšují hrubou i jemnou motoriku. Arteterapie vytváří prostředí, kde jsou lidé se zdravotním znevýhodněním vítáni.

## **4.1 Dělení zdravotních znevýhodnění**

Je důležité, aby veřejnost měla povědomí o různých formách znevýhodnění a jejich vlivu na každodenní život jednotlivců. Tímto způsobem lze snížit stigma a předsudky, které často provázejí osoby se zdravotním znevýhodněním. Obvykle se zdravotní znevýhodnění dělí do několika kategorií podle různých kritérií. Tyto kategorie mohou pomoci lépe porozumět potřebám zdravotně znevýhodněných osob.

### **4.1.1 Dělení zdravotního znevýhodnění podle příčiny vzniku**

**Vrozené znevýhodnění** se týká fyzických a psychických problémů, které jsou přítomné od narození, může se jednat o vrozené vývojové anomálie, zdravotní problémy i genetické poruchy. Dítě s vrozeným postižením prochází obdobnými fázemi vývoje jako zdravé dítě, avšak postižení může omezovat rozvoj určitých dovedností. Lidé s takovými znevýhodněními často čelí obtížím ve škole, v práci a při zapojení do společnosti, což může ovlivnit jejich kvalitu života. Vrozené znevýhodnění není nebývá subjektivně tolik traumatizující, neboť je jedinec s vrozeným znevýhodněním na svou situaci adaptován (Vágnerová, 2014).

**Získané znevýhodnění** znamená pro jedince větší psychické trauma. Člověk má možnost srovnávat, svůj stav prožívá jako jednoznačně horší, uvědomuje si, o co přišel. Objektivně má však výhodu předchozích zkušeností. Například představa prostoru a barev při pozdějším oslepnutí (tamtéž).

### **4.1.2 Dělení zdravotního znevýhodnění podle doby trvání**

**Trvalé znevýhodnění** je stav, který zabraňuje člověku plně se zapojit do společnosti a využívat jejich příležitostí ve stejné míře jako ostatní. Může být způsobeno různými faktory, jako jsou zdravotní postižení, dlouhodobé onemocnění, sociální nebo ekonomické problémy. Tato znevýhodnění často vyžadují specifickou podporu, aby se zajistila rovnost příležitostí, přístupu ke vzdělání, zaměstnání a dalším službám.

**Dočasné znevýhodnění** se týká osob, které dočasně čelí různým životním překážkám, které jim zabraňují plně se zapojit do společnosti. Překážky mohou být například zdravotní nebo ekonomické. Pro tyto osoby je nejdůležitější podpora společnosti a institucí s cílem vrátit dočasně znevýhodněné do běžného života a eliminovat následky těchto situací.

### 4.1.3 Dělení zdravotního znevýhodnění podle jeho povahy

**Fyzické znevýhodnění** je termín, který se používá u osob s různými zdravotními poruchami a stavy, které ovlivňují schopnosti těchto osob vykonávat každodenní činnosti. Tento typ znevýhodnění může mít různé formy jako je omezení pohyblivosti a chronické onemocnění. „Viditelná tělesná deformace může představovat větší psychickou zátěž než postižení hybnosti. Tělo funguje jako důležitá složka sociální prezentace sebe samého“ (Vágnerová, 2014, s. 237).

**Senzorická znevýhodnění** se vztahují na poruchy či omezení smyslových vjemů. Jedná se především o **zrakové znevýhodnění, sluchové znevýhodnění, hmatové znevýhodnění, a chuťové a čichové znevýhodnění**. Lidé, kterých se senzorické znevýhodnění týká, musí čelit každodenním výzvám, obtížemi v komunikaci, interakci a orientaci v prostoru. Je zajímavé, že „pokud dojde ke ztrátě jednoho významného smyslu, dochází ke kompenzaci využitím informací z těch zbývajících. Senzorická deprivace má významný vliv na mezismyslové propojení“ (Vágnerová, 2014, s. 185).

**Duševní znevýhodnění** představuje široký pojem, který zahrnuje různé formy psychických poruch a stavů. Osoby s duševním znevýhodněním často čelí stigmatizaci a diskriminaci, což může dále ztěžovat jejich integraci do společnosti a přístup k potřebné pomoci.

### 4.1.4 Dělení zdravotního znevýhodnění podle míry závažnosti

**Lehké znevýhodnění** se týká osob, které mají mírné potíže, ale jsou schopné se zapojovat do běžných každodenních činností s mírnou podporou či úpravami. Jedná se například o mírné poruchy učení nebo částečnou ztrátu zraku a sluchu.

**Střední znevýhodnění**, jež se vztahuje na osoby s většími obtížemi jako jsou například těžší pohybové problémy anebo větší ztráta zraku a sluchu. Tyto osoby mohou vyžadovat každodenní asistenci a větší speciální úpravy.

**Těžké znevýhodnění** představuje u osob již vážné potíže, které jim zabraňují zapojit se samostatně do každodenního života a potřebují nepřetržitou pomoc a podporu. Jedná se například o vážná fyzická či mentální postižení, úplnou ztrátu sluchu nebo zraku, autismus atd.

Zdravotní znevýhodnění představuje významný aspekt ovlivňující životy mnoha jednotlivců i jejich rodin. Může zahrnovat různé chronické nemoci, fyzické i psychické problémy, které mají vliv na každodenní život a kvalitu života těchto lidí. Je důležité se zaměřit nejen na individuální potřeby těchto osob, ale také na to, jak je integrovat do společnosti a zajistit jim přístup k plnohodnotnému vzdělání, práci nebo zdravotní péči.

## 5 Tvořivost a kreativita

Tvořivost a kreativita představují prvky, které člověku umožňují vyjádřit své myšlenky, pocity, emoce, řešit složité problémy a překonávat životní překážky. Jedná se o důležité aspekty lidského myšlení, které pomáhají přicházet s novými nápady, řešit problémy a vyjadřovat se. Tyto schopnosti má každý z nás, nejen umělci. Kreativita se projevuje v různých oblastech života, jako je umění, věda, ale také každodenní rozhodování. **Rozvíjením tvořivosti můžeme zlepšit svůj život, rozvinout svůj potenciál a lépe porozumět světu kolem nás.**

Pojmy tvořivost a kreativita se často zaměňují, ale existují mezi nimi jisté rozdíly. Tvořivost znamená schopnost jedince přicházet s různými novými a inovativními nápady. Kreativita zahrnuje nejen schopnost s těmito nápady přicházet, ale také je realizovat. Tvořivost je tedy to, co má člověk uvnitř, zatímco kreativita se projevuje také navenek. Dá se tedy říct, že tvořivost je základem kreativity. „Tvořivost podporuje motivaci a zlepšuje možnost zkvalitnění životního standardu a úrovně, dává vyhlídky na lepší profesní i společenské uplatnění a zvyšuje pocity vlastní hodnoty a sebepojetí“ (Beníčková, 2017, s. 78–79).

Schopnost uvědomělého rozhodování, která nám umožňuje překonat zavedené představy a normy a hledat řešení přizpůsobená konkrétním podmínkám, je klíčovým faktorem kreativního procesu. Uvědomění si této schopnosti a její aplikace ve vztahu k ostatním a k vyšším sociálním strukturám zakládá nejen potenciál pro tvořivost, ale v tomto smyslu jí dodává také nezbytnost. Naopak, pokud se vzdáme této jedinečnosti a přenecháme ji jiným, přijímáme pouze konvenční pohledy, které utvářejí konvenční pohled na náš život. Proto míra tvořivosti není otázkou talentu, ale spíše mírou našeho uvědomění a porozumění vlastnímu jedinečnému postavení ve vesmíru. Aktivní přístup k našemu místu a jeho změně, i skrze malé kroky, je vstupní bránou k uvědomění si našich tvůrčích možností (Vančát, Tvořivost jako součást nadání, 2016). Podle Marie Königové „kreativita neboli tvořivost je nejvlastnějším projevem života. Tvořivě lze přistoupit k řešení jakékoli otázky. Kreativní myšlení je předpokladem originálních nápadů, kdy zapojíme fantazii, odhlédneme od svazující reality a snažíme se o nové pohledy jak na sebe sama, tak na společenské otázky nebo odborné a vědecké problémy“ (Königová, 2007, s. 9).

Iniciativa vzdělávání životních dovedností a občanství v oblasti Blízkého východu a severní Afriky definuje kreativitu jako schopnost generovat, vyjadřovat nebo aplikovat nové

nápady a techniky, často v rámci spolupráce. Spolu s kritickým myšlením a dovednostmi v řešení problémů tvoří kreativita důležitou součást účelného myšlení, které je uspořádané a strukturované. Je úzce spojena s kognitivními schopnostmi, jako jsou analytické a hodnotící dovednosti. Kreativní myšlení je klíčové nejen v umění, ale také pro inovace a přizpůsobivost v různých životních situacích, včetně vzdělávání a pracovního prostředí. Kreativita zlepšuje i další životní dovednosti, jako je kritické myšlení a schopnost řešení problémů. Citát „Creativity is just connecting things“ neboli „Kreativita je jen spojováním věcí“ od Stevea Jobse pochází z jeho proslovu na konferenci D8 (All Things Digital) v roce 2010. Steve Jobs vyjadřuje myšlenku, že kreativita spočívá v kombinaci již existujících nápadů, konceptů nebo zkušeností. Tento pohled zdůrazňuje, že inovativní myšlení nemusí vždy znamenat začínat od nuly, ale může vycházet z nového spojení různých již existujících prvků. Čím více různých oborů, myšlenek a zkušeností člověk zná, tím lépe dokáže tvořivě myslet. Tento přístup ke kreativitě podporuje otevřenost a ochotu zkoumat různé nové oblasti a pohledy a vytvářet tak prostředí, ve kterém mohou inovativní nápady vzkvétat ([www.yswu.medium.com](http://www.yswu.medium.com)).

**Z hlediska arteterapie jsou tvořivost a kreativita stěžejní, neboť jedině díky nim může probíhat efektivní terapeutický proces.** Úspěch v samotném tvoření posiluje sebevědomí, podporuje rozvoj problémového myšlení, práce s různými materiály podporuje flexibilitu myšlení, tvořivost umožňuje vyjádřit pocity a emoce, proces tvoření může také pomoci objevovat nové aspekty osobnosti, poskytovat bezpečný prostor pro řešení vlastních traumatických zážitků a také může pomoci lidem nalézt svůj životní smysl.

## 5.1 Rozvoj tvořivosti a kreativity

Kapitola se zaměřuje na klíčové faktory, které podporují a rozvíjejí tvořivost a kreativní myšlení. V dnešním rychle se měnícím světě, je nezbytně nutné porozumět podmínkám a aktivitám, jež napomáhají kreativitě. Tvořivost může být ovlivněna různými aspekty, které napomáhají překonání mentálních bloků a uvolnění tvůrčího potenciálu osob.

Rozvoj tvůrčího myšlení je ovlivněn mnoha osobnostními rysy, jako jsou intelektuální aktivita, energie, houževnatost a vytrvalost. Je důležité být schopen soustředit se na úkol po delší dobu, například 3 až 4 hodiny, a mít silnou potřebu dokončit své projekty. Mimo to je nezbytné disponovat schopností intenzivně pracovat a mít vitální sílu pro překonávání překážek. Důležitou roli hraje také nezávislost a intelektuální odvaha. Psychologie ukazuje, že lidská mysl, i když je výjimečná, se nemůže soustředit na více než jednu věc najednou. Proto se psychologie kreativity zaměřuje na učení principů maximálního ponoření do

konstruktivního a pozitivního myšlení, což vede k minimalizaci času stráveného starostmi a problémy (Königová, 2007).

Největší význam má podpora tvořivého myšlení u dětí, protože právě děti bývají vnímavější vůči svému okolí a sociálním vlivům. Nejvýznamnější vliv na tvořivost a kreativitu dětí má jejich rodina, sociální prostředí a učitelé.

## **5.2 Význam tvořivosti a kreativity**

Tvořivost a kreativita hrají zásadní roli v životě každého z nás. Obecně lze říci, že je tvořivost zásadní pro celkovou pohodu a úspěch v lidském životě ať už v oblasti osobní, profesní či ve společenském životě.

Rozdělení kreativity podle jejího významu na individuální a společenskou poskytuje cenný pohled na různé tvůrčí činnosti. Individuální kreativita se projevuje v osobních projektech, jako je například uspořádání bytu, které odráží osobní styl a přispívá k pohodlí jednotlivce, nebo vymýšlení nových pohádek. Na druhé straně společenský význam kreativity se zaměřuje na aktivity, které mají širší dopad na komunitu a společnost jako celek. Sem patří inovace a vědecké objevy, které mění naše chápání světa a otevírají nové možnosti, nebo organizace kulturních a komunitních akcí. Toto rozdělení ukazuje, jak rozmanitá může být kreativita a jak může významně ovlivnit jak jednotlivce, tak i celou společnost, čímž podtrhuje důležitost jejího rozvoje a podpory v obou těchto oblastech (Königová, 2007).

## **5.3 Bariéry tvořivosti a kreativity**

Bariéry, které stojí v cestě v tvůrčím procesu, mohou mít různou povahu. Od psychologických a emocionálních překážek, přes kulturní faktory, až po omezení v pracovním prostředí. Pochopení těchto překážek je klíčové pro efektivní rozvoj kreativity, neboť pouze pojmenováním a rozbořením těchto faktorů můžeme nalézt cesty, jak je překonat a uvolnit tak tvůrčí potenciál jednotlivců a skupin.

„Bariéry tvořivosti v nejobecnějším pojetí jsou tříděny na vnější a vnitřní. Zatímco vnější bariéry mají svoje kořeny v prostředí makrosociální a mikrosociální sféry, vnitřní bariéry jsou důsledkem subjektivních vlivů osobnosti. Vnitřní bariéry však mohou mít původ i ve vnějších bariérách“ (Semerád, Tvořivost jako součást nadání, 2016, s. 7). Vnější bariéry

vyplývají z makrosociálních a mikrosociálních podmínek, zatímco vnitřní bariéry pramení z osobních psychologických faktorů.

Bariéry se také mohou dělit do čtyř základních skupin: **bariéry z vnímání, emocionální bariéry, intelektové a výrazové bariéry, a bariéry z prostředí a kultury.** Tyto bariéry se projevují například nedostatečnou schopností vnímat problémy, emocionálními bloky, nevhodnými myšlenkovými koncepty nebo kulturními a environmentálními omezeními. Výzkumy naznačují, že učitelé sice vnímají důležitost tvořivosti ve vzdělávání, avšak existují mezi nimi a žáky rozdíly v očekáváních, které mohou limitovat rozvoj kreativního myšlení. Důležité je provést další empirické studie zaměřené na tyto bariéry v školním prostředí (tamtéž).

Podle Königové (2007) je pro efektivní překonání bariér tvořivosti klíčové nejdříve přesně definovat a formulovat jeho skutečnou podstatu. Dobře položená otázka často představuje polovinu úspěchu. Následně je třeba stanovit jasný cíl, což nám pomůže lépe pochopit, co nás trápí. Je užitečné prozkoumat různé cesty k dosažení tohoto cíle a ověřit, zda by nebylo možné vyřešit problém alternativním způsobem. Ideální stav, který chceme dosáhnout, by měl stimulovat naši představivost a motivovat k překonání běžných myšlenkových vzorců. Dále je nutné identifikovat překážky, které brání dosažení cíle, a zjistit jejich skutečné příčiny. Zvažování změny podmínek či alternativních přístupů může vést k novým možnostem řešení. Je důležité být otevřený různým nápadům a neomezovat se na jedinou cestu. Nakonec je třeba mít trpělivost, neboť inspirace a řešení mohou přijít nečekaně, často v okamžicích, kdy se na problém soustředíme méně intenzivně.

## **5.4 Torranceho figurální test tvořivého myšlení**

Torranceho figurální test tvořivého myšlení (původní název metody je Torrance Thinking Creative Test – TTCT) vyvinul americký psycholog Ellis Paul Torrance v 60. letech 20. století v USA.

Jedná se o metodu, která se zaměřuje na divergentní myšlení klienta. Konkrétně se klient při setkání s problémem snaží najít co nejvíce možných řešení. Jedná se o jeden ze způsobů, jak nepřímo změřit schopnost kreativního myšlení. Test se snaží přinést informace o charakteru procesu tvoření. Jedná se o přístup, který vnímá kreativitu jako funkci tvořivého myšlení, jež nemá ohraničené cíle. Tento přístup je zaměřen spíše na produkci nových nápadů než na hledání jednoho jejich řešení ([www.psych.ff.upol.cz](http://www.psych.ff.upol.cz)).

Originální verze testu má část verbální a figurální. V českém prostředí je využívána pouze figurální část (tamtéž). Figurální forma testu má za úkol identifikovat veškeré složky divergentního myšlení. Skrze kreslené odpovědi měří flexibilitu (rozmanitost kreseb), originalitu (jedinečnost výtvorů), fluenci (počet uznatelných výtvorů) a elaboraci (propracovanost kreseb). Tyto čtyři faktory jsou měřeny ve třech subtestech: 1. konstrukce výtvoru, 2. dokreslování neúplné figury, 3. opakování figur ([www.psychodiagnostika.sk](http://www.psychodiagnostika.sk)).

Administrace testu může být individuální i skupinová, délka administrace je okolo 35 minut, k vyplnění testu klienti potřebují pouze testovací archy a tužky. Ve všech třech subtestech jsou klienti vyzýváni k tvorbě co nejoriginálnějších výtvorů, na každý subtest mají klienti časový limit 10 minut ([www.psych.ff.upol.cz](http://www.psych.ff.upol.cz)). Test je v současné době k dispozici ve slovenském jazyce a může ho zakoupit a vyhodnotit pouze ten, kdo prokáže odborné vzdělání v oblasti psychologie. Výsledky testů je nutné zasadit do souvislosti s dosaženým vzděláním, profesní orientací či zájmy klienta.

Že je Torranceho figurální test tvořivého myšlení jedním z nejlepších nástrojů na měření tvořivého myšlení dokazuje jeho uznání a využívání na mezinárodní úrovni. Test je vysoce reliabilní a validní, což dokazují doposud získaná data, nevýhodou může být jeho náročné vyhodnocování. Kreativitou jakožto indikátorem divergentního myšlení se zabývají i další testy, například Guilfordův test neobvyklého použití nebo Wallach-Koganův test kreativity.

## 6 Nezisková organizace Naděje

Nezisková organizace Naděje je křesťanská humanitární nezisková organizace, která působí na území téměř celé České republiky. Svou pozornost obrací převážně na osoby bez přístřeší a zdravotně znevýhodněné. Oslovuje však mnohem širší spektrum klientů a nabízí pestrou paletu služeb (Sekot, 2004).

### 6.1 Vznik a vývoj neziskové organizace Naděje

Nezisková organizace Naděje vznikla jako jedna z prvních neziskových organizací na území České republiky po roce 1989. Konkrétně vznikla zcela spontánně roku 1990 a založili ji Vlastimila a Ilja Hradečtí. Toho roku do Česka začalo proudit větší množství uprchlíků z Rumunska, kteří se pohybovali v parném létě na pražských nádražích. Hradečtí poskytli těmto uprchlíkům jídlo, ošacení a následně také ubytování v Praze a posléze v narychlo zřízených táborech pro uprchlíky mimo Prahu – Jablonečko u Mimoně, Bělá pod Bezdězem. V období mezi srpnem 1990 a dubnem 1991 pracovali Hradečtí zcela dobrovolně bez prostředků na provoz všech zařízení ([www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz)).

Činnosti organizace mezi léty 1991–1995 ukazují na šíření působení a rozmachu organizace. V této době došlo k ustanovení základu organizace v dnešní podobě, otvírání nových středisek a vznik nových poboček. Za zmínku stojí otevření denního stacionáře s chráněným pracovištěm pro mladé lidi s mentálním postižením ve Zlíně, vznik pobočky ve Vysokém Mýtě, začátek dobrovolnické činnosti v Nýrsku s dětmi, začátek práce pro seniory v nové pobočce v Brně, první denní centrum v Praze (v Bolzanově ulici), otevření Domu Naděje Otrokovice pro klienty s mentálním a kombinovaným postižením, převzetí domu pro práci s dětmi v Litomyšli, začátek služeb Domu pokojného stáří ve Vysokém Mýtě nebo otevření první zimní noclehárny pro muže v Praze (tamtéž).

Ani mezi léty 1996–2000 se organizace nepřestala rozšiřovat a spolu s tím také rozšiřovat okruh klientů i služeb. Během těchto let se stalo hned několik zásadních událostí ať už se jednalo o vznik dalších poboček, nebo neštěstí při povodních v roce 1997, kdy došlo k vážnému poškození Domu Naděje v Otrokovicích. Lze také zmínit například začátek nové části Integrovaného programu věnované lidem v sociálně vyloučených lokalitách a také otevření azylového domu v nové pobočce v Jablonci nad Nisou (tamtéž).

V letech 2001–2010 došlo k dalším významným krokům organizace. Ať už se jednalo o zavedení systematického celoživotního vzdělávání zaměstnanců organizace, otevření domova pro seniory s Alzheimerovou nemocí v Brně či začátek nové práce s dětmi s mentálním postižením na Vsetíně. Převzetí nízkoprahového zařízení pro děti a mládež od evangelického sboru Vizovice, otevření sociální kuchyně v pražském klášteře v Emauzích, zajištění zkušebního provozu noclehárny pro osoby bez přístřeší na lodi v Praze, vznik pobočky v Liberci poskytující služby pro lidi bez domova, otevření sociálně terapeutické dílny Café Naděje v Otrokovicích a také vznik pobočky v Klášterci nad Ohří nabízející služby pro lidi bez domova. Toto je jen zlomek činností organizace mezi léty 2001–2010 (tamtéž).

V pětiletém období roku 2011–2020 došlo k zahájení provozu v Plzni v Černické ulici, jako doplnění prostupného bydlení. Je nutné zmínit také vznik nových poboček ve Vejprtech a v Kadani, vznik chráněného bydlení a sociálně terapeutické dílny v Litoměřicích, vznik denního centra a noclehárny v nové pobočce v Lovosicích, vznik nové sociálně terapeutické dílny Tkalcovna ve Zlíně, vznik nového denního stacionáře pro osoby s demencí ve Zlíně, vybudování reminiscenční kavárny v Domě pokojného stáří Brno-Královo Pole. A nelze opomenout zahájení společného projektu Nejdřív střecha v Praze, kdy se jedná o projekt, který umožňuje až dva měsíce bydlení zdarma lidem, kteří se právě ocitli na ulici (tamtéž).

Od roku 2021 doposud zvládla nezisková organizace Naděje mimo jiné otevřít denní stacionář pro lidi s poruchou autistického spektra a s kombinovaným postižením v Rožnově pod Radhoštěm, v Terezíně byl zpřístupněn nový druh služby – Centrum duševního zdraví pro děti a mládež, Naděje začala poskytovat pomoc válečným uprchlíkům z Ukrajiny a posílat pomoc na Ukrajinu, zřídila adiktologické poradny v Praze, ve Vsetíně vznikl denní stacionář pro dospělé lidi s autismem a otevřely se nové pobočky v Žatci a Chomutově (tamtéž).

## **6.2 Nabídka služeb a klienti organizace**

Organizace se zaměřuje na šíření a aplikaci evangelia v každodenním životě. Naděje poskytuje nejen služby duchovní, ale také služby zdravotní, sociální, humanitární a charitativní a dále služby poradenské, vzdělávací a výchovné, včetně služeb doplňkových. Snaží se lidem pomoci s cílem podpořit jejich kompetence a zlepšit vztahy ([www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz)).

Pro osoby ve stáří provozuje terénní práce, pečovatelské služby a domácí péči, aby tyto klienti mohli nadále setrvávat ve svém domácím a důvěrném prostředí. Pro seniory se sníženou soběstačností nabízí denní stacionáře. Organizace zřizuje Domy pokojného staří, kde velkou pozornost věnují aktivizaci a volnočasovým aktivitám klientů. Domovy se zvláštním

režimem nabízejí seniorů s poruchami pozornosti, orientace nebo Alzheimerovou chorobou přechodný či trvalý pobyt. Lidé bez přístřeší jsou prvotní klientelou organizace. Ta jim nabízí terénní služby a streetwork<sup>3</sup>. Denní centra, kde klientů nabízí stravu, ošacení, hygienu a sociální poradenství. Noclehárny poskytují nocleh, hygienu ale i praní prádla. Centra krizové pomoci umožňují klientům na jeden týden celodenní ubytování, stravu, sociální poradenství i praní prádla. A v neposlední řadě také azylové domy, které nabízejí celodenní ubytování, praní prádla, stravu, hygienu, a především sociální poradenství. Pro osoby s mentálním, zdravotním i kombinovaným handicapem má organizace denní stacionáře, sociálně-terapeutické dílny, týdenní stacionáře a domovy i chránění bydlení. Skrze tyto služby umožňuje klientům rozvíjet své sociální dovednosti, aktivně trávit čas, poskytuje péči zdravotní, poradenskou, výchovnou, pečovatelskou, terapeutickou (tamtéž)

Dále pomáhají vést tyto osoby k samostatnosti a uvědomění si vlastní hodnoty. V přirozeném prostředí tedy domovech těchto osob také působí osobní asistenti neziskové organizace Naděje. Organizace pomáhá také rodinám v sociálně vyloučených lokalitách, v sociálních bytech, tak kde rodiny dluží nájemné či bydlí v holobytech. Na mnoha místech působí organizace jako stálá služba. Poskytuje rodinám odborné poradenství v oblasti zadluženosti, hledání vhodnějšího bydlení, či pomoc s hledáním zaměstnání. V rodinách podporuje vzdělávání dětí a nabízí jim smysluplné trávení volného času a spolupracuje s dalšími organizacemi na řešení problémů s užíváním návykových látek. Tyto všechny služby nabízí skrze terénní práce, kluby pro děti a mládež a v azylových domech (tamtéž).

Již od roku 1996 Naděje také vzdělává. S mnohaletými zkušenostmi nabízí další vzdělávání poskytovatelům sociálních služeb, sociálním pracovníkům a pracovníkům v sociálních službách, vedoucím pracovníkům a pečujícím osobám. Nabízené kurzy vedou interní i externí odborníci v rolích lektorů a všechny kurzy jsou akreditované u Ministerstva práce a sociálních věcí ([www.kurzy-nadeje.cz](http://www.kurzy-nadeje.cz)).

Křesťanskou duchovní péči vnímá Naděje jako přirozenou součást svého působení. Nabízí ji všem svým klientům, kteří jeví o tyto služby zájem a spolupracuje s místními křesťanskými církvemi. Poskytuje pastorační péči, dopravu klientů na bohoslužby, pravidelné bohoslužby a zprostředkovává křesťanskou literaturu. Tímto naplňuje podstatu organizace, jakožto organizace křesťanské, která však není spjata s žádnou konkrétní církví. Všichni zaměstnanci nejsou křesťané, ale nezisková organizace Naděje vznikla a roztváří se převážně

---

<sup>3</sup> Jeden ze způsobů sociální práce je **streetwork**, zaměřuje se na pomoc lidem na okraji společnosti přímo v jejich prostředí, tedy na ulici. Cílem je navázat kontakt s těmito lidmi, nabídnout jim podporu a informace o dostupných službách. Streetwork zahrnuje také aktivity jako poskytování jídla, oblečení nebo poradenství.

díky síle, kterou čerpá z víry v jednoho Boha. Organizace také pomáhá s řešením dlouhodobých finančních problémů klientů, kteří si již nemohou pomoci sami. Poskytuje odborné poradenství z oblastí zadluženosti, exekucí, osobních bankrotů, ale také učí rodiny finanční gramotnosti ([www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz)).

## **7 Azylový dům Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice**

V prosinci roku 1998 začala rozsáhlá rekonstrukce objektu v Záběhlicích v ulici K prádelně a v červenci o dva roky později objekt získala do osobního vlastnictví nezisková organizace Naděje, přičemž ještě další dva roky rekonstrukce objektu pokračovala. V září roku 2002 byl slavnostně zahájen provoz Azylového domu Naděje pro muže a ženy v důchodovém věku se zdravotním znevýhodněním Záběhlice. Tentýž rok získal tento azylový dům ocenění Prorok – projekt roku ([www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz)).

V nedávné době proběhla další rekonstrukce objektu, která byla ukončena v prosinci roku 2023. Rekonstrukce trvala asi 20 měsíců a byla realizována do několika etap. Hlavním cílem bylo zvýšit užitný standard budovy. Jednalo se o stavební investiční práce, které bylo nutné realizovat tak, aby byl dům plněn funkční a nabízel důstojné zázemí cílové skupině. Snahou architektů bylo také očištění objektu od nánosů historických úprav a přiblížit se k původnímu návrhu domu. V exteriéru došlo ke sjednocení fasády, naznačení bosáže, výměna oken a dveří a vybudování bezbariérového vstupu na zahradu pro klienty. V interiéru byla provedena rekonstrukce koupelen klientů, výměna podlah, renovace zdiva a zjednodušení struktury chodeb a společných prostor. Taktéž rekonstrukce zlepšila zázemí zaměstnanců a zefektivnění a rozšíření skladovacích prostor. Realizace projektu rekonstrukce byla spolufinancována Evropskou unií a probíhala za plného provozu azylového domu.

Přístupnost objektu a jeho vybavení odpovídá potřebám azylového domu a jeho klientům. Je opatřen bezbariérovým přístupem přes hlavní i boční vchod, výtahem do horních pater. Hlavní místností je jídelna, její vybavení tvoří stoly, židle, malý gauč a televize. Místnost slouží jako víceúčelový prostor – klubovna a knihovna, k dispozici je také stůl s počítačem. V dolním patře jsou dále dva pokoje a kanceláře zaměstnanců azylového domu. Taktéž je zde východ na krásnou zahradu. Ve druhém podlaží se nachází pokoje klientů, společné hygienické zázemí a prádelna. Objekt nemá k dispozici vyhrazené parkovací stání. Provoz střediska je nepřetržitý. Pouze oblastní ředitel by mohl rozhodnout o přestávce, během níž by bylo středisko zcela uzavřeno, anebo o změně provozní doby ([www.presbariery.cz](http://www.presbariery.cz)).

## 7.1 Cíle, klienti a poskytované služby azylového domu

Hlavním cílem azylového domu je příprava na odchod každého klienta do návazného bydlení, to znamená do nájemních bytů či dalších pobytových služeb sociální péče. Další cíle azylového domu jsou, aby klienti získávali zdroje stabilních příjmů, který umožní odchod do návazného bydlení, aby obnovili vztahy s rodinou nebo jiné přirozené vztahy, aby řešili své závazky, naučili se využívat běžně dostupné služby a informace, pečovali o svůj zdravotní stav, podávali žádosti o přijetí do pobytových služeb sociální péče. Jednotlivé cíle si klienti volí podle svých potřeb a upřesňují je s ohledem na své možnosti.

Klienty azylového domu Záběhllice tvoří muži i ženy v seniorském věku či osoby se zdravotním znevýhodněním, kteří ztratili bydlení. Těmto klientům jsou nabízeny různé sociální služby. Azylový dům však není pro žadatele, kteří mají jinou možnost bydlení, jejich zdravotní stav vyžaduje pobyt v nemocnici či významně omezuje jejich soběstačnost. Ubytování je nevhodné pro osoby, které špatně snášejí soužití v kolektivu ([www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz)).

Domácí řád azylového domu uvádí, že hlavní poskytovanou službou je celodenní ubytování, úhrady za služby jsou stanoveny Vnitřním předpisem pro oblast Praha. Doba celkového ubytování zpravidla nepřevyšuje jeden rok, o prodloužení smlouvy vždy rozhoduje sociální pracovník při jednání s klientem. Při rozhodování o délce prodloužení smlouvy sociální pracovník vychází z vyhodnocení individuálního plánu klienta, smlouva nemusí být prodloužena z různých důvodů například že klient již dosáhl dohodnutých cílů, nebo naopak klient nespolupracuje při vytváření individuálního plánu, případně protože klient dlouhodobě neplní cíle dohodnuté v individuálním plánu anebo že při pobytu klienta v zařízení vyjde najevo, že služba nenaplnuje potřeby klienta.

Ubytování je poskytováno v jedno až třílůžkových pokojích. Přidělování lůžek závisí na momentální obsazenosti zařízení a provádí je vedoucí, sociální pracovnice, případně pracovník v sociálních službách. Při přidělování lůžka se přihlíží zejména ke zdravotnímu stavu klientů a jejich specifickým potřebám. Klient má právo požádat o změnu lůžka. Součástí poskytovaného ubytování je umožnění celkové hygieny a výměna ložního prádla každých 14 dní případně častěji dle aktuální potřeby. Klienti mohou dále využívat určenou terasu, společenskou místnost, společné hygienické zázemí, kuchyňku a zahradu. Přední službou sociálního poradenství tohoto zařízení je poskytování informací, které pomohou řešit nepříznivé sociální situace klientů, to znamená poskytnutí informací o možnostech výběru a využití dalších služeb, informací například o sociálních dávkách.

Do sociálního poradenství také patří pomoc při vyřizování běžných záležitostí jako je například vyplňování a podávání žádostí a v případě zájmu klienta také pomoc při obnovení nebo upevnění kontaktu s rodinou. Na sociálního poradenství navazuje individuální plánování, kdy sociální pracovník a klient sestavují a pravidelně vyhodnocují individuální plán. Čas poskytování sociálního poradenství je plánován společně s klientem. Dalšími službami jsou umožnění přípravy teplé stravy, kdy azylový dům zajišťuje klientům podmínky k samostatné přípravě teplého jídla. Dále pak možnost praní a žehlení osobního prádla a v neposlední řadě potravinovou pomoc, tedy výdej potravin, který je konán dle pravidel domácího řádu azylového domu.

## **PRAKTICKÁ ČÁST**

## 8 Kvantitativní předvýzkum

Nezisková organizace Naděje působí v celé České republice již od roku 1990 a nabízí velké množství služeb pro širokou škálu klientů. Jelikož samostatný výzkum absolventské práce je zaměřen na konkrétní zařízení organizace Naděje a konkrétní klienty, cílem předvýzkumu bylo zjistit, jakou pozici má arteterapie v jiných zařízeních neziskové organizace Naděje, posílit povědomí o možnostech arteterapií a také představit vzdělávací instituci Akademií Alternativa, s.r.o. a její činnost. Předvýzkum má pomoci orientovat se v dané problematice a zároveň poukázat na možnost nabídky služeb arteterapeutů pro klienty i zaměstnance.

### 8.1 Cíle, výzkumná otázka a hypotézy kvantitativního předvýzkumu

Hlavní cíl:

- **Zmapovat úroveň povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o arteterapeutické intervenci.**

Vedlejší cíle:

- **Osvěta arteterapie v zařízeních neziskové organizace Naděje.**
- **Šíření povědomí o činnosti Akademie Alternativa, s.r.o.**

Výzkumné otázky:

- **Jaká je úroveň povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o arteterapeutické intervenci?**
- **Mají vedoucí pracovníci v zařízeních neziskové organizace Naděje zájem o pravidelné arteterapeutické intervence pro své klienty?**

Hypotézy:

- **Dotazníkové šetření rozšíří povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o možnostech arteterapeutických intervencí.**
- **Zaměstnanci s vyšším povědomím o arteterapii mají větší zájem o pravidelnou arteterapeutickou intervenci.**

## 8.2 Metodologie kvantitativního předvýzkumu a popis respondentů

Předvýzkum je vzhledem k vyššímu počtu respondentů veden kvantitativní metodou. Pro kvantitativní část sociometrického předvýzkumu byl jako výzkumná metoda využit vlastní strukturovaný dotazník (**příloha č. 2**) s otevřenými i uzavřenými otázkami. Pro vytvoření dotazníku byly využity webové stránky [www.survio.cz](http://www.survio.cz). V úvodní části dotazníku byli nejdříve respondenti stručně obeznámeni s mou osobou, účelem a cílem absolventské práce a s časovou dotací pro vyplnění dotazníku. Následovalo 23 otevřených i uzavřených otázek. Součástí dotazníku byl také informovaný souhlas se zveřejněním výsledků předvýzkumu v rámci absolventské práce. Distribuce dotazníku proběhla emailem a výsledky byly zpracovány v aplikaci Survio. Následně byly vytvořeny v programu Excel grafy ilustrující výsledky zkoumání (**příloha č. 3**).

V rámci předvýzkumu bylo emailem rozesláno 42 dotazníků vedoucím pracovníkům ve všech zařízeních neziskové organizace Naděje v České republice (seznam oslovených pracovišť **příloha č. 1**). Kontakty na pracoviště byly dohledávány na webové stránce [www.nadeje.cz](http://www.nadeje.cz).

## 8.3 Prezentace výsledků kvantitativního předvýzkumu

Na dotazník odpovědělo 31 respondentů ze 42 oslovených, což odpovídá 74 % vyplněných dotazníků (**graf č. 1**). Zahájení dotazníkového šetření proběhlo v listopadu 2024 a bylo ukončeno v únoru 2025. Nejvíce dotazníků bylo vyplněno ihned po obdržení dotazníku v listopadu, v posledních dvou měsících vyplnilo dotazník pouhých 5 respondentů.

Z šetření vyplývá, že 42 % respondentů má v zařízení 5–10 zaměstnanců (**graf č. 2**) a 54 % zařízení se zaměřuje převážně na osoby bez přístřeší (**graf č. 3**).

Oslovená zařízení neziskové organizace Naděje dle dotazníku poskytují nejružnější služby: azylový dům pro muže, azylový dům pro ženy, noclehárnu pro muže, noclehárnu pro ženy, nízkoprahové denní centrum, terénní program, volnočasový klub, uspokojování základních životních potřeb - strava, hygiena, teplo, čisté ošacení, sociální poradenství, doprovody na úřady, sociální rehabilitace - podpora a pomoc dětem v náročné životní situaci spojené s duševním zdravím, rozvoj dovedností, kontakt se sociálním prostředím, potravinovou pomoc, podporu v případě nějaké duševní nepohody, podporu klientů ve

zvýšení co největší míry samostatnosti a soběstačnosti, podporu a pomoc dětem v náročné životní situaci spojenou s duševním zdravím, pobytovou službu pro osoby s mentálním i kombinovaným handicapem, péči v oblasti sebeobsluhy, vyplnění volného času, udržení či rozvoj dovedností v různých oblastech života, chráněné bydlení, domov se zvláštním režimem, pomoc rodinám s péčí, výchovou a vzděláváním dětí, nízkoprahové zařízení pro děti a mládež či sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi.

**Graf č. 4** ukazuje, že 62 % zařízení nabízí psychologickou pomoc pro své interní zaměstnance, z čehož 26 % nabízí psychologickou pomoc zaměstnanců nepravidelně a zbylí respondenti nenabízí žádnou psychologickou podporu interním zaměstnancům. Nabízenou psychologickou pomoc využívá 52 % interních zaměstnanců (**graf č. 5**).

58 % na dotazník odpovídajících zařízení nabízí psychologickou podporu pro své klienty (**graf č. 6**), nejčastěji zařízení nabízejí tyto služby - základní psychologickou podporu od interních zaměstnanců, v rámci organizace do střediska dojíždí psychoterapeut, psychologickou pomoc dětem a jejich rodičům, pomoc externího psychologa, možnost rozhovoru adiktoložkou, kaplanskou službu, spolupráci s lékaři, individuální psychoterapeutickou péči, terapeutickou odbornou péči, pastorační a duchovní podporu, prvky dramaterapie, prvky muzikoterapie, prvky arteterapie. Avšak 45 % klientů vůbec nabízených psychologických služeb nevyužívá (**graf č. 7**).

77 % oslovených respondentů zná umělecké terapie (**graf č. 8**), ale pouze 10 % se s nimi setkává v rámci práce v zařízení (**graf č. 9**).

Arteterapii zná a umí popsat 97 % zúčastněných respondentů (**graf č. 10**), avšak pouhých 6 % zařízení se s arteterapiemi setkává pravidelně, 84 % se s arteterapiemi neseťkává v zařízení vůbec a zbylých 10 % se s nimi setkává nepravidelně (**graf č. 11**). Jak často se v zařízení nabízí arteterapie ukazuje **graf č. 12**. 39 % dotázaných si myslí, že by jejich interní zaměstnanci měli aktivní zájem o pravidelné arteterapeutické intervence (**graf č. 13**) a 52 % si myslí, že by jejich klienti měli aktivní zájem o terapie (**graf č. 14**), pravidelná arteterapeutická intervence by dle dotázaných pomohla klientům v těchto oblastech - uvolnění, zklidnění, stmelení kolektivu, lepší sebehodnocení, podpora sebedůvěry, snazší vyjádření pro mladší klienty, navázání bližšího kontaktu při řešení krizové situace klienta, schopnost vyjádření se beze slov, vyjádření pocitů, které jsou pro klienta složité popsat, psychická podpora, efektivní trávení volného času, možnost otevírání nejrůznějších témat životů klientů, které běžně těžko otevírají, podpora fantazie a tvořivosti, odreagování od běžných problémů přežití, zklidnění, ventilace problémů jinak než pouze slovně, nový způsob jak zaměstnat hlavu, dát průchod emocím, arteterapeutická práce rodin s dětmi, aby rodiče mohli lépe porozumět svým dětem

a změnit tak přístup k výchově a péči o ně. **Graf č. 15** ukazuje, že 77 % dotázaných nemá zkušenosti s arteterapií při práci s klienty.

Nabídku volnočasových aktivit pro klienty má 39 % dotázaných respondentů (**graf č.16**), nabídky využívá 36 % klientů (**graf č. 17**).

Vyplnění dotazníku alespoň nepatrně rozšířilo povědomí o arteterapiích u 61 % dotázaných (**graf č. 18**), 97 % dotázaných respondentů neznalo před vyplněním dotazníku činnost a aktivity Akademie Alternativa, s.r.o. (**graf č. 19**).

## **8.4 Ověřování výzkumných otázek a hypotéz kvantitativního předvýzkumu**

Předvýzkum prokázal, že **vedoucí zaměstnanci mají vysoké povědomí o arteterapiích. 97 % z nich má povědomí o arteterapiích.** Tímto bylo **odpovězeno na výzkumnou otázku, jaká je úroveň povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o arteterapeutické intervenci.**

Současně respondenti zodpověděli, že **dotazník alespoň nepatrně rozšířil jejich znalosti o arteterapeutických intervencí, čímž byla potvrzena hypotéza, že dotazníkové šetření rozšíří povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o možnostech arteterapeutických intervencí.**

Dotazovaní měli vysoké povědomí o arteterapiích a měli přehled o tom, co by arteterapie mohla přinést jejich klientům. **52 % dotazovaných si myslí, že by jejich klienti měli aktivní zájem o pravidelné arteterapeutické intervence, a to je odpověď na výzkumnou otázku, zda mají vedoucí pracovníci v zařízeních neziskové organizace Naděje zájem o pravidelné arteterapeutické intervence pro své klienty.** Vzhledem k výše uvedenému by bylo vhodné zamyslet se nad otázkou, zda by vybraná zařízení neměla zařadit arteterapie do nabídky psychologické podpory či jako podpůrnou volnočasovou aktivitu pro své klienty.

Hypotéza, že **zaměstnanci s vyšším povědomím o arteterapii mají větší zájem o pravidelnou arteterapeutickou intervenci byla částečně potvrzena.** Dotázaní mají větší zájem o pravidelné arteterapeutické intervence spíše pro své klienty než pro své zaměstnance. Toto tvrzení může být způsobeno i tím, že interní zaměstnanci využívají nabídky psychologické podpory méně, než klienti jejich zařízení. Ti, kteří nemají zájem o pravidelné arteterapeutické intervence pro své klienty, jej nemají spíše proto, že se domnívají, že

zdravotní nebo mentální potenciál a motivace klientů jsou nízké. Další rozsáhlejší osvěta či nabídka ukázky arteterapeutické intervence jakožto například způsobu, jak tyto klienty aktivizovat by mohla mít vliv na změnu názoru a pohledu na arteterapie.

Předvýzkum byl ukončen, aby bylo možné zpracovat jeho výsledky a odprezentovat je v této práci. Díky aplikaci Survio je možné v případě potřeby dotazníkové šetření znovu spustit a rozeslat dotazník širší škále respondentů, čímž by bylo možné naplnit cíle v širším rozsahu.

## 9 Hlavní kvalitativní výzkum

Kvalitativní výzkum byl prováděn v Azylovém domě Naděje pro seniory bez přístřeší se zdravotním znevýhodněním Záběhllice. Tento azylový dům má bohatou historii a je všeobecně uznávaný. V tomto azylovém žijí pouze dospělí jedinci a senioři se zdravotním znevýhodněním bez přístřeší.

### 9.1 Cíle, výzkumné otázky a hypotézy kvalitativního výzkumu

Vzhledem k tíživé životní situaci klientů se autorka této práce rozhodla jako hlavní cíl výzkumu **prohloubit tvořivé myšlení klientů pomocí arteterapie**. Myslet tvořivě a kreativně znamená vytvářet neustálý posun vpřed. Neboť se kreativita netýká pouze umění, ale dá se velmi dobře uplatnit i v běžném životě. Tvořivost má mimo jiné vliv na rychlé a méně stresové řešení obtížných životních situací, dodává energii, stimuluje a zefektivňuje myšlení, probouzí originalitu, posiluje sebevědomí a přináší radost. Vedlejšími cíli potom bylo zjistit, jaké jsou hlavní motivace klientů Azylového domu Naděje pro seniory a znevýhodněné Záběhllice k pravidelné účasti na skupinové arteterapeutické intervenci, a také zjistit, jaký má pravidelná arteterapeutická intervence přínos pro klienty Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice. Vedlejší cíle by mohly pomoci dalším arteterapeutům, kteří by se chtěli věnovat v podobném zařízení stejné cílové skupině.

Z povahy samotné práce s klienty vyplývají také cíle krátkodobé obecné: **relaxace, podpora tvořivosti a fantazie, odreagování, uvolnění, cvičení koncentrace, ukotvování v čase a prostoru, adaptace na různé situace a orientace v nich, procvičování jemné motoriky, vnímání svého těla, vnímání svých pocitů a potřeb, cvičení soustředění a logického úsudku, zklidnění či radost z tvorby**.

Hlavní cíl:

- **Pomocí arteterapie prohloubit tvořivé myšlení klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice.**

Vedlejší cíle:

- **Zjistit jaké jsou hlavní motivace klientů Azylového domu Naděje pro seniory a znevýhodněné Záběhllice k pravidelné účasti na skupinové arteterapeutické intervenci.**

- **Zjistit, jaký má pravidelná arteterapeutická intervence přínos pro klienty Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice.**

Výzkumné otázky:

- **Jaký vliv na tvořivé myšlení klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice má pravidelná arteterapeutická intervence?**
- **Mají klienti Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice aktivní zájem o pravidelné arteterapeutické intervence?**

Hypotézy:

- **Pravidelnou arteterapeutickou intervencí se u klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice prohloubilo jejich tvořivé myšlení.**
- **Klienti Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhllice mají o pravidelné arteterapeutické intervence aktivní zájem.**

## 9.2 Metodologie kvalitativního výzkumu

Důležitou metodou výzkumu byl **Torranceho figurální test tvořivého myšlení**. Jedná se o test, který je navržen tak, aby odhalil všeobecný tvořivý potenciál klienta. Tento test identifikuje základní formy divergentního myšlení a měří flexibilitu, originalitu, plynulost a propracování. Tento test klienti tvořili na začátku a konci arteterapeutických intervencí. Testy porovnála a vyhodnotila kolegyně psycholožka Mgr. Alena Hasprunárová.

Dalšími podstatnými metodami výzkumu byly diagnostické kresebné projektivní testy, které se používají v psychologické arteterapeutické praxi. V tomto případě byly použity kresby stromu, domu, postavy a volné kresby, které klienti kreslili dvakrát, a to na začátku a na konci všech arteterapeutických intervencí. To autorce této práce umožnilo je vzájemně porovnat.

Další z použitých metod byly polostrukturované rozhovory, odpovědi byly zapisovány a následně byla vytvořena jejich transkripce. Tento typ rozhovoru umožnil směřovat průběh rozhovoru, reagovat na něj a pokud došlo k nedorozumění, tak otázku přeformulovat. Veškeré výstupy z kvalitativního výzkumu jsou ošetřeny podepsaným informovaným souhlasem klientů. Rozhovory byly uskutečněny na konci arteterapeutické intervence.

## 9.3 Popis výzkumného vzorku

Výzkumný vzorek se skládá z klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice. Jednalo se o muže i ženy v seniorském věku či osoby se zdravotním znevýhodněním, kteří z různých důvodů ztratili vlastní bydlení. Aby byla zachována anonymita klientů, byla jejich jména změněna. Účast na poskytnutých arteterapiích byla zcela dobrovolná a z podstaty výzkumu nebylo předem dáno, kdo se arteterapií bude účastnit.

### 9.3.1 Kazuistiky pravidelných účastníků arteterapeutických setkání

#### Libor

Pan Libor je 66letý středočeský rodák. Na dětství vzpomíná v dobrém. Jeho matka byla milující a otec měl údajně drobné problémy s alkoholem. S oběma rodiči měl klient dobré vztahy. Rodiče již nežijí. V mládí pana Libora uchvátila „bigbítová“ a punková ideologie, ke které dodnes tíhne. Sám klient je dvakrát rozvedený a má tři dospělé dcery a jednoho dospělého syna a čtyři vnoučata. Kromě nejstarší dcery není s dětmi ani vnoučaty v kontaktu. S nejstarší dcerou je v kontaktu pouze minimálně skrze sociální síť. S bývalými manželkami neudrhuje od rozvodu žádný kontakt.

V devadesátých letech pan Libor začal s vlastním podnikáním. Byl majitelem a také jediným zaměstnancem obchodu se smíšeným zbožím. Při této práci začal holdovat cigaretám a alkoholu. Alkohol byl důvodem obou jeho rozvodů. Alespoň v něčem se chtěl zachovat správně a vlastnictví svého bytu přepsal na dceru. Ta ho z bytu odstěhovala, a proto se dobrovolně poprvé přihlásil do protialkoholní léčebny. Následně získával rozmanitá zaměstnání, avšak krátkodobého charakteru. K alkoholu se brzy vrátil a jeho způsob života vyústil v žití na ulici. Na ulici žil dva roky. Opět se ocitl v protialkoholní léčebně. Po propuštění z léčebny se nechtěl vrátit na ulici a sehnal si ubytování v azylovém domě.

V současné chvíli bojuje klient se špatnou pohyblivostí díky artróze v kolenou a rukou. V rukou má také drobný třes, způsobený dlouhodobým užíváním alkoholu.

V Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice pobývá 7 měsíců. Klient je velmi optimistický. Hledí vstříc lepší budoucnosti, těší se, až získá vlastní pronájem. Ještě nedávno si přivydělával jako ostraha v supermarketu. Nevadilo by mu najít si

další ženu. Skrze nejstarší dceru se snaží urovnat vztahy i s ostatními dětmi a věří, že jeho chvíle ještě přijde. Jeden a půl let abstinuje a nekouří.

Pokud se panu Liborovi povede získat bydlení, má velkou šanci na to, aby se přirozeně začlenil do společnosti a nespádl znovu do závislosti, neboť jeho největší motivací jsou jeho děti, kterým by rád ukázal, že se snaží a umí žít příkladným životem.

## **Emil**

Klient se narodil v Praze a je mu 52 let. Vyrůstal v úplné rodině jako jedináček a jeho dětství bylo šťastné. Vystudoval střední strojírenskou školu a tomuto oboru se věnoval 20 let. Pan Emil nebyl nikdy ženatý a nemá žádné děti.

Po smrti rodičů se klient cítil osamělý a psychicky se zhroutil. Pokusil se o sebevraždu a ocitl se v psychiatrické léčebně. Po návratu z léčebny přišel o bydlení a ocitl se na ulici. Na ulici pobýval 16 měsíců.

Po psychické stránce se klient cítí dobře, nemá předepsané medikamenty, ale navštěvuje pravidelně psychologa. Léčí se diabetem druhého stupně, drží diabetickou dietu.

V Azylovém domě Naděje pro seniory se zdravotně znevýhodněné Záběhlíce pobývá půl roku. Pracuje na individuálním plánu Azylového domu a snaží se najít si vlastní bydlení a zaměstnání. Ve svém volnu chodí na dlouhé procházky.

Pakliže pan Evžen sežene brzy zaměstnání, bude schopen najít si vlastní bydlení a bude i nadále navštěvovat pravidelně psychologa, diabetologa a držet dietu, zvýší se jeho možnost na úspěšnou integraci do společnosti.

## **Miloslav**

Miloslav se narodil v Karviné, kde vyrůstal se svými rodiči a mladší sestrou. V deseti letech mu zemřel otec, ve čtrnácti letech mu zemřela matka. O pana Miloslava a jeho sestru se starala babička, se kterou měli sourozenci nádherný vztah. Sestra se v dospělosti přestěhovala do Řecka, kde zemřela. Klient měl ženu a dvanáctiletou dceru, které zahynuly v roce 2014 při autonehodě.

Celý život pracoval klient jako horník. V roce 2016 došlo k závalu dolu v Karviné. Po osmihodinovém vyprošťování se pana Miloslava podařilo zachránit a byl vrtulníkem transportován do nemocnice. Měl zcela rozdrčenou nohu a levou ruku. Po částečném zotavení byl převezen na rehabilitační oddělení do pražské nemocnice. Po propuštění z nemocnice se

nevrátil do Karviné, ale zůstal v Praze na ulici, kde přežíval 6 let, přičemž hojně užíval alkohol.

Do azylového domu se dostal díky kamarádce, se kterou se seznámil v rehabilitačním ústavu, pobývá zde čtyři měsíce. Díky vhodné rehabilitaci klient chodí s pomocí podpůrného chodítka, malíček a prsteníček levé ruky má zdeformovaný. Má strach z malých prostor a tmy.

V současné chvíli bylo klientovi nabídnuto spolubydlení, u již zmíněné kamarádky, které zvažuje. Snaží se vyjednat si alespoň částečný invalidní důchod a nalézt vhodné zaměstnání.

## **Dita**

Paní Dita je 68letá rodačka z Košic. Měla krásné dětství, které prožívala v rodinném domku se zahradou s oběma rodiči. V mládí se aktivně věnovala kanoistice. Našla si manžela, narodil se jim syn.

Když byl syn dospělý, tak se s manželem rozhodli přestěhovat do České republiky, jelikož bylo manželovi nabídnuto zajímavé zaměstnání. Po přestěhování však manžel zaměstnání nedostal a klientka se i s manželem ocitli na ulici. Na ulici byli pouze dva měsíce, poté jim bylo nabídnuto bydlení v chatové oblasti, které využili. Než si stihli sehnat zaměstnání, tak manžel zemřel a paní Dita zůstala sama.

Ihned se přestěhovala do azylového domu pro ženy a postupně vystřídalala různé azylové domy, vyjednala si starobní důchod a šetří si na vlastní bydlení. Je jí moc smutno po manželovi. Se synem je v minimálním kontaktu. Klientka nemá žádné zdravotní potíže, je samostatná a má velmi dobré vyhlídky na plné začlenění do společnosti.

## **Julia**

Paní Julii je 71 let. Vyrůstala na Slovensku se svými rodiči a sestrou, mezi sebou měli velmi blízké vztahy. Když bylo klientce 9 let, zemřel jí otec, matka klientky smrt manžela velmi těžce nesla a ocitla se na psychiatrickém oddělení. O klientku a její sestru se v tu dobu starala babička.

Když klientka dospěla, tak se zamilovala do chlapce z České republiky, za kterým se odstěhovala. Narodila se jí dcera, ale s partnerem jí vztah nevydržel. Celý život pracovala jako prodavačka v cukrárně. Často cestovala za svým novým přítelem do Německa, ale nikdy

se tam neodstěhovala. Narodil se jí vnuk. Vzhledem ke špatným rodinným vztahům přišla o bydlení a ocitla se na ulici, o tomto období klientka nemluví. S dcerou ani dospělým vnukem není v přímém kontaktu. O životě dcery a vnuka se dozvídá od svých známých.

Nyní je paní Julia ve starobním důchodu. V azylovém domě žije již rok a půl. Trápí ji artróza v rukou, problémy se štítnou žlázou. Stále doufá, že se jí dcera ozve a vezme si ji k sobě domů. Má zažádáno o místo v domově pro seniory.

## **Josef**

Pan Josef se narodil v Praze. Je mu 66 let. Měl krásně dětství, vyrůstal na pražském sídlišti v bytě se svými rodiči.

Už od dob dospívání se věnoval hudbě, která ho uchvátila natolik, že se stal asistentem („bedňákem“) oblíbené české zpěvačky, kterou doprovázel na koncerty. Po smrti rodičů se rozhodl emigrovat do Německa, kde žil 20 let. Když se vrátil do České republiky, tak zjistil, že mu byl zabaven byt, proto se nastěhoval ke své tehdejší přítelkyni, se kterou provozoval kočičí útulek. Po rozchodu se klient nastěhoval ihned do azylového domu. Měl problémy s klinickými depresemi, bral medikamenty.

Nyní medikamenty neužívá, navštěvuje pravidelně psycholožku, když je nervózní, tak má silné tiky v obličeji. V azylovém domě v Záběhlicích žije 7 měsíců. Snaží se zajistit si prostředky, aby se mohl odstěhovat. V azylovém domě je velmi nespokojený, nikdy nebyl na ulici ani v žádném azylovém domě nebo podobném zařízení, chybí mu soukromí. Pobírá důchod. U klienta je vysoká pravděpodobnost, že si své bydlení najde a bude zcela samostatný.

## **9.4 Průběh kvalitativního výzkumu**

Všechna setkání probíhala v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice. Setkání se konala v prostorách jídelny využívané také jako společenská místnost, kde bylo dostatek místa pro všechny klienty, včetně prostorných stolů. Na termínech setkání jsme se vždy domlouvali minimálně 4 dny předem s vedením Azylového domu i s klienty. Po celou dobu byl na nástěnce azylového domu vyvěšen letáček s datem následujícího arteterapeutického setkání (vzor letáčku **příloha č. 5**).

Arteterapeutické intervence probíhaly dle předem připravené baterie cvičení (**příloha č. 4**), která byla posouzena, co se týče vhodnosti využití v konkrétním zařízení s klienty Mgr. Markétou Vykoukalovou, DT. Tento plán byl během arteterapeutických intervencí modifikován dle aktuální situace, potřeb účastníků a počtu účastníků na každém setkání. Skutečný realizovaný plán a průběh arteterapií je popsán níže. V rámci kvalitativního výzkumu bylo uskutečněno úvodní setkání, 15 arteterapeutických setkání, závěrečné setkání a mimořádné setkání. Baterie testovacích cvičení obsahuje plán na 20 setkání, aby umožnil nutnou variabilitu. Po domluvě s vedoucími pracovníky v zařízení byla určená časová dotace na každé uskutečněné arteterapeutické setkání 120 minut.

### **9.4.1 Úvodní setkání**

**Datum:** 18. 11. 2024

**Čas:** 16.00

**Počet klientů na setkání:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Michal, Radana, Dita, Anna

**Časová dotace setkání:** 60 minut

Úvodní setkání proběhlo dle předchozí telefonické domluvy nejdříve v kanceláři vedoucího azylového domu, se kterým jsem se dohodla na tom, jaký bude průběh, časová dotace a kde se budou arteterapie konat. Dohodli jsme se, že se vždy domluví s klienty na dalším termínu konání arteterapie a následně vytvořím letáček, který vedoucí vytiskne a pověsí na dveře společenské místnosti a do výtahu azylového domu. Také jsme se domluvili, že veškeré materiály a pomůcky budu zajišťovat já, ale budu mít místo v kanceláři, kdy si tyto věci budu moci nechávat. První informaci klientům o termínu a času tohoto úvodního setkání na arteterapiích předal vedoucí klientům při osobním setkání.

Následně jsem se přemístila do společenských prostor azylového domu. Jelikož účast na arteterapeutických intervencích byla čistě dobrovolná, nevěděla jsem, kolik klientů přijde. Na úvodní setkání přišlo sedm klientů. Bylo nutné od stolu odstranit tři židle, neboť jedna klientka je na invalidním vozíku a dva klienti používají invalidní chodítka, na kterých také sedí.

Nejdříve jsem se klientům představila, řekla pár slov o sobě a mé dosavadní práci a následně jsem klientům odprezentovala důvod mé přítomnosti, cíle výzkumu a předmět mé absolventské práce. Obeznámila jsem klienty s nutností podepsat informovaný souhlas

s účastí na kvalitativním výzkumu pro potřeby absolventské práce na téma Arteterapeutické intervence v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice se zaměřením na rozvoj tvořivého myšlení, pokud se budou chtít pravidelně účastnit arteterapií. Všichni klienti s podpisem souhlasili a informované souhlasy podepsali. Součástí informovaných souhlasů jsou také pravidla účasti na skupinových arteterapiích (příloha č.6), která jsme si společně s klienty detailně probrali a vzájemně odsouhlasili. Také jsme se domluvili, že z důvodu ochrany osobních údajů nebudu do samotné práce uvádět pravá jména klientů.

Nakonec se každý z klientů představil, řekl něco o sobě a svěřil se svými předchozími zkušenostmi s arteterapiemi a s důvodem své prvotní účasti na poskytnuté arteterapeutické intervenci. Také jsme se dohodli, že se vzájemně budeme oslovovat křestními jmény, ale budeme si vykat. Poté jsme se domluvili na termínu a čase dalšího setkání a rozloučili se. **Stručný výstup z úvodního setkání představuje tabulka č. 1.**

#### **9.4.2 První setkání**

**Datum:** 21. 11. 2024

**Čas:** 14.00

**Počet klientů na setkání:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Michal, Radana, Dita, Anna

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Představ sám sebe
- **Cíl:** představení účastníků arteterapií v zařízení, představení arteterapeuta v zácviku, navázání vztahu mezi účastníky a arteterapeutem v zácviku, masáž rukou
- **Zadání:** Posílání si masážního míčku mezi účastníky včetně arteterapeuta ve výcviku. Každý, kdo drží míček se představí a řekne, co od arteterapií očekává a co ho motivovalo k tomu, aby přišel, přičemž si masíruje ruce míčkem.
- **Materiály a pomůcky:** masážní míček
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

##### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Moje ruce
- **Cíl:** vnímání sebe sama, vnímání svého těla, podpora tvořivosti

- **Zadání:** Prohlédněte si své ruce. Uvědomte si, co pro vás znamenají, co všechno držely a dokázaly, jaký dotek je jim příjemný či nepříjemný. Pak své ruce obkreslete a libovolně vymalujte/dokreslete. Nakonec můžete ruce vystříhnout a naohýbat (mohou něco držet atd.).
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** čtvrtky formátu A4, tužky, pastelky, voskovky, vodovky, štětce, kelímky s vodou, nůžky, lepidla
- **Časová dotace cvičení:** 50 minut
- 

### Projektivní kresebné testy:

#### Volná kresba

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka
- **Zadání:** Nakreslete/namalujte co chcete/co vás právě zajímá. Až budete mít hotovo, odložte pomůcky a řekněte „mám hotovo“.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky, pastelky, voskovky, vodovky, štětce, kelímky s vodou
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

#### Kresba domu

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka
- **Zadání:** Nakreslete dům.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 10 minut

### Průběh setkání:

#### Libor

Zopakoval, že má zkušenost s pravidelnými arteterapiemi, řekl, že již sedm měsíců úspěšně abstínuje, je mu 66 let a je v invalidním důchodu.

Liborovi se tato aktivita od začátku moc líbila. Hned sáhl po fixech. Ruce si obkreslil. Levou ruku modrým fixem oranžově naznačil žíly a na každý prst namaloval nějaký obličej. Na levé ruce se obličejy spíše mračili. Údajně proto, že má Libor v levé ruce časté křeče. Pravou ruku obtáhl zelenou fixem žíly naznačil modře a opět vyobrazil na každý prst obličej, na této ruce se naopak obličejy spíše usmívají (**obrázek č. 1**). Ruce nechtěl vystříhnout ani

dále dotvořit. Po celou dobu kresby se usmíval a byl aktivní, udržoval semnou oční kontakt. Kdyby jeho nakreslené ruce měly něco držet, tak by to byla želva, kterou měl ve svém bytě dříve a nyní mu velmi chybí.

Libor dlouho přemýšlel, co by nakreslil, a nakonec se rozhodl pro kresbu tužkou a nakreslil želvu, nad kterou napsal „2x“ (**obrázek č. 2**). Když měl ještě byt, tak tam choval dvě želvy, po kterých se mu stýská. Nechtělo se mu ale kreslit dvě, proto to vyjádřil číslem. Kresba je jednoduchá a nese rysy dětské kresby. Při kresbě se tvářil smutně ale soustředěně.

Jako jedinému panu Liborovi kresba domu nevadila, a naopak ho bavila. Z předchozích arteterapií v protialkoholní léčebně věděl, že se jedná o diagnostický test. Snažil se co nejvěrněji nakreslit azylový dům, hodně se zaměřil na okna. První pokus se mu údajně nepovedl (špatné dispozice), tak papír otočil a kreslil na druhou stranu (**obrázek č. 4**). Nakreslil i slunce a mraky, bylo mu líto, že si nevzpomněl a nenakreslil plot. I přesto, že se obrázku věnoval nejdéle, působí jednoduchým a lehce infantilním dojmem. Kresbě věnoval nepřetržitě celých 10 minut.

## **Emil**

Po pokusu o sebevraždu se léčil na psychiatrickém oddělení, odtud nemá rád arteterapie, jelikož je měl povinné a arteterapeut byl nepříjemný a nutil ho do aktivit. Chce vidět, zda to nyní bude jiné, nechce se účastnit žádných aktivit, chce pouze pozorovat. Rok neužívá medikamenty. Má rád žraloky.

I přesto, že na začátku arteterapie odmítl spolupracovat a chtěl být pouze pozorovatelem, pomohl paní Radaně s natíráním barvy na její ruce a ostatním klientům podával pomůcky, myl štětce, nosil vodu. V roli pozorovatele měl klient dobrou náladu a byl veselý.

Emil se volné kresby aktivně nezúčastnil, radil však paní Radaně s jejím dílem. Sám by prý nakreslil žraloka. Ale trval na tom, že on kreslit nebude.

Klient vůbec nechápal, proč právě klienti azylového domu mají kreslit dům. Cvičení se neúčastnil a dvakrát vyjádřil nepochopení, proč by měl něco takového dělat. Při probírání tohoto tématu se změnila jeho nálada k horšímu, začal být negativní a několikrát řekl, že přesně toto je důvod, proč nemá rád arteterapie.

## Miloslav

Chce zkusit něco nového, necítí se psychicky ani fyzicky moc dobře. Je mu 52 let. Vzhledem k jeho zdravotnímu postižení – prsty levé ruky má postiženy – se mu do této aktivity moc nechtělo, nakonec své ruce obkreslil modrou pastelkou (**obrázek č. 6**). Ukazováček, prostředníček a prsteníček pravé ruky vybarvil. Požil barvy svého oblíbeného fotbalového týmu, pak nakreslil prsten a prsteníček vybarvil modře. Levou ruku nevybarvil vůbec. Nechtěl ruce více dodělávat. Nechtěl, aby jeho ruce něco držely. Při tvorbě byl soustředěný a pečlivý. Po skončení arteterapeutického setkání za mnou pan Miloslav přišel a ptal se mě, jak by měl nakreslit spíše ruce, které chtějí něco odhodit a následně se mi svěřil s tragickou ztrátou své manželky a dcery. Říkal, že má pocit, že by mu arteterapie mohly pomoci, a proto se jich zúčastnil.

Pan Miloslav nakreslil modrou pastelkou kopce se stromy a houbami (**obrázek č. 7**). Když dostal zadání, tak hned věděl, co bude kreslit. Má to být vzpomínka na jeho mládí, kdy prázdniny trávil u své babičky a tam často chodili do lesa. Kresba je na šířku papíru, velmi zjednodušená. Během kresby se lehce usmíval a velmi se soustředil. Navazoval semnou oční kontakt

Dům pana Miloslava je velmi malý a umístěný uprostřed dole papíru (**obrázek č. 9**). Je to velmi zjednodušená kresba, která postrádá detaily. Nejedná se o žádný konkrétní dům. Kresba mu trvala asi půl minuty a po dokreslení již nevyužil čas, který mu na kresbu zbýval. Při kresbě domu navazoval semnou stále častější oční kontakt. Dům nechtěl popsat, řekl mi, že pouze splnil úkol, který jsem zadala.

## Michal

Přišel, protože ho přemluvila paní Radana, se kterou se v azylovém domě přátelí.

Panu Michalovi se aktivita údajně líbila, ruce obkreslil zelenou pastelkou a tužkou naznačil vrásky kloubů. Všechny nehty vybarvil také zeleně, kromě prostředníčku a ukazováčku levé ruky. Nehty prostředníčku vybarvil fialově a nehty prsteníčku vybarvil modře (**obrázek č. 11**) Při kresbě si špital s paní Radanou a měl dobrou náladu. Na ukazováček levé ruky také nakreslil prsten, který prý kdysi měl, ale musel ho dát do zastavárny. Kdyby tyto ruce měly něco držet, tak volant, protože se pan Michal dříve živil jako řidič kamionu.

Michal nevěděl co kreslit, tak nakonec nakreslil paní Radanu, protože s ní je sranda a mají spolu přátelský vztah (**obrázek č. 12**). Kreslil pastelkami a zaměřil se také na detaily. I při této činnosti se věnoval kontaktu s paní Radanou.

Pan Michal nakreslil dům, jaký by si přál mít (**obrázek č. 13**). Často zvýrazňoval cihly a hodně se zaměřil také na dveře. Dům je umístěn uprostřed papíru a je velký. Říkal, že ví, že dům nikdy mít nebude, ale samotná představa se mu líbí. Také pan Michal nevyužil všechny poskytnutý čas na kresbu, a když po čtyř minutách dokončil kresbu, tak dále nic nedokresloval.

## **Radana**

Přišla, protože chce tvořit něco hezkého, ale nechce kreslit. Vadí ji, že je na invalidním vozíku, neví, zda bude chodit pravidelně, podle toho, co budeme dělat. Je bývalá zdravotní sestra.

Paní Radana nerada kreslí, ale velmi ji zaujala možnost natřít si ruce prstovými barvami a obtisknout je na papír (**obrázek č. 14**). S natíráním rukou ji pomáhal pan Emil, jelikož chtěla obě ruce nejdřív natřít a až potom naráz obtisknout. Jelikož dlouze vybírala barvy, tak ji různě zasychaly a nátěry museli několikrát opakovat. Proto také vznikla dvě díla. Vybrala si modrou, bílou a červenou barvu, jako českou vlajku, ale jelikož bílá nebyla dost vidět, tak přidala žlutou. Radana byla velmi spokojená a říkala, že jí to udělalo velkou radost, jelikož se odvážala a uvolnila. Při této aktivitě Radana sršela vtipem a dobrou náladou, často si povídala s panem Michalem. Se svými díly byla spokojená.

Radana vůbec kreslit nechtěla, ale nakonec ji podpořil pan Emil a nakreslila modrým fixem velrybu (**obrázek č. 15**), kresba je velmi jednoduchá až infantilní. Nakreslila ji na obě strany papíru, jelikož nevěděla, kde přesně má velryba ploutve. Vybrala si velrybu, protože má ráda moře a velryby jsou podle ní královny moře. Kresbě věnovala minimum snahy a energie a vytvořila ji jen proto, že jsem ji o to požádala.

Radana dům odbyla, jelikož se jí kreslení obecně moc nezamlouvá (**obrázek č. 16**). Obzvlášť u kresby domu vůbec kreslit nechtěla, jelikož nechápala, proč lidé bez domova mají kreslit dům. Celou dobu kresby měla připomínky. Kresbě věnovala necelé dvě minuty a pak si šla odskočit. Její kreslený dům je velký, ale také postrádá veškeré detaily. Klientka se k domu nevyjádřila, jen řekla, že dům kreslila, protože jsem ji o to požádala a vůbec se jí tato aktivita nelíbila.

## Dita

Velmi ráda tvoří a kreslí, miluje háčkování, měla radost, že v azylovém domě nabídnuta arteterapie. Ráda zkouší nové věci a nechce se v azylovém domě nudit. Je jí 68 let.

Paní Dítě se od začátku aktivita zamlouvala, říkala, že to na ní působilo uklidňujícím dojmem. Levou ruku obkreslila červenou voskovkou, hnědou voskovkou vybarvila nehty a celou ruku vybarvila „tělovou“. Pravou ruku obkreslila modrou voskovkou, nehty vybarvila černou a celou ruku vybarvila „tělovou“ (**obrázek č. 17**). Výsledek tvorby se jí velmi zamlouval. Při kresbě působila klidným a vyrovnaným dojmem. Kdyby tyto nakreslené ruce měly něco držet, tak by to mělo být veslo, protože se jako mladá závodně věnovala kanoistice. Když mluvila o kanoistice, tak se rozzářila a její projev byl energičtější.

Paní Dita bez váhání začala kreslit, využila celý papír a použila pouze tužku. Nakreslila kánoi s číslem 13 (**obrázek č. 18**) a pádlo s odkazem na své mládí, kdy závodně jezdila na kánoi právě pod tímto číslem. Mluvila o svém dospívání, o tom, že jezdila závodně za Košice a že byla plná síly a života. Nyní si již plná síly nepřipadá a rychle se unaví.

Kresba Dity je detailnější než ostatní. K domu vede cesta a okolo je plot (**obrázek č. 20**). Dům má přiměřenou velikost, má se jednat o chatku, kde paní Dita bydlela se svým manželem. Při této kresbě paní Dita výrazně posmutněla a přidala se k ostatním s tím, že neví, proč by měla kreslit dům, když žádný nemá.

## Anna

Přišla jen tak, neví, co má říct. Paní Anně se naopak aktivita nelíbila, nevěděla, jak to uchopit a ani ji to moc nebavilo. Nakonec obkreslila levou ruku zelenou voskovkou a pravou ruku fialovou voskovkou (**obrázek č. 22**). Nechtěla dodělat žádné detaily ani je vybarvit. Při kresbě působila posmutněle a jako by neměla energii. Nenavazovala oční kontakt.

Anna vůbec nevěděla, co má dělat. Nakonec voskovkou nakreslila fialový klíč vybarvený modře a pod něj fialový otazník (**obrázek č. 23**). Oba symboly nakreslila do pravého horního rohu papíru, který měla položený na výšku. Nechtěla říci, co má klíč a otazník znamenat, řekla, že si to chce nechat pro sebe. Byla tichá a když mluvila o klíči a otazníku, tak působila smutně.

Paní Anna ještě více posmutněla během tohoto zadání. Nakreslila spíše menší dům uprostřed papíru, opět zcela bez detailů (**obrázek č. 24**). Tahy tužkou jsou nejisté, čárkované.

Kreslila však velmi rychle. Měla práci hotovou za necelé tři minuty a nevyužila zbytek času, aby cokoliv dokreslila. Řekla, že takto ona kreslí dům a nechce mi nic víc říci.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe arteterapeuta:**

Klienti byli překvapeni množstvím aktivit, které jsem na první setkání připravila. Paní Radana šířila velmi pozitivní náladu, ale prosila mě, abych vybrala aktivity, kde se nemusí tolik kreslit, ale spíše něco vyrábět a vzhledem k blížícím se Vánocům, zda bych mohla na období adventu vybrat aktivity spojené s Vánocemi. Ostatní klienti se k paní Radaně nadšeně přidali.

Kresba domu klienty rozladila a cítila jsem negativní postoj k činnosti. Vůbec nechápali, proč by zrovna klienti bez přístřeší měli kreslit dům. Kresby měli velmi rychle hotové, nechtěli jim věnovat čas a energii. Pro tento typ klientů je nutné vždy pečlivě rozmyslet, zda tento test zadat hned na začátku intervencí, neboť se necítí komfortně.

Paní Anna nebyla po celou dobu příliš aktivní ani v dobré náladě a sama řekla, že neví, zda se ještě bude arteterapií účastnit. Dozvěděla jsem se, že dva nepřítomní klienti – pan Jan a paní Juliana, se chtěli účastnit arteterapií, ale byli v tento čas u lékaře.

Zajímavé je sledovat aktivitu pana Emila. Při sezení se chová spořádaně, a ačkoliv nechce pracovat, tak se účastní všech společných diskuzí a pomáhá ostatním. Byl pozitivní, dokud nepřišlo na kresbu domu, ke které se stavil velmi negativně. K tématu začarované rodiny byl také velmi negativní. Všichni klienti na setkání souhlasili s tím, že bude pan Emil přítomen, i když netvoří. Já respektuji rozhodnutí klienta, ale před každým cvičením mu nabízím pomůcky.

Kromě úpravy počtu židlí, které bylo nutné přizpůsobit potřebám klientů se první setkání vydařilo a neslo v dobrém duchu. Na začátku sezení byla přítomna také hlavní sociální pracovnice a dvě pracovnice v sociálních službách, které chtěly vidět, co přesně s klienty budu dělat a zároveň připravily klientům čaj a drobné pohoštění. Do průběhu sezení vůbec nezasahovaly. Odešly zhruba v půlce sezení. Dohodly jsme se však, že na další setkání již chodit nebudou. Klienti mě také poprosili, zda bych na další setkání mohla přivést svého psa (vedení zařízení tento návrh schválilo).

Jako arteterapeut v závěru jsem z počátku cítila velkou nervozitu, která se projevila na přílišně složitém vysvětlení hlavní aktivity. S postupem času jsem se cítila lépe a sebejistěji. Pro příští setkání bych si také měla všechny pomůcky na každé konkrétní cvičení

rozložit na stůl, aby mi pak podávání materiálů netrvalo tak dlouhou dobu. Vzhledem k požadavkům klientů musím přizpůsobit a pozměnit cvičení na další setkání.

### 9.4.3 Druhé setkání

**Datum:** 26. 11. 2024

**Čas:** 9.00

**Počet klientů na setkání:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Michal, Dita, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### Rozehřívací cvičení:

- **Téma:** Potěš přítele
- **Cíl:** navození přátelské atmosféry, zlepšování vztahů mezi účastníky arteterapií, upevňování vztahu mezi terapeutem a klienty
- **Zadání:** Budete si předávat klubíčko s vlnou tomu, koho si vyberete, zároveň o něm řeknete něco pěkného. Každý si nechá „konec“ klubíčka u sebe, čímž vznikne „sít“ mezi vámi. Pak budete společně přemýšlet o tom, co vám vzniklý útvar připomíná.
- **Materiály a pomůcky:** klubko vlny
- **Časová dotace cvičení:** 25 minut

#### Hlavní terapeutické cvičení:

- **Téma:** Roční období
- **Cíl:** adaptace na různé podmínky a orientace v nich, podpora tvořivosti
- **Zadání:** Účastníci budou mít za úkol do každého pole čtvrtky nakreslit/namalovat libovolným médiem jedno roční období – jak ho vnímají/jak to vypadá v přírodě/co mají s tím období spojené/atd.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** pastelky, voskovky, vodové barvy, štětce, hadříky, kelímky na vodu, voda, čtvrtka formátu A3 rozdělená na 4 části
- **Časová dotace cvičení:** 50 minut

#### Projektivní kresebné testy:

##### Kresba stromu

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka

- **Zadání:** Nakreslete libovolný strom. Máte časový limit 10 minut.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

### Kresba postavy

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka
- **Zadání:** Nakreslete postavu. Můžete použít také pastelky. Máte časový limit 10 minut.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky, pastelky
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

### Průběh setkání:

#### Libor

Rozehřívací aktivita byla pro pana Libora nejnáročnější, neboť s aktivitou začínal. Nevěděl, jak celou situaci uchopit, a nakonec podal klubičko vlny paní Ditě po své levici a pochválil ji barvu svetru. Přiznal se, že ostatní klienty azylového domu moc nezná. Dlouho se nerozmýšlel a viditelně chtěl mít tuto činnost rychle za sebou. S paní Ditou nenavázal oční kontakt.

Hlavní cvičení se Liborovi líbilo. Použil fixy, čtvrtku přeložil napůl, ale vertikální čáry naznačil fixem. Kreslil na šířku čtvrtky. Do levého horního rohu nakreslil dva zelené velké mraky a pod mraky tři malé zelené kytky, údajně petrklíče. Všechny jsou identické a mají symbolizovat jaro. V pravém horním rohu nakreslil dva velké hnědé mraky a jeden hnědý holý strom, tento úsek má být pro pana Libora podzim. V levém dolním rohu jsou dva velké modré mraky, modré moře, usmívající se slunce, na moři, loď, v moři plavec a ryba. Léto má klient nejradši a věnoval mu nejvíce času. Svěřil se, že teprve díky neziskové organizaci Naděje se dostal v létě poprvé v životě do zahraničí, konkrétně do Maďarska a moc si to užil. Někdy by rád viděl moře. V pravém dolním rohu obrázku klient nakreslil dva holé zelené stromy – smrky a jeden vánoční strom s ozdobami. Chtěl také nakreslit siluetu osoby, ale připomínala mu spíše mravence, tak domaloval i tykadla. Tento obrázek měl symbolizovat zimu, a jelikož se blížilo období Vánoc, tak ho napadlo ztvárnit tento obrázek spíše vánočně. Při kresbě ročních období (**obrázek č. 25**) působil pan Libor uvolněně.

Z arteterapií v protialkoholní léčebně ví, že kresba stromu je diagnostickým testem. Nakreslil velmi jednoduchý strom (**obrázek č. 26**) přes celý papír s pravidelným dýchováním

kůry, které přechází ve větve stromu. Kolem větví je naznačená koruna. Neví, jaký strom konkrétně by to mohl být, ale připadá mu spíše jako atomový výbuch. Více se k obrázku vyjadřovat nechtěl.

Kresba postavy (**obrázek č. 28**) nebyla pro pana Libora opět žádným překvapením. Nakreslil sám sebe v době dospívání (před revolucí) v jeho oblíbené džínové bundě a s dlouhými vlasy. Rád by se zase hýbal a měl tolik energie jako tehdy. Na své dospívání a předrevoluční časy rád ve svých vyprávěních vzpomíná. Celé setkání působil pan Libor uvolněně a v dobré náladě.

## **Emil**

Pan Emil se odmítl účastnit veškerých aktivit a chtěl být pouze pozorovatelem a pomocníkem ostatních. Nemá rád žádné konkrétní roční období. Nejradši má, když není ani vedro, ani zima, když nesněží ani neprší. Zkrátka tak akorát, protože velmi rád chodí na dlouhé procházky, které prospívají k jeho dobrému psychickému rozpoložení. Povídal o svých procházkách po okolí a mluvil o svém každodenním cíli ujít deset tisíc kroků. Kdyby kreslil strom, tak asi lípu, jakožto strom národní a on sám se cítí jako vlastenec. Ke kresbě postavy se stavil nejvíce odmítavě, nemá rád kresby postav, protože to neumí. Po celou dobu arteterapeutického setkání byl v dobré náladě, do průběhu nezasahoval, pokud nebyl vyzván, a i když nekreslil, tak se vždy alespoň ústně vyjadřoval k tématu – co by nakreslil. Navazoval s ostatními účastníky oční kontakt.

## **Miloslav**

Klient Miloslav pokračoval v tom, co dělali klienti před ním a pouze předal klubko klientce Julianě a pochválil ji, že jí to dnes sluší. Bylo mu líto, že na setkání není paní Radana, kterou zná lépe, a mohl by být kreativější.

Jako jediný pan Miloslav přeložit čtvrtku na čtyři sloupce. Veškerou kresbu umístil do dolní části čtvrtky a zbytek nechal volný (**obrázek č. 30**). Použil kombinaci voskovek, fix a tužky. Do prvního sloupce nakreslil zelenou trávu a na ni tři šedé malé květy – tulipány – mají znázorňovat jaro. V dalším sloupci znázornil spíše abstraktním způsobem podzim, dle jeho slov nakreslil plískanici. Do třetího sloupce nakreslil růžového sněhuláka, který má znázorňovat zimu. Má růžovou barvu, jelikož bílá by údajně nebyla na čtvrtce vidět a měl ji po ruce. Na posledním sloupci znázorňující léto nakreslil moře s jednoduchou plachetnicí

a vysoko nad ní velké žluté slunce. Klient nepreferuje žádné roční období. Nechtěl se k dílu dále vyjadřovat, ale práce se mu líbila.

Kresbu stromu (**obrázek č. 31**) vzal pan Miloslav zodpovědně a práce ho bavila. Strom má zcela holé větve, ale je velmi rozvětvený, pod naznačenou zemí jsou vyznačeny dlouhé kořeny. Na stromě jsou dvě hrušky – jedná se o hrušeň na podzim. Hrušky má rád, protože se z nich dělá hruškovice. Strom i přesto, že je holý působí propracovaně. Uprostřed stromu je naznačená díra, ze které něco trčí, klient neuměl vysvětlit co.

Postavu nakreslil Miloslav opět do spodní části papíru (**obrázek č. 33**). Jedná se o postavu muže, má jen symbolicky naznačené oči, chybí mu ruce i nohy, nechtěl je kreslit, postava se usmívá. Nechtěl ani moc kreslit postavu, protože to neumí. Nechtěl dodělávat ani žádné detaily a tato práce ho bavila zatím nejméně. Miloslav je tichý a neprojevuje radost.

## **Michal**

V rozechřívacím cvičení klient pokračoval v tom, co začali předchozí klienti, a podal klubko vlny kolegovi Josefovi a pochválil mu košili.

Klient Michal omylem přeložil čtvrtku na osm dílů. Použil fixy a pastelky. Do prvního rámečku nakreslil léto. Konkrétně slunce, zelenou louku se dvěma jemnými žlutými květy. Po louce běží pes. Inspiroval ho pes přítomný na arteterapii. Vzpomínal, že v dětství měl u babičky psa, se kterým si často hrál na louce. Podzim vyjádřil pan Michal dvěma holými hnědými stromy na hnědé zemi. Velký sněhulák s růžovým hrncem na hlavě má představovat zimu. Michal zapomněl nakreslit mrkev místo nosu, na což ho upozornil pan Emil. V posledním poli je nakreslená květina – slunečnice, která má představovat léto. Jediné léto je nakresleno pouze pastelkami a působí velmi jemně. Klient má rád všechna roční období (**obrázek č. 35**). Tvorba tohoto díla mu připomněla jeho bývalé zaměstnání řidiče kamionu, kdy ve všech ročních obdobích jezdil po různých zemích Evropy. Práce ho velmi bavila a dělal ji 30 let.

Detailně vypracovaný veliký strom plný detailních listů a plodů hrušek (**obrázek č. 36**). Jedná se o hrušeň. Pana Michala tato kresba zaujala a hned věděl, jak bude pracovat. Kůra má pravidelně dýchování. Uprostřed díra, která je podle klienta obydlím lesních zvířat a ptáků. Kresba působí jistě.

Kresbu postavy vzal klient po svém a nakreslil rovnou postavy dvě (**obrázek č. 37**). O kresbě postavy pan Michal nechtěl moc mluvit i přesto, že mu zabrala nejvíce času. Řekl pouze, že nakreslil sám sebe za mlada se svojí bývalou ženou, která je na obrázku z profilu

a má výrazně ženské křivky. Nakreslil dobu, kdy byli s manželkou velmi šťastní. Michal je na obrázku ztvárněn s úsměvem a velmi dbal na detaily na oděvu.

## **Dita**

Paní Dita překvapivě nepochválila oděv pana Miloslava, který seděl vedle ní, ale když mu podávala klubko vlny, tak mu řekla, že z něj dnes cítí pozitivní energii.

Čtyři roční období klientka pojala velmi zodpovědně (**obrázek č. 38**). Čtvrtku přeložila na velmi přesné stejné části a dala si na tom velmi záležet. Na celé dílo použila pouze pastelky. Do prvního pole nakreslila velké šedé hory, které mají představovat podzim. Druhé pole v pravém horním rohu zaujímal léto. Zde je zobrazena louka s květy, nad kterou letí ptáci a veliké slunce. Zajímavé bylo, že jaro paní Dita vnímá jako deštivé, proto nakreslila strom s listy, nad kterým jsou dva mraky, ze kterých prší. Se zimou si klientka nevěděla vůbec rady, a tak se inspirovala znázorněním zimy pana Michala a nakreslila také sněhuláka. Tato kresba paní Ditu bavila. Rozpovídala se o tom, jak má ráda léto. A že celý svůj život bydlela někde v domku se zahradou, takže trávila každé léto na zahradě. Práce na zahradě ji velmi chybí, proto jsem ji navrhla, že by mohla pracovat na zahradě azylového domu. Na konci setkání mé tvrzení potvrdili zaměstnanci azylového domu a paní Dita měla velkou radost a těší se zase na léto.

Paní Dita nakreslila strohý strom bez kořenů s uťatým kmenem, ze kterého ční dvě hlavní větve s naznačenými drobnými listy (**obrázek č. 39**). Nad uťatým kmenem ční něco naznačeného, ale klientka nechce říci co. Myslí si, že by to mohla být třeba vrba. Dále se ke stromu nechce vyšetřovat. Přijde ji smutný.

Kresba postavy paní Dity je veselá, ale tahy tužkou jsou nejisté (**obrázek č. 41**). Nakreslila pánskou postavu, postava je veselá a má představovat zesnulého manžela klientky. Při popisu manžela se klientka rozplakala a dále o obrázku nechtěla mluvit.

## **Julia**

Paní Julia byla z první aktivity lehce nesvá, jelikož byla na arteterapeutickém setkání poprvé. Vlnu podala také kolegovi vedle sebe a po vzoru ostatních mu mikinu.

Na obrázek čtyř ročních období paní Julie použila pastelky (**obrázek č. 43**). Papír rozdělila na čtyři přesné díly. Do levého horního rohu nakreslila vysoké modré hory, naznačila vítr ale také prosvítající slunce nad horami. Tento obrázek měl znázorňovat zimu. Napravo od něj nakreslila obrázek léta, které si představuje jako pláž, moře, na němž pluje

lodka a na nebi slunce. Pod obrázkem zimy klientka znázornila jaro, a to jako kopce a louku plnou barevných květů. Vedle jara se nachází podzim, který nakreslila jako čtyři modré stromy (údajně protože je jim zima), ze kterých padá barevné listí a zem také hraje barvami. Kresba čtyř ročních období paní Julie působí jemně. Aktivita klientku uklidňovala a bavila, dala si na díle záležet. Nejraději má z neznámých důvodů jaro.

Strom paní Julie stojí ve vysoké trávě, má vysoký kmen a jemné větve na jejichž koncích jsou vykreslené drobné listy (**obrázek č. 44**). Mezi větvemi na horní části kmenu jsou některé větve ulomené. Samotná koruna stromu nezabírá příliš mnoho prostoru. Z této kresby byla paní Julie nervózní, ale neví proč. Snažila se nakreslit lípu.

I kresba postavy dělala paní Julii problémy a nechtělo se jí do ní (**obrázek č. 46**). Nakonec nakreslila ženskou postavu v šatech. Postava se nachází spíše na levé straně papíru. Klientka řekla, že kreslila sebe samotnou a ruce nakreslila oproti tělu výrazně menší, protože jí velmi trápí bolesti rukou, nejspíše z revmatoidní artrózy v kombinaci se syndromem karpálního tunelu. Sama se svěřila, že právě kvůli bolesti spousty věcí, které vyžadují jemnou motoriku, již nedělá.

## Josef

Pan Josef předal klubko panu Emilovi a velmi pobaveně ho pochválil za to, že se neúčastnil této aktivity. Tímto gestem se v podstatě uzavřel kruh z vlny mezi klienty.

Do své první kresebné aktivity na arteterapeutickém setkání se pan Josef vrhl s opravdovým nadšením. Do každého rámečku poctivě nadepsal název ročního období a pak dlouze přemýšlel, jak které období ztvární (**obrázek č. 48**). Nejdříve kreslil jaro, konkrétně potom čtyři různé barevné květy. Podzim klienta je znázorněn osamoceným stromem v dáli s pošmourným nebem a se zacházejícím sluncem. Tento obrázek působí křehce a procítěně. Léto doslova vyčnívá z celého celku. Je nejpropracovanější, celé pole určené pro léto je vyplněné. Ústředním motivem léta je rybník, ve kterém se koupou dvě postavy – pan Josef se svou sestrou. U rybníka je louka, vysoká tráva, pole a nad rybníkem zářící slunce. Má se jednat o léta v dětství, která se sestrou trávil u babičky, a chodili se na takové místo koupat. Při popisu se pan Josef téměř rozplakal, takže nakonec řekl, že o tom dál nechce mluvit. Při vyprávění o svém dětství se u pana Josefa objevily viditelné tiky v obličeji. Kresba zimy je naopak velmi jednoduchá a zobrazuje sněhuláka bez větších detailů z profilu.

Při pokynech ke kresbě stromu pan Josef pouze uslyšel slovo palma a ihned začal kreslit, začal tedy palmou, ale když byl ostatními klienty upozorněn, že palmu kreslit nemá,

tak papír otočil a nakreslil ovocný strom v listopadu, tak dílo také nadepsal (**obrázek č. 49**). Strom je umístěn spíše v levé části papíru, je tenký, na větvích je pár listů a také jsou znázorněny listy na zemi kolem stromu. V dolní třetině kmene je naznačený „výstupek“, klient se vyjádřil, že by mohlo jít o choroš. Kreslení ho bavilo, ale nevěděl, jak by dále strom popsal, jen mu bylo líto, že nemohl nakreslit tu palmu.

Kresba postavy pana Josefa je opět spíše v levé části papíru (**obrázek č. 51**). Postava je mužská, ale nejedná se o samotného klienta. Postava mává pravou rukou, působí uměleckým dojmem a propracovaně. Tahy tužkou jsou však nejisté, čárkovaná linie. Hlava a ruce jsou menší než zbytek těla. Klient nebyl s kresbou spokojený, takže je pojmenoval jako mimozemšťana I.T. a řekl, že je to asi postava z jiného vesmíru.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe arteterapeuta:**

Klienti již deset minut před zahájením setkání sami připravili stoly a čekali, co se bude dít. Zaměstnanci zařízení mi řekli, že se klienti velmi se těšili.

Paní Radana a paní Anna se omluvily, že nemohly dorazit, jelikož paní Radana byla u doktora a paní Anna v zaměstnání. Přivítala jsem nově příchozí klienty, a to paní Julii a pana Josefa, kterým jsem se představila, seznámila je s účelem mých návštěv a také jim dala podepsat informované souhlasy, dala jsem jim prostor proto, aby se sami představili.

V rozechřivací aktivitě, kdy si klienti měli předávat klubko vlny a vytvořit obrazec, si ho předávali vždy tomu, kdo seděl vedle nich, tudíž symbol, který vytvořili byl kruh, jako kruh ho klienti také pojmenovali. Ptala jsem se každého, co pro něj kruh znamená, a shodli jsme se všichni na tom, že se jedná o kruh, který spojuje klienty se zájmem o arteterapie, tvoření a nové věci, kteří nechtějí jen sedět v pokojích a čekat, co se bude dít.

Při druhém setkání jsem již nebyla tolik nervózní, avšak pro další práci je dobré si uvědomit, že rozechřivací aktivita nebyla vhodně zvolená. Očekávala jsem, že se klienti azylového domu více znají, a tudíž o sobě mohou říci něco hezkého, ale to není pravda. Klienti domu jsou si cizí a sami se seznamují právě například při těchto setkáních. Tuto skutečnost jsem vzala v úvahu a rozhodla se toto cvičení zopakovat na konci arteterapeutické intervence.

#### 9.4.4 Třetí setkání

**Datum:** 30. 11. 2024

**Čas:** 14.00

**Počet klientů na setkání:** 6

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Dita, Julia, Josef, Jarmila

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Postav sněhuláka
- **Cíl:** procvičení logického myšlení, podpora tvořivosti
- **Zadání:** Z nabídnutých materiálů vyrobte co nejoriginálnějšího sněhuláka.
- **Výtvarné pomůcky a materiály:** modré papíry formátu A4, lepidla, bílá papírová kolečka různých velikostí, oranžový papírek ve tvaru mrkve, fixy, voskovky, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 25 minut

##### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Sněhová vločka
- **Cíl:** procvičení pozornosti a jemné motoriky, stmelení kolektivu
- **Zadání:** Složte papír dle mých instrukcí. Následně libovolně nastříhejte a pak papír opatrně rozložte. Až budete mít hotovo, spojte lepidlem všechny vločky k sobě a vytvořte jednu velkou (**fotografie č. 1**).
- **Výtvarné pomůcky a potřeby:** Bílé papíry formátu A4, nůžky, lepidla
- **Časová dotace cvičení:** 35 minut

##### **Torranceho figurální test tvořivého myšlení:**

- **Téma:** Torranceho figurální test tvořivého myšlení
- **Cíl:** zjištění aktuálního tvořivého potenciálu
- **Zadání:** Postupujte dle konkrétních instrukcí samotné testu.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** testovací archy, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Pan Libor, už když jsem dávala zadání rozehřívacího cvičení, se smál a pochválil mě, že mám originální nápady. Zavzpomínal na své dětství, kdy naposledy stavěl skutečného sněhuláka, a měl radost, že postaví dalšího, aniž by musel jít ven. Vytvořil typického sněhuláka (**obrázek č. 53**), jenž má hlavu z profilu a má dokreslený červený úsměv. Hlava sněhuláka je lehce nad tělem, a proto sněhulákovi dokreslil krk. Nelíbila se mu tam ta mezera. Na „ruce“ sněhuláka nakreslil dráčky, jakože z větviček. Neví proč, prostě se mu to takto líbilo. K dokreslení použil fixy, voskovky i tužku. Z díla měl velikou radost a jako jediný trval na tom, že si ho nechá.

Při hlavním terapeutickém cvičení bylo pro klienta složité už samotné skládání papíru, neboť má problémy s jemnou motorikou a hůře se soustředí. Bylo třeba mu několikrát ukázat, jak se papír má poskládat. Nestíhal nastavené tempo. Vystřihávání mu šlo už daleko lépe a byl mile překvapen, jak jeho vložka nakonec vypadá. Nápad spojit vložky k sobě mu přišel dobrý a aktivně se do něj zapojil.

Figurální test tvořivého myšlení byl pro pana Libora překvapením a byl rád, že děláme test, který nezná z jiných arteterapií. U práce působil uvolněně a plně se soustředil. Využil veškerý čas, který byl k dispozici.

### **Emil**

Pan Emil přišel na setkání v dobré náladě a k překvapení všech účastníků, když jsem mu nabídla materiály na rozehřívací cvičení, tak souhlasil. U tvorby se smál a vtipkoval s panem Liborem. Vytvořil originální dílo, které pojmenoval Snowman (**obrázek č. 54**). K dotvoření použil voskovky. Dal si hodně záležet na úsměvu Snowmana. Rozhodl se, že se do aktivity zapojí, jelikož u tohoto cvičení nemusí kreslit ale hlavně proto, že ke mně i ke skupině získal důvěru a vidí, jak ostatní práce baví a také že negativně nehodnotím jimi vytvořená díla, čehož se od začátku obával.

I do druhého cvičení se pan Emil aktivně zapojil. Práce mu šla snadno a dobře a stejně jako na předchozích setkáních měl tendence pomáhat ostatním klientům. Ze své vložky nebyl nějak nadšený, i když se mu objektivně povedla, nedokázal svou práci ocenit. Do spojení vložek dohromady se též aktivně zapojil a společné dílo již ohodnotil pozitivně.

Pan Emil byl lehce zklamaný, neboť neměl v plánu žádné kreslení, ale nakonec se po naléhání ostatních klientů figurálního testu tvořivého myšlení zúčastnil a říkal, že ho to ve finále bavilo. Během procesu se stále smál.

## **Miloslav**

Klient Miloslav působil při práci na rozehřívacím cvičení nejistým dojmem. Nevěděl si rady a inspiroval se při tvorbě paní Julií. Vytvořil klasického sněhuláka (**obrázek č. 55**), kterému pouze tužkou dokreslil oči, ústa, která se neusmívají, knoflíky, na hlavu hrnec a koště do „ruky“ sněhuláka. Jelikož paní Julia nalepila sněhulákovi mrkev obráceně, udělal to i pan Miloslav. Při zjištění, že to udělal stejně, a ještě k tomu špatně se zasmál.

Pro pana Miloslava bylo vytvoření sněhové vločky složité. Jeho jemná motorika je na velmi špatné úrovni. Při skládání papíru si vyžádal mou pomoc a se stříháním měl také značné potíže, ale zvládl ho sám. Výsledné dílo nechtěl nějak komentovat a do slepování vloček k sobě se aktivně nezapojil, pouze souhlasil s tím, aby ostatní klienti jeho vločku přilepili.

Klienta figurální test tvořivého myšlení velmi zajímal a již při zadání se doptával k čemu je test určen a zda bude ihned vědět výsledky. Během testu byl pan Miloslav plně soustředěn.

## **Dita**

Paní Dita velmi ocenila, že jako první aktivita nebyla kreslení, jelikož je u něj nejistá a nebývá spokojena s výsledkem. U tohoto cvičení se bavila a pojala ho velmi kreativně. Nevytvořila klasického sněhuláka, ale sama své dílo pojmenovala jako Sněhové strašidlo (**obrázek č. 56**). Využila možnosti výtvar dotvořit fixy Měla ze své práce radost. Během práce se usmívala a dvakrát se zeptala, zda může dělat opravdu cokoliv.

Při výrobě sněhové vločky byla paní Dita klidná a pracovala svědomitě a svižně. Výroba vločky pro ni nepředstavovala žádný problém a vzpomínala na mládí, kdy se synem vločky také tvořili, ale už si nepamatovala, jak se papír skládá. Mluvila také o tom, že se synem již několik let neviděla a nejsou v kontaktu. Syn bydlí na Slovensku a má už svou rodinu a paní Dita si není jistá, že by ji chtěl vidět. Z výtvaru měla radost a líbil se jí. Považovala za dobrý nápad, že vločky spojíme dohromady. Počkala, až všichni vše slepí dohromady a až potom přilepila tu svou. Říkala, že se u společného díla nechtěla „mačkat“ s ostatními.

K figurálnímu testu přistupovala paní Dita zodpovědně a pracovala soustředěně. Využila veškerý čas, který byl k dispozici. Test ji připomínal její oblíbené luštění křížovek.

## **Julia**

Klientka k práci přistupovala zodpovědně, dělá jí však problém otevřít a vyšroubovat tyčinku lepidla, s tím jí pomáhal pan Josef. Vytvořila klasického sněhuláka (**obrázek č. 57**), kterému fixem dokreslila hrnec, obličej, knoflíky a koště. Mrkev nalepila obráceně a po tom, co ji na to pan Josef upozornil, se velmi smála a říkala, že jí to ani nenapadlo a že je sněhulák alespoň originální. Cvičení paní Julii bavilo a pobavilo, ptala se, zda budeme ještě někdy dělat něco podobného, velmi by o to stála.

Paní Julia neměla problém plnit zadání, zvládla papír správně poskládat, ale stříhání jí činilo větší potíže, neboť jí ruce hodně bolí. Její vločka se jí líbila a překvapilo ji, že je každá vločka klientů zcela odlišná. Na toto téma jsme všichni diskutovali, že i v přírodě je každá vločka jedinečná a plynule jsme přešli i k tomu, že je každý člověk jedinečný. Při tomto tématu se paní Julia více stáhla a pouze řekla, že se v lidech hodně zklamala. Svou vločku poskytla ke společnému dílu, ale špatně se jí otevírá a vyšroubovává lepidlo a nemá ráda lepidlo na rukou, takže nechala pana Libora, aby její vločky přilepil k ostatním. Společné dílo se jí líbilo, ale spíše se jí líbilo, když byla každá vločka zvlášť.

Pro paní Julii byl test tvořivého myšlení asi nejnáročnější. Neustále opakovala, že je to pro ni těžké a že neví, co má nakreslit. Nakonec něco málo vytvořila, ale s výsledky nebyla vůbec spokojená.

## **Josef**

Pan Josef se necítil ve své kůži, ale na arteterapeutické setkání i přesto přišel. Opravdu dlouho přemýšlel, jakého sněhuláka postaví, a nakonec se rozhodl pro zcela typického (**obrázek č. 58**). Dokreslil pouze oči. Klient měl tiky v obličejí a bylo pro něj těžké se na cvičení soustředit. I přesto pomohl paní Julii s otevřením a vyšroubováním lepidla.

Při tvoření vločky se u pana Josefa k tikům v obličejí připojil také třes rukou. Skládání i stříhání papíru pro něj bylo složité a potřeboval více času než ostatní, avšak nechtěl pomoci a chtěl vše udělat sám. Svůj výtvar nechtěl komentovat a moc se omlouval, že na něj ostatní musí čekat. Svou vločku sám připojil k ostatním a nápad se spojením vloček se mu líbil, protože on sám na arteterapie chodí, aby lépe poznával lidi z azylového domu, navazoval

s nimi přátelství a necítil se sám. Přišlo mu, že to spojení vloček také spojí klienty, kteří se arteterapie zúčastnili.

Klientovi přišel figurální test tvořivého myšlení jako velmi zábavný. Má rád logické úkoly a hádanky k testu přistoupil zodpovědně, ale nevyužil veškerý čas, který byl dispozici.

## **Jarmila**

Paní Jarmilu rozechřivací cvičení mile překvapilo, sněhuláky ráda stavěla v dětství a při tvorbě si zavzpomínala na stavění sněhuláka se svým synem. Postavila klasického sněhuláka (**obrázek č. 59**), ale mrkev nalepila spíše mimo něj a nebyla s tím zcela spokojená. Detaily sněhulákovi dokreslila černým fixem – knoflíky, úsměv, větev a hrnec na hlavu, který vybarvila tužkou.

Stříhání vločky bylo pro klientku jednoduché, ještě nedávno si prý takto vyzdobila okna pokoje. Velmi ji zaujal nápad všechny vločky spojit a vytvořit tak jednu velkou a při této činnosti byla aktivní.

Figurální test tvořivého myšlení paní Jarmila vyplňovala mlčky a plně se na něj soustředila. Na konci cvičení se ptala, kdy bude vědět výsledky.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe arteterapeuta:**

Na začátku setkání jsem vzhledem k nové účastnici zopakovala pravidla skupiny a dala paní Jarmile podepsat informovaný souhlas, krátce jsem se představila a nechala paní Jarmilu, aby se též představila.

Paní Radana se ze setkání omluvila, že ji není dobře a paní Anna se omluvila, že na arteterapie nebude již chodit vůbec, jelikož na to nemá náladu. Pan Michal se omluvil kvůli nemoci.

Toto setkání se z hlediska aktivit povedlo. Klientům se líbilo, že byly zvoleny aktivity, kde se nemuselo kreslit a výrazně to ocenili, z čehož vyplývá, že skutečně výtvarné aktivity bez kreslení jsou pro tyto klienty vhodnější.

Z povahy cvičení vyplynulo, že by bylo lepší vyměnit rozechřivací a hlavní cvičení, neb rozechřivací cvičení mělo pro mne větší vypovídající hodnotu – klienti se více otevřeli a mluvili o svých vzpomínkách na dětství a o vztahu k zimě a také zmínili předvánoční čas a vyslovili přání, že by chtěli následující aktivity směřovat k tématu Vánoc, jelikož se blíží advent. Překvapením byl Torranceho figurální test tvořivého myšlení, který téměř všechny

klienty zaujal, jsou rádi, že ho budou moci ještě jednou dělat a aktivně se zajímají o jeho výsledky, které na rozdíl od kresebných diagnostických testů chtějí znát.

Z tohoto setkání jsem měla dobrý pocit a myslím, že se více poznáváme a klienti se přestávají stydět a více se otevírají. Také sobě navzájem poskytují podporu a údajně se lehce změnili jejich vztahy mezi sebou i mimo arteterapie – častěji se navštěvují a tráví společně více času. Pro příští setkání by bylo dobré opět zvolit výtvarné techniky bez kresby a zaměřit se na předvánoční čas.

### 9.4.5 Čtvrté setkání

**Datum:** 5. 12. 2024

**Čas:** 12.00

**Počet klientů na setkání:** 8

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Michal, Radana, Dita, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Barevný řetěz
- **Cíl:** stmelení kolektivu, jemná motorika, radost z tvorby
- **Zadání:** Rozdělte se do dvou družstev. Následně budete mít 20 minut na nastříhání proužků z barevných papírů, slepení proužků a vytvoření řetězu dle ukázky. Který tým budeme mít delší řetěz, ten vyhrál. Po vyhlášení výherců slepíme řetězy dohromady (**fotografie č. 2, fotografie č. 3**).
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** barevné papíry, nůžky, lepidla
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Mé srdce z perníku
- **Cíl:** uvědomění sebe sama, posílení jemné motoriky, podpora tvořivosti
- **Zadání:** Vymodelujte z perníkového těsta, jak vypadá Vaše srdce.
- **Materiály a pomůcky:** perníkové těsto, podložky, párátko, plastové nožičky
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Pan Libor přišel na setkání s ne příliš dobrou náladou, neboť se špatně vyspal. Má velké dlouhodobé problémy s usínáním. Rozehřívací aktivita mu ale náladu zlepšila. Vzpomněl si na školu, kde přesně takové řetězy vyráběli. Projevil se jako zdravě soutěživý a svůj tým slovně povzbuzoval. Sám měl na starosti slepování kroužků, jelikož střihání není jeho nejsilnější stránkou.

Klient vymodeloval srdce z perníku a párátkem mu vyznačil obličej, který se usmívá. Tvrdí, že se usmívá proto, že měl modelovat své srdce a jeho srdce se stále směje. Smutné je jen, když si vzpomene na své děti, se kterými není v kontaktu. Ale snaží se myslet pozitivně a věří, že se s nimi brzy setká.

### **Emil**

Klient se do rozehřívacího cvičení pustil až s vervou. Měl ve svém týmu za úkol střihání barevných proužků, stříhal více papírů naráz, aby toho měl co nejvíce. I pan Emil v sobě probudil soutěživého ducha a zábavně nagoval druhý tým, se kterým se „špičkoval“.

Tvoření perníkového srdce pana Emila zaujalo pouze z důvodu materiálu, jinak se mu své srdce příliš tvořit nechtělo. Dlouze se rozhodoval, zda vůbec bude tvořit. Nakonec srdce z perníku pouze vyřezal plastovým nožičkem. Sám prý neví, jaké je jeho srdce, ale je rád, že mu zatím klepe.

### **Miloslav**

Klient si nebyl jistý, zda se rozehřívací aktivity bude účastnit, jelikož si myslel, že svému týmu nebude příliš platný. Ostatní klienti z jeho týmu ho však přesvědčili, že by se přidat měl, že bez něj určitě prohrají. Nakonec se tedy aktivně zapojil a stříhal barevné proužky papíru, vzhledem k jeho postižení ruky mu práce šla pomaleji a proužky byly dost široké, ale i tak dostával pozitivní zpětnou vazbu od svého týmu a sem tam prohodil sarkastickou poznámku proti druhému týmu.

Srdce pan Miloslav vytvořil jako obrys. Nechtěl ho nijak zdobit ani dodělávat. Jeho srdce je prý prázdné od doby, kdy tragicky zahynula jeho dcera a manželka. Neztrácí však naději a věří, že své srdce ještě dokáže zaplnit. Nyní se soukromě setkává s rehabilitační

sestrou, která se o něj starala, když byl v nemocnici a začíná k ní něco cítit, není si však jistý, zda toto cítí i ona. Aktuálně v jakémsi napětí a sbírá odvalu, aby slečnu oslovil, zda to cítí stejně.

### **Michal**

Pan Michal byl rád, že je v týmu s paní Radanou, se kterou jsou přátelé. Při práci byl aktivní, slepoval proužky papíru k sobě, ale jinak se příliš neprojevoval.

Klient nevěděl, jak vymodelovat srdce z perníku, takže vymodeloval úplně stejné, jako paní Radana. Nad prací se mu nechtělo přemýšlet a neví, jaké je jeho srdce, protože ho nikdy neviděl. Vytvořil obrys srdce a ozdobil ho pravidelnými dírkami tvořenými párátkem.

### **Radana**

Paní Radanu zahřívací aktivita velmi bavila, byla soutěživá, pracovala rychle a efektivně, stříhla proužky z barevných papírů i je následně lepila k sobě a s paní Ditou byly „tahouny“ jejich týmu. Paní Radana verbálně velmi podporovala svůj tým a udělala také nejdelší část řetězu. Během práce také pomáhala klientům z týmu s vyšroubováním a otevíráním lepidel. Z všech klientů byla paní Radana nejvíce slyšet

Srdce paní Radany je stejně jako pana Michala obrys s pravidelnými dírkami tvořenými párátkem. Říkala, že její srdce je prázdné a děrované, neboť se nestýká se svými dcerami a velmi ji chybí. Přestaly se s ní vídat, když se ocitla na ulici a nyní se snaží s nimi navázat kontakt. Zatím bez úspěchu.

### **Dita**

Paní Dita byla z rozeřívací aktivity nadšená, moc se jí nápad líbil a nikdy žádný takový řetěz netvořila. Pracovala velmi soustředěně a vytrvale. Verbálně pouze podpořila pana Miloslava, aby spolupracoval, ale jinak mlčky pracovala. Stejně jako paní Radana stříhala i slepovala proužky barevného papíru do řetězu.

Srdce paní Dity má usmívající se obličej. Není to však její srdce, ale srdce jejího zesnulého manžela, po kterém se jí stýská a který se moc hezky a rád usmíval. Práce s těstem ji mile překvapila a byla moc ráda, že jsem cvičení tematicky zaměřila na Vánoce, jelikož o to paní Dita na předchozím sezení stála.

## **Julia**

Pro klientku bylo rozechřívací cvičení náročné, vzhledem k tomu, že ji velmi trápí bolest rukou. Proto střídala stříhání a lepení, ale nebyla příliš rychlá a často si stěžovala, že jí to nejde. Dostalo se jí však podpory od jejího týmu a pracovala až do konce časového limitu. Výsledné dílo se paní Julii ale líbilo a byla překvapená, kolik toho dokázala udělat.

Srdce paní Julie má na sobě párátkem vyryté ještě další dvě srdce, jedno je její maminka a druhé její dcera, se kterou se nevidá. Část srdce je zdobená tečkami, protože srdce paní Julie je dle jejích slov takové plné a veselé, a protože má ráda hezké věci, tak jí to přišlo takto pěkné. Práce s těstem ji bavila, ale nemá ráda mastné a umazané ruce.

## **Josef**

Pan Josef byl moc rád, že je v týmu se svým přítelem panem Liborem, se kterým se rád škádlí. Každá činnost mu dá trochu víc práce, protože se mu třesou ruce, také si rád dává prostor na promyšlení postupu. Ujal se jak stříhání, tak lepení proužků papíru, během tvoření se cítil uvolněně a cvičení ho bavilo.

Klientovi udělalo velkou radost tvoření z perníkového těsta. Má moc rád perníkové těsto, takže většinu času určeného k práci přemýšlel, jaké je jeho srdce a těsto postupně ujídal. Ze zbytku těsta pouze srdce vyřízl a snažil se ho vlhkou rukou uhladit, ale příliš se mu nedařilo. Nevěděl, jak by své srdce popsal, ale myslí si, že je dobrosrdečný.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Toto setkání se neslo ve velmi veselém duchu. Při rozechřívacím cvičení se dokonce přišli zaměstnanci azylového domu podívat, co přesně děláme, protože klienti byli dost hlasití. Paní pracovníci v sociálních službách se nápad moc líbil a rozhodla, že vyrobeným řetězem vyzdobí společný vánoční strom. Vyhrál tým, kde byli pan Libor, pan Emil, paní Julia a pan Josef, jejichž řetěz byl o 20 cm delší. Z výhry měli moc velkou radost, ale pak jsme oba dva řetězy spojili a vytvořili řetěz, který dosahoval necelých 6 metrů a všechny to moc mile překvapilo. Modelování perníkových srdcí (**fotografie č. 4**) všechny zúčastněné příjemně překvapilo a paní Radana dala k dispozici svůj pečicí plech, na který klienti svá srdce naskládali a ve svém volném čase společně upekli a vystavily ve společenských prostorách.

I tentokrát měli klienti zájem o to, abych vzala v potaz předvánoční čas a vymyslela opět cvičení s vánoční tematikou. Toto setkání bylo radostné, ale v rozechřívacím cvičení bych měla méně upozorňovat na to, kolik času klientům na práci zbývá, protože je to

znervózňovalo a cítili se pod tlakem. Pro hlavní terapeutické cvičení jsem mohla vyrobit více perníkového těsta, aby byly výrobky klientů větší.

#### **9.4.6 Páté setkání**

**Datum:** 11. 12.2024

**Čas:** 12.30

**Počet klientů na setkání:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Radana, Dita, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Dopis Ježíškovi
- **Cíl:** vnímání svých pocitů a potřeb
- **Zadání:** Nakreslete nebo napište dopis Ježíškovi. Můžete mít libovolné přání.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** bílé papíry formátu A4, pastelky, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

##### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Vyškrabávací přání – první část
- **Cíl:** relaxace, uvolnění, práce s očekáváním, cvičení trpělivosti
- **Zadání:** Celou plochu papíru vybarvěte voskovkami, na voskovky tlačte, můžete plochu vybarvit různými barvami i jen jednou barvou, nenechte ani kousek papíru prázdný. Následně celou vybarvenou plochu přetřete černou tuší, opět nevynechejte žádné místo.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** bílé čtvrtky formátu A4, voskovky, černé tuše, štětce
- **Časová dotace cvičení:** 40 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Pan Libor se rozhodl Ježíškovi napsat dopis. Nekreslil proto, že jeho přání by nakreslit neuměl. Ježíškovi napsal, že se omlouvá, že mu píše po tak dlouhé době, že už několik let vůbec nezlobí, přál by si chodit a hýbat se jako před rokem 2018, ale také mu napsal, že se má dobře a moc si váží života. Toto cvičení pana Libora překvapilo a říkal, že má radost, že mohl Ježíškovi zase napsat, že tuto činnost měl jako dítě moc rád. Naposledy si jako dítě přál stavebnici Merkur, kterou dostal a měl obrovskou radost.

Jako voskový podklad pod černou tuš využil klient modrou, zelenou a červenou voskovku. Moc se mu líbilo, že na voskovku musel tlačit, působilo to na něj uklidňujícím dojmem a dal si opravdu záležet, aby vybarvil celou plochu čtvrtky. Byl velmi zvědavý a chtěl vědět, co s prací budeme dělat příště.

### **Emil**

Také pan Emil nevyužil možnosti kreslit a dopis Ježíškovi pouze napsal. Přál by si především zdraví a opět možnost bydlení. I když bydlí v azylovém domě a je rád, že nežije na ulici, chtěl by mít svůj vlastní byt, alespoň garsoniéru. I když má ostatní klienty v azylovém domě rád, tak by moc stál o soukromí.

Na hlavní cvičení si klient vybral žlutou voskovku, žlutou barvu má rád, a jelikož mu byla zima, tak mu připomínala slunce a teplo. Přebarvování bílé čtvrtky na žluto ho bavilo, ale přetírání tuší bylo pro pana Emila zkouškou trpělivosti, jelikož tuš na voskovce v podstatě nedržela. Celou situaci vzal pan Emil s humorem, a nakonec se mu podařilo tuš nanést na celou plochu. Pana Emila velmi zajímalo, co s výsledným dílem budeme dál dělat.

### **Miloslav**

Pan Miloslav napsal Ježíškovi, že přestože ví, že je jeho přání nespelnitelné, tak by si přál vrátit čas před rok 2014, kdy mu zemřela dcera a žena, jelikož to byl nekrásnější čas jeho života. Klient ví, že jeho přání je nespelnitelné, takže se potom rozpovídal o tom, že se chce cítit zase normálně, více se sblížit se svou kamarádkou, o které mluvil na posledním setkání. Žít normálně pro něj znamená, že dokáže všem, že i s tělesným hendikepem je plnohodnotný

člověk, který má co nabídnout, najde si zaměstnání, neboť mu nebyl přiznán invalidní důchod a chce myslet i nadále co nejpozitivněji.

Klient si vybral modrou voskovku, protože mu přišla nejméně výraznější a nechtělo se mu hledat jeho oblíbenou zelenou. Tlak na voskovku a překreslování celé plochy ho bavilo a uklidňovalo a klidně by vybarvil mnohem větší formát. Přetírání plochy tuší mu šlo snadno a divil se, proč to ostatním nejde. Byl hotový rychle a pak šel vymývat štětce a doplnit vodu pro ostatní.

## **Radana**

Paní Radana si od Ježíška přála, aby mohla opět vidět své dcery. O tomto problému mluvila již na předchozím setkání, moc ji trápí, že s dcerami v kontaktu není. Její kamarádka ji dává o dcerách kusé informace, ale paní Radana je ráda, že ví, že jsou v pořádku. Snaží se najít si vlastní bydlení, aby dokázala, že je samostatná a měla dcerám co nabídnout.

Zelenou voskovku si vybrala paní Radana, protože ji přišla vánoční a paní Radana měla vánoční náladu. Zabarvování čtvrtky se jí líbilo a ocenila, že nemusí nic vymýšlet a může u této činnosti vypnout hlavu, dělala by to klidně celé hodiny. I přetírání tuší se klientce líbilo a řekla, že to na ní působí uklidňujícím dojmem.

## **Dita**

Paní Dita si od Ježíška přála, aby se jí podařilo vybavit byt. Sama se sebou je spokojená, cítí se šťastná, je ráda, že je zdravá. Má našetřeno dost peněz na to, aby si mohla najít vlastní bydlení, ale není schopna ho najít, pravdou je, že toho proto, aby něco našla moc nedělá a spoléhá se na sociální pracovníky azylového domu, že ji se sháněním bydlení pomohou.

Klientka celou čtvrtku vybarvila výraznou fialovou voskovkou, fialová je oblíbená barva klientky a zrovna měla i fialovou mikinu, tak ji to přišlo vhodné. Vybarvování celé plochy čtvrtky na ni působilo uklidňujícím dojmem a moc ji to bavilo. Zajímalo ji však, proč to vlastně dělá. Když fialovou voskovku přetírala černou tuší, bylo ji líto, že z veselého obrázku dělá obrázek smutný.

## **Julia**

Paní Julia napsala Ježíškovi, že by si přála být zdravá a šťastná po celý rok. Zdraví ji opravdu hodně trápí, ale šťastná se cítí. Nevídá se se svou dcerou, ale je to údajně proto, že dcera pracuje jako sociální pracovnice, má partnera a nemá na paní Julii čas.

Vybarvování celé plochy bylo pro paní Julii náročné, bolely ji z toho ruce, musela totiž vyvíjet moc velký tlak na voskovku. Zvolila světle modrou voskovku, a když viděla, jak si počíná paní Dita, tak si na další část obrázku vzala také fialovou voskovku. Přetírání černou tuší vyžaduje trpělivost, jelikož jsou voskovky mastné a tuš se na ně hůře chytá. To paní Julii rozčilovalo a dávala to často slovně najevo. Během přetírání tuší zkusila vyměnit několik štětců a práci chtěla vzdát. Nakonec za podpory ostatních a mé drobné pomoci práci dokončila.

## **Josef**

Pan Josef by si přál zhubnout, ale pojišťovna neuhrazuje medikamenty na hubnutí a on sám na ně nemá peníze, žádná jiná přání ho nenapadla. Vzhledem k tomu, že se léčil z klinických depresí a již nebere několik let medikamenty, tak se naučil špatnou náladu, stres a přicházející depresivní nálady zajídat jídlem. Procházky ho nebaví, nejradší by chodil ven s někým, ale neví s kým.

Vybarvování plochy voskovkami pana Josefa velmi bavilo a působilo na něj uklidňujícím dojmem. Použil různě barevné voskovky a líbilo se mu, že na ně mohl tlačit. Použil různé barvy. Bylo mu líto, že takový hezký obrázek musí přebarvit smutnou černou tuší.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Ze setkání se omluvil pan Michal, který byl opět nemocný

Rozehřívací aktivita klienty překvapila, nikomu se však nechtělo nakreslit, co by si přáli a všichni využili možnosti napsat Ježíškovi dopis. Také si chtěli své dopisy nechat a dát je za okno, jako to dělávali, když byli dětmi. Cvičení otevřelo témata, která klienty trápí a společně jsme se zamýšleli, jak by si mohli ke splnění přání dopomoci sami. Hlavní cvičení, tedy příprava na vyškrabávací přání zůstává do dalšího setkání zahalena tajemství a klienti se moc těší, co z dnešního díla vyrobí příště.

Také v tomto případě bych vyměnila rozehřívací a hlavní cvičení, neboť rozehřívací cvičení mělo mnohem výraznější charakter terapeutického cvičení s větší výpovědní

hodnotou. Také z pohledu arteterapeuta bych příště klientům nedala na výběr, zda Ježíškovi napsat či nakreslit, ale dala bych za úkol přání Ježíškovi pouze nakreslit. I když klienti zmiňovali, že dlouho nepsali jinak než na mobilním telefonu, takže alespoň procvičili svůj rukopis.

### 9.4.7 Šesté setkání

**Datum:** 13. 12. 2024

**Čas:** 9.00

**Počet klientů na setkání:** 8

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Radana, Dita, Julia, Josef, (Michal)

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Vánoční baňky
- **Cíl:** procvičení jemné motoriky, radost z tvorby
- **Zadání:** Naneste na okraje kelímků vrstvu libovolné barvy a následně obtiskněte na čtvrtku. Pak pouze pomocí štětce výrazně namočeného do vody. Rozpíjejte barvy z obtisknutých koleček směrem dovnitř. Až budete mít hotovo, tak černým fixem nebo tužkou dotvořte vánoční ozdoby.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** bílé čtvrtky formátu A4, kelímky, akrylové barvy, štětce, kelímky s vodou, černé fixy, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Vyškrabávací přání – druhá část
- **Cíl:** procvičení jemné motoriky, cvičení trpělivosti, podpora tvořivosti
- **Zadání:** Vezměte si dílo z předchozího setkání a přehněte papír tak, aby vzniklo přání, přičemž černá plocha bude tvořit přední a zadní stranu. Do černé plochy vepředu i vzadu pomocí špejlí a párátek vyškrábejte libovolné obrázky či symboly. Vymyslete, komu byste chtěli přání věnovat a co konkrétně byste chtěli obdarovanému popřát, vepište text do přání.

- **Výtvarná materiály a pomůcky:** dílo z předchozího setkání, špejle, párátko, psací potřeby
- **Časová dotace cvičení:** 40 minut

### **Průběh setkání:**

#### **Libor**

Klient si vybral svítivě zelenou barvu, která se mu moc líbila, dlouze si ji prohlížel a stěžoval si, že v dobách jeho mládí nebylo na výběr z tolika barev. Na čtvrtku natiskl dvě „baňky“ více jich tisknout nechtěl, ale s výsledným dílem byl spokojen. Kovové očko na zavěšení baňky dokreslil černým fixem, ale zdálo se mu, že tím své dílo zkazil (**obrázek č. 60**). Práce ho moc nebavila a těšil se, co budeme dělat s výrobkem z minulého setkání.

Panu Liborovi se nápad s vyrýváním moc líbil, ale nevěděl, co přesně by měl na přání vyrýt. Nakonec se rozhodl vyrýt usměvavou hvězdičku, domeček, vánoční stromeček, auto, českou vlajku, postavu z profilu a želvu. Vyrýval do přání, co ho napadlo, protože ho samotné rytí moc bavilo a uklidňovalo. Z přání měl obrovskou radost. Nikomu by ho nechtěl dát, ale chtěl by si ho vystavit ve svém pokoji, protože i když mu přišlo infantilní, tak se mu moc líbilo.

#### **Emil**

Pan Emil si pro svůj výtvar vybral tmavě zelenou barvu, která mu přišla jako ideální na Vánoce. K Vánocům nemá nějak vřelý vztah, ale takové baňky jsou pověšené na stromku ve společenské místnosti azylového domu. Obtiskl kelímek pouze dvakrát. Detaily baňkám dokreslil tužkou, označil také mašličky (**obrázek č. 61**). Pracovalo se mu dobře.

Klientovi se na předchozím setkání moc nedařilo nanést na voskovkový základ dostatečnou vrstvu tuše, proto mu nyní nešlo na přání párátkem vyrýt žádný symbol. Vybral si, že na přání vyryje sněhovou vločku, ale přes veškeré jeho snažení se mu nedařilo. Celou situaci vzal s humorem a vůbec se nezlobil, jen by takové přání nikomu nedal, protože se mu vůbec nelíbí a nejradyji by ho vyhodil. Samotná technika mu však přišla zajímavá.

## Miloslav

Pro žlutou barvu se pan Miloslav rozhodl, jelikož ji měl nejbližší po ruce. Natírat okraj kelímku mu šlo trochu hůře a na vybarvování obou obtisků koleček použil moc barvy. Nedokreslil žádné detaily, a tak řekl, že místo vánočních baněk, které stejně nemá rád, namaloval dva citrony (**obrázek č. 62**), které rád má.

Do vyškrabávaného přání vyryl klient párátkem obrys anděla a sněhovou vločku. Moc se mu práce zamlouvala a šlo mu to snadno. Andělovi ale nedodělal žádné detaily, údajně proto, že v jednoduchosti je krása. Přání daroval mě, protože neví, komu jinému by se přání mohlo líbit a koho by chtěl obdarovat.

## Radana

Klientka udělala dva červené obtisky. Na vybarvení kruhů nepoužila dost barvy, ale s výsledným dílem byla moc spokojená. Kovová očka k baňkám dokreslila tužkou a dokreslila také malé mašličky (**obrázek č. 63**), které se jí na baňkách líbí. Práce ji zaujala, ale již chtěla vědět, co budeme dělat dál. Paní Radana působila netrpělivě a lehce roztěkaně.

Do přání klientka vyryla baňku podobnou té, kterou tvořila při rozehrívacím cvičení, sněhovou vločku a vánoční větvičku. Vyškrabávání jí šlo dobře od ruky a říkala, že ji to uklidňuje a baví. Přání by moc ráda věnovala paní sociální pracovníci v azylovém domě, protože se o ni pěkně stará, má ji ráda a moc se jí líbí, jakou udělala v azylovém domě vánoční výzdobu. Také se jí líbilo, že přání sama vyrobila a nekupovala ho.

## Dita

Paní Dita obtiskla tři zlatá kola na čtvrtku a postupovala přesně podle zadání, na práci si dala velmi záležet, říkala, že se jí nápad moc líbí a maluje baňky, které měli doma, když byl její syn malý. Detaily baňkám dokreslila černým fixem (**obrázek č. 64**). Se svou prací byla moc spokojená.

Na vyškrabávané přání si paní Dita vystříhla papírovou vločku, kterou následně použila jako šablonu. Vyškrabávání šlo klientce dobře, práce se jí moc líbila. Přání by chtěla vystavit k vánočnímu stromku, věnci a k upečeným perníkovým srdcím ve společenské místnosti, aby dělalo radost všem. Za toto přání ji ostatní účastníci setkání velice chválili a všem se přání moc líbilo.

## **Julia**

Klientka si vybrala tmavě modrou barvu, protože modrá barva patří k zimě. Nelíbil se jí nápad, jak baňky vybarvit, takže je celé vybarvila modrou barvou bez použití vody a na jednu ze dvou baněk toutéž barvou namalovala puntíky (**obrázek č. 65**). Měla radost, že je její práce originální a jiná a stále se ptala, zda to nevadí. Detaily dokreslila černou fixou. Práce s barvami paní Julii bavila, říkala, že štětec nedržela v ruce několik desítek let.

Na své přání klientka stejně jako paní Dita nejdříve vystříhla z papíru sněhovou vločku, kterou použila, jako šablonu pro vyškrabávání a také stejně jako pan Miloslav vyškrobala anděla, kterému ale dokreslila obličej ale i detaily křídel a šatů. Na horní část přání vyškrobala nápis „veselé Vánoce“. Přání by nikomu dávat nechtěla, moc se jí líbilo a chtěla by si ho nechat. Má moc ráda anděly a ten její se jí líbil. Vyškrobávání jí šlo také dobře, což nečekala a myslela si, že ji z toho budou bolet ruce, ale to se nestalo.

## **Josef**

Pan Josef si na svém díle dal velmi záležet. Opět dlouze přemýšlel, jak jeho dílo bude vypadat a pak využil veškerý čas na tvorbu. Namaloval dvě baňky, jednu růžovou a druhou světle modrou, tyto barvy se mu líbí a o to víc, když jsou vedle sebe. Se svým dílem byl moc spokojen, překvapilo ho, jak mohl vytvořit něco, tak pěkného. Kovová očka na zavěšení baněk dokreslil tužkou (**obrázek č. 66**).

Na své přání pan Josef vyškrobával vánoční stromek, dárky, hvězdu, kometu a malé srdce. Práce se mu moc líbila a dal si záležet. Toto přání by rád daroval všem, na kterým mu záleží.

## **Michal**

Pan Michal nás na začátku setkání poprosil, zda by mohl být přítomen ale pouze se dívat z povzdáli, jelikož se stále necítil dobře, ale nechtěl přijít o skupinové setkání a kontakt s ostatními. Všichni klienti souhlasili a byli rádi, že s námi bude.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Pan Michal po celou dobu setkání seděl opodál v roušce. Pak říkal, že moc děkuje, že mohl být s námi a nemusel sedět sám v pokoji, kde už mu po tak dlouhé době nebylo příjemně.

Obě cvičení klienty moc bavila. V prvním rozehrívacím cvičení jsem však musela názorně ukázat, jak mají klienti přesně postupovat, protože příliš nerozuměli zadání. Baňky se všem povedly dle jejich představ včetně pana Miloslava, který se rozhodl místo baněk namalovat citrony. Musím si dát velký pozor na to, jak zadání cvičení interpretuji. Největší radost klienti měli, když jsem jim řekla, co budeme dělat s dílem z předchozího setkání, na což se moc těšili. Vyškrabávání bavilo všechny zúčastněné, kromě pana Emila, kterému to nešlo z technických důvodů. Vybral si voskovku jiné značky, než všichni ostatní a ta nefungovala, jak měla. Otázka na to, komu by chtěli přání darovat, byla pro téměř všechny (vyjma pana Miloslava) složitá a museli dlouze přemýšlet.

Velký problém byl, když jsem dala zadání na rozehrívací cvičení, na které klienti používali zcela nové akrylové barvy. Barvy měly pod víčky ještě ochrannou vrstvu proti vytečení barev, kterou bylo takřka nemožné odstranit. Musela jsem každou barvu velmi složitě otevírat, abychom mohli vůbec začít. Příště si na tento jev musím dát pozor a veškeré nové pomůcky, které mám v plánu využít, musím poctivě zkontrolovat, než je začneme používat, neboť třeba v tomto případě to velmi zdržovalo naši práci a odvádělo to pozornost od toho důležitého. Klienti vzali věc s nadhledem s tím, že mají času dost, protože nikam nespěchají a nemají žádné jiné denní aktivity než arteterapie.

#### **9.4.8 Sedmé setkání**

**Datum:** 19. 12. 2024

**Čas:** 15.00

**Počet klientů na setkání:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Radana, Dita, Julia

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehrívací aktivita:**

- **Téma:** Čára, kolečko, čtverec
- **Cíl:** radost z tvorby, stmelení kolektivu, odreagování, podpora fantazie a tvořivosti
- **Zadání:** Podepište se a otočte papír. Namalujte libovolnou pastelkou kamkoliv a jakkoliv na papír kolečko, čtverec a čáru. Pak pošlete účastníkovi po pravé ruce. Dostáváte před sebe „cizí“ obrázek, máte minutu na to, abyste dle své libosti cokoliv dokreslili, pak obrázek opět předáte účastníkovi po vaší pravici. Takto se bude

postupovat až do té doby, dokud se k vám nedostane váš původní obrázek. Následně si obrázek prohlédněte a vmyslete mu název.

- **Výtvarné potřeby a pomůcky:** papíry formátu A1, pastelky
- **Časová dotace cvičení:** 20 minut

#### **Hlavní terapeutické aktivity:**

- **Téma:** Vánoční strom z papírových kuliček
- **Cíl:** procvičení soustředění a jemné motoriky
- **Zadání:** Natrhejte barevné papíry a pak z útržků vytvořte kuličky a ty vlepujte do připraveného vzoru vánočního stromu. Zaplňte kuličkami celý papír.
- **Výtvarné potřeby a pomůcky:** barevné papíry, lepidla, předkreslené vzory vánočních stromů na bílém papíře formátu A4.
- **Časová dotace cvičení:** 50 minut

#### **Průběh setkání:**

#### **Libor**

Pan Libor se do zahřívacího cvičení zapojil s velmi dobrou náladou. Na základní nakreslení čáry, kolečka a čtverečku si vybral světle modrou barvu, která se mu líbila nejvíce. Finální dílo, které se k němu dostalo, ho pobavilo a zároveň ho trochu urazil obrázek kouřícího smajlíka, pan Libor je moc pyšný na to, že již několik let nekouří a ke kouření má odpor. Výsledné dílo mu přišlo dětinské, pojmenoval ho „Vánoce v Záběhlicích“ (**obrázek č. 67**). Cvičení ho bavilo a klidně by pokračoval dále, byl by zvědavý, jak by dílo pokračovalo.

Druhá aktivita byla pro pana Libora náročná. Špatně se mu tvořilo a práce ho moc nebavila. Více mluvil, než pracoval. Mluvil o tom, že již Vánoce neslaví a vlastně ho posledních několik let mívá, ale rád by je zase slavil se svými dětmi. V půlce času ho přestalo bavit tvořit kuličky z barevných papírů, tak začal stříhat malé papírky a lepit je (**obrázek č. 68**). Podle něj, když vypršel čas na práci, tak měl své dílo hotové a nějak by ho již nedodělával.

## **Emil**

Klient si na základní nakreslení symbolů vybral tmavě modrou pastelku, která mu připomíná moře. Během tvoření stále kontroloval, zda mu už přišel ten jeho obrázek. Nelíbilo se mu, že je jeho výsledné dílo nesourodé a měl velké potíže s pojmenováním výsledného díla. Nakonec ho pojmenoval „Ode všeho něco“ (**obrázek č. 69**). Toto cvičení pana Emila příliš nenadchlo, nerad kreslí.

Pan Emil se inspiroval panem Liborem, a když viděl, že mu tvorba papírových kuliček dlouho trvá, tak se rozhodl také stříhat malé papírky a vlepovat je namísto kuliček. Po skončení času neměl pan Emil svůj strom hotov (**obrázek č. 70**), dostal proto možnost o dodělat ve svém volném čase. Říkal, že ho rád dodělá, protože stejně nemá nic jiného na práci.

## **Miloslav**

Pan Miloslav si vybral černou pastelku, protože neměl moc dobrou náladu, tak mu přišlo, že se to hodí. Samotná práce ho bavila a údajně ho také pobavila a zlepšila mu náladu. Výsledné dílo se mu zamlouvalo a pojmenoval ho jako „Hlava v dešti v lese“ (**obrázek č. 71**). S pojmenováním obrázku měl potíže a nechtělo se mu nic vymýšlet.

Klientovi šlo tvoření kuliček z papíru ne příliš dobře. Základ stromu vytvořil z nezmačkaného kousku papíru a zbytek stromu dotvořil abstraktně (**obrázek č. 72**). Ocenil však toto cvičení, protože ví, že má problémy s jemnou motorikou a od své kamarádky rehabilitační sestry, kterou má rád, dostal za úkol jemnou motoriku trénovat. Sám ve svém volnu používá masážní míčky a posilovací kolečka na cvičení rukou.

## **Radana**

Klientka nakreslila čáru, čtverec a kolečko modrou barvou, kterou si vybrala, jelikož se jí hodila k šatům. Práce jí moc nebavila, nechtělo se jí kreslit a neměla moc dobrou náladu. Výsledný obrázek na ni působil veselým dojmem, tak ho pojmenovala „Veselý obrázek“ (**obrázek č.73**), ale nějak zvlášť se jí nelíbil.

Paní Radanu na tomto setkání nebavilo ani hlavní cvičení. Nechtělo se jí tvořit a spíše mluvila, než tvořila. Mluvila především o své práci zdravotní sestry, o tom, co přesně dělala v tomto zaměstnání a jaké panovaly vztahy mezi zaměstnanci. Své dílo nestihla dotvořit (**obrázek č. 74**), takže stejně jako pan Emil nabídl, že ho dotvoří ve svém volném čase.

## **Dita**

Paní Dita vybrala hnědou pastelku, protože má ráda zahradu a práci s hlínou, a hnědá ji připomíná právě hlínu. Moc se těší na jaro, zimní počasí se jí nelíbí. S výsledným dílem byla velmi spokojená a moc se jí líbilo, pojmenovala ho „Letní zahrádka“ (**obrázek č. 75**) a udělalo jí velkou radost a říkala, že ji to zahřálo u srdce, hlavně to, že jsou na obrázku tři slunce.

Klientka ke každému svému dílu přistupuje zodpovědně a snaží se vše dělat správně. A tak tomu bylo i tentokrát. Většinu času mlčky tvořila. Své dílo stihla v klidu dokončit (**obrázek č. 76**) a práce se jí líbila.

## **Julia**

Paní Julia si vybrala fialovou pastelku, protože pro ni fialová barva představuje barvu energie. Konečný obrázek ji pobavil a moc se jí líbil, byla ráda, že ho za ní v podstatě vytvořili jiní, ale při tvorbě jí dlouho trvalo, než vymyslela, co sama dokreslí. Svůj konečný obrázek pojmenovala „Veselé Vánoce“ (**obrázek č. 77**). Vánoce paní Julia nemá ráda, od dětství, kdy ji zemřel otec je neslaví, neslavila je ani když byla dcera paní Julie malá.

Klientka hned na začátku odmítla dělat papírové kuličky s tím, že ji bolí ruce a že to nechce ani zkoušet. Proto jsme vymyslely alternativu a stříhala malé papírky, které lepila na šablonu místo papírových kuliček. Nakonec jí přišel obrázek moc jednoduchý, tak přeci jen pár kuliček vytvořila a nalepila na strom jako ozdoby (**obrázek č. 78**). Práce ji bavila a uklidňovala.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Z tohoto setkání se omluvil pan Josef z osobních důvodů a pan Michal nepřišel a nedal o sobě vůbec vědět ani mě ani ostatním klientům.

Rozehřívací cvičení mě překvapilo, protože z mých předchozích zkušeností vždy vyplynulo, že je to aktivita, která rozvíří dobrou náladu a klienty pobaví. V tomto případě se to však nesešlo s velkým úspěchem, pro klienty bylo náročné vymyslet, co dokreslit na obrázky i vymyslet název pro konečná díla. Hlavní cvičení jsem nezvolila nejvhodněji. Klientům se neworkovalo dobře, bylo to pro ně náročné a práce je moc nebavila. Neměla jsem k dispozici dost hnědých papírů, takže kmen stromu jsem dala každému připravený vystřižený a stačilo ho pouze nalepit. Klienti měli možnost si svá díla dotvořit ve svém volném čase, ale nikdo této možnosti nevyužil.

Toto setkání bylo hodně náročné. Vzhledem k tomu, že klienty práce nebavila bylo je nutné více korigovat a směřovat jejich pozornost zpět k práci. Pro příště by bylo dobré buď zvolit menší formát šablony, nachystat barevné papírky na mačkání kuliček, aby si je nemuseli trhat sami, dát na práci násobně více času, či zvolit jinou metodu.

### 9.4.9 Osmé setkání

**Datum:** 28. 12. 2024

**Čas:** 14.00

**Počet klientů na setkání:** 5

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Radana, Dita

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Vytvoř si svého anděla
- **Cíl:** nácvik pozornosti, procvičení jemné motoriky
- **Zadání:** Opakuj po mně. Nejdříve uděláme ze dvou papíru „harmoniku“. Pak oba papíry ohneme zhruba v jedné třetině. Slepíme k sobě delší strany a pak kratší stany k těm delším. Tak nám vznikne anděl. Navlékneme do korálku stužku a uděláme na konci uzlík, aby nesklouzával. Přilepíme korálek, jako hlavu anděla a můžeme dokreslit obličej (**fotografie č. 6**).
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** bílé papíry formátu A4, lepidla, stužky, nůžky korálky
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Abstraktní plátno
- **Cíl:** podpora fantazie a tvořivosti, relaxace, uvolnění
- **Zadání:** Přes plátno libovolně nalepte papírové lepicí pásy. Následně každý vzniklý dílek na plátně vybarvěte barvami, či malujte cokoliv přes sebe. Až barvy zaschnou, tak sundejte pásy.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** Natažená plátna formátu A1, papírové lepicí pásy různých tloušťek, akrylové barvy, štětce, kelímky s vodou, hadříky
- **Časová dotace cvičení:** 50 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Panu Liborovi dělalo potíží se soustředit a stíhat mé tempo, musela jsem mu několikrát opakovat, co má přesně dělat. Jinak mu šla práce dobře od ruky. Jako jediný využil možnosti namalovat andělovi obličej. Namaloval mu tužkou oči a úsměv. Anděl se mu moc líbil a rozhodl si, že si pověsí v pokoji.

Pan Libor byl nadšen, že budeme tvořit abstraktní dílo akrylovými barvami. Dal si velmi záležet na přelepování plátna páskou a snažil se vytvořit z pásky co nejvíce „okének“, která by mohl vybarvit. Na vybarvení použil různé náhodné barvy a na dílu si dal velmi záležet, pracoval nejdéle ze všech a výsledkem byl nad míru spokojen. Práce ho bavila a uklidňovala, moc se těšil, jak dílo bude vypadat, až sundá pásky a překvapil ho výsledek (**obrázek č. 79**). Moc stál o to, aby si své dílo mohl vystavit ve svém pokoji.

### **Emil**

Pan Emil hned věděl, jak budeme postupovat a práce mu nečinila žádný problém, znal i možnosti, co by se ještě dalo vytvořit tímto způsobem. Měl dostatek času, takže občas pomohl panu Liborovi. Svého anděla daroval mně.

Klientovi se toto malování zdálo jako jedna z nejlepších aktivit na uklidnění. Moc ho práce bavila a soustředil se na to, aby tahy štětcem na plátně byly vidět a byly pravidelné. Barvy si vybíral cíleně. Líbily se mu pastelové barvy. S výsledkem (**obrázek č. 80**) své práce byl spokojen.

### **Miloslav**

Klient má dlouhodobé problémy s jemnou motorikou. Práce mu šla pomalu, ale snažil se. Na dřevěný korálek nenavlékl stužku, pomáhala jsem mu já. Jinak se mu práce líbila a bavila ho. Svého anděla by nikomu nedával, jelikož s ním nebyl spokojen. Říkal, že si myslí, že by nikdo nechtěl tak pokřiveného anděla, stejně jako si myslí, že jeho nikdo nebude chtít, jelikož je postižen.

Pan Miloslav své dílo páskou rozdělil na 4 díly. Na vybarvení obdélníků použil černou, bílou a zelenou, jelikož jsou to barvy oblíbeného fotbalového klubu MFK Karviná.

Modrou doplnil, protože se mu líbí a nechtěl jedno pole nechat prázdné (**obrázek č. 81**). Pracovalo se mu dobře, ale práce ho moc nebavila.

## **Radana**

Paní Radaně se nápad moc líbil, práce ji bavila, a kromě navlékání korálku na stužku ji šla dobře od ruky. Korálek se jí několikrát ze stužky vyvlékl a musela se vypořádat se svou netrpělivostí, aby se jí to nakonec povedlo. Výsledný produkt ji moc překvapil. Řekla si tak ještě o jeden korálek a kousek stužky, aby si takového anděla mohla ještě jednou vyrobit sama. Rozhodla se, že si svého anděla ponechá, aby ji nosil štěstí.

Klientka vytvořila velmi originální dílo. Páskou vytvořená pole pouze nevybarvila, ale namalovala také tečky a trojúhelníky, kombinovala více barev. Příště by si vzala jinou barvu než černou, vadilo ji, že hodně špiní vodu a zašpinila také růžovou barvu na jejím díle. Paní Radana byla moc ráda, že malujeme abstraktní dílo a nic konkrétního, neboť to nemá ráda. S výsledkem (**obrázek č. 82**) nebyla zcela spokojena, příště by toho udělala spoustu jinak.

## **Dita**

Klientka se na práci soustředila, vše ji šlo snadno a měla práci velmi rychle hotovou. Říkala, že to pro ni bylo snadné. Anděl se jí líbil a rozhodla se, že si jej vystaví ve svém pokoji. Anděl jí připomněl jejího manžela, který byl prý také její anděl.

Paní Dita se několikrát ptala, zda opravdu může využít plátno, že ji klidně stačí obyčejná čtveřka, protože pro její tvoření je plátno škoda. Na díle si dala velmi záležet (**obrázek č. 83**), použila její oblíbené barvy, které ji připomínají rozkvetlou zahradu. Plátno rozdělila v podstatě na pravidelné části. Moc si vážila toho, že může malovat na plátno a také ji cvičení bavilo. Říkala, že u práce relaxovala a soustředila se jen na vybarvování a zapoměla na vše, co ji tíží hlavu.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Pan Michal se opět ze setkání neomluvil, před několika dny byl dočasně vyloučen z azylového domu na 24 hodin z důvodu porušení řádu (konkrétně konzumace alkoholu) ale po uplynutí doby se do azylového domu nevrátil. Paní Julia i pan Josef se ze setkání řádně omluvili. Panu Josefu nebylo dobře a paní Julia měla návštěvu.

Cvičení se klientům zamlouvala. Rozehřívací cvičení se moc líbilo paní Radaně, která chtěla materiály, aby si mohla cvičení zopakovat sama. Pro některé bylo toto cvičení

motoricky náročné a také zkouška pozornosti. Vyjma pana Miloslava, ale všichni byli se svým dílem spokojeni. Hlavní cvičení se všem moc líbilo a dali jasně najevo, jak moc si váží toho, že na abstraktní dílo nepoužívají jen obyčejný papír či čtvrtku, ale skutečné plátно. Tento fakt měl vliv na jejich práci, velmi se snažili, aby plátно nezničili a výsledky byly co nejlepší. Mnozí na plátно nikdy nemalovali a toto cvičení byla tedy jejich premiéra.

Setkání se neslo v pozitivním duchu, klienti se velmi soustředili na to, aby svá díla nezkazili, takže toho příliš neřekli a u závěrečných reflexí zmiňovali především to, jak jsou rádi, že si zkusili malbu na plátно a to, že se jim díla líbí. Z mého pohledu bych se měla více doptávat na to, jak se jim pracovalo, jak se na dílo dívají atd., avšak nám na závěrečnou reflexi nezbyl dostatek času a klienti už byli unaveni. Příště musím dát rozehřívací cvičení méně náročné, aby nám zbyl dostatek času.

#### **9.4.10 Deváté setkání**

**Datum:** 3. 1. 2025

**Čas:** 14.00

**Počet klientů na setkání:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Dita, Julia, Josef, Jarmila

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Já jako předmět
- **Cíl:** zaměření se na sebe, podpora fantazie a tvořivosti
- **Zadání:** Nakreslete, jaký byste byli v tuto chvíli předmět.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papír formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 10 minut

##### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Koláž mé osobnosti
- **Cíl:** zaměření na sebe, posílení sebehodnocení, podpora kreativního myšlení
- **Zadání:** Z nabídnutých časopisů vystříhnete cokoliv, co vás vystihuje. Výstřižky nalepte na čtvrtku a vytvořte koláž vaší osobnosti. Můžete také cokoliv dokreslit.

- **Výtvarné materiály a pomůcky:** čtvrtky formátu A1, staré časopisy, nůžky, lepidla, pastelky, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 60 minut

### **Průběh setkání:**

#### **Libor**

Pan Libor sám sebe nakreslil jako postel (**obrázek č. 84**). Byl unavený, protože v noci šel spát opět pozdě, s tím má velké potíže. Mnoho času místo spánku tráví u mobilního telefonu na sociálních sítích a prohlížením fotek. Nevyspání se odráží na jeho náladě i na tom, že jak pak unavený na procházky, které by udělaly dobře jeho pohybovému aparátu. Všeho si je vědom, ale není schopen ze začarovaného kruhu vykročit.

Klient vzal cvičení velmi zodpovědně, dlouho vybíral, co ho nejvíce vystihne, a vyjadřoval obavy, zda vůbec najde něco, co k němu sedí. Nakonec vytvořil dílo (**obrázek č. 85**), jehož hlavním motivem je nápis „Volání budoucnosti“. Klient doufá, že jeho budoucnost je bez alkoholu, proto pod nápis přidal obrázek čajovny, dále potom nápis „jsem byl a dost mě zajímal alkohol“, který nalepil k rentgenu hlavy se zvýrazněným mozkem. Dózu plnou ledu, ve které je šampaňské obohatil nápisem „je otázkou budoucnosti“ a obrázkem osoby na invalidním vozíku. Toto pan Libor vytvořil, protože bojuje za svou budoucnost a je si jistý, že kdyby pokračoval v konzumaci alkoholu, tak do roka bude na invalidním vozíčku. Na poslední chvíli našel v nabídnutém časopisu obrázky knihy Don Quijote, která mu připomíná jeho kamarádku, se kterou si často píše na Facebooku, která má tuto knihu na policičce na jedné z jejich fotografií. Pan Libor otevřeně mluví o svém problému s alkoholem, je na sebe moc pyšný, že nepije a nekouří a je rád, že si přes sociální sítě našel právě zmiňovanou kamarádku. Jediné, co ho trápí je jeho problém s chůzí a neschopnost spát. Nechce se mu chodit ven samotnému, ale zároveň nechce nikomu říct, aby šel s ním. Také se mu stýská po jeho dětech, především po nejstarší dceři, se kterou není v kontaktu.

#### **Emil**

Pan Emil se nakreslil jako jednoduché srdce (**obrázek č. 86**), protože je vděčný za to, že má střechu nad hlavou a že může chodit na arteterapie, kde se více sblíží s ostatními klienty a nepřijde si tak sám. Srdce má otevřené, ale dává si pozor, koho ke svému srdci pustí. To se odrazilo během jeho života několikrát, a to především v oblasti vztahů – nikdy neměl

dlouhodobý vztah, tudíž ani děti a často si přišel sám. Útěchu vždy hledal v dlouhých procházkách a přírodě.

Pan Emil nalepil na čtvrtku tři výhledy na krajinu. A přidal seskládaný nápis z výstřižků „cítit se jako v ráji“ (**obrázek č. 87**). Pan Emil se cítí jako v ráji na procházkách, jeho snem vždy bylo cestování, cestoval velmi rád. Teď nemá na cestování prostředky, ale nepohrdne ani dlouhými procházkami po Praze, kterou miluje. Zná mnoho krásných zákoutí a je schopen denně ujít i dvacet kilometrů. Chůze a výhledy do dálky ho naplňují pocitem štěstí a zapomíná u nich své problémy. Pracovalo se mu dobře a na své výsledné dílo by už nic nepřidal.

### **Miloslav**

Klient se nakreslil jako lopata (**obrázek č. 88**). Napadlo ho to, protože by se údajně nejraději zahrabal. Není na sebe pyšný, protože hledá odvahu oslovit svou kamarádku ohledně jejich vztahu. Více se nechtěl k obrázku vyjadřovat.

Pan Miloslav se ke koláži stavěl velice skepticky a říkal, že určitě nenajde nic, co vystihuje jeho život. O to větší překvapení pro něj bylo, když našel článek o natáčení filmu Dukla 61, který se týká důlního neštěstí. Vystříhl a přilepil obrázek z filmu a nápis „natáčení v dole? Mám úzkost z malých prostor“ (**obrázek č. 89**). Pan Miloslav byl na neštěstí jedním ze zavalených horníků v roce 2016 v Karviné, v dole, kde zrovna pracoval, vybuchl propanbutan a byl zavalen. Od této doby se bojí malých prostor a tmy. Po propuštění z nemocnice se neměl kam vrátit a zůstal na ulici. Jeho koláž doplňuje nápis „zázraky medicíny“, který je přelepený lahví šampaňského. Toto vytvořil, protože když se ocitl na ulici, tak holdoval ve velkém množství alkoholu. V současné době si dá maximálně jedno pivo v létě na žízeň. Poslední nápis na klientově koláži je „muži jsou línější, přetaženější a unavenější“, což prý odpovídá přesně jeho současnému stavu a toto tvrzení doplnil obrázkem ledního medvěda spícího na kře a obrázkem lvů spících na skále. Pana Miloslava překvapilo, jak jednoduše se mu pracovalo, protože si opravdu myslel, že bude složité něco najít.

### **Dita**

Paní Dita se nakreslila jako otevřená kniha (**obrázek č. 90**). Knihy miluje, má jich spoustu a často navštěvuje městskou knihovnu. Nejraději má detektivky. Zrovna musela přerušit napínavé čtení, aby se dostavila včas na arteterapie, proto ji v hlavě utkvěla právě kniha.

Paní Dita nalepila vystřižené obrázky knih, protože jak již zmiňovala, tak moc ráda čte, obrázky knih doplnila o výstřižky květin, protože také miluje rozkvetlé zahrady (**obrázek č. 91**). V minulých setkáních zmiňovala, že vždy měla zahradu, o kterou se starala a moc jí práce na zahradě uklidňuje. Posledními obrázky jsou obrázky šperků, protože paní Dita se ráda hezky oblékne, namaluje a svůj zevnějšek ráda potrhne nějakou hezkou bižuterií. Koláž paní Dity působí jemně a čistě, mezi obrázky má pravidelné rozestupy. Má ráda pořádek jak na papíře, tak ve svém pokoji i v životě. Proto je ráda, že nemá sdílený pokoj, ale má v tomto azylovém domě svůj vlastní, kde si může udržovat pořádek a má to tam přesně takové, jaké ona sama chce.

## **Julia**

Klientka se namalovala jako mraky na obloze (**obrázek č. 92**). Neměly to být mraky černé a těžké, ale lehounké bílé. Nakreslila je, protože se cítila lehce a nic ji netížilo. Navíc miluje vše, co létá – ptáky, anděly a křídla jí evokují právě nebe s mraky.

Hlavními motivy koláže paní Julie jsou hudební nástroje vystřižené z dětského časopisu a dětské hračky. Toto vystříhla a nalepila, protože miluje všechny styly hudby a taky má ráda malé děti, protože ji nabíjí energií. Dále pak nalepila obrázky ptáků, protože miluje vše, co má křídla, což vystihuje i poslední obrázek, a to obrázek anděla (**obrázek č. 93**). Vše okřídlené paní Julii fascinuje a sama by chtěla mít křídla, aby mohla vidět věci s nadhledem a být svobodná. Mít křídla pro ni znamená mít svobodu. Sama si svobodná nepřipadá, protože nemá dostatek finančních prostředků a nemá kontakt se svou dcerou a vnukem. Klientce se pracovalo snadno, hned věděla, co bude v časopisech hledat a našla vše snadno.

## **Josef**

Pan Josef se nakreslil jako otevřenou krabici, ze které vylétá usměvavé srdce (**obrázek č. 94**). Krabici nakreslil, protože se těšil, jaké překvapení si pro ně nachystám jako hlavní aktivitu a usměvavé srdce, protože měl dobrou náladu a dobře se vyspal. Byl rád, že máme arteterapii až odpoledne.

Klient na svou koláž nalepil tyto nápisy – „jak vrátit mozku paměť“, „čtení o všem, co vás zajímá“, „smrti se nebojím, čeká nás něco nádherného“, „nejistota stárnutí... Jaké bude Česko za 10 let?“ Nápisy doplnil obrázkem hlavy, nad kterou je trychtýř a obrázkem oka v trojúhelníku. Celá koláž (**obrázek č. 95**) má znamenat to, že pan Josef věří na mimozemské životy, Ufo, a nadpřirozeno. Má několik zkušeností s nadpřirozenými jevy a velmi se o tuto

problematiku zajímá. Chápe, že někomu se to nemusí zdát, a proto se o těchto věcech s nikým nebaví, aby nevypadal jako „blázen“. Nechtěl ani při popisu koláže více o tomto tématu mluvit. Pracovalo se mu ale dobře, během tvoření měl dobrou náladu a dílo se mu líbí.

## **Jarmila**

Paní Jarmila se nakreslila jako kapra na vodě (**obrázek č. 96**), protože tak nějak proplouvá životem a nikdy neví, jaká bude voda, ve které se ocitne. Kapr ji také napadl, protože byly nedávno Vánoce a kapra má velmi ráda k jídlu.

Klientka vytvořila jednoduchou koláž, které vévodily nápisy – „z gauče nic nezměníš“, „očistit se, posílit a zhubnout“, „tak už si konečně užijvej! A zhubni! (dopsala klientka sama). Vystříhla a nalepila obrázek osoby ležící na gauči a misku s pokrmem (**obrázek č. 97**). Jitka se svěřila, že není spokojená s tím, jak vypadá. Říkala, že její přítel si stěžuje, že je obézní a ona by se sebou něco ráda udělala, ale nevěří, že v jejích letech to půjde. Svěřila se také s tím, že ale pro samotné hubnutí nic nedělá, nepije dostatek vody, jí nezdravá jídla a málo se hýbe. Toto téma vyvolalo bouřlivou diskuzi všech účastníků. Všichni říkali, že mají podobný problém a samotným se nic nechce dělat, tak se vzájemně dohodli, že na sobě budou procovat společně a vzájemně se podpoří. Paní Jitka byla moc ráda, že přišla a že jí tolik lidí nabídlo pomocnou ruku.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Ze setkání se neomluvil pan Michal, který dle interních informací již nikdy nedorazí a také se neomluvila paní Radana, která prokazatelně byla v azylovém domě, ale nikomu nic neřekla. Podruhé a tentokrát na celé setkání přišla paní Jarmila, kterou zajímalo, co na arteterapiích ještě děláme, slyšela o setkání od ostatních klientů.

Rozehřívací cvičení měli klienti nakreslené velmi rychle, ale reflexe a popis obrázku zabral více času, než jsem měla v plánu. Totéž se překvapivě stalo také u hlavního cvičení. Nakonec tedy bylo dost času na závěrečné reflexe.

Toto setkání bylo velmi niterné a klienti dostali možnost mluvit o sobě a svých úspěších i selháních, tuto možnost využili a pan Libor říkal, že sdílení svých problémů s ostatními mu velmi pomáhá, pan Josef zase řekl, že nám sdělil informace, které nikdy nikomu nesdělil. Na setkání se ukázala síla skupiny a bylo moc hezké, jak klienti podrželi paní Jitku. Z toho setkání si nesu opravdu hluboké zážitky. Měla jsem možnost s klienty řešit hluboká témata a toto setkání bylo pro mě zkouškou, zda i silná témata zvládnou zpracovat

a adekvátně na ně reagovat. Myslím, že se mi podařilo své emoce ovládnout a klientů se setkání také líbilo a pomohlo jim v jejich osobním rozvoji.

### **9.4.11 Desáté setkání:**

**Datum:** 7. 1. 2025

**Čas:** 14.00

**Počet klientů na sezení:** 4

**Jména klientů:** Libor, Miloslav, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Piš 5 minut v kuse
- **Cíl:** trénink koncentrace, procvičení jemné motoriky
- **Zadání:** Vezměte si papír a tužku a pište po dobu 5 minut v kuse vše, co vás napadne, každou myšlenku. Text nemusí dávat žádný smysl. Hlavním cílem je pořád psát.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 5 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Výtvarně odpověz na otázku
- **Cíl:** podpora tvořivosti a kreativního myšlení, prohloubení vztahů ve skupině
- **Zadání:** vyberte si papírek libovolné barvy. Na papírek napište univerzální otázku, kterou byste mohl položit komukoliv na arteterapii. Pak papírek přeložte a vložte do misky. Z misky si vylosujte papírek jiné barvy, než jste měli původně. Přečtěte si otázku na vylosovaném papírku a odpověď na otázku vyjádřete výtvarně. Použijte do výtvarné odpovědi papírek s otázkou.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** barevné papíry, papíry formátu A1, lepidla, staré časopisy, přírodniny, rychleschnoucí hmota, fixy, voskovky, pastelky, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 50 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Pan Libor se dal do psaní ihned a bez rozmyslu. Cvičení ho nadchlo, velice dlouho nepsal text tužkou na papír, vše píše na mobilním telefonu. Vzpomněl si dětství a období puberty, kdy si psal pravidelně deník a také v protialkoholní léčebně ho nabádali ke psaní deníku. Od dob dospívání si deník ale nepíše. Při psaní psal, že si asi koupí sešit a deník si zase začne psát, protože ho to baví a zamýšlel se nad tím, kde všechny jeho deníky asi skončily. Moc rád by je někdy našel a počítl by si v nich. Psaní deníků mu pomáhalo si tříbit myšlenky, a to by prý potřeboval i nyní. Po několika letech ho kontaktovala dcera přes Facebook a on neví, jak má na její zprávu reagovat, tak si možná sepíše své myšlenky a pomůže mu to vyřešit jeho dilema.

Klient si vylosoval červený papír, který obsahoval dvě otázky. Jak se Vám daří? Pan Libor otázku vystříhl a nalepil na obrázek vystřižený z časopisu, na kterém je pán, který odfoukává suché listí. Má to znamenat, že pan Libor se snaží ze svého života dostat vše špatné, a nepotřebné a začíná s čistým štítem. Co vás nejvíce štve? Tuto otázku opět vystříhl a nalepil na obrázek napůl opadaného stromu s nápisem „deprese zkracujících se dnů“ a také obrázek chlapce šklebícího se na lahev šampaňského (**obrázek č. 98**). Tyto obrázky mají dávat odpověď, že pana Libora nejvíce štve, že tolik času promarnil užíváním alkoholu a vadí mu, že už nemá tolik času, protože se cítí starý. Takže ho štve i jeho věk. Jinak ho neštve nic a snaží se vše vidět pozitivně. Otázky ho nepřekvapily a hned věděl, jak odpoví.

### **Miloslav**

Pan Miloslav psal pomalu a psaní ho naplňovalo. Napsal všechno, co by moc rád řekl své kamarádce a vyznal by se jí ze svých citů. Nechtěl se více svěřovat, ale psaní ho bavilo a přišlo mu to jako dobrý nápad, jak si utříbit myšlenky.

Kam pojeděš v létě na dovolenou? To byla otázka na modrém papírku, kterou si vylosoval pan Miloslav. Otázka mu udělala radost, protože před pár dny se mu ozvali přátelé z Karviné a slíbili mu, že ho v létě vezmou pod stan na výlet po Moravě (**obrázek č. 99**), na jejich oblíbená místa, kam jezdili před dvaceti lety a že zavzpomínají na staré dobré časy. Pan Miloslav se na léto s přáteli moc těší a doufá, že mu pomohou sehnat vlastní bydlení, které by jim mohlo být blíže. Z modrého papírku – otázky – vystříhl dva stany a na zbytek papíru dokreslil partu přátel, ohniště, rybník s loďkou, auto, ceduli e škrtnutým nápisem Praha

a ceduli s nápisem Olešná. Obrázku vévodí nadpis „Tour de Morava“ modré nebe, slunce a naznačené kopce v dálce. O tomto plánu pan Miloslav mluvil velmi zaníceně se slzami v očích.

### **Julia**

Paní Julia během psaní stále opakovala, že neví, co má psát, takže nepsala celou dobu v kuse. Nakonec napsala oslavnou báseň jara, kterou se styděla zarecitovat. Psaní ji nebavilo, bolela ji z toho ruka a bylo to pro ni příliš složité.

Klientka si vytáhla žlutý papírek s otázkou – co vás dělá šťastným? Otázku z papírku pouze vystříhla a nalepila do dolní části papíru. Na papír namalovala les, louku plnou kvítí, modré nebe se sluncem. Dopsala tužkou odpověď – mám ráda přírodu, procházím se ráda v lese a na louce plné kvítí. Její obrázek (**obrázek č. 100**) jí přijde dětinský a moc se jí nelíbí, podle ní je to tím, že vůbec neumí kreslit, ale současně nechtěla využít jiné výtvarné techniky než kreslení. Otázka ji velmi překvapila, bylo to pro ni příliš osobní.

### **Josef**

Pan Josef se docvičení nezapojit a využil svého práva říci ne. Nechtělo se mu psát, cítil se unavený.

Do hlavního cvičení se pan Josef již zapojil. Chodíš rád na arteterapie? To byla otázka na jím vylosovaném zeleném papírku. Pan Josef z časopisu vystříhl rybku, kterou nalepil na papír a ze zeleného papíru s otázkou vystříhl tři bubliny, které jsou rybce od pusy. Do největší bubliny a nejmenší napsal nápisy „ano, ano, jo, ano“ a do třetí napsal „ne“, které přelepil červeným křížkem. Dokreslil malé modré bublinky bez nápisů (**obrázek č. 101**), práce ho moc bavila, otázka ho nepřekvapila. Na arteterapie chodí moc rád, protože je v kontaktu s ostatními klienty, kteří jsou mu díky arteterapiím bližší. Líbí se mu, že mu tvoření otevírá hlavu a přiměje ho dívat se na věci jinak a také se mu líbí, že arteterapeutická setkání rozvíří jeho den. Jinak tráví s malými výjimkami každý den úplně stejně.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Ze setkání se neomluvil pan Michal, paní Radana a paní Jitka. Omluvil se pan Emil, který měl jít za pár dní na operaci, tak se vyhýbá kontaktu s lidmi, aby se nenakazil nějakou nemocí a omluvila se paní Dita, kterou trápila bolest zad.

Setkání se povedlo. Od klientů jsem dostala velmi pozitivní reakce na vhodně zvolená cvičení. Dokonce i panu Josefovi se vše líbilo i přesto, že se nezúčastnil prvního cvičení. Bylo to opravdu z důvodu jeho únavy, využil čas a uvařil si ve vedlejší kuchyňce kávu. Hlavní cvičení procvičilo mimo jiné kreativní myšlení klientů a překvapilo mě, že přesto, že si často klienti stěžují, že nechtějí kreslit, tak nevyužili jiné techniky, než kreslení či koláž.

Hlavní cvičení jsem vysvětlovala zbytečně zdlouhavě a složitě, musím zapracovat na přesnější terminologii a způsobu vyjadřování, aby bylo vše dobře srozumitelné hned napoprvé. Tudíž jsem opravdu dlouho vysvětlovala, jak bude hlavní cvičení probíhat. Jinak bylo setkání příjemné a již podruhé bylo na setkání méně klientů, díky čemuž jsem se jim mohla více věnovat a dostali větší prostor se vyjádřit.

#### **9.4.12 Jedenácté setkání:**

**Datum:** 15. 1. 2025

**Čas:** 9.00

**Počet klientů na setkání:** 6

**Jména klientů:** Libor, Miloslav, Dita, Julia, Josef, Jarmila

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Procházka po okolí
- **Cíl:** protažení celého těla, poznávání okolí azylového domu
- **Zadání:** při společné procházce si co nejvíce všimněte svého okolí.
- **Časová dotace cvičení:** 60 minut

##### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Mé strašidlo
- **Cíl:** relaxace, podpora tvořivého myšlení
- **Zadání:** Libovolnou barvou voskovky nakreslete čaranci, nad čaráním nepřemýšlejte. Až budete mít hotovo, dotvořte tak, aby vzniklo co nejoriginálnější strašidlo. Svě strašidlo pojmenujte.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A1, voskovky, nalepovací oči, barevné papíry, nůžky, lepidla
- **Časová dotace cvičení:** 40 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Pan Libor by na procházce překvapený, jak krásné je bezprostřední okolí azylového domu. Rybník, který je zhruba padesát metrů od azylového domu, nikdy neobešel. Při procházce si velmi stěžoval na bolest zad a končetin. Půjčoval si hůl od paní Julie a rozhodl se, že si hůl sám pořídí. Rozmluvil se také o tom, že konečně odepsal své dceři, která za ním odpoledne přijede a on je nervózní z toho, jak setkání po tolika letech bude probíhat. Současně se na setkání moc těší a je rád, že díky naší společné procházce ví, kam dceru pozve na kávu.

Klient si vybral červenou voskovku, protože chtěl ze sebe dostat vztek a vztek je podle něj červený. Vztek ze sebe chtěl dostat, aby až se odpoledne sejde s dcerou, byl co nejklidnější a měl čistou hlavu. Práce ho moc bavila i pobavila, nečekal, že z obyčejné čáranice udělá něco tak veselého. Svě strašidlo dotvořil kresbou voskovkami, kdy domaloval obočí, vlasy a celou čáranici orámoval a dokreslil mini tělíčko. Použil nabídnuté nalepovací oči, ze zeleného papíru vystříhl velký nos a z červeného papíru úsměv. Strašidlo pojmenoval Smíšek (**obrázek č. 102**). Smíšek panu Liborovi říkala maminka, když byl malý, tak ho to napadlo. S výsledkem byl velmi spokojen a své strašidlo by si rád nechal. Největším strašákem je pro pana Libora to, že se nebude moc pohybovat a skončí na invalidním vozíku a také to, že zase spadne do závislosti na alkoholu.

### **Miloslav**

Klient přesto, že se pohybuje u chodítka, celou procházku vedl. Snaží se chodit pravidelně a ani delší procházky mu nedělají problém. Na procházce mluvil o tom, že na minulém setkání při rozehřívacím cvičení si uvědomil, že musí sebrat veškerou svou odvalu a zeptat se své kamarádky, co ona k němu cítí. To také udělal a ta mu řekla, že jeho city opětuje a on je moc šťastný a děkoval mi, že za to z velké části mohou naše arteterapeutická setkání.

Klient si vybral svou oblíbenou zelenou barvu. Při kreslení čáranice se pořádně uvolnil a dal do práce veškerou energii. Líbil se mu nápad vytvořit z čáranice strašidlo. Použil na dotvoření nalepovací oči, z barevných papíru vytvořil pusku, jazyk a jedno obočí a černou voskovkou dokreslil zuby a nos (**obrázek č. 103**). Strašidlo mu připomínalo pohádkovou postavu Shrek, ale pojmenoval ho po političce v současném vedení vlády, jelikož ji nemá rád.

Největším strašákem pana Miloslava je to, že zůstane v azylovém domě a také to, že zůstane sám. Snaží se, ale hledět vpřed a myslet pozitivně a věří, že nic z toho nenastane.

## **Dita**

Také paní Dita chodí na pravidelné procházky a okolí rybníků zná, i když tam moc nechodí. Během procházky se domlouvala s paní Jitkou na společném výletě odpoledne.

Paní Dita si vybrala na kreslení čáranice hnědou barvu, jako je hlína, se kterou ráda pracuje. Říkala, že ji takové bezmyšlenkovité čárání moc baví a uklidňuje. Na dotvoření svého strašidla použila oči, hnědou voskovkou dokreslila vlasy, ruce a z barevných papírů vystříhala a nalepila nos, ústa a nohy (**obrázek č. 104**). Strašidlo pojmenovala Bertík. Práce se jí moc líbila, a především ji nadchly nalepovací oči a poprosila mě, zda by si jeden pár nalepovacích očí mohla nechat, s tím, že si je někam nalepí v pokoji. Jejím největším strašákem je, že je uplyne doba, kdy může být v azylovém domě a nestihne si najít vlastní bydlení, po kterém moc touží.

## **Julia**

Paní Julia chodí k rybníku každý den a krmí tam svou oblíbenou labuť, kterou pojmenovala Willy. Miluje ptactvo a u rybníka jsou kromě labutí také lysky černé, volavky a ledňáčky, tedy rád pro Juliino ornitologické srdce.

Klientka si vybrala modrou barvu, protože se jí líbila. Pracovala s velkým nasazením, neboť ji nebolely ruce a pracovalo se jí dobře. Jinými odstíny modré dokreslila svému strašidlu ruce, tváře, vlasy a nohy. Z barevných papírů vytvořila nos a ústa a jako všichni klienti použila nalepovací oči (**obrázek č. 105**). Protože jí přišlo, že je její strašidlo z bublin, tak ho pojmenovala Bublí. Paní Julia nemá pocit, že by ve svém životě měla nějakého strašáka, ničeho se nebojí a cítí se dobře tak, jak je.

## **Josef**

Pan Josef nedokončil celou procházku, ale čekal na začátku procházky na lavičce. Necítil se dobře a nemá rád, když se scházíme už ráno, vždy potřebuje čas, aby se probral.

Klient si vybral na kreslení žlutou vosku, protože po ní sáhl jako po první a místo klasické čáranice dělal pravidelné kruhové pohyby, protože to tak cítil a uklidňovalo ho to. Strašidlu dolepil oči, z barevného papíru nos a voskovkami dokreslil klobouk, úsměv, ruce a nohy (**obrázek č. 106**). Práce ho bavila, strašidlo pojmenoval Bob, ale líbilo se mu i jméno

Čulibrk. O svých strašácích nechtěl vůbec mluvit, říkal, že jich má mnoho a snaží se jich všech zbavit.

## **Jarmila**

Klientka stejně jako paní Dita na pravidelné procházky chodí, okolí azylového domu dobře zná a během procházky si povídala s paní Ditou.

Fialovou voskovku si vybrala paní Jarmila. Opravdu dlouhou dobu se věnovala samotné čáranice, než začala strašidlo dotvořovat. Nalepila mu oči a z barevných papírů vystříhla a nalepila ústa, ruce a nohy a fialovou voskovkou dokreslila obočí (**obrázek č. 107**). Práce ji pobavila a uvolnila se. Říkala, že toto cvičení ji velmi „sedlo“. Strašidlo pojmenoval Edík, protože ji přišlo velmi roztomilé. Jejím největším strašákem v životě je to, že nedokáže svému synovi, že je schopná postavit se na vlastní nohy a také to, že se nepostaví svému příteli a nerozejde se s ním. Přítel si ji dost neváží a nemají spolu dobrý vztah.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Ze setkání se neomluvil pan Michal a paní Radana. Omluvil se pan Emil, který byl v nemocnici po operaci.

Rozehřívací cvičení formou procházky bylo mírnou improvizací. V prostorách domu se zrovna uklízelo, včetně vytírání. Vedoucí azylového domu byl z nápadu nadšen, protože klienti obecně ven vůbec nechodí a zhoršuje se tak velmi často jejich pohyblivost. Klienty společná procházka překvapila, ale nakonec byli moc rádi, že ven šli. Někteří své bezprostřední okolí vůbec neznají. Když zjistili, že okolo rybníka vede pouze stezka pro pěší a celá procházka má necelý kilometr, byli nadšeni a rozhodli se pro pravidelné společné procházky. Hlavní cvičení otevřelo citlivé stránky klientů a pan Josef například vůbec nechtěl o svých strašidlech mluvit.

Jako arteterapeut hodnotím toto setkání kladně, ale měla bych se více zaměřit na pokládání otázek klientů, aby byly více otevřené a klienti měli větší možnost se rozmluvit. Velmi kladně hodnotím klíny, kteří si vzájemně pomáhají, podporují se a tvoří se mezi nimi nová přátelství.

### 9.4.13 Dvanácté setkání

**Datum:** 24. 1. 2025

**Čas:** 14.00

**Počet klientů na setkání:** 4

**Jména klientů:** Libor, Miloslav, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### Rozehřívací cvičení:

- **Téma:** Já jako zvíře
- **Cíl:** sebeuvědomění, podpora fantazie
- **Zadání:** Nakreslete, jako jaké zvíře se dnes cítíte.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

#### Hlavní terapeutické cvičení:

- **Téma:** Vzpomínka na procházku
- **Cíl:** práce s pamětí, podpora tvořivosti
- **Zadání:** Nakreslete procházku z minulého setkání.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A1, pastelky, voskovky, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 50 minut

#### Průběh setkání:

##### Libor

Klient se vůbec nezamýšlel, jaké zvíře by mohl být a ihned začal kreslit želvu (**obrázek č. 108**). Želvy má rád, má k nim kladný vztah, dvě želvy vlastnil a také jeho přezdívka v dobách, kdy pracoval ve svém krámku, byla Želva, protože byl prý velmi pomalý. Pomalý si přijde pořád, a hlavně po ránu, takže želva byla jasná volba.

Klientovi se nechtělo rybník kreslit (**obrázek č. 109**), protože ho má „plné zuby“. Od minulého setkání chodí na pravidelné procházky, ale protože ho k tomu donutila dcera na jejich střetnutí po mnoha letech. Pan Libor je z jejich setkání zmatený a trochu rozhořčený, protože ho dcera začala z nenadání poučovat, nutí ho k procházkám a rozhodla se, že na příštím setkání mu uklidí pokoj. On nechápe, kde dcera bere tu drzost ho z ničeho nic takto

organizovat a moc se mu to nelíbí. Na druhou stranu je rád, že má o něj konečně zájem. Ostatní účastníci panu Liborovi řekli, že by měl být za znovu obnovený kontakt rád a že to s ním dcera myslí dobře. Klient nakreslil rybník s mnoha detaily, nakreslil také nás, jak jsme na procházce. Říkal, že jedinou výhodou tohoto kreslení je to, že už u rybníka zná každý kout.

### **Miloslav**

Pan Miloslav si poslední dobou přijde jako krokodýl (**obrázek č. 110**). Krokodýly má rád a fascinují ho. Hlavně tedy to, že jsou to prehistorická zvířata a vyvíjí se jejich intelekt, přizpůsobují se době. Pan Miloslav má pocit, že je taky prehistorické zvíře, protože už toho přežil a prožil opravdu hodně, a přesto cítí, že se dál vyvíjí a posouvá kupředu.

Klient nakreslil velmi jednoduchou kresbu rybníka (**obrázek č. 111**). Nakreslil u něj sám sebe, jak kouří a také lavičky, které jsou umístěny kolem rybníka. Od minulého setkání chodí na procházky k rybníku pravidelně a na lavičky si sedá, aby si odpočinul. Společná procházka v rámci arteterapie mu udělala radost, protože si mohl zakouřit. Během dvouhodinových arteterapií mu vadí, že nemůže chodit kouřit. Pan Miloslav vybarvil modrou barvou rybník a nakreslil modré nebe se žlutým sluncem, více barev použít nechtěl, takto byl s dílem spokojen. Kreslilo se mu dobře.

### **Julia**

Klientka se nakreslila jako želva (**obrázek č. 112**), protože si přijde pomalá, ale má pocit, že má tvrdou ochrannou schránku a nic ji nezlomí. Nebyla spokojená se svou kresbou a stále ji hanila.

Paní Julii se nápad, že bude kreslit rybník, moc líbil. K rybníku chodí pravidelně. Nakreslila naši arteterapeutickou skupinku na procházce a na rybníku svého oblíbeného labuťáka Willyho (**obrázek č. 113**). Tuto kresbu paní Julia kreslila s velkým nadšením a zápalem, který pro ni není obvyklý. Říkala, že je ráda, že kreslí konečně něco, co dobře zná. Dokonce se svým výsledným dílem byla moc spokojená.

### **Josef**

Pan Josef se nakreslil jako čerstvě vylíhlé kuřátko, které je ještě ve skořápce a jde od něj bublina s textem „Kde to jsem? Co se děje?“ (**obrázek č. 113**). Pan Josef i přesto, že bylo odpoledne, nenabral síly, protože se nevyspal dobře a pořád ještě se probouzí, je mu těžko po obědě a klidně by si zdřímnul.

Klient nakreslil výhled na rybník hned od azylového domu (**obrázek č. 114**). Zajímavé bylo, že ve skutečnosti by měl být hlavní dominantou tohoto výhledu kostel, ale pan Josef je zapřísáhlý ateista a kostely doslova nemá rád, takže ho schválně vynechal. Nakreslil u rybníka postavu krmící kachny, tou postavou má být paní Julia, která k rybníku pravidelně chodí a často mluví o tom, že krmila labuť a kachny. Chtěl ostatní pobavit, tak do rybníka nakreslil také plameňáka, který tam samozřejmě nežije. Kreslilo se mu dobře, rád kreslí krajinky.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Neomluvili se ze setkání pan Michal, paní Radana a paní Jitka. Pan Emil byl již v azylovém domě ale stále v rekonvalescenci po operaci a paní Dita se omluvila, kvůli nemoci.

Obě cvičení si klienti pochvalovali. Kresba zvířete dělala největší potíže paní Julii, která byla neustále s kresbou nespokojená, i když ji ostatní klienti chválili.

Toto setkání bylo velmi zajímavé, protože se ho účastnilo nejméně klientů za celou dobu, atak klienti dostali větší prostor k tomu se projevit. Velký prostor dostal pan Libor se svým tématem o dceři, kde ho klienti podporovali, říkali mu o tom, jaké mají či nemají vztahy se svými dětmi a dávali mu zajímavou a podstatnou zpětnou vazbu, za kterou byl pan Libor moc rád. Řešili jsme také pohled pana Josefa na křesťanství a pozitivní smýšlení a budoucnost pana Miloslava.

Setkání ukázalo, že tento počet klientů je pro terapii v azylovém domě ideální, protože je na vše dostatek času.

## **9.4.14 Třinácté setkání**

**Datum:** 1. 2. 2025

**Čas:** 9.00

**Počet klientů na sezení:** 6

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Dita, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Muchláž
- **Cíl:** uvolnění, relaxace, podpora tvořivosti a fantazie

- **Zadání:** vezměte si čtvrtku a libovolně ji zmuchlejte. Pak ji zpět rozložte, zadívejte se na ni a ve vytvořených „záhybech“ najděte nějaký motiv. Motiv zvýrazněte tužkou a dílo pojmenujte.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** čtvrtky formátu A4. tužky
- **Časová dotace cvičení:** 25 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Můj týden
- **Cíl:** sebeuvědomění, práce s pamětí
- **Zadání:** Nakreslete, co jste dělali během minulého týdne.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A1, voskovky, pastelky, fixy
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

#### **Projektivní kresebné testy:**

##### **Volná kresba**

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka
- **Zadání:** Nakreslete/namalujte co chcete/co vás právě zajímá. Až budete mít hotovo, odložte pomůcky a řekněte „mám hotovo“.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky, pastelky, voskovky, vodovky, štětce, kelímky s vodou
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

##### **Kresba domu**

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka
- **Zadání:** Nakreslete dům.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 10 minut

## **Průběh setkání:**

### **Libor**

Klient ve své „muchláži“ (**obrázek č. 116**) viděl kosmonauta nebo také Golema. Práce ho bavilo, nejvíce se mu líbilo mačkání čtvrtky. Symbol však hledal dlouho a bylo to pro něj náročnější, nakonec byl ale se svým dílem spokojen. Pojmenoval ho Kosmonaut.

Týden pana Libora je údajně každý stejný. Na kresbu použil fixy a pastelky (**obrázek č. 117**). Nejdříve nakreslil sám sebe v posteli, jak se dívá na tabletu na seriály, pak nakreslil velkou budovu – pracovní úřad, kde byl na povinné schůzce během týdne a pak také nakreslil obchůdek s tabákem, kde každý pátek sází sportku a také nakreslil obchodní dům, kam chodí na nákupy potravin. Při kresbě se zaměřil na detaily a trval na tom, že na jeho výkresu musí být slunce, protože chce, aby byly jeho pochůzky vždy veselé a za dobrého počasí. Obecně klient má nejradši odpočinek v posteli u oblíbených seriálů, všechny pochůzky a nově i pravidelné procházky ho moc nebaví a chodí na ně jen, protože musí. Kreslení ho bavilo a klidně by ještě kreslil, kdyby měl více času.

Volná kresba pana Libora moc bavila. Nakreslil tužkou jeho vysněný výlet vlakem do vesnice na Moravě, odkud pocházela jeho maminka a kde je také pochována (**obrázek č. 3**). Od roku 2012 nebyl na jejím hrobě a moc rád by se mimo její hrob podíval i na místa, kde trávil každé prázdniny. Kresba má mnoho detailů a klient mluvil o místním kostele, hospůdce, hotelu i příbuzných, které ve vsi má. Moc rád by vzal na tento výlet dceru, se kterou po mnoha letech navázal kontakt. Kreslilo se mu dobře, myšlenku na tento výlet má v hlavě posledních pár týdnů, neustále na něj myslí a pevně doufá, že našetří peníze a výlet uskuteční. Proto hned věděl, co bude kreslit, když dostal zadání.

Dům, který klient nakreslil, je azylový dům, ve kterém zrovna bydlí (**obrázek č. 5**). Bydlí se mu zde moc dobře a je rád, že má střechu nad hlavou. Nakreslil mnoho detailů, včetně jeho oblíbeného usměvavého slunce. Slunce všude kreslí, protože se cítí velmi dobře. K domku vede cesta, má kolem plot a nakreslil také strom, který stojí na zahradě domu. Vedle domku nakreslil psa, neboť kolem chodí hodně pejskařů. Nakreslil také tři komíny, ze kterých se kouří. Tahy tužkou jsou pevné a jasné. Pracovalo se mu moc dobře.

### **Emil**

Pan Emil ve své „muchláži“ viděl údolí a pahorky v dalekém Peru (**obrázek č. 118**). Cestování a dálky ho fascinují a nedávno viděl v televizi dokument, kde se o Peru mluvilo

a mu to utkvělo v paměti. Pracovalo se mu dobře, práce pro něj nebyla náročná. Dílo pojmenoval Údolí v Peru.

Klient se stále zotavuje z operace, na které byl před několika dny a jelikož bral léky, tak poslední týden neustále spal, chodil pouze na toaletu a do jídelny na jídlo. Svůj týden nakreslil pastelkami jako modrou plochu se žlutými blesky (**obrázek č. 119**). Má to být metafora ke spánku a občasnému problesknutí k nutné činnosti. Tento stav mu nebyl příjemný, protože je zvyklý na pravidelné procházky, ale již je m lépe a dostává se zpět do svého standardního životního rytmu.

Volnou kresbu vyjádřil klient pouze tužkou. Nakreslil les, hory a řeku s malým můstkem (**obrázek č. 120**). Jedná se o jeho sen. Chtěl by cestovat a toulat se po horách, být sám a nemít hlavu plnou starostí. Jeho finanční situace mu neumožňuje jeho sny si splnit a cítí se frustrovaný.

Dům pana Emila (**obrázek č. 121**) je umístěn přesně uprostřed papíru. Nelíbilo se mu, že musí kreslit dům, když sám nemá žádný domov. Tento dům má být malá chatka uprostřed lesů, kde by byl sám a jen se díval do krajiny a odpočíval. Kresba je jednoduchá, má okna, komín, dveře, ale kolem domu není nic. Nechtěl o nakresleném domu více mluvit, nevěděl, co by k tomu měl více říci.

## **Miloslav**

Ve své „muchláži“ (**obrázek č. 122**) pan Miloslav zvýraznil tužkou ty nejvýraznější záhyby. Ve výsledné kresbě viděl mapu řek a jezer, a tak také své dílo pojmenoval. Práce ho uklidňovala a bavilo ho. Hůře se mu čtvrtka mačkala vzhledem k jeho postižení.

Předcházející týden (**obrázek č. 123**) trávil pan Miloslav v posteli, na terase azylového domu při povídání si s ostatními klienty, procházkami do obchodu a praním prádla. Také nakreslil sebe se svou kamarádkou na společné procházce. Na jednoduché kresby, které na sebe nenavazovaly, použil jen hnědou pastelku a modrý fix. Barvy vybral zcela náhodně, bylo mu jedno, jaké použije. Nechtělo se mu jeho týden moc kreslit, protože vzhledem k jeho životní situaci není jeho program nějak pestrý a nemá potřebu to nikomu sdělovat.

Karlovo náměstí bylo místem pobytu pana Miloslava několik dlouhých let, proto ho nakreslil, když mohl nakreslit libovolné téma (**obrázek č. 8**). Nakreslil na obrázek dost detailů, neboť místo moc dobře zná. Použil pouze tužku. Má k tomuto místo velmi kladný vztah, protože díky tomu, že žil na ulici je teď vděčný za to, že má kde bydlet, co jíst a je v teple. Pobyt na ulici podle klienta byla ta nejlepší škola, které mu ukázala, jak se o sebe ve

všech situacích postarat a být vděčný za maličkostí, proto pro něj kresba Karlova náměstí první volbou.

Klient nakreslil panelový dům (**obrázek č. 10**). Kresba postrádá detaily, je velmi jednoduchá. Nechápal, proč by měl zase kreslit dům, když svoje vlastní bydlení postrádá. Kreslil necelé dvě minuty a pak už čas na kresbu nevyužil. Panelový dům má být dům, ve kterém vyrůstal se svou sestrou a rodiči, než zemřeli a přestěhoval se domku k babičce. Na sídlišti byl šťastný, měl zde mnoho kamarádů, chodil si s nimi ven hrát. Moc rád na toto místo vzpomíná.

## Dita

Paní Dita viděla v „muchláži“ (**obrázek č. 124**) kostým komika, tak dílo pojmenovala. Moc se jí práce líbila, bavilo ji mačkání čtvrtky, uklidňovalo ji to. Kostým komika v záhybech viděla ihned a práce ji nečinila velký problém.

Do kreslení předcházejícího týdně (**obrázek č. 125**) se klientce vůbec nechtělo. Vzala si hnědou pastelku a nakreslila symbol postele, knihy, televize, jídla, pošty, ochodu a stromů a k tomu dopsala dny v týdnu a že dělá pořád to samé. Nechácala, co by měla kreslit a proč. Nejradši ze všech dní má sobotní odpoledne, kdy je v azylovém domě klid, mnoho klientů je mimo azylový dům a ona má klid na čtení a užívá si ticho.

Klientka volnou kresbu využila k nakreslení lesa a hor kolem Popradu pomocí tužky (**obrázek č. 19**). Poprad byl místo, kde studovala, a ještě jednou v životě by se tam moc ráda prošla a prohlédla si, jak se místa, která dobře znala, změnila. Byla to první věc, která ji napadla a kterou si byla jistá, že dokáže nakreslit. Klientka se ptala, co kreslila jako volnou kresbu prvně, nemohla si vzpomenout.

Kresba domu klientky byla jednoduchá (**obrázek č. 21**). Měl okna se záclonkami, dveře a komín ze kterého se kouří. Kresba je uprostřed papíru a je velká. Tahy tužkou jsou jasné a čisté. Na tužku příliš netlačila. Nejedná se o žádný konkrétní dům, ale obecně vždy žila v domku se zahradou. Zahradu nenakreslila, protože zadání bylo nakreslit dům. Práce ji tentokrát moc nebavila, už byla unavená z kreslení. Kreslila necelé tři minuty a pak nevyužila zbytek času na kresbu.

## Julia

Paní Julia měla dobrou náladu a po zmačkání chtěla čtvrtku hodit do koše. Překvapilo ji, že se zmuchlanou čtvrtkou budeme dále pracovat. Obtáhla nejvýraznější záhyby, které

vznikly mačkáním na čtvrtce a pojmenovala kresbu jako Louky a pole (**obrázek č. 126**), připomínalo ji to krajiny z dálky nebo spíše z výšky. Moc se jí líbilo, že u tohoto cvičení nemusela příliš přemýšlet.

Klientka nakreslila barevnými pastelkami dva domy, mezi kterými je strom, jeden konkrétní ochod, autobus a nebe s velkými mraky a deštěm. I přesto, že v minulém týdnu příliš nepršelo. Celá kresba (**obrázek č. 127**) je jemná, barvy nejsou příliš výrazné. Do dolní části kresby napsala „každý den jezdím autobusem na nákup“. Každý den dělá to stejné a nejvíce ji baví jezdit autobusem po městě, jinak dělá to, co všichni a nechce o tom mluvit, protože je to pořád to samé.

Ve volné kresbě se paní Julia nakreslila na procházce přírodou (**obrázek č. 128**). Nakreslila to proto, že ve své hlavě je neustále na procházce daleko, v přírodě. Nevěděla, co jiného by nakreslila. Ke kresbě použila tužku. Byla se svým dílem spokojená.

Klientka nakreslila jednoduchý dům (**obrázek č. 129**). Byl to dům, kam jezdila k babičce na prázdniny a měla to tam moc ráda. Nikdy jindy neměla tak pěkný vztah k nějakému bydlení. Kresba je jednoduchá, dům má okna, dveře a komín ale nemá žádné další detaily. Ani paní Julia nechápala, proč musí zase kreslit zrovna dům. Na kresbu ji stačily dvě minuty.

## Josef

„Muchláz“ (**obrázek č. 130**) se panu Josefovi líbila, bavilo ho mačkání čtvrtky v jejichž záhybech následně viděl radar NATO u Českých hranic.

Svůj týden (**obrázek č. 131**) nakreslil klient v náznaku kruhového schématu, pastelkami nakreslené obrázky propojil šipkami kreslenými fixou. První obrázek je azylový dům, který je vyveden v černé a červené barvě a nachází se v černém obláčku. Pan Josef není v azylovém domě spokojen, neboť se mu pobyt zde zdá drahý a nemá své soukromí, klient nikdy nebyl na ulici, takže vede spory s ostatními klienty, kteří si naopak azylový dům nemohou vynachválit. Od azylového domu vede modrá šipka k obrázku autobusu, kterým jel klient v týdnu ke své lékárně, od autobusu ukazuje další modrá šipka na květinu tulipánů, které koupil lékárně, aby ji potěšil. Na budovu, kde sídlí lékařka, odkazuje také modrá šipka. Od lékařky jel klient do konkrétního obchodu, k němuž též vede modrá šipka. Z obchodu zpět do azylového domu vede šipka černá, protože zde ho vždy čeká jen to samé, vaření, jídlo, nuda a spánek. Toto cvičení se panu Josefovi příliš nelíbilo, nechtěl kreslit celý týden a vybral jen den, kdy zažil něco jiného než běžně.

Na volnou kresbu (**obrázek č. 132**) využil pan Josef veškerý nabídnutý čas, je to kresba tužkou plná detailů. Nakreslil Štědrý večer – prostřený stůl, u kterého sedí jeho rodiče, klient jako dítě klečí u dárků pod stromečkem na zemi. Jedná se o jeho nejkrásnější vzpomínky v životě. Rodiče mu moc chybí, ale na kresbě jim nenakreslil žádné obličejce, protože už si je nevybavuje, což mu je velmi líto. Nakreslil zde také svého kocoura, kterého tehdy měli. O tomto výjevu se panu Josefovi velmi často zdá a vyvolává to v něm smutnou náladu. Při popisu díla se mu těžko mluvilo a dále dílo popisovat nechtěl, aby se nerozplakal.

Klient nakreslil panelový dům (**obrázek č. 133**), ve kterém bydlel s rodiči celý svůj život, dokud nebyl donucen emigrovat. V jednom z oken nakreslil sám sebe, jak se dívá ven. Okolo domu vyznačil cesty, které nevedou na žádná konkrétní místa. Nikde jinde se klient necítil doma, o byt přišel a rozčílil se nad svou situací a nad tím, že je nucen v azylovém domě. Toto téma vyvolalo diskuzi klientů. Stejně jako v předchozím cvičení o kresbě nechtěl klient víc mluvit.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Ze setkání se neomluvil pan Michal, paní Radana ani paní Jarmila.

Jednalo se o velmi zajímavé setkání. Nejdříve jsme všichni popřáli paní Ditě, neboť měla ten den narozeniny a až poté jsme se dali do práce. Rozehřívací cvičení klienty bavil a líbila se jim možnost čtvrtku mačkat. Hlavní cvičení klienty už příliš nenadchlo, nechtěli kreslit, že dělají každý den totéž, často si stěžovali, že jejich život není tak pestrý, jak si myslím, dokonce došlo k rázně diskuzi na téma pobytu v azylovém domě, kdy si pan Josef stěžoval, a všichni ostatní mu oponovali a říkali mu o svých pobytech na ulici a o tom, jak moc jsou za možnost bydlet v tomto zařízení vděční. V tento okamžik jsem musela jako terapeut zasáhnout, jelikož se v jednom okamžiku schylovalo k hádce, která by naše setkání mohla narušit a tomu jsem se chtěla vyhnout. Proto jsem téma točila zpět k přítomnému okamžiku a k naší arteterapii. Pan Josef se omluvil, že se rozčílil a všichni jsme se shodli, že má každý jiný názor na různé věci, ale arteterapie je to, co nás spojuje.

K volně kresbě nevyužil nikdo z klientů nabídnuté pastelky, voskovky, fixy ani vodové barvy, ale všichni kreslili tužkami. Oproti první volné kresbě využili všichni čas a ihned věděli, co budou kreslit, vůbec se nerozmýšleli. I ke kresbě domu byli klienti shovívavější a měli výrazně méně připomínek než poprvé.

Setkání bylo kromě již zmíněného incidentu příjemné, jen jsme díky množství cvičení o patnáct minut přetáhli stanovenou dobu. Každý s prodloužením souhlasil. S klienty jsme

také řešili, že budeme mít ještě tři setkání a pak naše spolupráce skončí, což mnohé překvapilo.

### 9.4.15 Čtrnácté setkání

**Datum:** 8. 2. 2025

**Čas:** 9.00

**Počet klientů na sezení:** 6

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Dita, Julia, Josef

**Časová dotace setkání:** 120 minut

#### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Složte motýla
- **Cíl:** procvičení jemné motoriky a soustředění
- **Zadání:** Opakujte to, co dělá arteterapeut.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** čtvercové origami papíry
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Abstraktní květy
- **Cíl:** podpora tvořivosti a fantazie, radost z tvorby
- **Zadání:** Plátno natřete základní bílou barvou. Na plátno udělejte akrylovými barvami kapky jednou barvou a kolem kapek jinou barvou další kapky. Utvoříte tak „květy“, následně vezměte pytlík s pískem a na „květy“ jej přiložte. Vzniknou tak abstraktní květy. Můžete domalovat stonky a listy. Až vytvoříte vlastní společné dílo, tak stejným způsobem obtisknete „květ“ na čtvrtku každému Vašemu kolegovi, tak vznikne každému jeho vlastní dílo.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** plátno, čtvrtky formátu A1, akrylové barvy, štětce, kelímky s vodou, vlhčené ubrousky
- **Časová dotace cvičení:** 70 minut

#### **Projektivní kresebné testy:**

##### **Kresba stromu**

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka

- **Zadání:** Nakreslete libovolný strom. Máte časový limit 10 minut.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

### **Kresba postavy**

- **Cíl:** zaznamenání aktuální situace a rozpoložení účastníka
- **Zadání:** Nakreslete postavu. Můžete použít také pastelky. Máte časový limit 10 minut.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A4, tužky, pastelky
- **Časová dotace cvičení:** 15 minut

### **Průběh setkání:**

#### **Libor**

Klient si na poskládání svého motýla vybral zelený papír. Přesto, že mu samotné skládání trvalo déle a postup mu bylo nutné několikrát znovu ukázat, se mu dílo velmi dobře podařilo a udělalo mu radost. Pan Libor má problémy s jemnou motorikou, ale toto cvičení se nějak neprojeví.

Hned na začátku hlavní aktivity na pana Libora vystříkla modrá barva, která mu zašpinila kalhoty a pracovní plochu. Přesto, že jsem mu pomohla vše dát do pořádku, tak se mu již nechtělo tvořit a dostal k této práci odpor. Dlouho to vypadalo, že využije svého práva říci ne a nebude tvořit, ale když viděl, jaké společné dílo vzniká, tak se přidal, a nakonec byl velmi aktivní. Jeho abstraktní květy byly modrozelené. Líbilo se mu, že u této aktivity vstal a zapojil i pohyb, který potřebuje a snaží se mu věnovat. Když klienti dotvořili společné dílo, tak aktivně obešel své kolegy a na jejich čtvrtku obtiskl svůj květ a na svou čtvrtku ho obtiskl hned třikrát. Chtěl, aby jeho čtvrtka byla plná květů, takže ostatní poprosil, aby mu květy obtiskli více než jednou. Své dílo si potom dlouze prohlížel a fotil, aby mohl ukázat dceři, co vytvořili.

Strom pana Libora je téměř přes celý papír, má se jednat o jabloň, jsou na něm vyobrazeny malá jablka a ptáček (**obrázek č. 27**). Kmen stromu je široký a má na sobě naznačené dvě díry, klient neví proč, ale údajně protože, že v každém stromu nějaká ta díra je a chtěl udělat nějaký detail a nevěděl, jaký jiný. Koruna stromu je bohatá a uvnitř je mnoho větví, které jsou pravidelné a nejdou z nich další menší. Nad stromem v rohu je slunce, které se usmívá, ale působí smutně, klient kreslí toto slunce na téměř všechny své práce. Tahy

tužkou jsou jasné, na tužku ale netlačil. Na práci nevyužil všechnen čas. Pracovalo se mu dobře, a přemýšlel, jaký strom kreslil poprvé.

Klient nakreslil postavu, která má představovat jeho samotného, ale překvapilo ho, že si nenakreslil dlouhé vlasy (**obrázek č. 29**). Líbí se mu hlavně zvonové kalhoty, které nosil zamlada. Ruce má jen jednoduše naznačené, protože je neumí nakreslit. Obličej je nakreslený jednoduše, úsměv působí odbytě. Do kresby postavy se mu moc nechtělo, už toho na něj bylo moc po předchozích aktivitách. Celá kresba je jednoduchá, postrádá detaily. I zde nakreslil do rohu papíru slunce, ale je to slunce, které má vylámané zuby a oteklé jedno oko. Jedná se o opilé slunce, neví, proč ho nakreslil takto, asi protože neustále svádí boj s alkoholem.

## Emil

Pan Emil si vybral na složení motýla také zelený papír, skládání mu nečinilo žádný problém a když měl svou práci hotovou, tak pomáhal panu Liborovi. Práce se mu líbila, origami má rád, dříve již něco skládal, takže měl zkušenosti.

Modrofialové květy tiskl na společné dílo a díla individuální pan Emil. Tyto barvy si vybral, protože mu přišlo, že se na květy nejlépe hodí. Obtisky mu přišly jako macešky a byl s vytvořenými díly moc spokojen. Na společné dílo svůj květ neobtiskl mockrát, nechtěl, aby tam byl jen ten jeho a chtěl dát prostor ostatním. Ochotně však obešel se svým obtiskem ostatní klienty a také pomáhal s mytím štětců. Na individuální dílo nechal každého klienta udělat jeden obtisk s tím, že chce, aby to nebylo přepřácané.

Pan Emil nakreslil strom (**obrázek č. 134**) s úzkým vyšrafovaným kmenem, bez kořenů, s kulatou korunou. Strom se nachází několik centimetrů nad dolním okrajem papíru. Z kmenu jdou pravidelné větve, které se nerozvětvují. Na větvích jsou znázorněny plody, má se jednat o třešně. Na kresbu se klient soustředil, avšak měl práci hotovou za pouhé tři minuty, zbytek času kresbu zakrýval. Následně ji nechtěl představit ostatním. Nakonec ji ukázal ale až jako poslední. Nechtěl strom popisovat.

Pan Emil kresbu postavy (**obrázek č. 135**) spíše sabotoval. Nakreslil klasický jednoduchý obličej, který se usmívá, ale tělo je opravdu jen typicky schematické. Kresba je infantilní. Má se jednat o postavičku z večerníčku Kluk z plakátu, který aktuálně běžel v televizi. Klient nechápal, proč musí kreslit kresbu postavy a opravdu hodně se mu do toho nechtělo, rozhodl se tedy o recesi. Nechtěl kreslit, protože to neumí a nemá to rád.

## Miloslav

Pan Miloslav má problémy s jemnou motorikou a na skládání origami motýla to bylo znát. Klient není schopen papír přeložit přesně, nemá dostatek síly, aby na papíře udělal ostrou hranu, ale snažil se a s mou pomocí se mu motýla podařilo složit. Na skládání si vybral modrý papír, což i jeho samotného překvapilo, protože jindy by sáhl po zeleném. Nyní měl náladu na modrou barvu, chtěl složit motýla modráška. Se svou prací nebyl příliš spokojen a řekl, že to můžeme rovnou vyhodit.

Klient si vybral pro své květy světle modrou a růžovou barvu. Růžová v květech zanikla, protože ji tam nenanesl příliš, ale nevadilo mu to a takto byl spokojen. Neví, proč si vybral zrovna tyto barvy. Aktivně se zapojil do natírání základní bílé barvy na plátno. Se svými obtisky se ostýchal a musel být několikrát vyzván, aby svůj květ na společné dílo obtiskl více než jednou. Vzhledem ke svému hendikepu a malému prostoru kolem stolu nemohl obejít ostatní klienty, takže své dílo poslal dokola, aby mu klienti udělali obtisk a sám čekal, kdo k němu přijde pro ten jeho. Dílo se mu líbilo, přišlo mu veselé a překvapila ho technika, kterou jsem vybrala.

Klient nakreslil třešeň s plody, na jednu větev nakreslil listy, zbylé listy jsou údajně popadané (**obrázek č. 32**). Strom má vysoký kmen bez kořenů. Na kmenu jsou naznačené dvě díry. I on má ve svém srdci mnoho děr, největší jsou po ztrátě rodiny. Strom je velký přes celý papír, ale kresba je jednoduchá, tahy tužkou jsou jemné. Klient pracoval jen krátkou dobu, nevyužil všechnu poskytnutý čas.

Pan Miloslav nakreslil jako postavu sám sebe (**obrázek č. 34**). Na tužku tlačil, tahy tužkou obtahoval. Obličej má dost detailů, usmívá se, kolem krku si nakreslil šálu, má jít o šálu jeho oblíbeného fotbalového klubu. Levou ruku a nohu má užší, jedná se o náhodou, ale zároveň ve skutečnosti má skutečně levou stranu doživotně postiženou, toto zjištění ho překvapilo. Kreslilo se mu dobře, ale nevyužil veškerý čas, který měl k dispozici.

## Dita

I paní Dita zvolila zelenou barvu papíru. Pracovala přesně podle instrukcí, práce ji bavila a s dílem byla velice spokojená, těšila se, že si svého motýla vystaví ve svém pokoji a ten ji bude přivolávat její oblíbené jaro.

Klientka si vybrala červenou a žlutou barvu. Práce ji moc bavila. Natírala bílou základní barvu na společné dílo a s květy si dala opravdu záležet. Nechtělo se jí však obcházet stůl, takže její květy jsou na společném díle spíše na jednom místě. Ze společného i svého

individuálního díla byla nadšená, tato technika ji nadchla. Na individuální dílo si netiskla od každého klienta pouze jeden květ a chtěla, aby byly na čtvrtce umístěny symetricky, protože má symetrii ráda. Takto byla se svým dílem velice spokojená.

Paní Dita nakreslila strom, který má být švestka (**obrázek č. 40**). Široký kmen nemá kořeny, stojí na naznačené zemi a je nahoře do špičky uříznutý. Z uříznutého kmenu jdou větve, na kterých jsou znázorněny listy. Kmen je uříznutý do špičky, protože přesně takto vypadala švestka na zahradě, kterou měla babička klientky. Strom údajně nikdy nevypadal pěkně, ale plodil úžasné tvrdé a chutné švestky. Paní Dita vzpomínala na dětství, kdy jí ze švestek babička dělala lahodné knedlíky, od té doby je nikdy neměla.

Postavu usmívajícího se muže nakreslila paní Dita (**obrázek č. 42**). Během kresby se smála, protože přesně takový obrázek nakreslila prvně. Opět kreslila postavu svého muže, po kterém se jí každý den moc stýská, víc nevěděla, co by k tomu řekla.

## **Julia**

Oranžového motýla se rozhodla složit paní Julia. Práce ji nešla příliš dobře a moc ji ani nebavila, nemá ráda tyto druhy aktivit, ale s výsledkem byla nakonec moc spokojená. I tato klientka se rozhodla si svého motýla ponechat a vystavit ho ve svém pokoji.

Paní Julia byla nadšená z toho, že budeme tvořit společné dílo, to má moc ráda a má moc ráda květiny. Ocenila, že aktivity na tomto setkání jsou jarní a veselé. Vybrala si červenou a tmavě modrou, protože chtěla napodobit vlčí máky. Při práci byla aktivní, měla dobrou náladu a sršela vtipem. Na své dílo obtiskla svůj květ dvakrát, ale od ostatních klientů si nechala dát jen po jednom obtisku. Moc se jí líbilo společné dílo, ale to její ne a nechtěla si ho nechat.

Klientka nakreslila Ořešák královský (**obrázek č. 45**). Je to strom, který zabírá celou plochu papíru, kresba působí velmi jemně. Tahy tužkou jsou několikrát obtahované. Na větvích je pár listů, které padají ze stromu dolů na zem, která je u stromu nakreslená. Kmen je široký, má na sobě naznačené rýhování a sedm kruhů, které mají znázorňovat suky stromu. Kresba klientku nebavila, nevěděla, co má kreslit a nevěděla, co by ke stromu více řekla. Řekla, že si ho mám vzít a už to nechat být.

Paní Julia nakreslila sebe samotnou v šatech, přitom šaty vůbec nikdy nenosí, kreslí je, protože je to pro ni snazší (**obrázek č. 47**). Na rukou si nakreslila rukavice, protože ji byla zima. Postava je umístěna více vlevo papíru. Kresba je jemná, lehce infantilní. Nelíbí se jí, jaké si nakreslila vlasy, ty by nakreslila příště jinak.

## Josef

Pan Josef se rozhodl pro žlutý papír. Pracoval co nejpřesněji avšak pomalu. Skládání motýla znal, ale jiným způsobem. Tento se mu moc líbil. Jako jediný svévolně motýlovi dokreslil růžové a fialové vzory na křídla barvami, které byly připravené na další aktivitu.

Klient si vybral růžovou a světle modrou barvu. Při práci nebyl příliš aktivní, působil lehce zmateně, ale práce se mu dařila. Nezapojil se do natírání základní bílou barvou, ani neobešel stůl, aby mohl dát své květy na práci ostatních. Spíše čekal, kdo k němu přijde. Se svou prací byl spokojen a umístil na ni dva květy, od ostatních si nechal dát vždy pouze jeden. S prací byl spojen, technika ho nějak zvlášť nezaujala.

Smuteční vrbu nakreslil pan Josef (**obrázek č. 50**). Má jít o vrbu u rybníka. Vedle vrby nakreslil pomlázku, protože se blíží jaro a nad vrbu nakreslil měsíc v mlze, neboť se blížil úplněk. Klient má smutek hluboko v sobě, dlouhou dobu měl problémy s klinickými depresemi a doposud mívá smutné, až depresivní nálady, ale již neužívá medikamenty. Smutek mu přináší bezvýchodnost jeho situace a samota, je mu líto, že nemá rodiče, partnerku, děti ani svého vlastního mazlíčka, který by mu dělal radost. Radost mu přináší dobré jídlo, hezké počasí i arteterapie.

Pan Josef nakreslil atleta v běhu (**obrázek č. 52**). Při zadání kresby postavy se mu ihned vybavily řecké sochy atletů, proto se pokusil jednoho takového nakreslit, kresba je jemná, tahy jsou nejisté, čárkované, nenapojují se na sebe. Je to malá postava, běžící nalevo ven z papíru. Sám klient má k běhu odpor, nikdy se nevěnoval žádnému cvičení, ale ví, že by měl, vzhledem k tomu, jaký má apetit.

## Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:

Ze setkání se neomluvila ani paní Radana ani paní Jarmila.

Toto setkání bylo pro klienty náročné, neboť jsme dělali čtyři cvičení, které jsme se snažili stihnout za dvě hodiny. Po odsouhlasení všech klientů jsme o patnáct minut setkání prodloužili.

Rozehřívací cvičení nebylo příliš náročné, ale klientům udělalo radost, že zkusíme zase novou techniku a s výsledky byli nakonec spokojeni (**fotografie č. 7**). Hlavní cvičení bylo také ukázkou jiné, než kreslicí techniky a klienti byly nesmírně překvapeni ze společného díla. Všichni chtěli, abych se do společného díla přidala, ale nebyla jsem na tuto variantu dostatečně připravená a neměla jsem pomůcky pro ještě jednu osobu, proto jsme se

rozhodli, že já domaluji lístky ke květům, aby byl v díle i můj odkaz. To klienty nadchlo a všichni chtěli nakreslit lístky i na svá individuální díla. Společné dílo jsme pověsili pod hodiny do společenské místnosti (**fotografie č. 8**). Dílo obdivovali jak ostatní obyvatelé azylového domu, tak jeho zaměstnanci a klienti na sebe velmi pyšní. S diagnostickými testy klienti počítali, proto je zadání nějak nepřekvapilo, ale ani nenadchlo. Kreslili spíše z povinnosti a bylo znát, že jsou již unavení. Setkání se neslo v dobré a pozitivní náladě.

Myslím, že na setkání jsem byla dobře materiálně připravená, jediné, co chybělo, byly vlhčené ubrousky na utírání umazaných rukou od barev, aby klienti nemuseli odcházet a stát frontu u umyvadla mimo společenskou místnost. Vzhledem k tomu, že jednalo o čtrnácté setkání a s klienty jsme se tedy již lépe poznali, bylo pro mě jednodušší pokládat jim otevřené otázky při popisu diagnostických testů.

#### **9.4.16 Patnácté setkání**

**Datum:** 15. 2 2025

**Čas:** 9.00

**Počet klientů na sezení:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Dita, Julia, Josef, Jarmila

**Časová dotace setkání:** 120 minut

##### **Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Slož si svou píseň
- **Cíl:** práce s očekáváním, seznámení klientů s dalšími možnostmi uměleckých terapií
- **Zadání:** Vyberte si deset libovolných papírků libovolných barev, dle svého uvážení je seřaďte. Pak podle pořadí papírků udeřte do kamenů zvonkohry ve stejné barvě. Vznikne tak krátká píseň.
- **Materiály a pomůcky:** čtvercové papírky v barvách kamenů zvonkohry, zvonkohra, palička ke zvonkohře
- **Časová dotace cvičení:** 20 minut

##### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Dokresli útržek
- **Cíl:** podpora tvořivosti a fantazie

- **Zadání:** Vyberte si jeden libovolný z nabídnutých výstřížků. Nalepte výstřížek kamkoliv na papír. Dotvořte dílo dle své vlastní úvahy.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** různé ústřížky, papíry velikosti A5, lepidla, pastelky
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

#### **Torranceho figurální test tvořivého myšlení:**

- **Téma:** Torranceho figurální test tvořivého myšlení
- **Cíl:** zjištění aktuální tvořivého potenciálu
- **Zadání:** Postupujte dle konkrétních instrukcí samotné testu.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** testovací archy, tužky
- **Časová dotace cvičení:** 30 minut

#### **Průběh setkání:**

##### **Libor**

Pan Libor si svou skladbu zahrál dvakrát. Moc se mu nelíbila, protože má radši heavy metal. Ale aktivita ho pobavila a překvapilo ho, že existují možnosti muzikoterapie, o kterých na rozdíl od arteterapie nikdy neslyšel.

Dokreslení útržku (**obrázek č. 136**), který se klient vybral ho velmi překvapilo. Vybral si jeden z nejtěžších ornamentů. Dlouho si útržek prohlížel a po jeho nalepení rukou zakrýval, co kreslí. Pro všechny zúčastněné bylo překvapením, že nakreslil postavu, které z hlavy vystupuje právě ten útržek, na kterém je část květu. I když je kresba jednoduchá, tak působí nápaditě, je vyvedená v barvách a pana Libora tvoření moc bavilo.

Na Torranceho figurální test tvořivého myšlení pan Libor zcela zapomněl, takže si myslel, že děláme nějaký test, který jsme ještě nedělali, až u posledního cvičení si vzpomněl, že to už někdy viděl. K testu přistupoval zodpovědně, využil veškerý čas a těší se, jaké bude vyhodnocení jeho testu.

## **Emil**

Pan Emil před ostatními nechtěl svou skladbu zahrát, ale nakonec se rozhodl, že tedy ano a zahrál ji jako první. Hrál pomalu a jen jednou, pak chtěl, abychom ho zvonkohry rychle zbavili, že to, co slyšel, bylo strašné.

Klient nejspíš nebyl v nelepší náladě, protože také dokreslování útržku (**obrázek č. 137**) ho nenadchlo, ačkoliv byl kreativní a z útržku na kterém byly vlnovky nakreslil fantaskního veselého červo–hlemýždě. Použil pouze tužku, nechtěl využít nabídnutých pastelek.

Test tvořivého myšlení si pan Emil dobře pamatoval a věděl, co napoprvé kreslil. Toto jsem nekomentovala a nechala ho, ať tvoří dle svého uvážení. Využil veškerý čas a říkal, že je se svou prací spokojen.

## **Miloslav**

Klienta hraní jeho skladby moc bavilo a zkusil si ho několikrát a ptal se, kdo dělá muzikoterapie a jestli je možnost muzikoterapeuta také v azylovém domě.

Pro pana Miloslava bylo dokreslování útržku složité, opravdu dlouho nevěděl, jak útržek, který bez většího rozmyslu nalepil na papír, dokreslit. Několikrát řekl, že to dělat nebude, pak pouze vybarvil srdíčko, které na útržku bylo. Ostatní klienti pana Miloslava přesvědčili, aby něco přeci jen dokreslil (**obrázek č. 138**), paní Julia mu poradila, že může nakreslit víc srdíček, ale pan Miloslav ji odvětil, že neví, pro koho by ta srdce byla, ona mu řekla, že pro nás a pan Miloslav se dal do práce. Nakreslil modrý mrak, ze kterého padají růžová srdce a růžové hvězdy, k srdcím napsal „pro vás“. Myslel tím, pro všechny, kteří jsou na arteterapeutickém setkání.

Pan Miloslav dělal test tvořivého myšlení rychle a měl každý úkol hotový ještě před koncem časového limitu, pamatoval si, že jsme test dělali, ale nepamatoval si, co přesně v něm nakreslil, velmi se zajímá o výsledky a porovnání výsledků testu.

## **Dita**

Paní Dita byla zprvu z hraní nervózní, ale nakonec ji mile překvapilo, jak dobře její skladba zní a odehrála si ji několikrát. Hraní ji přišlo jako příjemné zpestření při arteterapii.

Klientka si vybrala útržek se srdcem a čárou vedoucí z něj, srdce vybarvila a na konec čáry nakreslila další růžové srdce, když si dílo prohlížela, tak ji přišlo velmi strohé a rozhodla se dokreslit ještě tři čáry na jejichž koncích jsou také růžová srdíčka (**obrázek č. 139**). Práce

ji nepřišla složitá, ale také ji moc nebavila. Mohla by to být větrník se srdíčky nebo balonky ve tvaru srdce.

Na oko se paní Dita zlobila, že jsem jim neřekla o tom, že na tomto setkání budou opět dělat test tvořivého myšlení a ona se na něj nepřipravila. Pracovala však zodpovědně a využila všechen čas na jeho vyplnění. S výtvary však nebyla spokojená. I ona se těší na výsledky testu.

## **Julia**

Paní Julia, když zjistila, že zahrát podle papírku je náročné, protože musíte barvu kamenů na zvonkohře hledat, tak si rychle běh hraní ostatních klientů, přeházela své papírky přesně podle toho, jak jdou po sobě barvy kamenů na zvonkohře. Pak vlastně nemusela nic hledat, ale nezahrála svou skladbu, nýbrž stupnici.

Julia byla s prací velmi rychle hotová. Vybrala si útržek s vlnovkami, které dokreslila a vytvořila mrak, který modře vybarvila. Z mraku udělala čáry, jako že z něj prší a dokreslila ještě dva takové mraky. Pod mrak napsala „mraky – prší“ (**obrázek č. 140**). Nakreslila toto, protože ji to přišlo jako nejjednodušší dokreslení a nechtělo se jí nad tím více přemýšlet.

Stejně jako poprvé měla během vyplňování Torranceho figurálního testu tvořivého myšlení paní Julia mnoho připomínek a neustále si stěžovala, že úkoly jsou na ní moc složité a že neví, co tam má nakreslit, nakonec ale celou dobu pracovala a využila veškerý čas na vyplnění testu.

## **Josef**

Klient nebyl ze hry na zvonkohru moc nadšen. Zahrál, ale z nějakého důvodu mu zvonkohra moc nehrála. Nakonec jsme přišli na to, že má zvonkohru položenou přes hranu stolu, a proto špatně hraje, ale nechtěl si skladbu zahrát znovu.

Pan Josef si vybral útržek papíru s částí mraku, hvězdami a duhou. Hvězdy vybarvil žlutě a duhu vybarvil modře. Vedle útržku nakreslil tužkou Večerníčka na jednokolce, jak rozhazuje letáky, ani neví, jak ho to napadalo, ale Večerníček působí autenticky. Dokreslování (**obrázek č. 141**) se klientovi líbilo a klidně by pracoval déle.

Figurální test tvořivého myšlení pan Josef vyplňoval mlčky a využil veškerý časový limit, který měl k dispozici. Dobře si pamatoval, co kreslil minule a doufá, že se mu podařilo nakreslit totéž.

## **Jarmila**

Paní Jarmila, která přišla na arteterapii po dlouhé době, byla překvapená, že na setkáních pouze nekreslíme, ale děláme i jiné věci a o to více ji překvapila tato ukázka z muzikoterapie. Skladbu si zahrála dvakrát, ale moc ji nenadchla.

Klientka, jež si vybrala také útržek s mraky, kouskem duhy a hvězdou z duhy vytvořila žlutý měsíc, mraky vybarvila, dokreslila kolem další a nakreslila také další dvě hvězdy (**obrázek č. 142**). Práce ji bavila, ihned věděla, co bude dokreslovat a klidně by si vzala další útržek.

Velmi zajímavé bylo, že právě paní Jarmila, která na setkání dochází velmi sporadicky, přišla zcela náhodou na první i druhý Torranceho figurální test tvořivého myšlení. Pracovala se zaujetím. Na rozdíl od ostatních klientů nestojí o to, aby znala výsledky testů.

### **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Paní Radana se opět neomluvila a nepřišla.

Ukázka z muzikoterapie klienty víceméně bavila (**fotografie č. 9**), a především je překvapila. Někteří se aktivně zajímali o další techniky a práci muzikoterapeutů a nikdo z přítomných nikdy předtím o muzikoterapii ani neslyšel. Dokreslování útržků bylo pro mě jako arteterapeuta velmi zajímavé, vzhledem k tomu, že toto cvičení bývá pro některé klienty složité a časově náročné, tak jsem zvolila formát papíru A5 a vybrala celkem jednoduché výstřižky obrázků. Klienti mě mile překvapili, práci měli hotovou rychleji, než jsem si myslela. Příště bych tedy zvolila větší formát papíru i mnohem složitější útržky. Torranceho figurální test tvořivého myšlení jsme již všichni znali, takže jeho průběh byl snazší než prvně.

Setkání bylo jedno z těch méně výrazných. Kromě nevhodně zvolených materiálů na hlavní terapeutické cvičení probíhalo vše podle plánu.

### **9.4.17 Závěrečné setkání**

**Datum:** 17. 2 2025

**Čas:** 12.30

**Počet klientů na sezení:** 7

**Jména klientů:** Libor, Emil, Miloslav, Dita, Julia, Josef, Jarmila

**Časová dotace setkání:** 60 minut

**Rozehřívací cvičení:**

- **Téma:** Splete to
- **Cíl:** podpora a rozvoj logického myšlení, rozvoj tvořivého myšlení a fantazie
- **Zadání:** Z poskytnutých nastříhaných „střepů“ splete vázu. Váza má vypadat, jako předložený vzor, ale můžete složit svou vlastní originální vázu. Nalepujte kousky na papír tak, aby vznikl celek. Pak do spleené vázy dokreslete květiny.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** rozstříhané obrázky vázy, lepidla, papíry formátu A4, papíry formátu A1, pastelky
- **Časová dotace cvičení:** 20 minut

#### **Rozehřívací cvičení II:**

- **Téma:** Potěš přítele
- **Cíl:** navození přátelské atmosféry, zlepšování vztahů mezi účastníky arteterapií, upevňování vztahu mezi terapeutem a klienty
- **Zadání:** Budete si předávat klubíčko s vlnou tomu, koho si vyberete, zároveň o něm řeknete něco pěkného. Každý si nechá „konec“ klubíčka u sebe, čímž vznikne „sít“ mezi vámi. Pak budete společně přemýšlet o tom, co vám vzniklý útvar připomíná.
- **Materiály a pomůcky:** klubko vlny
- **Časová dotace cvičení:** 10 minut

#### **Hlavní terapeutické cvičení:**

- **Téma:** Napiš slovo a nakresli symbol
- **Cíl:** sebereflexe, hodnocení terapeutických setkání
- **Zadání:** Napište slovo/souvětí, které nejlépe vystihuje váš pocit z arteterapeutických setkání, která proběhly. Ke slovu nakreslete symbol.
- **Výtvarné materiály a pomůcky:** papíry formátu A5, pastelky
- **Časová dotace cvičení:** 10 minut

#### **Průběh setkání:**

#### **Libor**

Na rozehřívací cvičení potřeboval pan Libor nejvíce času. Vybral si červenou rozstříhanou vázu. Velmi ho trápilo, že nemůže složit vázu dle vzoru a nechtěl složit žádnou svou originální vázu, když už bylo těsně před koncem časového limitu, tak se přeci jen přestal trápit skládáním do správného tvaru a zvolil originální způsob složení (**obrázek č. 143**).

S dílem však nebyl vůbec spokojen a vadilo mu, že nesložil vázu dle vzoru jako pan Josef a paní Jarmila. Jelikož již neměl moc času, tak nakreslil jednoduché tři modré květy na dlouhých skloněných stoncích. Práce ho rozčilovala a z výsledku byl zklamáný.

Klubko vlny poslal pan Libor Emilovi a řekl mu, že se mu líbí jeho smysl pro humor a upřímnost.

Pan Libor napsal na papír růžovou pastelkou slovo „radost“ a dokreslil jeho oblíbené slunce (**obrázek č. 144**). Z každého setkání měl radost, radost mu dělají také jeho výtvořky a jako slunce ho hřeje u srdce dobrý pocit, že pro sebe něco udělal a má v plánu v tom pokračovat.

## **Emil**

Pan Emil si vybral zelenou rozstříhanou vázu, ihned zvolil originální složení vázy, ale přesto, že mu byl nabídnut větší formát papíru, tak zvolil formát A4, nalepil vázu, ale neměl dost prostoru pro kresbu květin. Klientovi tento fakt nevadil, naopak byl rád, že nemusí moc kreslit, protože ho to nebaví. Do vázy dokreslil tři jednoduché, až infantilní květy. Slepovanou vázu měl rychle hotovou (**obrázek č. 145**), ale s kreslením déle otálel. S výsledkem byl spokojen, nic by na tom nezměnil.

Klient předával klubko vlny paní Ditě, líbí se mu na ní, že se o sebe stará a často se usmívá.

Kresba usmívajícího slunce a nápis „dobrý pocit“ (**obrázek č. 146**) vystihovalo rozpoložení pana Emila. Z každého arteterapeutického setkání si odnesl dobrý pocit ze sebe samotného. Slunce nakreslil, protože má rád, když svítí a také mu přináší dobrý pocit.

## **Miloslav**

Pan Miloslav se se skládáním vázy nijak netrápil a složil žlutou abstraktní vázu. Do vázy nakreslil jednu květinu (**obrázek č. 147**). Má se jednat o poupě růže, více jich nechtěl kreslit, takto byl spokojen. Nechápal, proč by tam mělo být více květin. Práce ho bavila, nejvíce se pobavil, jak s pan Libor se skládáním trápí a škádlil ho.

Vlnu předával pan Miloslav paní Julii a pochválil ji za její aktivitu a za to, že chodí na pravidelné procházky.

Klient nakreslil tři růžová srdce a napsal „skvělé díky“ (**obrázek č. 148**). Děkoval za možnost být s ostatními a sdílet své pocity, přišlo mu skvělé, že se o něj někdo zajímá

a věnuje mu čas, i to, že se více seznámil s ostatními účastníky arteterapií a navázal tak nová přátelství.

## **Dita**

Fialové střepy vázy dávala dohromady paní Dita poměrně dlouho. Rozhodla se, že postaví originální vázu, a když viděla její velikost, tak ji nalepila na papír formátu A1. Černou pastelkou na váze vyznačila slepované spoje, protože se jí to líbilo a přišlo jí to jako zdobení. Do vázy dokreslila tři velké květy, každý květ jiný (**obrázek č. 149**). Práce ji bavila a líbilo se jí výsledné dílo, které si chtěla ponechat.

Vlnu paní Dita předala paní Jarmile a řekla jí, že s ní moc ráda tráví čas, protože si s ní ráda povídá.

Paní Dita nakreslila červeného usmívajícího se smajlíka a napsal slovo „pohoda“ (**obrázek č. 150**). Líbilo se jí, že na našich setkáních panovala dobrá nálada a pohoda, ona si odpočinula od všedních starostí, zaměstnávala hlavu jinak, než je zvyklá a prohloubila přátelství s ostatními klienty.

## **Julia**

Paní Julia vytvořila velmi originální oranžovou vázu, kterou lepila na šířku papíru, váze dokreslila základnu. Modrou pastelkou obtáhla spoje vázy, protože jí to přišlo jako pěkná ozdoba. Do vázy nakreslila tři stejné květy různých barev (**obrázek č. 151**). Práce jí moc bavila, líbilo se jí, že mohla vytvořit vlastní vázu a nemusela se držet vzoru. Dala si na díle velice záležet a chtěla si ho nechat.

Panu Josefovi, kterému předávala klientka klubičko s vlnou pochválila košili a také mu řekla, že se jí líbí, jak se směje.

Červený balonek ve tvaru srdce, které má uvnitř nakreslené druhé srdce a slovo „radost“ (**obrázek č. 152**) nakreslila klientka, protože bude mít v srdci navždy vzpomínky na arteterapeutická setkání, ale mrzí ji, že to již končí. Přestože měla často připomínky, tak jí arteterapie bavily a přinášely radost.

## **Josef**

Panu Josefovi se povedlo složit vázu dle vzoru. Vybral si modrou barvu vázy. Vázu nalepil lehce našikmo, protože mu to přišlo jako alespoň nějaký náznak originality. Pod vázu dokreslil plochu stolu a na stůl naznačil opadané květy. Květy nakreslil svěšené, zvadlé

(**obrázek č. 153**), protože jinak by se do vázy nevešly, nechtěl však na lepení vázy využít větší formát papíru. Se svým dílem byl moc spokojen a špičkoval pana Libora, že se mu složit vázu povedlo.

Klient si při předávání klubka vlny dobíral pana Libora a hrál, že neví, co by o něm mohl říct hezkého, čemuž se všichni zasmáli. Pan Josef a pan Libor jsou totiž od té doby, co se na arteterapiích sblížili dobrými přáteli. Takže pana Libora pochválil, že si konečně uklidil v pokoji.

Nápis „srdečná setkání“ a kresba zářícího srdce v němž jsou nakresleny siluety lidí kolem stolu byl výtvar (**obrázek č. 154**) pana Josefa. Pro klienta byla setkání radostná a přinesla mu nová přátelství. Za setkání byl moc vděčný.

## **Jarmila**

Také paní Jarmile se podařilo složit vybranou žlutou vázu dle předloženého vzoru. Když viděla velikost vázy, tak se rozhodla pro papír formátu A1. Váze dokreslila černé pruhy, jako vzory. Do vázy nakreslila tři velké různé květy (**obrázek č. 155**). Z práce byla paní Jarmila nadšená, hlavně protože se jí podařilo složit vázu podle vzoru. Své dílo si nechtěla nechat.

Spíše, než pochvalou začala paní Jarmila spíše omluvou, že pana Miloslava moc nezná a tudíž neví, co hezkého by o něm mohla říct. Po chvíli přemýšlení si vzpomněla na to, že je pan Miloslav galantní a vždy, když paní Jarmilu potká, tak jí podrží dveře.

Klientka nakreslila velké růžové srdce a k němu napsala „bylo to krásné, poznala jsem lidi, kteří mají dobré srdíčko“ (**obrázek č. 156**). Byla moc vděčná, za možnost připojit se k arteterapiím a zároveň jí bylo líto, že možnosti nevyužívala častěji.

## **Závěrečné shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Na setkání bez omluvy nepřišla paní Radana.

Cvičení tohoto setkání byla krátká, ale klienty bavila. První rozehřívací cvičení nebylo zdaleka tak jednoduché, jak se klientům na začátku zdálo. Druhé rozehřívací cvičení již klienti znali ale tentokrát byli sdílnější a mnohdy dokázali skutečně ocenit kvality svých kolegů a pochválit je. Tato skutečnost může být dána tím, že se lépe poznali a přestali se před sebou navzájem stydět. Opět z klubka vlny vytvořili kruh, neboť všichni předávali klubko vlny tomu, kdo seděl po jejich levici. Klienti byli rádi, že v hlavním terapeutickém cvičení mohli vyjádřit, co si arteterapiích myslí a stručně se vyjádřit k tomu, co jim setkání přinesla.

Nálada na setkání byla trochu smutná, klientům bylo líto, že je pravidelná arteterapeutické intervence u konce, ale zároveň byli vděční, že díky ní navázali nová přátelství a vztahy, něco se naučili, dozvěděli něco nového o sobě a mohli si vzájemně poděkovat a domluvit si společné aktivity. Ukázalo se, že lidé, kteří společně navštěvují arteterapie k sobě mají blíž v běžném životě v azylovém domě a vzájemně si pomáhají, podporují se a tráví spolu volný čas.

Na konci setkání jsem všem klientům poděkovala za jejich účast, dodržování pravidel, aktivitu, otevřenost, upřímnost a také jejich čas. Klienti mi popřáli štěstí ve studiu a poděkovali za mou práci a čas. Domluvili jsme se ještě na jednom setkání za účelem videonahrávky pro mou supervizi a také na tom, že společně vybereme některá díla, která v azylovém domě vystavíme.

Jednalo se o závěrečné setkání, které mělo kratší časovou dotaci, neboť po setkání následovaly individuální polostrukturované rozhovory s každým klientem.

#### **9.4.18 Mimořádné setkání**

**Datum:** 12. 12. 2024

**Čas:** 16.00

**Počet klientů na sezení:** 10

**Jména klientů:** Libor, Evžen, Miloslav, Michal, Radana, Dita, Julia, Josef, Jarmila, Anna

**Časová dotace setkání:** 180 minut

**Aktivita:** společné pečení vánočního cukroví (**fotografie č .9**)

#### **Shrnutí setkání a sebereflexe terapeuta:**

Na toto setkání jsem byla pozvána i se svou rodinou od klientů a zaměstnanců azylového domu. V azylovém domě probíhalo pečení vánočního cukroví s výhercem soutěže Peče celá země Vojtou Vrtiškou a jeho kolegou Martinem Šlencem.

Na setkání jsem vzala svou pětiletou dceru, z čehož měli klienti velkou radost. Pan Miloslav se mi svěřil, že několik let nezažil tak krásnou vánoční atmosféru, čemuž pomohla právě přítomnost dítěte. Při našem rozhovoru se dojetím rozplakal. Také ostatní klienti měli z její přítomnosti radost a říkali, že právě její přítomnost dělala tu správnou vánoční atmosféru.

Zajímavé bylo, že tato akce byla pro všechny klienty azylového domu, ale účastnili se jí jen klienti, kteří chodí nebo alespoň jedenkrát byli na arteterapii. Vypadalo to, že pan Emil se akce neúčastní, ale posléze jsem zjistila, že hlídal pečení cukroví u trouby v prvním patře.

Cukráři pan Vrliška a pan Šlenc přivezli tři druhy těsta a my jsme s klienty tvořili vanilkové rohlíčky, kávová zrnka, a pracny které jsme vmačkávali do formiček. Po upečení cukroví jsme rohlíčky obalovali v cukru, na kávová zrnka dávali marmeládu a pracny jsme slepovali krémem.

Nálada na tomto setkání byla skutečně velmi veselá a radostná. Klienti představovali svá výtvarná díla a zkušenosti z arteterapií cukrářům, kteří jim aktivně naslouchali. Všichni byli při práci aktivní a práce nám šla dobře od ruky. Toto mimořádné setkání ukázalo, že klienti, kteří se účastní arteterapií, se aktivně účastní i dalších akcí, které azylový dům nabízí, neboť nechtějí být zacykleni v jednoduchém denním režimu a vyžadují společenské vyžití, nové podněty a další možnosti svého rozvoje. Tito klienti mají dle zaměstnanců azylového domu také vyšší potenciál k tomu, aby našli vlastní bydlení a byli schopni se postavit na vlastní nohy.

## 9.5 Přehled účasti klientů na setkáních

**Tabulka č. 2** stručně ilustruje, jak často se klienti dobrovolně účastnili nabídnutých arteterapií. Symbol ✓ znamená, že se klient arteterapie účastnil, ✗ znamená, že se klient na arteterapii nedostavil.

O konaná arteterapeutická setkání celkem projevil zájem deset klientů azylového domu. Dva klienti navštěvovali arteterapie pravidelně a nemají žádnou absenci. Čtyři klienti navštěvovali arteterapie také pravidelně, a pokud chyběli, tak se řádně omluvili a měli omluvitelné důvody k neúčasti (zdravotní, návštěva lékařů či úřadů). Pro účast pouze těchto šesti klientů bychom vypočítali úspěšnost setkání na 89 %.

Avšak další tři klienti chodili na arteterapie spíše sporadicky, když měli náladu a neměli jiný program a jeden z těchto klientů byl v průběhu arteterapeutických setkání vyloučen z azylového domu, proto neměl možnost se arteterapií nadále účastnit. Poslední klientka se zúčastnila pouze úvodního, prvního a mimořádného setkání, jelikož ji arteterapie nebavily a nechtěla mluvit před ostatními. Celková úspěšnost pořádaných setkání tedy byla pouhých 66 %.

## 9.6 Porovnání projektivních kresebných testů

Porovnání projektivních kresebných testů před a po arteterapeutických intervencích je zaměřeno především na zjištění, zda se u klientů prohloubilo jejich tvořivé myšlení.

### Libor

#### *Volná kresba*

První volná kresba (**obrázek č. 2**) klienta je jednoduchá, jedná se o lehce infantilní kresbu želvy, nad kterou je napsáno „2x“, protože dvě želvy se klientovi nechtělo kreslit. Kreslil ji, protože se mu stýská po želvách, které kdysi měl jako domácí mazlíčky. Druhá volná kresba (**obrázek č. 3**) je zcela odlišná, klient nakreslil to, co se mu poslední dobou často honí hlavou, a to je to, že by chtěl navštívit místo, kde trávil své mládí, a především pak hřbitov, kde je pochována jeho maminka. Na tento výlet by s sebou rád vzal svou dceru. Druhá kresba je plná detailů, klientovi nestačil určený čas, aby dokreslil vše, co chtěl ale i tak byl se svým dílem velmi spokojen.

#### *Kresba domu*

Obě kresby domu pana Libora mají představovat azylový dům, ve kterém se zrovna nachází. První kresba (**obrázek č. 4**) je jednodušší a má méně detailů. Druhá kresba (**obrázek č. 5**) mnohem více odpovídá reálnému azylovému domu, má více detailů jako třeba cestu vedoucí ke dveřím domu, plot, strom a psa, nad druhou kresbou je nakreslené mnohem větší usměvavé slunce než na prvním obrázku.

#### *Kresba stromu*

První kresba stromu (**obrázek č. 26**) je jednoduchá, klientovi připomínala atomový výbuch, nemá žádné detaily. Druhá kresba (**obrázek č. 27**) je stejně velká, strom je téměř totožný, ale má dokreslené plody, ptáka na větvi a dvě díry v kmeni. Nad druhou kresbou stromu je usměvavé slunce.

#### *Kresba postavy*

V obou případech se má jednat o kresbu sebe sama. První kresba (**obrázek č. 28**) má být klient v době dospívání, druhá kresba je klient nyní. První kresba (**obrázek č. 29**) má více

detailů, v druhé kresbě se klient věnoval více kresbě slunce umístěném v rohu obrázku, které má znázorňovat boj s alkoholem.

## **Emil**

U klienta byl nejvýraznější progres v tom, že se první dvě setkání kategoricky odmítal účastnit veškerých kresebných cvičení, chtěl být pouze pozorovatel. Z předchozí zkušenosti měl velmi špatné zkušenosti s arteterapiemi. Aktivně se zapojil až od třetího setkání a pak se již zapojoval vždy. Změna nastala, jelikož se mu líbil můj přístup k ostatním klientů a také to, že jsem ho do ničeho nenutila a přesto, že se neúčastnil, tak jsem ho zapojovala do diskuzí.

Projektivních kresebných testů se účastnil až na konci. Největší problém mu dělala kresba domu (**obrázek č. 121**), protože nerozuměl tomu, proč by klienti bez přístřeší měli kreslit domy a kresbu postavy (**obrázek č. 135**) spíše sabotoval. Naopak do kresby stromu (**obrázek č. 134**) a volné kresby (**obrázek č. 120**) dal mnoho detailů a věnoval jim všechny poskytnutý čas.

## **Miloslav**

### *Volná kresba*

V první volné kresbě (**obrázek č. 7**) využil klient ke kresbě modrou pastelku a nakreslil jednoduchou kresbu – kopce, stromy a pár hub, jakožto vzpomínku na dětství. Kresba je umístěna na dolní straně papíru. Druhá kresba (**obrázek č. 8**) tvořená pouze tužkou, je výrazně detailnější, zabírá celý papír a má se jednat o Karlovo náměstí, kde klient 6 let žil na ulici. Druhá kresba ukazuje místo, které klient dobře zná. Kreslil toto místo, protože ho naučilo vážit si obyčejných věcí, které člověk považuje za samozřejmé.

### *Kresba domu*

První kresbu (**obrázek č. 9**) klient nakreslil jen, aby splnil zadání. Nejedná se o konkrétní dům, je umístěný na dolní části papíru, je velmi malý, jednoduchá kresba bez výrazných detailů. Druhý dům (**obrázek č. 10**) je výrazně větší, má jít o konkrétní panelový dům, ve kterém klient žil, také nemá mnoho detailů.

### *Kresba stromu*

První kresba (**obrázek č. 31**) má rozvětvené kořeny, má se jednat o hrušeň na podzim, působí propracovaně je hojně rozvětvený, má nakreslené dva plody, na kmenu objekt, který neuměl klient popsat. Druhý strom (**obrázek č. 32**) je velký přes celý papír, nemá nakreslené žádné kořeny, na kmenu jsou nakresleny dvě díry, protože klient sám má v srdci spoustu děr, koruna stromu je plná plodů – třešní a má dvakvěty. Druhá kresba působí jemněji a promyšleněji.

### *Kresba postavy*

Obě kresby (**obrázek č. 33 a č. 34**) představují klienta samotného. První kresba je umístěna v dolní části papíru, je malá, nemá nakreslené dlaně ani chodidla, oči jsou prázdné, velmi jednoduchá kresba. Druhá kresba je výrazně větší, umístěna uprostřed papíru, postava má nakreslené dlaně i chodidla, oči mají zorničky a obličej má mnohem více detailů, na tužku byl vyvíjen velký tlak a tahy jsou několikrát obtahované, má nakreslenou bundu a šálu, protože je venku ještě zima.

## **Dita**

### *Volná kresba*

Obě volné kresby (**obrázek č. 18 a č. 19**) jsou kresleny tužkou. První představuje kánoe a pádlo, jakožto vzpomínku na své mládí, kdy se kanoistice věnovala, druhá kresba má představit Poprad a jeho okolí a s tím i přání, že by se na toto místo někdy ještě ráda podívala. Obě kresby jsou jednoduché, tahy tužkou jemné, několikrát obtahované.

### *Kresba domu*

Kresby domu představují domy ze vzpomínek klientky. První kresba (**obrázek č. 20**) je jednoduchá, kolem celého domu je vysoký plot, cesta k domu. Druhý dům (**obrázek č. 21**) je větší, není nakreslené žádné okolí domu, ale sama kresba je detailnější.

### *Kresba stromu*

Kresby stromů (**obrázek č. 39 a č. 40**) jsou si velmi podobné, avšak první kresba je nakreslená jemnými tahy tužky, kmen je uříznutý a ční z něj dvě větve, má se jednat o vrbu. Druhá kresba je švestka, kterou měla paní Dita na zahradě u domu, včetně uříznutého kmenu.

Druhý strom je o trochu větší, má silnější kmen, který je celý vybarvený, zde klientka také více tlačila na tužku a kresba je výraznější.

#### *Kresba postav*

Kresby postav (**obrázek č. 41 a č. 42**) klientky Dity jsou v podstatě identické, obě kresby mají představovat manžela klientky. Druhá kresba má oproti té první detailnější vyobrazené oči, naznačené dlaně s prsty, je o trochu větší a je vyvíjen větší tlak na tužku, a tak působí kresba výrazněji.

### **Julia**

#### *Kresba stromu*

Kresby stromů (**obrázek č. 44 a č. 45**) paní Julie se od sebe výrazně liší. První strom je menší, mezi větvemi má ostře uříznuté větve, je vyvíjen tlak na tužku. Zem je čáráním naznačená, kolem úzkého kmenu roste tráva. Tenké větve mají listy, koruna stromu je řídká. Oproti tomu druhý strom je velký přes celý papír, má široký kmen s naznačenými nedokonalostmi a širokou korunou. Na tužku nebyl vyvíjen velký tlak, na rozvětvené koruně jsou listy, které také opadávají ze stromu. V prvním případě se má jednat o lípu, zatímco ve druhém o ořech královský.

#### *Kresba postav*

Kresby postav (**obrázek č. 46 a č. 47**) jsou si velmi podobné, vždy se jedná o kresbu sebe sama. Obě postavy jsou umístěny více nalevo. První postava je menší a má méně detailů, druhá postava je větší s více detaily a více se podobá samotné klientce. Obě postavy mají identické šaty, první postava má naznačené malé ruce s krátkými prsty, druhá má rukavice, klientka nerada kreslí ruce a v době, kdy kreslila druhou postavu, jí byla zima.

### **Josef**

#### *Kresba stromu*

Kresby stromů (**obrázek č. 49 a č. 50**) pana Josefa jsou každá jiná. První kresba má být ovocný strom v listopadu, je to úzký strom s téměř holými větvemi, kreslený jednoduchými tahy s tlakem na tužku. Druhý strom je větší, na tužku byl vyvíjen menší tlak,

má bohatou korunu a má se jednat o konkrétní vrbu u rybníka, má širší kmen a naznačené kořeny. Každá z kreseb reflektuje roční období, které bylo v té době, kdyto pan Josef kreslil. Obě kresby jsou stejně velké, druhá kresba má více detailů kolem (slunce, rybník, pomlázka).

### *Kresba postavy*

Také kresby postav (**obrázek č. 51 a č. 52**) jsou odlišné. Obě postavy pana Josefa jsou kreslené stejným „stylem“, nejspíše, čárkovaně. První postava je větší, pravou rukou mává na pozdrav, usmívá se, má se jednat o mimozemšťana, protože o mimozemskou civilizaci se klient zajímá. Druhá postava má být atlet v běhu, je to postava menší, nakreslená z profilu. Po zadání cvičení klienta napadlo namalovat řeckého atleta, jakožto symbol ideálu lidské krásy. Druhá kresba má více detailů kolem samotné postav (nápis „start“, tráva).

## **9.6.1 Závěr porovnávání projektivních kresebných testů**

Z porovnání kresebných testů vyplynulo, že většině případů klienti po arteterapeutických intervencích využívali více času poskytnutého na kresbu, plochu papíru, a především byli v kresbách pečlivější, kreativnější a kreslili podstatně více detailů.

Ve volné kresbě se ve druhém případě více zaměřili na kresbu přítomnosti či budoucnosti, oproti minulosti. Kresby domů klientů jsou větší a mají více detailů než v kresbách na začátku arteterapeutických intervencí. Také kresby stromů kreslené na konci arteterapeutických intervencí jsou větší a představují stromy v létě, oproti prvním kresbám, které představovaly spíše stromy na podzim. Kromě jednoho případu jsou si kresby postav před i po arteterapeutických intervencích spíše podobné.

## **9.7 Vyhodnocení Torranceho figurálních testů kreativního myšlení**

Test divergentního myšlení, který identifikuje tvůrčí činnost (kreativitu), tvůrčí myšlení a tvůrčí schopnosti. Je charakteristický otevřenými úkoly s mnoha různými odpověďmi, které klient samostatně vytváří na základě širokých nevyměřených zkušeností a poznatků z libovolné oblasti.

V testu jsou faktory divergentního myšlení chápány následujícími způsoby:

- Počet přijatelných odpovědí udává míru fluence (F).

- Počet odlišných kategorií, do kterých odpovědi spadají, tvoří míru flexibility (Fx).
- Odklon odpovědi od zřejmého a běžného je mírou originality (O).
- Počet detailů a specifik zahrnutých do kresby jsou mírou elaborace DŮM.

Klienti skórují celkově ve třech kresebných úlohách, v každé úloze jsou jednotlivé faktory různě zastoupené. Testování je realizováno formou tužka a papír. Administrátor postupuje podle pokynů v příručce: klienty provází úvodním slovem a měří předepsaný čas na vypracování úloh (10 minut na každou úlohu), připomíná, že kromě samotné kresby je nutné také její pojmenování.

### 9.7.1 Presentace výsledků Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení

Toto vyhodnocení provedla na základě zadání kolegyně psycholožka Mgr. Alena Hasprunárová, která se primárně zabývá klienty se závislostí na alkoholu a spolupracuje s o. z. Správný krok. Testování bylo uskutečněno s cílem porovnat úroveň tvořivého myšlení před a po aplikaci arteterapeutických setkání. Vzhledem ke skutečnosti, že test mohou zakoupit a vyhodnotit pouze ti, kteří prokáží odborné vzdělání v oblasti psychologie, není samotný test součástí této absolventské práce. Originální prezentace výsledků Mgr. Hasprunárové (**příloha č. 9**) je ve slovenském jazyce.

Výsledky měření úvodního a závěrečného testování prezentujeme skórovanými body v jednotlivých oblastech (fluence f, flexibilita fx, originalita o, elaborace e) a celkovým mediánem (med) naměřených hodnot v jednotlivých měřených oblastech (viz. **tabulka č. 3**).

Bylo zjištěno, že v našem vzorku po aplikaci arteterapie získali klienti v oblasti fluence (počet přijatelných odpovědí) stejné množství bodů jako při úvodním testování (med\_F1=16 a med\_F2=16). **V oblasti flexibility (med\_Fx1=11 a med\_Fx2=12), originality (med\_O1=13,5 a med\_O2=17) a elaborace (med\_E1=12 a med\_E2=14) si klienti zlepšili celkové skóre.**

Josef po absolvování arteterapie zvýšil své skóre ve všech oblastech testu. Emil zvýšil své skóre ve všech oblastech testu kromě originality (výjimečnost kresby a její pojmenování), v této oblasti získal stejný počet bodů. Dítě, Emilovi a Julii se dařilo lépe ve všech faktorech kromě elaborace (detaily kresby). Miloslav se zlepšil ve všech oblastech kromě fluence (počet přijatelných odpovědí za měřený čas). Jarmile se dařilo lépe v oblasti originality a elaborace, v ostatních oblastech získala nižší skóre než při úvodním testu (viz. **tabulka č. 4**).

Celkově se skupina zlepšila o 57 bodů v porovnání mezi úvodním a závěrečným testem. Největší zlepšení ve výsledcích testu po arteterapeutických setkáních dosáhl Josef. Všichni klienti ve skupině se ve skórování zlepšili, kromě Libora, který se dokonce zhoršil v celkovém hodnocení.

### *Závěr*

Na základě porovnání výsledků psychologického testu Torranceho figurální test tvořivého myšlení, administrovaného před aplikováním arteterapie a po jejím ukončení, je možné usuzovat, že ve skupině klientů (N=7) z Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice, se po arteterapeutických střetnutích zlepšilo skóre v závěrečném testu ve vícero měřených oblastech u většiny klientů (N=6).

## **9.8 Závěrečné rozhovory s klienty**

Po pravidelných arteterapeutických setkáních jsem se individuálně setkala s každým klientem, který navštívil arteterapie alespoň dvakrát, za účelem polostrukturovaného rozhovoru. Tato forma rozhovoru mi umožnila řídit průběh rozhovoru, reagovat na klienta a v případě nejasností jsem mohla otázku přeformulovat, abychom dosáhli vzájemného porozumění. Odpovědi jsem si v průběhu rozhovoru zapisovala. Rozhovoru se neúčastnil pan Michal, neboť již není klientem, a tudíž nežije v Azylovém domě Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice a také paní Anna, které využila svého práva rozhovor odmítnout.

### **9.8.1 Transkripce rozhovorů**

#### **Libor**

*Proč jste se účastnil/a arteterapií?*

Arteterapie jsem znal už z protialkoholní léčebny a vždycky mě to bavilo. Je fajn občas vypnout a dělat něco jiného, než čumět do mobilu. Taky jsme dělali fakt hezký věci, který jsem si vystavil v pokoji a dělají mi radost a líbilo se mi, že jste za náma chodila, protože jste pro mě byla taková spojnice s normálním světem. Navíc to tady byla i sranda s těma lidma z týchle party jsem si třeba blíž než s ostatníma tady v azyláku.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Jo, nebavily mě ty kresby postavy a tak, to mě štvalo.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

No určitě velkej, jak jsem říkal, pro mě jste byla spojnice s normálním světem a nejenom že jsem si něco vytvořil, ale mnohdy jste mi vy nebo vlastně i ostatní z naší party otevřela oči a já se na ty věci začal koukat taky trochu jinak. Že jo, třeba s tou dcerou, jak jsme se bavily, nebo jak jste mě donutila chodit na procházky. Jako někdy to bylo dost nepříjemný ty naše rozhovory, ale nakonec mě to otevřelo oči a já se cítím rozhodně po fyzický stránce líp a snažím se i stou dcerou to nějak udržet no.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

Tak to nevím, to mi řekněte vy, ne? Vždyť jsme dělali taky ty testy na tohleto myšlení. Jako začal jsem si psát zase deník, jako zamlada, ale to asi není moc tvořivý.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

No jasně, tak já vám říkám pořád, at' sem za náma chodíte.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

Mě je to jedno, tady je stejně nuda, tak pro mě za mě každý den. Ne, jako ale klidně jednou týdně by to bylo super.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Jo, pokud na to někdo je, tak by to měl zkusit, je to rozhodně lepší, než dřepět na pokoji a nic nedělat.

## **Emil**

*Proč jste se účastnil/a arteterapií?*

Tak nejdřív jsem přišel ze zvědavosti, nikdy mě arteterapie nebavily, ale to jsem vám už říkal. No a překvapilo mě, jak jste to vlastně dělala vy, že jste mě do ničeho nenutila a byla to někdy i sranda, a hlavně člověk tako jako vypadl z té každodenní rutiny.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Asi ne. Nevím.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

No tak pro mě určitě přínos nějaký měly. S klukama se teď třeba víc nějak bavíme. Třeba jsem si fakt uvědomil, co od života chci a vlastně že na tom musím makat.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

To vůbec nevím, rád se dívám tady v jídelně na naše společný dílo a vlastně i venku na procházkách se víc dívám po takových hezkých věcech. Ale že bych si něco tvořil sám, to ne.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

Určitě.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

Mě je to jedno. Jak by se to hodilo vám, ale tak třeba jednou za 14 dní, nebo jednou týdně pokud byste mohla.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Jako jo, člověk se tak nějak odreaguje a občas myslí taky na něco jiného než na to, co se mu honí hlavou pořád.

**Miloslav**

*Proč jste se účastnil/a arteterapií?*

Protože vím, že terapie bych potřeboval, ale nemám na to peníze. A myslím, že my to pomáhalo na arteterapie chodit.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Ne.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

Nějak se mi otevřel tak ten svět a nevidím už ty věci jenom černě. Taky mi to dalo odvahu s tou kamarádkou, jak jsme spolu řešili a vlastně myslím, že kdybyste mi nedodala tu odvahu, tak bych se nikdy neodhodlal se jí zeptat. A celkově se cítím víc jako člověk.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

To čekám na ty výsledky toho testu. Ale asi jako možná zkouším hledat třeba jiný řešení, než jsem byl vždycky zvyklý.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

No, pokud bych měl tu možnost, tak jo.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

Klidně každý den. Však víte, že je bych potřeboval pořádnou pomoc.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Na jasně, já říkal o arteterapii i té kamarádce a klukům z Karviné a je to jiné, než chodit k nějakému psychologovi nebo psychiatrovi, člověk si nepřijde jako blázen.

## **Dita**

*Proč jste se účastnil/a arteterapií?*

Chtěla jsem dělat něco tvořivého a bavilo mě vyrábět některé věci a že to bylo takové zpestření vždycky.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Méně bych kreslila a malovala a více spíš něco tvořila. Ale jako bylo to pěkné.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

Ukázalo se mi, že na tom nejsem zase tak špatně, jak jsem si myslela. Poznala jsem nové lidi, a to je fajn, že my se teď vlastně scházíme na ty procházky a jen tak si popovídát. Už se necítím tak sama.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

Asi ano, víc třeba píšu a zase jsem se dala do toho háčkování a taky se těším, že budu dělat na jaře tu zahrádku tady s holkama z baráku a pokoj si zdobím podle ročního období.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

Samozřejmě že ano.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

To je mi jedno, já jsem stejně pořád tady, pokud nejdu na nákup nebo k doktorce. Ale klidně jednou za týden jako teď, to by bylo fajn.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Asi ano, ale nemyslím si, že to pro každého, protože každý takhle nechce mluvit a otevřít se před osatníma, jako my tady.

**Julia**

*Proč jste se účastnil/a arteterapií?*

Bavilo mě to a je mi jedno, jestli se tu dívám na televizi, nebo s váma něco tvořím.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

No, některý věci pro mě byly těžký, když jsme museli ten test dělat a něco takhle z hlavy nakreslit nebo tak.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

To nevím, asi že jsem se zabavila a tady se sešla s lidma no.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

Tak to si nemyslím.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

Ano, klidně. Vždyť víte, že já jsem chodila, kromě toho, jak mě bolela záda.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

To nevím, to je mi jedno.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Klidně bych to někomu doporučila.

## **Josef**

*Proč jste se účastnil/a arteterapii?*

Chtěl jsem poznat nové lidi, navázat nějaká nová přátelství, trochu se uvolnit, kreslit a tak. A to přesně tyhle arteterapie plnily.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Určitě ty dopolední časy, já rád spím a tohle pro mě bylo nejtěžší, že jsem musel vstávat, a ještě jsem nebyl pořádně probuzený, když jsme začali něco dělat.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

No tak jak jsem čekal, poznal jsem vás, což je super, a hlavně teda jsem tady s Liborem třeba nebo i s Ditou, že se mnohem víc bavíme a máme si co říct a nejsem tady tak sám.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

Těžko říct, to řekněte asi vy. Ale jako jsem rád, že jsem do toho šel, protože dřív jsem rád kreslil a dlouho jsem to nedělal a je to příjemný a baví mě to.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

Ano.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

Pokud by to bylo odpoledne, tak jednou týdně, pokud dopoledne, tak jednou za měsíc třeba bych to dal.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Nevím, jestli by to bylo pro každého, ale arteterapie s váma bych doporučil, protože jste to měla fakt pěkný a byla to i zábava.

## **Jarmila**

*Proč jste se účastnil/a arteterapii?*

Tak já jsem se moc neúčastnila, byla jsem jen párkrát a pak mi to bylo vlastně líto, když jste říkala, že už to je poslední setkání. Vždycky jsem přišla jen když se mi to hodilo, byla jsem zdravá a měla jsem náladu no.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Ne, není.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

Tak asi to, že jsem potkala fajn lidi se srdcem na dlani, se kterými jsme si tady v baráku oporou a můžeme se na sebe vzájemně spolehnout.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

Tak já byla tak málo, že si to nemyslím, ale bylo pěkný po sto letech zase něco malovat.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

To nevím, já asi úplně ne. Jako občas takhle přijít jo, ale pravidelně si myslím, že bych nechodila.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

To vůbec nevím. Tak jednou za půl roku?

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Kdyby to někoho zajímalo, tak to bych mu asi doporučila.

## **Radana**

*Proč jste se účastnil/a arteterapií?*

Vždyť víte, že já jsem skoro nechodila, já jsem byla pořád nemocná a vlastně se mi ani nechtělo malovat pořád. Chodila jsem tak nějak abych tady zabila čas.

*Je něco, co byste na arteterapiích pod mým vedením změnil/a?*

Vůbec mě nebavilo to kreslení, jenom jak jsme třeba tvořili něco, ale to kreslení na to já nejsem, a to mě nebavilo.

*Jaký pro Vás měly arteterapie přínos?*

Tak to teda nevím, jako asi že jsem se nenudila a zabila jsem tady ten čas a pokecala jsem s ostatními.

*Myslíte si, že měly arteterapie vliv na Vaše tvořivé myšlení?*

Ne, nemyslím, vždyť jsem skoro nechodila a nějak mě to malování ani nebavilo.

*Měl/a byste i nadále zájem o pravidelné arteterapie?*

Asi ne o pravidelné, ale občas když by se třeba zase něco spíš tvořilo, tak to bych přišla, třeba jak jsme se bavili to batikování nebo tak.

*Jak často by Vám vyhovovalo účastnit se arteterapií?*

To teda nevím vůbec.

*Doporučil/a byste arteterapie někomu dalšímu?*

Ano, to ano. Jako někoho, koho baví třeba to kreslení, tak tomu bych to teda doporučila.

## **9.8.2 Otevřené kódování rozhovorů**

Otevřené kódování je metoda používaná při analýze kvalitativních dat, v tomto případě se jedná o polostrukturované rozhovory. Cílem otevřeného kódování je identifikovat a klasifikovat důležitá témata. Tato metoda pomáhá lépe strukturovat a interpretovat podstatné informace.

### *Kategorie Motivace k účasti na arteterapiích*

Z rozhovorů vyšlo najevo, že největší motivací klientů k účasti na pravidelných arteterapiích je především odreagování, uvolnění či vystoupení z každodenní rutiny a vlastně takové zpestření jejich programu. Dále velmi často klienti uváděli, že se jejich motivací jsou vztahy, které na arteterapiích vznikly a které se stále prohlubují i mimo arteterapie. Jeden klient uvedl, že chodí na arteterapie, jelikož cítí, že potřebuje pomoci.

### *Kategorie Přínos arteterapií pro klienta*

Hlavní a nejčastěji jmenovaný přínos, který klienti uvedli v rozhovorech byly nově navázané vztahy mezi klienty, díky kterým se nyní necítí tak sami. Dále uváděli jako přínos také to, že arteterapie byly jakousi spojnicí se světem mimo zdi azylového domu, že arteterapie klientovi otevřely oči ve vnímání některých vlastních záležitostí, díky arteterapiím se zlepšily jeho rodinné vztahy, začali si uvědomovat svou situaci a dostávali podporu k tomu

ji aktivně řešit, dále že arteterapie dávaly jiné úhly pohledu na řešení některých problémů či dodávaly odvahu k řešení některých životních situací.

#### *Kategorie Vliv arteterapie na tvořivé myšlení*

Z odpovědí lze vyvodit, že klienti nejsou schopni sami posoudit, zda se jejich tvořivé myšlení díky arteterapiím prohloubilo. Jeden klient řekl, že také neví, ale že má pocit, že se od té doby, co začal chodit na arteterapie, tak se snaží hledat nová řešení svých problémů. Jedna klientka si myslí, že se díky arteterapiím prohloubilo její tvořivé myšlení, sama více tvoří a těší se z vyrobeného, jeden klient se díky arteterapii vrátil ke psaní deníku. Klientky, které se příliš neúčastnily arteterapií si myslí, že na jejich tvořivé myšlení neměla arteterapie žádný vliv.

#### *Kategorie Zájem o pravidelné arteterapie*

Mimo jednu klientku, která se neúčastnila arteterapií pravidelně a měla by o arteterapie zájem pouze občas/jednorázově by měli všichni i nadále zájem o pravidelné arteterapie. Nejčastěji by klientům vyhovovaly arteterapie jedenkrát týdně. Jeden klient by upřednostňoval odpolední hodiny.

## **9.9 Hodnocení arteterapeutické intervence**

Hodnocení napsala slečna Mgr. Barbora Brožová, Dis, která je v Azylovém domě Naděje pro zdravotně znevýhodněné seniory Záběhlice, hlavní sociální pracovnící. Nachází se v přímém kontaktu s klienty, pracuje s nimi mimo jiné na dosahování cílů z jejich individuálních plánů, pomáhá jim řešit jejich nelehké životní situace a je jim pevnou oporou, ale také spolupracuje s dalšími institucemi a podílí se na chodu azylového domu.

Z hodnocení Mgr. Brožové vyplývá, že klienti jeví o arteterapie aktivní zájem, po arteterapiích se jim zlepšila nálada a prohloubily se jejich vzájemné vztahy. Kromě výše uvedeného hodnocení obsahuje také samotné hodnocení arteterapeuta v závěru. Hodnocení v plném rozsahu je v **příloze č. 10**.

## 9.10 Ověřování výzkumných otázek a hypotéz kvalitativního výzkumu

Na otázku, **jaký vliv na tvořivé myšlení klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce má pravidelná arteterapeutická intervence** odpovídají výsledky Torranceho figurálního testu tvořivého myšlení, které byly prováděny před i po arteterapeutických setkání a ukazují, že **kromě jednoho klienta se všichni klienti zlepšili v oblastech tvůrčí činnosti (kreativity), tvůrčího myšlení a tvůrčích schopností.** Z rozhovorů vyplynulo že až na dva klienty, nejsou samotní klienti schopni zcela určit, zda na jejich tvořivé myšlení měly arteterapie vliv. Ti, kteří byli schopni odpovědět uvedli, že po arteterapeutických intervencích se pokoušejí **hledat jiná řešení svých problémů, více tvoří ve svém volném čase,** nebo si například jeden klient **začal psát deník.** Výsledky Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení, výpovědi klientů a také porovnání projektivních kresebných testů před a po arteterapeutické intervenci z pohledu zaměření se na rozvoj tvořivosti **potvrzují hypotézu, že pravidelnou arteterapeutickou intervencí se u klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce prohloubilo jejich tvořivé myšlení.**

**Pravidelná účast klientů na poskytnutých dobrovolných arteterapiích, hodnocení sociální pracovnice azylového domu a výstupy z rozhovorů dávají také odpověď na otázku, zda mají klienti Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce aktivní zájem o pravidelné arteterapeutické intervence.** Z individuálních rozhovorů vyplynulo, že všichni, kteří se účastnili arteterapií více než třikrát, by **o arteterapie měli zájem,** a to nejlépe **jedenkrát týdně.** Výše uvedené **potvrzuje hypotézu, že klienti Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlce mají o pravidelné arteterapeutické intervence aktivní zájem.**

# ZÁVĚR

Hlavním cílem kvantitativního předvýzkumu bylo zmapovat úroveň povědomí zaměstnanců v zařízeních neziskové organizace Naděje o arteterapeutické intervenci. Tento cíl byl naplněn se značným úspěchem, neboť předvýzkum prokázal, že vedoucí zaměstnanci mají vysoké povědomí o arteterapiích i jejich přínosech. I přesto dotazník u 61 % respondentů rozšířil jejich povědomí o arteterapiích, čímž byl naplněn vedlejší cíl, a to osvěta arteterapie v zařízeních neziskové organizace Naděje. Tato skutečnost svědčí o významu informovanosti a vzdělávání, které mohou přispět k prohloubení porozumění a vyšší akceptaci arteterapeutických přístupů v rámci práce s klienty.

Před vyplněním dotazníku 97 % respondentů nemělo povědomí o činnosti a aktivitě Akademie Alternativa, s.r.o., přičemž se naplnil i druhý vedlejší cíl šíření povědomí o činnosti Akademie Alternativa, s.r.o., což může být podstatným krokem k integraci arteterapie do širšího povědomí veřejnosti. Tímto způsobem se zvyšuje obecné povědomí o možnostech, které arteterapie, a samozřejmě i další umělecké terapie, nabízí. A tak se vytváří základ pro další diskuze a spolupráce mezi odborníky a klienty.

Celkově lze říci, že výsledky předvýzkumu přispěly k posílení znalostí arteterapie v zařízeních organizace Naděje. Tato osvěta může hrát významnou roli při podpoře psychického i fyzického zdraví, a také pohody jednotlivců, kteří se nacházejí ve složitých životních situacích.

Naplnění hlavního cíle kvalitativního výzkumu, prohloubit pomocí arteterapie tvořivé myšlení klientů Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlíce, potvrzují výpovědi klientů účastnících se pravidelných arteterapií, porovnání projektivních kresebných testů a především výsledky Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení, prováděných před a po arteterapeutických sezeních, které ukazují, že kromě jednoho klienta došlo u všech ostatních ke zlepšení v oblastech tvůrčí činnosti, tvůrčího myšlení a tvůrčích schopností.

Z individuálních závěrečných rozhovorů vyplynulo, že nejvýraznější motivací klientů pro účast na pravidelných arteterapiích je především touha po odreagování, uvolnění a uniknutí z každodenní rutiny, což vnímají jako osvěžující prvek ve svých mnohdy stereotypních denních programech. Klienti také velmi často zmiňovali, že další silnou motivací jsou mezilidské vztahy, které na arteterapiích vznikají a které se dále prohlubují i mimo tato terapeutická setkání. Jeden z klientů se svěřil, že navštěvuje

arteterapie, protože cítí potřebu podpory a vedení na své životní cestě. Tato slova ukazují, jak důležitou roli hrají v jejich životech nejen kreativní vyjádření, ale i spojení s ostatními lidmi, které přináší pocit sounáležitosti a porozumění. Všechna tato tvrzení naplnila vedlejší cíl kvalitativního výzkumu zjistit jaké jsou hlavní motivace klientů Azylového domu Naděje pro seniory a znevýhodněné Záběhlice k pravidelné účasti na skupinové arteterapeutické intervenci.

Druhým vedlejším cílem kvalitativního výzkumu bylo zjistit, jaký má pravidelná arteterapeutická intervence přínos pro klienty Azylového domu Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice. V rozhovorech bylo hlavním nejčastěji zmiňovaným přínosem arteterapií navázání nových vztahů mezi klienty. Nová přátelství klientům pomohla překonat pocity samoty, našly v nich porozumění a podporu, a tak obohatily jejich pobyt v azylovém domě. Klienti též zmiňovali, že arteterapie představovaly jakýsi most ke světu za zdmi azylového domu. Tudíž arteterapie poskytla možnost znovu se propojit s okolním světem a zlepšit své sociální dovednosti v něm.

Arteterapie umožnila některým klientům podívat se na jejich životní situace z jiného úhlu pohledu. A také si téměř všichni z nich si uvědomili, že mohou začít aktivně pracovat na zlepšení své aktuální nepříznivé životní situace. Arteterapie podpořila klienty v hledání alternativních řešení jejich problémů. Dá se tedy říci, že v jistém směru arteterapie obohatila životy klientů, a představila jim nástroje pro pozitivní životní změny a vlastní osobnostní růst.

Výzkum ukázal, že většina klientů má zájem o pravidelné arteterapie. Nejraději by klienti využívali nabídky arteterapií jednou týdně. Tento zájem o pravidelnou účast naznačuje, že arteterapie je i samotnými klienty vnímána jako efektivní a přínosný nástroj, který jim může pomoci v jejich osobním rozvoji.

Absolventská práce prokázala, že má arteterapie podstatné a nezanedbatelné místo v rámci neziskových organizací jako je například nezisková organizace Naděje. Výsledky výzkumu ukazují, že má arteterapie potenciál pozitivně ovlivňovat životy klientů v těchto organizacích. Kvantitativní předvýzkum i hlavní kvalitativní výzkum potvrzují, že arteterapie není pouhý prostředek k tomu, aby se klient kreativně vyjádřil. Arteterapie je v tomto případě především významným nástrojem pro navazování nových a posilování stávajících mezilidských vztahů a také nástrojem podpory vlastního osobního růstu klientů.

Tyto skutečnosti vybízí k zamyšlení se nad tím, jakou cestou lze zvýšit povědomí o arteterapii a jejích přínosech, a to nejen mezi odborníky, ale také pro širokou veřejnost. Osvěta a vzdělávání v oblasti arteterapie, ale také dalších uměleckých terapií, mohou hrát důležitou roli v tom, jak a jakými způsoby je možné podpořit vyrovnanost, odolnost

a psychickou pohodu ve společnosti. Jak vyplývá z výsledků výzkumů, tak i samotná míra informovanosti o arteterapii může mít zásadní dopad na její vlastní uznání a využití v praxi. Zároveň je důležité otevírat diskuze o tom, jak je přínosné implementovat metody arteterapie a dalších uměleckých terapií do praxe v nejrůznějších oblastech, ať už jde o vzdělávání, sociální práce či zdravotnictví.

Diskuze by měla být zaměřena na otázky, jak a jakými způsoby by mohly neziskové i veřejné organizace, nadace a další instituce integrovat arteterapie do svých zařízení a skrze ně poskytnout klientům nezbytnou pomoc a cílenou podporu. V tomto ohledu by se na zajištění dostupnosti arteterapie pro organizace, jednotlivce i širokou veřejnost mohla podílet právě Akademie Alternativa, s.r.o., například v rámci odborných praxí svých studentů. Dále by bylo možné zkoumat, jaké bariéry brání širšímu uplatnění arteterapie a jakým způsobem lze tyto překážky překonat. A v neposlední řadě, jak mohou arteterapeuti rozšířit a obohatit samotné uměleckoterapeutické přístupy, aby byly co nejefektivnější a nejvíce přínosné pro klienty konkrétních organizací.

Obecně lze říci, že arteterapie jsou cenným nástrojem, který dělá společnost empatičtější, soudržnější a zároveň obohacuje jednotlivce, podporuje jejich kreativitu a seberealizaci. Svou prací mohou arteterapeuti přispět k tomu, aby se arteterapie stala nedílnou součástí společnosti a mimo jiné prohloubila naše vztahy a vzájemné porozumění.

## SUMMARY

The aim of the quantitative preliminary research was to map the awareness of chief employees of the non-profit organization Naděje about art therapy. The results showed that the management staff have a high awareness of art therapy, with 61 % of the respondents expanding their knowledge by completing the questionnaire. The preliminary research also revealed that 97 % of the respondents were not familiar with the activities of Akademie Alternativa, which highlighted the need to disseminate information about this institution.

The qualitative research focused on deepening the creative thinking of clients in The asylum for seniors and persons with disabilities without shelter in Záběhlce. The participants' statements and the results of the Torrance tests indicated improvements in the areas of creative activity and thinking. The clients engaged in art therapy primarily for relaxation and building interpersonal relationships, which enriched their lives and helped them overcome feelings of loneliness. Art therapy also helped them improve their social skills and offered new perspectives on their life situations.

The findings suggest that art therapy has significant potential in non-profit organisations, strengthening interpersonal relationships and promoting personal growth. The research calls for greater awareness and integration of art therapy into practice in various fields with the aim of improving mental well-being in society. Discussions on this topic should focus on the possibilities of implementing art therapy and removing barriers for its wider use. Overall, art therapy enriches society and supports individual creativity.

# SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Stručný výstup z úvodního setkání

Jméno klienta	Důvod k přítomnosti	Předchozí zkušenosti s arteterapiemi
<b>Libor</b>	pozitivní zkušenosti z jiných arteterapií	pozitivní zkušenost s pravidelnými arteterapeutickými intervencemi v protialkoholní léčbě
<b>Emil</b>	zvědavost, negativní zkušenosti z jiných arteterapií	negativní zkušenost s povinnými pravidelnými arteterapeutickými intervencemi a psychiatrickými zařízení
<b>Miloslav</b>	touha zkusit něco nového	žádná předchozí zkušenost s arteterapiemi
<b>Michal</b>	nuda	žádná předchozí zkušenost s arteterapiemi
<b>Radana</b>	zájem o tvoření	když pracovala jako zdravotní sestra, tak na jejím oddělení byla poskytována arteterapie pro pacienty, byla v kontaktu s arteterapeutem
<b>Dita</b>	touha zkusit něco nového	žádná předchozí zkušenost s arteterapiemi
<b>Anna</b>	zvědavost	žádná předchozí zkušenost s arteterapiemi

**Tabulka č.2: Účast klientů na arteterapeutických setkáních**

<b>jméno → setkání ↓</b>	<b>Libor</b>	<b>Emil</b>	<b>Miloslav</b>	<b>Dita</b>	<b>Julia</b>	<b>Josef</b>	<b>Radana</b>	<b>Michal</b>	<b>Jarmila</b>	<b>Anna</b>
Úvodní	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✓	✗	✓
1.	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✓	✗	✓
2.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✗	✗
3.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗
4.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗
5.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗
6.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗
7.	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✓	✗	✗	✗
8.	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗	✗	✗
9.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗
10.	✓	✗	✓	✗	✓	✓	✗	✗	✗	✗
11.	✓	✗	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗
12.	✓	✗	✓	✗	✓	✓	✗	✗	✗	✗
13.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗
14.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✗	✗
15.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗
Závěrečné	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✗	✗	✓	✗
Mimořádné	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
<b>Celková účast klienta</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>3</b>

**Tabulka č. 3:** Skóre klientů v testu a medián

<b>Jméno</b>	<b>F1</b>	<b>F2</b>	<b>Fx1</b>	<b>Fx2</b>	<b>O1</b>	<b>O2</b>	<b>E1</b>	<b>E2</b>
Dita	12	13	9	10	12	16	12	9
Emil	12	15	11	12	22	22	9	15
Josef	16	24	12	17	15	27	22	24
Jarmila	18	12	15	9	8	15	5	14
Julia	13	21	9	16	11	14	19	14
Libor	20	16	9	12	22	17	20	17
Miloslav	22	21	14	16	23	28	8	11
Medián (med)	16	16	11	12	13,5	17	12	14

**Tabulka č. 4:** Celkové výsledky testu

<b>Jméno</b>	<b>Test 1</b>	<b>Test 2</b>	<b>Rozdíl T1 a T2</b>
Dita	45	48	+3
Emil	54	64	+10
Josef	65	92	+27
Jarmila	46	50	+4
Julia	52	65	+13
Libor	71	62	-9
Miloslav	67	76	+9
Body skupiny	400	457	+57
Medián (med)	53	64	9
Průměr dům	57,14	65,28	+8,14

# SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A DALŠÍCH INFORMAČNÍCH ZDROJŮ

## Literatura:

- BARTÁK, Jan a DEMJANENKO, Milan. *Sociální andragogika*. Grada, 2021. ISBN 978-80-271-4184-5
- BENÍČKOVÁ, Marie. *Muzikoterapie a edukace*. Pedagogika. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-247-4238-0
- CAMPBELL, Jean. *Techniky arteterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi: skupinové výtvarně-terapeutické činnosti pro děti i dospělé*. Vydání druhé. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-428-1
- HRADECKÝ, Ilja a HRADECKÁ, Vlastimila. *Bezdomovství – extrémní vyloučení*. Praha: Naděje, občanské sdružení, 1996. ISBN 8090229204
- KÖNIGOVÁ, Marie. *Tvořivost: techniky a cvičení*. Psychologie pro každého. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1652-7
- KRAMER, Edith. *Art as Therapy*. New York: SchockenBooks, 1971
- KREJČÍŘOVÁ, Olga. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. Praha: Eteria, 2002. ISBN 80-238-8729-7
- LECHTA, Viktor. *Inkluzivní pedagogika*. Praha]: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1123-5.
- LIEBMANN, Marian. *Skupinová arteterapie: nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-864-3
- MÜLLER, ed. *Terapie ve speciální pedagogice: 2., přepracované vydání*. Grada, 2014. ISBN 978-80-247-8991-0. Dostupné také z: <https://www.bookport.cz/kniha/terapie-ve-specialni-pedagogice-852/>
- NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. Vyd. 2., rozš. Apřepac. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9
- POTMĚŠILOVÁ, Petra a SOBKOVÁ, Petra. *Arteterapie a artefiletika nejen pro sociální pedagogy*. Monografie. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. ISBN 978-80-244-3120-8
- RUBIN, Judith Aron (ed.). *Přístupy v arteterapii: teorie a technika*. Třetí vydání. Praha: Stanislav Juhaňák– Triton, 2024. ISBN 978-80-7684-311-0

- SEKOT, Aleš. *Sociologie v kostce*. 2. rozš. Vyd. Edice pedagogické literatury. Brno: Paido, 2004. ISBN 80-7315-077-8
- SLOWÍK, Josef. *Speciální pedagogika: 2.*, aktualizované a doplněné vydání. Grada, 2016. ISBN 978-80-271-9426-1
- SVOBODA, Mojmír. *Psychologická diagnostika dospělých*. Vyd. 4., v nakl. Portál 3. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-706-0
- SVOBODA, Mojmír, KREJČÍŘOVÁ, Dana a VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychologická diagnostika dospělých*. Praha: Portál, 1999. ISBN 978-80-262-0899-0
- ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-408-3
- ŠNÝDROVÁ, Ivana. *Psychologie*. Edice učebních textů. [Praha]: Vysoká škola ekonomie a managementu, 2019. ISBN 978-80-88330-01-1
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Současná psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0696-5

#### **Další informační zdroje:**

- Domácí řád Azylového domu Záběhlice
- Mezinárodní klasifikace funkčních schopností, disability a zdraví: MKF. Praha: Grada, [2008]. ISBN 978-80-247-1587-2
- Sborník, *Tvořivost jako součást nadání: metody, výzkumy, koncepce a projekty k rozvoji tvořivého myšlení a podpoře nadání*. Creativity as Part of Giftedness : methods, researches, conceptions and projects for the development of creative thinking and talent support. Praha: Národní institut pro další vzdělávání, 2016. ISBN 978-80-86956-97-8

## Internetové zdroje:

- AMERICAN MUSIC THERAPY ASSOCIATION, 2005. *What is music therapy*. Online. Dostupné z: <https://www.musictherapy.org/about/musictherapy/>. [cit. 2024-12-12].
- BRITISH ASSOCIATION OF ART THERAPIST, bez data. Online. *What is art therapy*. Dostupné z: <https://baat.org/art-therapy/what-is-art-therapy/>. [cit. 2025-03-25].
- ČESKÁ SPRÁVA SOCIÁLNÍHO ZABEZPEČENÍ, bez data. Online. Bez data. *Osoby zdravotně znevýhodněné*. Dostupné z: <https://www.maut.cz/umelecke-terapie>. [cit. 2025-02-10].
- MEZINÁRODNÍ ASOCIACE UMĚLECKÝCH TERAPIÍ, bez data. Online. *Etický kodex MAUT*. Dostupné z: [www.maut.cz/eticky-kodex-maut](http://www.maut.cz/eticky-kodex-maut). [cit. 2025-02-19].
- MEZINÁRODNÍ ASOCIACE UMĚLECKÝCH TERAPIÍ, bez data. Online. *Umělecké terapie*. Dostupné z: <https://www.maut.cz/umelecke-terapie>. [cit. 2025-02-19].
- NADĚJE VZDĚLÁVÁNÍ, 2025. Online. Dostupné z: [www.kurzy-nadeje.cz/](http://www.kurzy-nadeje.cz/). [cit. 2025-01-08].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Vznik Naděje*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/ustredi\\_nadeje/vznik\\_nadeje](https://nadeje.cz/ustredi_nadeje/vznik_nadeje). [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Ústředí naděje*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/ustredi\\_nadeje](https://nadeje.cz/ustredi_nadeje). [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE. Bez data. Online. *Program pro seniory*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/program\\_pro\\_seniory](https://nadeje.cz/program_pro_seniory). [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Program pro rodiny*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/program\\_pro\\_rodiny](https://nadeje.cz/program_pro_rodiny). [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Program pro lidi s handicapem*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/program\\_pro\\_lidi\\_s\\_handicapem](https://nadeje.cz/program_pro_lidi_s_handicapem). [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Misijní program*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/misijni\\_program1#](https://nadeje.cz/misijni_program1#). [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Dluhové poradenství*. Dostupné z: [https://nadeje.cz/dluhove\\_poradenstvi](https://nadeje.cz/dluhove_poradenstvi). [cit. 2025-01-06].

- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Historie naděje*. Dostupné z: <https://www.nadeje.cz/praha/phhistorie>. [cit. 2025-01-06].
- NEZISKOVÁ ORGANIZACE NADĚJE, bez data. Online. *Azylový dům Záběhllice*. Dostupné z: <https://www.nadeje.cz/praha/phadzabehlice>. [cit. 2025-01-06].
- NORTH AMERICAN DRAMA THERAPY ASSOCIATION, bez data. *What is Drama Therapy*. Online. Dostupné z: <https://www.nadta.org/what-is-drama-therapy>. [cit. 2024-12-15].
- PSYCHODIAGNOSTIKA, A. S., bez data. *Torranceho figurálny test tvorivého myšlenia*. Online. Dostupné z: <https://psychodiagnostika.sk/produkt/t-59-torranceho-figuralny-test-tvoriveho-myslenia/>.. [cit. 2025-04-02].
- PŘES BARIÉRY, PRAŽSKÁ ORGANIZACE VOZÍČKÁŘŮ, bez data. *Dům Naděje Praha Záběhllice*. Online. Dostupné z: <https://www.presbariery.cz/cz/socialni-sluzby/pobytove-sluzby/item/12559-dum-nadeje-praha-zabehlice-azylovy-dum>. [cit. 2025-01-08].
- STEVE JOBS INTERVIEW AT D8 CONFERENCE, 2010. Online. Dostupné z: <https://yswu.medium.com/steve-jobs-interview-at-d8-conference-2010-4cc99afcd0a1>. [cit. 2025-03-28].
- THE BRITISH ASSOCIATION OF DRAMATHERAPISTS, bez data. *What is Dramatherapy*. Online. Dostupné z: <https://www.badth.org.uk/dramatherapy/what-is-dramatherapy>. [cit. 2024-12-12].
- UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI, FILOZOFICKÁ FAKULTA, KATEDRA PSYCHOLOGIE, 2022. *Torranceho figurální test tvořivého myšlení*. Online. Dostupné z: [https://psych.ff.upol.cz/diag/index.php?title=Torranceho\\_figur%C3%A1ln%C3%AD\\_test\\_tvo%C5%99iv%C3%A9ho\\_my%C5%A1len%C3%AD](https://psych.ff.upol.cz/diag/index.php?title=Torranceho_figur%C3%A1ln%C3%AD_test_tvo%C5%99iv%C3%A9ho_my%C5%A1len%C3%AD). [cit. 2025-04-02].
- WORLD HEALTH ORGANIZATION, bez data. *Disability*. Online. Dostupné z: [https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1). [cit. 2025-02-21].

# SEZNAM PŘÍLOH

**Příloha č. 1:** Seznam oslovených respondentů kvantitativního předvýzkumu

**Příloha č. 2:** Dotazník kvantitativního předvýzkumu

**Příloha č. 3:** Prezentace grafů kvantitativního předvýzkumu

**Příloha č. 4:** Baterie cvičení kvalitativního výzkumu

**Příloha č. 5:** Informační leták o následném arteterapeutickém setkání v Azylovém Domě

Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice

**Příloha č. 6:** Pravidla účasti na skupinové arteterapeutické intervenci v Azylovém domě

Naděje pro seniory a zdravotně znevýhodněné Záběhlice

**Příloha č. 7:** Obrazové přílohy

**Příloha č. 8:** Fotografie

**Příloha č. 9:** Vyhodnocení Torranceho figurálních testů tvořivého myšlení psycholožkou

Mgr. Alenou Hasprunárovou

**Příloha č. 10:** Hodnocení arteterapeutické intervence hlavní sociální pracovnící Azylového

domu Naděje pro zdravotně znevýhodněné seniory Záběhlice

