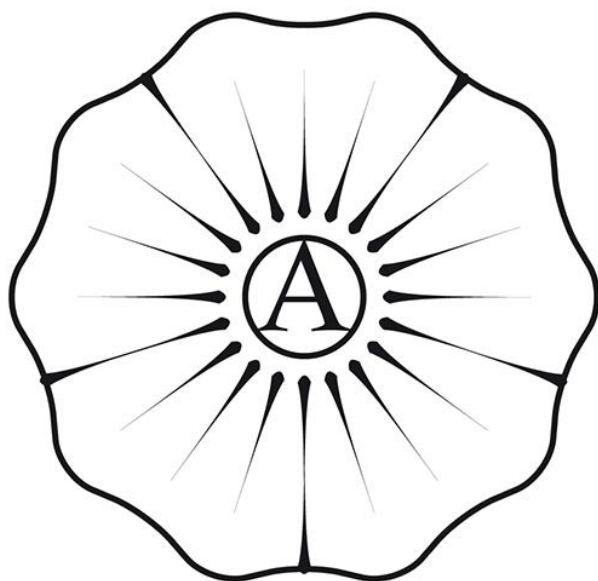


AKADEMIE ALTERNATIVA



Studijní obor: ARTETERAPIE

Absolventská práce

Arteterapie s dětmi v dětském domově s fokusem na sebepřijetí

..

Vedoucí práce: Mgr. Veronika Kern Sinová, DT

Autor práce: Bc. Tereza Procházková

V Pelhřimově 2025

Poděkování:

Děkuji Mgr. Veronice Kern Sinové, DT za odborné a laskavé vedení mé absolventské práce.

Děkuji všem lektorů Akademie Alternativa, s kterými jsem měla tu čest se za tři roky mého studia setkat, za odborné vedení, sdílené zkušenosti a vědomosti, za podnětné myšlenky.

Děkuji všem úžasným dětem z DD, které se na mé absolventské práci podílely, děkuji paní ředitelce DD za možnost provést své výzkumné snažení právě v jejich zařízení, za vstřícnost a laskavost.

Děkuji paní psychologce za spolupráci na praktické části mé absolventské práce.

V neposlední řadě děkuji mé rodině a především mé milované Stelince za to, že semnou měli při psaní absolventské práce trpělivost, děkuji za jejich podporu.

Prohlašuji, že jsem absolventskou práci vypracoval(a) samostatně s použitím uvedené literatury. Souhlasím, aby práce byla zpřístupněna ke studijním a propagačním účelům.

V Humpolci.....

.....
Tereza Procházková

ABSTRAKT

Tématem absolventské práce je arteterapie u dětí umístění v ústavní výchově, konkrétně v dětském domově a její vliv na zlepšení sebepřijetí těchto dětí.

Absolventská práce je rozdělena na dvě části, a to na část teoretickou a část empirickou. Teoretická část je rozdělena do tří kapitol, první kapitola vymezuje arteterapii, její definice, formy, techniky a osobnost terapeuta. Druhá kapitola je zaměřena na sebepojetí s fokusem na sebepřijetí. Třetí kapitola pojednává o ústavní výchově. Část empirická, přibližuje čitateli výzkumný design práce, prezentuje výsledky práce a popis kazuistik práce se čtyřmi dětmi v dětském domově.

Klíčová slova: Arteterapie, sebepojetí, sebepřijetí, ústavní výchova

The topic of the graduate thesis is art therapy for children placed in institutional education, specifically in a children's home, and its effect on improving the self-acceptance of these children.

The graduate thesis is divided into two parts, namely the theoretical part. The theoretical part is divided into three chapters, the first chapter defines art therapy, its definitions, forms, techniques and personality of the therapist. The second chapter is focused on self-concept with a focus on self-acceptance. The third chapter deals with institutional education. The empirical part introduces the reader to the research design of the work, presents the results of the work and a description of the case studies of work with four children in a children's home.

Keywords: Art therapy, self-concept, self-acceptance, institutional education

OBSAH

ÚVOD	7
1 ARTERAPIE	8
1.1 Vymezení pojmu arteterapie	8
1.2 Historie arteterapie	10
1.3 Metody arteterapie.....	12
1.3.1 Imaginace	12
1.3.2 Animace	13
1.3.3 Transformace	13
1.3.4 Koncentrace	13
1.3.5 Rekonstrukce	14
1.3.6 Restrukturalizace.....	14
1.4 Techniky arteterapie.....	15
1.5 Formy arteterapie	17
1.5.1 Individuální arteterapie	17
1.5.2 Skupinová arteterapie	17
1.6 Diagnostika v arteterapii	19
1.6.1 Projektivní techniky	21
1.6.2 Vývoj dětské kresby	24
1.7 Osobnost arteterapeuta.....	26
2. SEBEPOJETÍ	28
2.1 Vymezení pojmu já, osobnost a sebepojetí.....	28
2.1.1 Já	28
2.1.2 Osobnost	28
2.1.3 Sebepojetí	29
2.2 Sebepřijetí	30
2.2.1 Sebehodnocení	32
2.2.2 Bezpodmínečné sebepřijetí	33
2.2.3 Pozitivní aspekty sebepřijetí.....	34
2.2.4 Bezpodmínečné přijetí u dětí vyrůstajících v dětském domově	34
3. ÚSTAVNÍ VÝCHOVA	37
3.1 Zařízení ústavní výchovy	37
3.2 Dětské domovy.....	37
3.3 Arteterapie v dětském domově.....	39
3.3.1 Specifika arteterapie u dětí z dětských domovů	39

3.3.4 Specifika dětí v dětském domově se zaměřením na problémy se kterými se mohou potýkat a výzvy, které musí překonávat.....	41
EMPIRICKÁ ČÁST.....	42
4 VÝZKUMNÉ UKOTVENÍ PROBLEMATIKY	42
4.1 Cíl práce	43
4.3 Výzkumné hypotézy	43
4.4 Popis výzkumného souboru	43
4.5 Metodologie výzkumu	45
4.5.1 Uncondicional Self-Acceptance Questionnaire (USAQ)	46
5 POPIS JEDNOTLIVÝCH SETKÁNÍ	48
6 VÝSLEDKY	98
SHRNUTÍ.....	130
ZÁVĚR.....	132
POUŽITÉ ZDROJE A LITERATURA	133
Seznam příloh	140

ÚVOD

Arteterapie je rozkvétající se obor, který si zaslouží větší pozornost. Díky své schopnosti proniknout do hloubky klientova nitra prostřednictvím média, artefaktu, nabízí arteterapie mnohé výhody práce s klientem a jeho vědomími i nevědomími složkami. Sebepřijetí je základním kamenem každého z nás pro zdravé prožívání vlastního života a životní spokojenosti. Pokud zdravě přijímám sám sebe, lépe reaguji i na své okolí, prožívám méně stresu a cítím se vnitřně více spokojený. U dětí je pocit zdravého sebepřijetí zásadní, pokud chybí dostavují se nežádoucí projevy chování, patologie i rizikové chování. Pokud chceme předcházet patologickému chování u dětí, ale i dospělých je nutné pracovat na zlepšení této složky sebepojetí, na sebepřijetí, na vztahu k sobě samému. V ústavní výchově a u dětí v dětských domovech, je sebepojetí dětí především prostřednictvím traumatizace a prostředím, v kterém vyrůstají, kde často chybí bezpečná vztahová vazba narušeno. I proto vznikl nápad zkusit prostřednictvím arteterapie na sebepřijetí dětí umístěných v dětském domově zapracovat. V první kapitole naší práce si vymezíme pojem arteterapie. Druhá kapitola bude pojednávat o pojmu sebepojetí s fokusem na sebepřijetí ve třetí kapitole si představíme ústavní výchovu. V empirické části na nás čekají výsledky našeho snažení, popis metod, kazuistiky průběhu arteterapeutických sezení realizovaných v dětském domově. Zavedení arteterapie do zařízení ústavní výchovy by mohla být jedna z cest, jak pracovat s touto rizikovou skupinou a jak této rizikové skupině pomoci k vyvarování se rizikovému chování a patologii, k větší vyrovnanosti a spokojenosti sám se sebou a následně větší životní spokojenosti.

1 ARTERAPIE

Tato kapitola nám poslouží jako takový malý úvod do arteterapie, přiblížíme si zde co arteterapie je, jakou má historii, jaké metody a techniky v arteterapii používáme. Ukážeme si jaké formy arteterapie můžeme využít a jejich výhody, dále si popíšeme některé diagnostické nástroje, které v arteterapii využíváme.

1.1 Vymezení pojmu arteterapie

V současné době se arteterapie používá jako terapeutický prostředek na zlepšení psychické pohody člověka, pomocí různých intervencí, při kterých se používají různé materiály a postupy, přičemž je důraz kladen spíše na proces tvorby než na samotný výsledek. Tvůrčí aktivity měly vždy své místo pro využití v oblasti duševního zdraví a stále více se uznává, že hrají důležitou roli při zlepšování zdraví a pohody jedinců (Leckey, 2011). Kromě toho může arteterapie také zmírňovat stres, úzkost a bolest (Goodill, 2010).

Arteterapie má různé využití, nejvíce je však rozšířená především v oblasti vzdělávání, zdravotnictví i v oblasti sociální. Výzkumy ukazují, že má dobré výsledky např. u klientů s diagnózou schizofrenie, pacientů s Alzheimerovou chorobou, u onkologických pacientů, u dětí s psychomotorickými poruchami, poruchami chování, poruchami pozornosti (ať už ADHD nebo ADD), atd. (Morán et al., 2016).

Arteterapie také stimuluje představivost a kreativní myšlení, podporuje sociální dovednosti a zvyšuje sebeúctu (Rodriguez, 2007). Arteterapie má potenciál pomoci klientům prostřednictvím umění řešit emocionální problémy, a to u jednotlivců, rodin i skupin všech věkových kategorií (Colbert, Bent, 2018 in Britská asociace arteterapie). Potash et al. (2016) přezkoumaly všechny publikace v *Art Therapy: Journal of the Art Therapy Association* od roku 1983 do roku 2014 a došli k závěru, že výsledky jejich studie naznačují, že arteterapie zahrnuje pět praktik behaviorálního zdraví a to prevenci (oddálení nebo odvrácení problému), řízení životního stylu (osvojení si chování pro zdravý životní styl), wellness (zlepšení pohody a snížení stresu), terapii (zmírňuje psychické utrpení a nahrazuje maladaptivní chování chováním adaptivnějším) a rehabilitace (obnovuje zdraví člověka, aby mohl fungovat) a rozšiřuje se také na sociální akce a hodnocení.

Dle Americké asociace arteterapie (AATA) jsou cíle arteterapie pomoci lidem řešit konflikty a problémy, rozvíjet sociální dovednosti, zvládat chování, snižovat stres, zvyšovat sebeúctu a sebeuvědomění, dosahovat vhledu.

Autoři arteterapie definují různě např. Šicková-Fabrici (2002) arteterapii vymezuje takto: „Arteterapie představuje 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 naplnění života (Šicková, 1994 in Šicková-Fabrici, 2002, s. 32).“ a dále rozšiřuje o to, že arteterapie musí být cílená, vedená profesionálním arteterapeutem a rozhodující je proces tvorby, nikoliv vytvořený artefakt (Šicková, 200 in Šicková-Fabrici, 2002).

Beníček (Ars Therapeutica, 2012) pojednává o arteterapii jako o samostatném a svébytném slibně se rozvíjejícím oboru, který využívá jako terapeutický prostředek umění. Napomáhá při léčbě, prevenci, relaxaci, umožňuje vlastní sebereflexi a reflektuje psychický i emoční stav klienta. Umělecká tvorba je v tomto případě prostředek-nikoli cíl. Tento prostředek představuje tzv. most mezi klientem a arteterapeutem. Most, který poskytuje bezpečné prostředí. Most, který nám umožní vhled a otevře cestu k tématům klienta. Arteterapeut má ve vztahu ke klientovi roli tzv. průvodce. Nerozhoduje za klienta, ale pomáhá mu učinit rozhodnutí s dostatečným uvědoměním a s patřičným nadhledem.

Arteterapie ČR při Mezinárodní asociaci uměleckých terapií (MAUT)/ Mgr. Eva Hegerová definuje arteterapii: „Arteterapie je soubor uměleckých technik a postupů, které mají kromě jiného za cíl změnit sebehodnocení člověka, zvýšit jeho sebevědomí, napomocť mu k vlastnímu sebepoznání, integrovat jeho osobnost a přinést mu pocit smysluplného naplnění života.“

Caseová a Dalleyová (1995) mluví o arteterapii jako o jednom z psychoterapeutických postupů, který se opírá o výtvarné projevy klientů jako o hlavní léčebný prostředek. Nejde při ní o dokonalé, konečné dílo, ale o proces tvorby.

Jebavá (1997) říká, že arteterapie je zaměřena na rozvoj kreativních schopností klienta a na jeho citový vývoj, význam a hodnota výtvarné práce podle ní spočívá v procesu činnosti, v pozitivním vztahu mezi arteterapeutem a klientem.

Potměšilová a Sobotková (2021) vidí arteterapii jako disciplínu, která má dvě základní funkce, a to arteterapie jako psychoterapeutická disciplína, která má hlavní těžiště ve vlastním procesu tvorby klienta a je postavená na sebeúzdavném mechanismu tvoření a arteterapii jako

psychodiagnostickou disciplínu, která dále s klientovým artefaktem a procesem tvoření pracuje, většinou rozpravou nad artefaktem nebo procesem tvoření.

Campbellová (2000) popisuje, že arteterapie je založená na myšlence, že je to činnost napomáhající intelektuálnímu, citovému a duchovnímu růstu.

Malchiodi (2007) arteterapii vidí tak, že vyrostla z konceptu toho, že umění nám může pomoci porozumět tomu, kdo jsme, vyjádřit své pocity a myšlenky, které slova zachytit nedokážou a prostřednictvím sebevyjádření zlepšit životní spokojenost. Arteterapie je podle ní široce přijímaná a uznávaná léčebná metoda a modalita pro sebepochopení, emoční změnu a osobní růst.

1.2 Historie arteterapie

Umění provázelo člověka od nepaměti. Již pravěcí lidé vytvářeli jeskynní malby, které, jak se dnes odborníci domnívají, mohli nést odkaz pro další generace, mohli sloužit k rituálním účelům či se mohli pravěcí lidé touto formou vyrovnávat se svými silnými zážitky (Potměšilová, Sobotková, 2012). Od pravěku tedy hraje umění klíčovou roli v lidském vývoji, kultuře, vědomí a historii. Od starověku mělo umění roli v mentálním i fyzickém zdraví a symbolické vyjádření bylo důležitou součástí léčebných rituálů (Malchiodi, 2007).

Na počátku 20. století došli evropští psychiatři Krapelin a Jaspers k přesvědčení, že umění jejich pacientů může sloužit jako pomocník k diagnóze a zprostředkování vnitřního obsahu pacientova světa. Slavík se domnívá, že pozorování, že duševně nemocní lidé malují jinak než zdraví a v jejich kresbách je možné pozorovat vývoj nemoci, vedla k vytvoření dvou tezí (dle Simona), které se stali podkladem pro založení arteterapie jako oboru a to:

1. Jestliže se duševně nemocní lidé výtvarně projevují jinak než duševně zdraví lidé, je možné na tomto podkladě založit diferenciální diagnostiku,
2. jestliže se výtvarný projev mění v závislosti na typu a vývoji poruchy, je možné se na tomto základě zabývat vývojovou diagnostikou (Potměšilová, Sobotková, 2012).

Když Freud rozvinul svojí teorii o nevědomí, psal i o prezentaci obrazů ve snech a poznamenal, že jeho pacienti je často nedokáží popsat slovy, ale dokáží je nakreslit, což přispělo k potvrzení, že umělecké vyjádření může sloužit k pochopení lidské psychiky. Později Freudův žák Jung, korunní princ psychoanalýzy, který se nakonec s Freudem rozešel a založil vlastní školu analytickou psychologii, přišel s konceptem kolektivního nevědomí,

mezikulturních symbolů a archetypů, které jsou předávány z generace na generaci prostřednictvím mytologických příběhů a umění. Sam Jung se o umění zajímal a během svého života zaznamenával pomocí umění své sny a vize. Prostřednictvím své sebezkušenosti si začínal uvědomovat, že umění může být prostředkem, kterým můžeme získat přístup ke svým pocitům, vnitřním konfliktům, sebepochopení a že je důležité tyto fenomény přenést z nevědomí do vědomí, protože neřešené emocionální konflikty, mohou mít negativní vliv na prožívání, chování i zdraví člověka.

Jung rozuměl tomu, že psychické rozpoložení se snadno přeneso do uměleckého vyjádření klienta a jeho práce přispěla k pochopení symbolických výrazů v artefaktech. Rozvíjející se představy o psychologii, nevědomí a rostoucí uznání umění jako projevu vnitřní mysli člověka daly průchod vzniku důležitých myšlenek, které vedly přímo k arteterapii jako inovativní a originální disciplíně duševního zdraví (Junge in Gussak, Rosal, 2016).

Arteterapie byla poprvé popsána ve 40. letech 20. století Adrianem Hillem, umělcem, který rozpoznal důležitou terapeutickou roli umělecké tvorby, viděl proces tvorby jako způsob, jak odhalit a zbavit se vnitřního emocionálního konfliktu (Hogan, 2001). Nicméně výraz art therapy ve svých pracích poprvé použila psychoanalyticky orientovaná Margaret Naumburgová, která je často považována za „matku arteterapie“, byla velmi ovlivněna Freudem a umění považovala za nástroj dosažení nevědomí, a to ve třicátých letech 20. století a první profesionální školení arteterapeutů vzniklo až v osmdesátých letech 20. století (Šicková-Fabricsi, 2002).

Potasch (2005) vysvětluje, že raný vývoj arteterapie spadl do dvou škol a to „boj mezi uměním a psychoterapií“ jak ji vykládá právě Naumburgová a „umění jako terapie“ podle Edith Kramerové, další významné představitelky arteterapie. Ta byla průkopnicí tzv. konceptu „třetí ruky“ a arteterapii pojímala jako snahu terapeuta umožnit každému klientovi vytvářet obrazy, jako prostředek komunikace, která výmluvně a pravdivě sděluje psychický stav, zážitky a zkušenosti klienta.

V dnešní době je arteterapie sice mladou, ale stále více rozšířenou disciplínou a u nás v České republice ji lze studovat na Akademii Alternativa, s.r.o. v Olomouci nebo na Jihočeské univerzitě v Českých Budějovicích. Arteterapie není v České republice registrována jako samostatná profese, většinou je vykonávána jako doplněk k jiným profesím (Kantor et al., 2019).

1.3 Metody arteterapie

Metody můžeme interpretovat jako návody nebo postupy, které nás vedou krok po kroku k našemu vytyčenému cíli. Šicková-Fabrice (2002) popisuje následující arteterapeutické metody, které popisuje právě jako arteterapeutické strategie-postupy. Jedná se o imaginaci, animaci, koncentraci, restrukturalizaci, transformaci a rekonstrukci. My si je blíže popíšeme v následujících řádcích.

1.3.1 Imaginace

Imaginaci můžeme popsat jako představivost, obrazotvornost, schopnost člověka ve své mysli reprodukovat obrazy, představy, minulé i současné zážitky a zkušenosti, budoucí touhy a cíle. Imaginaci můžeme vnímat jako fantazii jedince, jako psychický proces, který může vystupovat v pamětní, reproduktivní, blouznivé, anticipační a podnětové formě (Nakonečný, 2018). Imaginace pracuje se vzpomínkami, obavami, očekáváním i nadějemi, zabývá se pochopením snů klienta.

Během procesu imaginace se přibližujeme k emocím, můžeme odhalit podstatné aspekty osobnosti, které nebyly v běžném životě dostatečně integrovány, vztahy či chápání a prožívání jedince. Terapeutické účinky se v užším smyslu projevují v tom, že je klient otevřenější pro více perspektiv prožívání a jednání (Kastová, 1999).

Imaginace je technika, která je používána vědomě i nevědomě, ve všech terapeutických směrech, pokud se orientují na práci s minulostí či budoucností klienta. O využití imaginace k terapeutickým účelům se zasadil Jung, který vytvořil metodu aktivní imaginace, která má aktivovat hlubinné vrstvy psyché, klient záměrnou koncentrací ve svých představách zhmotňuje fantazie a vnitřní obrazy, které dále vědomě zpracovává, odhalené fantazie jsou dle Junga materiál bohatý na archetypické formy a může přinést úlevu nevědomí (Potměšilová, Sobotková, 2012).

V arteterapii se používá řízená imaginace, arteterapeut dává vědomě klientovi podněty k podnícení vyjevení klientových vnitřních obrazů, klienta provádí a pracuje s ním, tak, aby klient své obrazy zachytil a zhmotnil v artefaktu (Šicková-Fabrice, 2002). Imaginaci lze užít i jako relaxační techniku.

1.3.2 Animace

Animace je metoda komunikace, kdy klient o sobě mluví jako o třetí osobě, s kterou se identifikuje. Klient nebo terapeut se mohou identifikovat buď s částí nebo s celým artefaktem a poté jménem artefaktu či části artefaktu hovoří (Potměšilová, Sobotková, 2012). Animace se využívá především u úzkostných klientů nebo u dětí, protože jim pomáhá podat informaci o sobě, prostřednictvím artefaktu, aniž by o sobě museli mluvit, mluví o tom, co vytvořili. Podle Šickové-Fabrice (2012) může animace terapeutovi pomoci dozvědět se o klientovi, jeho osobnosti, emocích i potřebách víc, než kdyby mluvil přímo o sobě, protože když mluví prostřednictvím někoho jiného (zvíře, věc, pohádková bytost, ...) může snadněji verbalizovat svůj problém. Dále dodává, že animace se může stát komunikačním mostem mezi klientem a terapeutem.

1.3.3 Transformace

Technika transformace spočívá v tom, že klient přenáší svoje pocity z vněmů jednoho druhu umění do druhého z jiné oblasti. V praxi to vypadá tak, že klientovi se pustí hudba, přečte text, schová do pytlíčku přírodnina, kterou si klient po slepu osahá atd. a on pak může např. výtvárně ztvárnit některou z částí příběhu, u hmatového vjemu, to, co cítí, jakou má daná věc strukturu nebo zachytit to, co v něm poslech hudby evokoval. Obsah díla zůstává zachován, mění se pouze jeho forma.

1.3.4 Koncentrace

S metodou koncentrace jsou nejčastěji spojeny mandaly. Obecně se mandaly mohou použít jako nástroje k měření změn v terapii (Elkis-Abuhoff et al., 2009). Výzkumy také dokumentují, že vytváření mandal je léčivé povahy, zvyšuje sebeuvědomění, pomáhá při zvládání bolesti, snižuje stres a úzkost (Quinn, 2019; Campenni, Hartman, 2020).

Mandaly se vyskytují v mnoha kulturách v průběhu historie. Mandala v překladu znamená posvátný kruh. Jung používal mandaly v psychoterapii pro obnovení rovnováhy, vnitřního klidu a celistvosti a povzbuzoval své pacienty, aby mandaly tvořili. Podle Junga je mandala bytostným obrazem Já, vnitřním obrazem, který je pozvolna konstruován imaginací,

v případech je-li přítomna porucha duševní rovnováhy nebo nelze-li najít myšlenku, kterou je nutno hledat, může se objevovat ve spontánní tvorbě dětí i dospělých, kteří procházejí krizí či stavem psychické nepohody (Potměšilová, Sobotková, 2012).

V arteterapii se mandala může používat ke koncentraci a meditaci (Šicková-Fabrics, 2002). Klinická práce Kelloggové, byla založena na Jungových teoriích. Pomocí mandal zkoumala změnu v terapeutickém procesu, shromáždila tisíce kreseb mandal a tyto kresby hodnotila na základě Jungových teorií, barev, pohybů a symbolů a došla ke 13 základním vzorům o kterých mluví jako o archetypálních fázích, které sledují jednotlivé kroky individuálního vývoje, ty pak uspořádala do kruhové formace „Archetypální fáze Velkého kola mandaly“, rozvinula The Mandala Assesment Research Instrument (MARI), který pomocí spontánně nakreslené mandaly klientem a projektivních karet, může zaznamenat změny a problémy v klientově životě (Vennet, Ciancio, 2023).

1.3.5 Rekonstrukce

Tato metoda je vhodná pro všechny a všechny věkové kategorie (Šicková-Fabrics, 2002). Jde o to, že klient dostane část nějakého artefaktu, kterou má za úkol dotvořit. Nejčastěji užívané jsou tzv. dokreslovací koláže, kdy klient dle své fantazie dotváří např. část výstřižku z časopisu, který od arteterapeuta dostal. Zajímavá je i varianta, kdy ve skupině klientům rozdělíme na části vytvořenou postavu např. z hlíny a oni pak mají za úkol zrekonstruovat celou postavu, o které na závěr pohovoří. Hlavním cílem této metody je rozvoj kreativity a fantazie a na jeden typ obrázku klienti vykazují reakce (Potměšilová, Sobotková, 2012).

1.3.6 Restrukturalizace

Nietzsche se o destrukci zmiňuje jako o integrálním procesu v tvůrčím aktu, složeném z racionálních a iracionálních myšlenek. Umělecké metody jako restrukturalizace a kreativní destrukce se do arteterapeutické tvorby začleňují různými způsoby (Cobb, Negash, 2010). Vytváření artefaktů a zvládání destruktivních impulsů, patří mezi časté léčebné cíle v arteterapii, zejména u jedinců, kteří se sebepoškozují nebo mají traumatické zkušenosti (Davis, 2012). Tvůrčí proces poskytuje prostor pro bezpečné vyjádření destruktivních impulsů (Hilbuch et al., 2016).

Rozměňování smysluplných předmětů nebo materiálů rekonstituovaných do umění je řízený terapeutický proces, který lze použít pro osobní přeměnu a posttraumatické zotavení (Matott, Miller, 2020). Tyto procesy můžeme považovat za pozitivní terapeutické rituály, které uvolňují nebo sublimují napětí a nabízejí zvládnutí právě těchto impulzů (Davis, 2012). Restrukturalizace je metoda, která umožňuje původní obraz rozdělit, rozčlenit a někdy i rozbít na kousky a z těch pak poskládat nový obraz, který může klientovi pomoci podívat se na problém z jiného úhlu pohledu a tím dává klientovi možnost najít novou cestu jak se s problémem či situací vypořádat anebo jak je přijmout, vede klienta k nalezení aktivního řešení (Potměšilová, Sobotková, 2012).

1.4 Techniky arteterapie

V arteterapie lze využít velké množství technik, jejichž výběr se odvíjí od individuálních potřeb klienta a cílů terapeutického působení. Proto je před zahájením arteterapeutických technik důležité zaměřit se na indikace a kontraindikace specifické pro klienta s kterým pracujeme, jeho potřeby, osobnostní rysy, zájmy, prostě celkově se na klienta naladit a tomu přizpůsobit i náš výběr.

Neodmyslitelnou součástí je i výběr materiálů s kterými budeme s klientem pracovat, i zde je potřeba individuální posouzení, který materiál je vhodný pro práci s klientem, s kterým pracujeme a nabídnout klientovi i velký výběr z materiálů, s kterými může pracovat.

Podle Šickové-Fabrice (2016) je výběr materiálů významným diagnostickým faktorem. Jak už bylo řečeno cíle stanovené během sezení a charakteristiky klientů určují výběr technik a materiálů arteterapeutem. Když se provádějí volná asociační cvičení nebo cvičení pro podporu skupinové či rodinné komunikace, jsou dle Lopez Martinez (2011) nejvhodnější rychlá média jako pastelky nebo pastely, tužky. Pokud je cílem zvýšit kreativitu, musí být poskytnuta široká škála materiálů, kde lze experimentovat s velikostmi, formáty, vlastnostmi a různými způsoby použití. V případě lidí s tělesným postižením, malých dětí nebo starších lidí s malou samostatností lze nabídnout snadno ovladatelné materiály, jako jsou silné barevné tužky, pastelky nebo pastely.

Dalley (1987) při svých pozorováních zjistila, že malba umožňuje plynulejší emocionální vyjádření, zatímco tahy tužkou obvykle znamenají větší kontrolu. Kagin a Lusebrink (1978) konstatují, že čím je větší fluidita média, tím více emocionálních stavů vyvolá, silnější média

podle nich mají tendenci obsahovat emoce a informace kognitivně zpracovávat. Technik je mnoho, mezi významnými technikami, které můžeme v arteterapii využít můžeme jmenovat:

Malba

Základním výrazovým prostředkem malby je barva, světlo a stín a barevná plocha. Na malbu používáme většinou mokré materiály jako:

-akvarel – malujeme od nejsvětlejších odstínů k tmavým obrysům a barvy můžeme nanášet buď od suchého nebo mokrého podkladu a při malbě akvarelem užíváme kulatých štětců.

-tempera – což je krycí barva ředitelná vodou, která rychle zasychá, při malbě temperami užíváme plochých štětců.

-kvaš – technika, která v sobě zahrnuje vodové barvy smíchané s bělobou, křídou nebo kaolinem, jde o polokrycí techniku a užíváme při ní kulatých štětců.

a další techniky

Kresba

Výrazovým prostředkem kresby jsou linie, bod, skvrna, plocha. Při kresbě můžeme užít suché techniky, které se provádějí pomůckami jako jsou pastelky, barevné křídly a pastely, tužky, uhly a rudky, mokré techniky např. kresba tuší, inkousty, fixy, ... a poté kombinované techniky jako lavírování (šrafovaná kresba tuší, rozmývaná vodou), kolorovaná kresba (kresba tuší, kde jsou plochy vybarvované barvou), atd.

Koláž

Koláž je technika tvoření obrazu lepením, nalepováním anebo vlepováním tkanin, novin, různých výstřížků či jiných materiálů.

Frotáž

Frotáž je technika přenášení určité struktury na papír. Při této technice se přiloží papír na námi zvolený plochý předmět (např. list stromu) a pomocí námi zvoleného výtvarného média (tužky, barvy atd.) ho překopírujeme.

Modelování

Zahrnuje práci s hlinou i plastelínou atd., pomocí svých rukou vytváříme (modelujeme) kýžený předmět.

1.5 Formy arteterapie

Podle Šickové-Fabrice (2002) můžeme arteterapii dělit na dvě formy, a to individuální a skupinovou, do které řadíme i arteterapii párovou a rodinnou. Každá z forem má své výhody a nevýhody a svá specifika pro její užití, viz. níže, kde si podrobněji tyto formy popíšeme.

1.5.1 Individuální arteterapie

Individuální arteterapie je dyadická a založená na vztahu terapeut klient. Výhodou individuální terapie je, že si klient určuje vlastní tempo i téma, které si přichází řešit, pozornost je věnovaná pouze jemu oproti skupinové arteterapii, kde se každý musí přizpůsobit tempu a požadavkům skupiny. Horňáková (1999 in Šicková-Fabrice, 2002) říká, že individuální arteterapie je vhodná pro klienty, kteří mají takový problém, který vyžaduje plnou pozornost arteterapeuta nebo, kteří by se mohli chovat ve skupině rušivě, odstrašujícím způsobem anebo by mohlo mít pro ostatní klienty negativní následky (např. agresivita, psychotické projevy, negativní vůdcovství, manipulace), zpočátku je také individuální arteterapie vhodná pro úzkostné nebo hyperaktivní děti.

1.5.2 Skupinová arteterapie

Skupinová terapie je oproti individuální náročnější na koordinaci, arteterapeut musí zvládat pozorovat a reagovat na všechny klienty. Velmi často záleží na zkušenostech a schopnostech terapeuta, jak velkou skupinu zvládne korigovat a jak moc dokáže svoji pozornost distribuovat, obvykle se uvádí, že do 12 klientů je ideální počet pro jednu arteterapeutickou skupinu.

Pokud chce arteterapeut zvolit skupinovou formu měl by se zamyslet nad tím, zda zvládnou členové skupiny udržet oční i slovní kontakt se všemi dalšími členy skupiny, zda lze dosáhnout skupinové koheze, zda má každý klient dostatek času na zapojení do diskuse a jestli je dostatek lidí pro podporu interakce a volného toku nápadů a, aby zvládly všichni členové úkoly skupiny (Liebmann, 2010).

Ve skupinové arteterapii jde především o vzájemnou komunikaci mezi klienty. Nespornou výhodou skupinové arteterapie je právě efekt skupiny, kdy se sejde více klientů se stejným nebo podobným problémem, často se stává, že klient si může uvědomit, že ve svízelné

situaci není sám nebo, že jsou ještě horší situace či problémy, a to mu pomáhá lépe se se svým problémem vyrovnat, může mu také pomoci zbavit se zábran svůj problém sdílet a jak už obecně víme, síla sdílení je léčivá a je prvním krokem k uzdravě. Dle Kratochvíla (2006) je skupinové léčení úsporné, ale i rychlejší a intenzivnější, klienti mohou své problémy rychleji pochopit a nové osvojené způsoby chování si ve skupině i vyzkoušet.

Liebmann (2010) uvádí důvody pro použití skupinové terapie:

1. Většina sociálních učení probíhá ve skupinách, skupinová práce tedy poskytuje vhodné zázemí, ve kterém jej můžeme procvičovat.
2. Lidé s podobnými potřebami si mohou poskytovat vzájemnou podporu a pomáhat si s řešením problému.
3. Členové skupiny se mohou poučit ze zpětné vazby od ostatních.
4. Členové skupiny si mohou vyzkoušet nové role, vidí, jak ostatní reagují (návuk role), a mohou v nich být podpořeni a posíleni.
5. Skupina může být katalyzátorem skrytých zdrojů a schopností.
6. Skupiny více vyhovují určitým jedincům, například těm, pro které je intimita individuální práce příliš intenzivní.
7. Skupiny mohou být demokratičtější a dělit se o moc a zodpovědnost.
8. Některé terapeutů může skupinová práce uspokojovat více než práce individuální.
9. Skupina může být ekonomický způsob, jak využít odborné znalosti a pomáhat několika lidem najednou.

A dále (dle Browna) jako nevýhody uvádí:

1. Zachování důvěrnosti je obtížnější, protože je zapojeno více lidí.
2. Skupiny potřebují zdroje a jejich organizace je obtížnější.
3. Členům skupiny je poskytováno méně individuální pozornosti.
4. Skupina může snadněji někoho označkovat, dát mu „nálepku“, které se pak obtížně zbavuje.

5. Lidé se mohou vyhnout rozhovoru o nepříjemných tématech, protože se za někoho „schovají“.

1.6 Diagnostika v arteterapii

V arteterapii je diagnostika základní stavební kámen, kterým určujeme, jakou cestou se v arteterapeutickém procesu léčby vydáme. Na tom, jak kvalitně dokážeme diagnózu provést, záleží, zda bude naše působení efektivní a smysluplné. Je to proces, kdy nehodnotíme vizuální stránku díla, ale interpretujeme to, co klienta trápí a co potřebuje, má za cíl měření či zjištění stavu a vlastností jedince, popisuje, nachází nebo definuje to, co klienta tíží, na čem je potřeba zapracovat, v tomto procesu je důležité klientovi naslouchat a mít na mysli, že jediná kresba nemůže odhalit vše a bylo by chybou z ní vyvozovat závěry o klientovi (Potměšilová, Sobotková, 2012).

Podle Komzákové (2012) máme v arteterapeutickém procesu k dispozici:

1. klienta a jeho výpověď a náhled na jeho potíže, jako zakázku
2. naši znalost o potížích klienta na obecné úrovni a máme svoji terapeutickou zkušenost
3. buď máme k dispozici jedno sezení „ted’ a tady“, nebo několik setkání. V případě několika setkání máme možnost sledovat klienta v jeho vývoji jak na jeho výtvarné úrovni, tak na úrovni jeho verbálních obsahů (jak slovně komentuje svá díla a svou existenci v terapeutickém procesu vůbec)
4. máme k dispozici výtvarné dílo klienta, které má reálnou smyslově dostupnou existenci. Stejně tak známe podmínky, za kterých dílo vznikalo – zadání (téma), výtvarnou techniku, máme znalost o čase a průběhu, jak dílo vznikalo neboli znalost klientova tvůrčího procesu
5. máme svoji interpretaci vzniklého díla a toho, jaký vztah má dílo k autorovi, co o něm vypovídá
6. můžeme mít nebo nemusíme (podle typu arteterapie, kterým pracujeme) výpověď klienta o jeho díle

Komzáková (2012) dále pokračuje a mluví o tom, že v arteterapii nemáme standardizovaný soubor detailních kritérií, která by měla stoprocentní pravdivost, že na sto procent odpovídá stavům lidské psychiky (mimo projektivní standardizované testy jako je Kresba postavy pána, Baum test, kresba domu atd.), říká, že obecně tedy můžeme říci, že se

jedná o spontánní výtvarný projev a jeho diagnostika má pouze pravděpodobnostní charakter. Diagnostickým východiskem a zároveň limitem v arteterapii je podle ní to, co vidíme, slyšíme a víme.

Při hodnocení spontánního výtvarného projevu můžeme vycházet z:

1. Duševně nemocní lidé tvoří jinak než zdraví lidé (Simonová, 1987). - určujeme, zda dílo nese prvky možné psychopatologie
2. Výtvarné dílo se mění průběhem onemocnění (Simonová, 1987). - hledáme v díle širší souvislosti, za kterých dílo vzniká, zaměřujeme se na proces a vývojovou diagnózu
3. Význam určujeme na základě porovnání shody a odlišností výrazu podle dojednaných či vžitých pravidel nebo pravidelností (Slavík, 1999). - zvažujeme a prověřujeme správnost přiřazení významu díla
4. Významy se utvářejí uvnitř kultury prostřednictvím přiřazování výrazů v různých životních situacích. - prověřujeme význam přiřazení pro danou situaci
5. Určení významu je výsledkem rozhodnutí se mezi možnostmi.
6. Ovlivňování výtvarného díla klienta může ovlivňovat i jeho psychiku (Lhotová, 2009).

V arteterapeutické diagnostice je nutné jednat uvážlivě a pečlivě se doptávat klienta a tím ověřovat správnost našich úsudků. Potměšilová a Sobotková (2012) popisují základní pravidla, která by měla vést k bezpečí klienta a zodpovědné diagnostice:

1. Opatrnost a vyvarování se zbrklých a nálepkujících se závěrů. Často je pro klienta výhodnější, pokud sám odhalí možný problém a terapeut zůstává v pozadí jako někdo, kdo klienta provází na jeho cestě. Pokud klient sám pojmenuje svůj problém, již tento fakt může být terapeutický.
2. Vhodné načasování pravdy. Jsou situace kdy arteterapeut může tušit příčinu problému, ale klient ještě nemusí být na „odhalení“ připraven.
3. Znalost základních symbolů, významu barev a vývoje lidské kresby. Znalost těchto zákonitostí může pomoci arteterapeutovi vést klienta na cestě k uzdravení.

Při diagnostice artefaktu bychom se měli dle Jebavé (1997) zaměřit na:

- přiměřenost věku
- diagnóza onemocnění
- stav citové a rozumové výchovy před terapií, její průběh
- volba tématu kresby
- lineární zpracování (viditelné či potlačené linie)
- momenty, které signalizují strach
- kompozice daného tématu na formátu, jeho využití nebo obava z velkého formátu
- staticnost nebo dynamičnost figurální kompozice
- převládající barevnost
- časový interval, který jedinci potřebují k dokončení kresby
- expresivnost, výrazovost jedince, osobitost
- kvalita a dokončenost výtvarného ztvárnění
- interpretace kresby
- možnost i literárního vyjádření kresby
- stupeň zralosti kresebného projevu

1.6.1 Projektivní techniky

Prostřednictvím projektivních metod může arteterapeut odhalit skryté úzkosti, strachy nebo stud. V kresbách se promítne to, co si klient nemusí uvědomovat na vědomé úrovni nebo nedokáže verbalizovat. Projektivní techniky můžou být nástrojem, který nám poskytne množství informací o klientovi, o jeho osobnosti, prožívání, otevře nám témata, na kterých je nutné zapracovat. Kresby jsou indikátory emocí, toho, jakou má klient sebeúctu, sebepojetí, jak přijímá sám sebe, stejně tak, jako nám můžou odhalit další aspekty osobnosti klienta, jsou způsobem, jakým lze upozornit na témata, která jsou pro klienta osobně důležité nebo emocionálně významné (Di Leo 1973; Thomas & Silk, 1990). Obrovskou výhodou projektivních technik je, že terapeut může získat ohromný vhled do klienta za velmi krátkou dobu (Jothimani & Kumar, 2016).

V kresbách jsou důležité výrazy, které naznačují určité psychické stavy nebo traumatické události (Jothimana & Kumar, 2016). Naše interpretace bychom však neměli zakládat pouze na kresebném projevu, informace, které nám kresba poskytla bychom měli ověřit rozhovorem s klientem nad artefaktem, dále pozorovat, zda se nám symbolika objevuje ve více artefaktech, proto je nutné mít k diagnostice více kreseb, doporučuje se mít alespoň kombinací tří kresebných testů, a to kresby postavy, stromu a domu.

Veškerá projektivní kresba musí brát při hodnocení a interpretaci v úvahu vývojovou úroveň na které se jednotlivé dítě nachází. Pro projektivní techniky není třeba, aby měl klient výtvarné nadání.

V arteterapii nejčastěji používáme kombinaci projektivních technik dům, strom, postava.

Kresba postavy

Test kresby postavy informuje o tělesných schématech kreslíře, dále o obrazu osobnosti a jejích konfliktech neurotické povahy. Nakreslené figury poskytují také informace o struktuře osobnosti, dynamické adaptaci a interakci kreslíře. V původních vyhodnoceních je patrný určitý psychoanalytický vliv, jelikož je zde vytvořena určitá typologie kreseb např. typ organický, typ hysterický či typ schizofrenní (Svoboda, 1999)

Kresba postavy nám může sloužit jako indikátor dynamiky osobnosti i intelektuálních schopností klienta, odráží specifické vlastnosti klienta. Pro administraci je nutné kreslit na úrovni 6 letého dítě, aby pro nás mohla mít kresba nějakou výpovědní hodnotu. Při kresbě postavy sledujeme její pozici, přítlak na tužku, vedení čar, velikost figury vzhledem k velikosti papíru, vzhled, postoj, perspektivu kresby, chybějící či naopak přebývající aspekty, které by měla kresba postavy obsahovat, důležité je sledovat i celkový dojem z kresby, zahlcenost kresby nebo naopak její úspornost a další. Toto vše posuzujeme s ohledem na grafomotorické schopnosti jedince, respektive zkoumáme, zda jde při kresebném projevu o kresebnou nezručnost, stylizaci apod.

Kresba stromu (Baum test)

Strom je typickou součástí našeho životního prostředí, symbolizuje svým zakořeněním představu trvalosti, nabízí nám možnost ochrany před deštěm nebo před sluncem a může nám poskytovat potravu, což v nás evokuje určitý mateřský aspekt tohoto symbolu. Svým růstem může být strom spojován s vývojem (Altman, 2002).

Baum test neboli kresba stromu vypovídá o člověku a jeho životě, o jeho minulosti, současnosti a jeho náhledu do budoucnosti. Kresba stromu je výpověď o tom, jak vidíme sami sebe. Strom symbolizuje naše já. Při administraci kresby stromu stejně jako u kresby postavy si všímáme pozice, přítlaku, čar a linií, zralosti kresby, napojování větví a kmene, toho, jak na nás kresba celkově působí a dalších specifických symbolů sloužících k výkladu kresby.

Kresba domu

Kresba domu nám značí symboliku rodinného tepla, poukazuje také na otevřenost vnějšímu světu. Dům vzbuzuje směs nevědomých i vědomých asociací týkajících se domova a intimních interpersonálních vztahů. U dětí se zde odráží vztahy k rodičům, sourozencům, především k matce. U dospělých dům představuje adaptaci na domácí situaci a vyjadřuje vztahy k partnerovi a dětem. Dále poukazuje na schopnost kriticky analyzovat problémy vyplývající z rodinné situace (Priehradná, 2019).

Prvním krokem při interpretaci kresby domu je hodnocení celkové nálady, přístupnosti a otevřenosti domu. Kresba domu by měla mít přiměřené detaily a velikost. Při kresbě domu se zaměřujeme na sílu čar a stěn, dále věnujeme pozornost provedení střechy, oken a dveří a dalších aspektů, které mají svojí specifickou symboliku.

Projektivní test House-tree-person

Test House-tree-person (H-T-P) je nejčastěji používaná kresebná projektivní metoda v zahraničí. Jde o test zaměřený na získání informací o osobnosti jedince a jeho intrapsychických konfliktech, obranách potřebách, interpersonálních a rodinných vztazích (Ptáčková, 2015).

Pořadí jednotlivý kreseb je předem stanovené, a to následovně dům, následuje strom a na závěr osoba. Pořadí je takto stanovené proto, protože se předpokládá, že kresba domu a stromu je pro klienta snazší úkol než kresba postavy (Priehradná, 2019).

Kresba domu je pro klienta nejméně náročná a ohrožující, proto se přistupuje k jejímu využití jako k prvnímu z uvedené trojice. Kresba domu v klientovi evokuje vědomé i nevědomé asociace, které se vztahují k domovu, ale i jeho interpersonálnímu vztahu, kresba v sobě má symboliku v podobě přístřešku, otevření venkovnímu světu apod.

Jako druhý projektivní test je zařazen do naší trojice test stromu (Baum test), ten vypovídá o člověku a jeho životě, jeho současnosti, minulosti a poskytuje i pohled do jeho budoucnosti. Při jeho interpretaci posuzujeme kresbu jako celek, umístění a velikost kresby,

tah, tlak a provedení čar, napojování a zakončení větví a kmene, symboliku. Podle Priehradné (2019) je kresba stromu grafickým vyjádřením prožívané citové rovnováhy a pohledem na osobnostní zdroje klienta, je méně náročná než kresba osoby, proto je v testové baterii využívána jako druhá.

Test lidské postavy hodnotí kresbu dle představy dítěte, nemá žádnou předlohu. Test může být administrován individuálně i skupinově a je třeba dodržet přesnou instrukci, aby nedošlo ke zkreslení výsledku (Vágnerová et al., 2021). Kresba osoby vyvolává vědomější asociace než kresba domu nebo stromu, pojednává o pocitech klienta, jeho postojích a konfliktech, ale i o jeho schopnosti fungování ve vztazích. Podle Priehradné (2019) kdyby byla tato kresba používaná jako první v testové baterii mohl by se klient zablokovat, což by mohlo mít negativní vliv na další průběh administrace.

House-tree-person (H-T-P) se obvykle administruje při individuálním sezení a trvá cca 30-90 minut a doporučuje se zadávat dětem od 8 let života. Pro test house-tree-person (H-T-P) je specifické, že klient první sadu kreslí pomocí tužky, druhou sadu poté pomocí pastelky, doporučuje se si však mezi sadou kreseb tužkou a sadou kreseb pastelkou nechat rozestup a uskutečňovat mezi jejich administrací jiná cvičení.

Projektivní testy nám s pomocí vhodně zvolených otázek mohou pomoci více se přiblížit k pocitům a myšlením klienta i k jeho postojům a problémům, ukazují nám jeho vztah k sobě samému i k jeho okolí.

1.6.2 Vývoj dětské kresby

Dětská kresba je jeden z neoptimálnějších přístupů k poznání dětské osobnosti (Davido, 2008). Výtvarný projev dítěte můžeme označit jako jeho subjektivní interpretaci reality, která je věkově, vývojově a typologicky podmíněna kulturou v které vyrůstá, výchovou, prostředím atd. Vágnerová (2010) chápe kresbu dítěte jako promítnutí vlastního názoru dítěte, dítě v ní zobrazuje realitu tak, jak ji vnímá. Dětská kresba vzniká vývojově podobně jako řeč, a to kolem druhého roku života dítěte. Výtvarný projev odráží osobnost dítěte, jeho charakterové vlastnosti, úroveň vnímání, psychické vlastnosti, věkové rozdíly a zvláštnosti (Valenta & Müller, 2007). Jednou z nej přirozenějších forem sebevyjádření je právě dětská kresba, která v sobě promítá zejména emocionální projevy dítěte. V uměleckých dílech dítěte najdeme to, co dítě o věcech, které kreslí ví, jak se k nim vztahuje a co k nim cítí (Kitahara &

Matsuishi, 2006). Dětská kresba prochází několika etapami a vždy odráží psychologické aspekty mysli dítěte i jeho kognitivní úroveň.

Nahodilý realismus/ čmáranice

Nahodilý realismus dle Gogneta (2013) nebo čmáranice dle Potměšilové a Sobkové (2012) je úplně první etapa, objevuje se kolem prvního roku života, v podobě prvních tahů tužkou a pokračuje cca do 3 let věku (Potměšilová & Sobková, 2012). Dítě v této etapě začíná kreslit čáry, které považuje za vyobrazení nějakého předmětu, zvířete, rostliny či lidské postavy, dítě často vytvoří obrázek bez toho, aby mělo záměr nakreslit něco určitého a pojmenovává ho následně podle toho, co mu obrázek připomíná (Cognet, 2013). Okolo druhého roku, kdy se rozvíjí pohybový aparát se začínají objevovat body, kroužky atd.

Nezdařený realismus/ linie1.

Další fází je pak dle Potměšilové a Sobkové (2012) linie, Cognet (2013) v tomto období mluví o nezdařeném realismu. Okolo 4 let začíná dítě kreslit tzv. hlavonožce, což je postava kruhovitěho tvaru a z ní vycházející čáry představující nohy a ruce, čím je dítě starší a inteligenčně zdatnější tím začíná doplňovat nos, oči, pusy. Dítě v této vývojové fázi nedokáže ještě řídit své pohyby rukou, aby nakreslilo takovou linii, jakou by chtělo. Některé chyby v proporcích a dimenzích, však nemusejí souviset pouze s touto fází, ale mohou naznačovat fantazijní představy, projevuje se v něm subjektivní vnímání dítěte (Luquet, 1913). Což poukazuje, na již výše zmíněné, že ke každému klientovi je třeba přistupovat individuálně s notnou dávkou vnímavosti a doptávat se na souvislosti.

Intelektuální realismus/ popisný symbolismus a popisný realismus

V 5 až 6 roce se dostavuje ve vývoji kresby dle Potměšilové a Sobkové (2012) popisný symbolismus, v 7 až 8 roce poté popisný realismus dle Gogneta (2013) se jedná o etapu intelektuálního realismu a shrnuje do ní obě období, které Potměšilová se Sobkovou diferencují na dvě. V této etapě má dítě dodatečné schopnosti pro ztvárnění realistického objektu, zajímavé ale je, že v dětské pojetí nemusí být obrázek přesně kopírován jako v pojetí dospělém, ale může obsahovat i ty prvky, které nejsou vidět, ale přítomny jsou, spojuje se zde citová zkušenost a

intelektualizace (Luquet, 1927; Cognet, 2013). V kresbě se od pátého roku objevuje tělo, spojené s končetinami a hlavou, vlasy, oblečení. Od 7 až 8 roku se objevuje popisný realismus, kde se zpřesňují proporce, naznačuje se krk a začíná se objevovat profil (Potměšilová & Sobková, 2013).

Vizuální realismus

V tomto pojmenování se autoři shodují dle Gogneta (2013) jde o poslední fázi ve vývoji dětské kresby, dítě začíná zachycovat v kresebném projevu to, co dospělí, tedy to, jak objekt vidí, nikoliv to, co o něm ví. Potměšilová a Sobková (2012) mluví o první snaze zachytit pohyb a tvarování, stínování, perspektivu. Burt (1932) přidává ještě období potlačení od 11 až 14 let, kde je podle ní kladen důraz na verbální projev a dostavuje se ztráta odvahy a umělecké oživení, které se váže k věku 15 let.

1.7 Osobnost arteterapeuta

V České republice nemá arteterapie (snad zatím) vymezený profesní statut, proto nemáme ani nikde ukotveno, jak přesně a konkrétně by měl profil arteterapeuta vypadat. Nicméně budeme-li vycházet z obecných pravidel terapie a pomáhajících profesí, kteří své profesionály vymezují, můžeme si jakou by měl takový arteterapeut osobnost mít odvodit. Vzhledem k tomuto problému s ukotvením, je nám zřejmé, že arteterapeut musí mít mezioborový přesah. Arteterapeut by měl mít povědomí o psychoterapii, mít pojem o dějinách umění, znát výtvarné techniky, orientovat se v psychologických disciplínách, pedagogice a v neposlední řadě i speciální pedagogice.

Potměšilová a Sobotková (2012) představují základní rysy osobnosti arteterapeuta, mezi které řadí empatii, komunikativnost, schopnost navázat, udržet a ukončit vztah klient-terapeut. Dále pokračují, že by arteterapeut měl působit důvěryhodně a mít příjemné, jasné a rozhodné vystupování. Arteterapeut by se měl zdržet hodnotícího postoje a umět zachovat neutralitu, proto by měl být i taktní, měl by umět aktivně naslouchat, měl by být otevřený, respektující, důležité také je, aby byl ve svém projevu opravdový (kongruentní).

Vymětal (2003) uvádí, že osobnost psychoterapeuta (v našem případě se dá aplikovat na arteterapeuta) vyžaduje kromě neustále se rozvíjejících dovedností a kompetencí také vlastností, jako jsou autenticita, empatie, velmi důležitá je osobnostní zralost terapeuta. Podle

Šickové-Fabrics (2002) by arteterapeut měl být empatický, umět své informace propojovat do souvislostí, měl by umět improvizovat, měl by mít notnou dávku intuice a schopnost předvídat vývoj událostí a jevů. Neměl by mu chybět vysoký morální a etický kredit. Baldwinová (2013) trefně uvádí, že na výsledek terapie má vliv nejen odbornost, ale také osobnost a životní zkušenosti terapeuta, které jsou velmi důležité pro interakci s klienty, z toho vyplývá důležitost osobnosti arteterapeuta, která ovlivňuje celý terapeutický proces.

2. SEBEPOJETÍ

V této kapitole si představíme pojmy já, osobnost, sebepojetí, které spolu úzce souvisí. Všechny tyto fenomény poté spolu tvoří soubor ovlivňující míru sebedůvěry jedince.

2.1 Vymezení pojmu já, osobnost a sebepojetí

Pokud chceme porozumět pojmu sebe pojetí, musíme si nejprve představit jeho složky, které se na utváření sebepojetí podílejí. Jedná se o důležité fenomény jako já, osobnost. Dále si blíže specifikujeme, co to znamená sebepojetí.

2.1.1 Já

Chceme-li porozumět pojmu osobnost musíme si nejdříve vymežit co to znamená fenomén Já. Rozlišujeme pojmem Já (I, ego) a Sebejá (self), v angličtině uváděno proto, protože do češtiny je tento pojem těžko přeložitelný, významově v překladu těžko uchopitelný. Dle Nakonečného (2015) je Já princip, na základě, kterého dochází k vnitřní organizaci a fungování osobnosti. Já dělá osobnost tím, čím je (Nakonečný, 2009).

Pojem já vymezil W. James, který rozdělil subjektivní, nebo také poznávající, činné Já (I-self) od Já objektivního neboli poznávaného (me-self). K tomu rozdělení dochází pouze na teoretické úrovni, subjektivní a objektivní Já jsou zážitkově neoddělitelné a vzájemně propojené (Blatný, 2010). Subjektivní Já je jádrem psychologie osobnosti a je významné pro integraci osobnosti. Vnímáme je jako nepřetržitě přítomné „schéma vědomí, citění a jednání“ (Říčan, 2007, s. 171). Objektivní Já je v současné terminologii označované jako sebepojetí a skrývá v sobě mimo jiné také zdroje sebehodnocení. James (1890) dále dělí objektivní Já na materiální, duchovní a sociální Já (Nakonečný, 2009).

2.1.2 Osobnost

Osobnost označuje trvalé vlastnosti a chování, které zahrnují jedinečné přizpůsobení se životu, včetně hlavních rysů, zájmů, pudů, hodnot, sebepojetí, schopností a emocionálních vzorců. Různé teorie vysvětlují strukturu a vývoj osobnosti různými způsoby, ale všechny se shodují, že osobnost pomáhá určovat chování. Osobnost zahrnuje nálady, postoje a názory

a nejzřetelněji se projevuje v interakcích s ostatními lidmi. Zahrnuje charakteristiky chování, inherentní (dané) i získané, které odlišují jednu osobu od druhé a které lze pozorovat ve vztazích lidí k prostředí a sociální skupině. Osobnost popisují různě zaměřené teorie jako teorie fyzikální, kam spadá např. teorie humorální či morfologické (tělesné), které jsou již spíše přežité, dále pojem osobnost se také pokoušejí vysvětlit teorie psychoanalytické, kognitivní či dokonce teorie o pohlavních rozdílech aj.

Dle Cakirpaloglu (2012, s. 16) se téměř každá teorie osobnosti snaží vymezit základní charakteristiky a říká, že osobnost představuje souhrn, souvislost nebo propojení charakteru, temperamentu, schopností a také konstitučních vlastností člověka. Za zmínku stojí např. teorie osobnosti dle Eysencka (1947, s. 25), která postuluje, že osobnost představuje „souhrn skutečných a potenciálních vzorů chování organismu, které determinují dědičnost a prostředí; osobnost vyvěrá a vyvíjí se skrze funkční součinnost čtyř hlavních odvětví: kognitivní (inteligence), konativní (charakter), afektivní (temperament) a tělesnou oblast (konstituce)“. Stručněji je ve svém konstatování Cattell (1967, s. 25), který osobnost pojímá jako: „to, co sděluje, jak se člověk bude chovat v dané situaci“. Podle Azzihho et al. (2005)) je při určování něčí osobnosti důležité sebepojetí.

2.1.3 Sebepojetí

Sebepojetí je soubor přesvědčení, které o sobě daný jedinec zastává. Je to názor na sebe samého. Je složeno z několika částí, jako je sebepoznání, sebehodnocení, sebezpřijetí, sebeúcta a seberealizace.

Na rozvoj sebepojetí člověka mají vliv vrozené i získané faktory a jejich vzájemná interakce. Vnější faktorem s významným dopadem je rodina. Mezi další vnější faktory patří vrstevnické skupiny, mezilidské vztahy a vlastní chování jedince ve společnosti. Mezi vnitřní faktory patří například pohlaví, struktura osobnosti, emoční ladění a temperament. (Dostál, 2021).

Úroveň sebepojetí se odvíjí od celkového přístupu k životu každého jedince, od jeho hodnocení okolí i sebe samého a od míry negativních či pozitivních hodnotících atributů. Jedinec s vysokým sebehodnocením je celkově stabilnější a konzistentnější. Projevují se u něj tendence charakterizovat se větším množstvím pozitivních vlastností, mezi které patří emoční stabilita, spokojenost, a dostatečná sebedůvěra (Blatný, 2003).

Sebepojetí neboli „self concept“, můžeme volně definovat jako představu o sobě samém či vědomí o svých schopnostech, jenž má hodnotící a popisnou dimenzi (Balcar, 1991; Hartl &

Hartlová, 2015; Tyrlik, Macek & Širůček, 2010). Souhrnně se jedná o hypotetický konstrukt, který vysvětluje chování a prožívání jedince, představu vlastního těla a osobnosti ve vnějším světě. Samotné sebepojetí lze vysvětlit a zkoumat, avšak nemůžeme opomenout jeho neuvědomovanou úroveň (Balcar, 1991).

Vývoj sebepojetí začíná v brzkém věku (Huiit, 2004). Již v kojeneckém věku děti získávají a zpracovávají informace o sobě, což jim pomáhá porozumět vztahu mezi jejich individuálním já a jejich sociálním světem (Osei, 2013). Tento vývojový proces je přímým důsledkem nově vznikajících kognitivních dovedností a jejich sociálními vztahy s rodinou i vrstevníky (Alvarez, 2011). Sebeopjetí má tři složky:

1. Obraz sebe sama, který v sobě zahrnuje vědomí a obraz o svých osobnostních vlastnostech, které se utvářejí zkušenostmi a prostřednictvím zpětné vazby z okolí
2. sebehodnota, to, jak velkou hodnotu sobě daný jedinec přikládá
3. ideální já, což znamená, jaký si jedinec přeje být.

Pokud máme vysokou sebeúctu, máme i pozitivní pohled samy na sebe, což vede k důvěře ve vlastní schopnosti, sebpřijetí a zdravé sebevědomí (Rogers, 1959).

Sebeopjetí definuje několik složek, které se vzájemně ovlivňují a úzce spolu souvisí, mezi ně patří osobnost a sebpřijetí.

2.2 Sebeoprijetí

Sebeoprijetí se týká pozitivních a negativních vlastností, které si jednotlivci připisují (Morgado at al., 2014). Sebeoprijetí znamená, že jedinec může objektivně přijmout a nahlížet sám na sebe, stanovit si sebehodnotu založenou na sebepoznání, respektovat a ocenit sám sebe (Huang at al., 2021; Kelemen & Shamri-Zeevi, 2022). Sebeoprijetí je definováno jako pozitivní sebeúcta, uznání pozitivních i negativních aspektů sebe sama a pozitivní pocit z minulého života (Ryff & Singer, 2002).

Dle slovníku americké psychologické asociace je sebeopjetí relativně objektivní pocit, uznání vlastních schopností a úspěchů, které koresponduje společně s uznáním a přijetím svých omezení. Sebeoprijetí je považováno za jednu z hlavních součástí duševního zdraví. Shepard (1979) mluví o sebpřijetí jako o hodnotící složce sebeopjetí, Tafarodi a Swann (1995) dodávají, že sebpřijetí můžeme vnímat jako dílčí složku sebehodnocení.

Dle Sheerer (1949) jedinec, který vyjadřuje sebezpřijetí a respekt k sobě, má zvnitřněné určité hodnoty a principy, které mu slouží jako všeobecné vodítko chování. Na toto vodítko se spoléhá, spíše než na konvence a standardy druhých, takový jedinec může upravit své chování, aby se vyhnul pošlapání pocitů nebo práv druhých lidí, ale nemění své chování z iracionálního strachu z hodnocení druhých. Pokud jedince při chování podle jeho standardů, druzí odsuzují, může mu být líto jejich reakcí, ale nelituje toho, že se zachoval podle svých standardů, a neopustí své standardy jen proto, že jej někdo odsoudil. Pokud má člověk zdravé sebezpřijetí nemá potřebu své chování omlouvat., nemá strach a neodsuzuje sám sebe, když se mu nepodaří dosáhnout norem chování druhých (pokud nejsou jeho vlastní), i když jej mohou druzí odsuzovat, nebo na něj druzí reagují nepříznivě, cítí se jako rovnocenná osoba s druhými – ani nadřazená ani podřízená., má víru ve své schopnosti vypořádat se s problémy, i když nastanou překážky, nezpochybňuje svou hodnotu jako člověka, i když se zdá, že druzí to dělají, nemá pochyb o své schopnosti přispět k dobru a spokojenosti druhých, když druzí kritizují jeho chování, vyhodnotí kritiku objektivně a nerozruší ho to, neočekává, že jej druzí odmítnou bez ohledu na jeho chování, tzn. neočekává, že jej druzí odmítnou nevybíravě, ať už jim dá k odmítnutí důvod či nikoli, když se mu nepodaří něco, o co usiloval, nesmýšlí o sobě jako o člověku hůře, nepodléhá panice ani zoufalství, není plachý ani rozpačitý v sociálních vztazích., neodmítá ocenění, uznání, kompliment, ze strachu, že si je nezasluhuje, nepovažuje sám sebe za zcela odlišného od druhých, tj. nepovažuje sebe za „divného“ a nenormálního ve svých reakcích, odolává snahám o dominanci ze strany druhých, nepopírá své zkušenosti, ani se je nesnaží přehlížet, přebírá zodpovědnost za svá vlastní rozhodnutí a přijímá důsledky svého chování, nesnaží se popírat nebo zkreslit existenci jakýchkoli pocitů, omezení, schopností nebo dobrých vlastností, které na sobě vidí, ale spíše je všechny přijímá. Pokud v sobě rozpozná pocit, vzorec chování, který se mu nelíbí, snaží se jej změnit, namísto jeho popírání, skrývání, nebo jeho omlouvání. Má pocit, že jeho nápady a plány jsou hodnotné. Necítí se provinile, když utrácí peníze nebo tráví čas odpočinkem, tzn. necítí, že nemá právo, nebo si nezaslouží potěšení nebo odpočinek. To vše se dá shrnout do toho, že je v sobě pevný a má zdravý postoj k sobě, a tak i k okolnímu světu. Takový člověk je stabilní a vyzařuje z něj vnitřní klid, je odolnější.

Podle Ellisovy teorie sebezpřijetí souvisí sebezpřijetí s přijímáním druhých lidí a také s přijímáním života a světa takového, jaký je, bez ohledu na to, že se vše neděje podle našich představ a přání. Můžeme tedy říct, že celkové bezpodmínečné přijetí se skládá ze tří složek, a to přijetí sebe sama, druhých a světa (David et al., 2013).

Sebepřijetí je důležitým faktorem související s osobním a emočním zdravím, jehož prostřednictvím lidé nahlíží na svět a svou vlastní hodnotu a sebeúctu (Bernard, 2004).

Schopnost přijmout sám sebe se rozvíjí kolem 7 roku života dítěte, kdy děti zažívají kvalitativní posun ve své schopnosti myslet (Piaget, 1936). Dítě se přesouvá z operativní fáze do fáze logických operací a klíčovou vlastností této etapy je ochrana/zachování sebe samého, schopnost chápat, že něco může zůstat stejné i přesto, že změní svůj vzhled.

2.2.1 Sebehodnocení

Sebehodnocením nazýváme stav prožívání a oceňování vlastního já, toho, kým jsem. Sebeocenění v sobě zahrnuje spokojenost a nespokojenost se sebou samým a souvisí se sebedůvěrou a sebevědomím (Blatný, 2010). Ellis (2013) se domnívá, že sebehodnotící tendence jsou více či méně vrozené, protože jsou rozšířené po celém světě.

Mezi vnější faktory ovlivňující sebehodnocení patří to, jak je jedinec hodnocen svým okolím (Macek, 2008). Základním předpokladem pro kladný pohled na sebe sama je vřelost a pozitivní vztah důležitých osob k jedinci (Makri-Botsari, 2015).

Mezi vnitřní faktory patří typ emočního prožívání jedince, jeho temperament, sociální zdatnost a jeho schopnost vlastní sebereflexe (Thorová, 2015).

Crocker (2002) mezi nejdůležitější faktory ovlivňující sebehodnocení řadí:

- zda jedinec vnímá, že si ho druzí váží a mají k němu úctu
- jak vnímá svůj fyzický vzhled
- kompetence jedince
- zda se v rodině cítí milovaný
- jestli je úspěšnější než lidé v jeho okolí
- morální citění
- víru v Boha

Ze sebehodnocení vychází pocit sebeúcty (Macek, 2008). Sebehodnocení úzce koresponduje s bezpodmínečným sebepřijetím. Z toho vyplývá zranitelnost lidí s nízkou, ale i vysokou mírou sebeúcty, protože se míra jejich sebeúcty odvíjí od toho, jak jsou schopni

naplňovat vytyčené cíle (Smékal, 2009). Jedná se v podstatě o vnímání toho, jak je jedinec sociálně hodnocený a přijímaný (Vasile, 2013).

Sebehodnocení a sebeúcta spadají pod hodnotící aspekt sebepojetí, který je spojený především s emocemi. Sebeпоjetí oproti sebehodnocení obsahuje navíc čistě popisné údaje o sobě samém (Plháková & Blatný, 2003).

Albert Ellis (1996, in Thompson & Waltz, 2007) zakladatel racionálně emoční behaviorální terapie zdůrazňuje, že člověk je v neustálém procesu vývoje a že koncept sebeúcty tuto skutečnost nezohledňuje, protože zahrnuje obecné hodnocení, a jakékoli hodnocení se zaměřuje na člověka pouze v konkrétním okamžiku. Zejména porovnávání hodnoty jedince s hodnotou ostatních jej odvrací od racionálnějších cílů, jako dosahování štěstí nebo objevování a dosahování toho, co v životě opravdu chce (Chamberlain & Haaga, 2001).

Jako alternativu k sebeúctě Elis předkládá koncept bezpodmínečného seбepřijetí s myšlenkou, že by se lidé měli plně přijímat a považovat za hodnotné nezávisle na míře své sebeúčinnosti (self-efficacy), toho, zda je druzí mají rádi (Thompson & Waltz, 2007), zda se chovají inteligentně a správně (Chamberlain & Haaga, 2001). Albert Ellis tedy chápe bezpodmínečné přijetí jako racionální protějšek iracionálního přesvědčení o obecném hodnocení sebe sama souvisejícím se sebeúctou (David, Cote, Szentagotai, McMahon & Diguseppe, 2013).

Ellis (2013) považuje za základní princip racionálního způsobu života úplné seбepřijetí na základě existence člověka. Pokud se člověk hodnotí, jednak tímto způsobem ztrácí čas, a pak tak činí na základě svého výkonu, který není stabilní v čase, a dochází tak k seбepodceňování, nejistotě a v důsledku toho k nižší efektivitě zapříčiněné tím, že se nám někdy daří lépe, jindy hůře. Pro prožívání pocitu sebeúcty je nutností určitá míra seбepřijetí (Smékal, 2009).

2.2.2 Bezpodmínečné seбepřijetí

Bezpodmínečné seбepřijetí dle Elise a MacLarena (2005) znamená, že jedinec přijímá sám sebe, takového, jaký je, bez ohledu na to, zda se chová inteligentně, správně, kompetentně, přičemž mu nezáleží na tom, zda jej lidé schvalují, respektují nebo milují. Důraz je kladen na to přijmout se jako chybující lidskou bytost.

Ellis a MacLaren (2005) tvrdí, že lidé často pocítují vinu za své chování. Zároveň si myslí, že je důležité ji pocítovat, protože to může vést ke změně jejich chování. Je však třeba vinu pocítovat zdravě, ve vyšší míře totiž vina může přerůst sebedestrukci a autoagresi. Přijetí sebe sama je velmi důležitou součástí duševního zdraví a nemít rád, kým jsme, podporuje duševní onemocnění (Bowis, 2021).

Sebepřijetí souvisí s přijímáním lidí, okolního světa a života takového, jaký je, bez ohledu na to, že se věci nedějí podle našich přání a představ. Bezpodmínečné sebepřijetí se skládá ze tří složek, a to přijetí sebe sama, druhých a světa (David, Cote, Szentagotai, McMahon, & Digiuseppe, 2013).

2.2.3 Pozitivní aspekty sebepřijetí

Mezi pozitivní aspekty bezpodmínečného sebepřijetí můžeme zmínit nižší míru depresivity a úzkostnosti, konzistentnější náladu i přes negativně zabarvené situace, dále vyšší míru prožívaného štěstí a well-being (Chamberlain & Haaga, 2001). Kromě toho je bezpodmínečné sebepřijetí možnou alternativou úlevy proti tlaku musím uspět (David et al., 2013, 460).

Nižší míra sebepřijetí může vyústit až k duševní poruše (Vasile, 2013), dalším pozitivním aspektem tedy je, že může sloužit jako protektivní faktor před patologií a pozitivně ovlivňuje naše duševní zdraví, integruje negativní zkušenosti a chrání před jejich negativním dopadem (Tibubos, et al., 2019). Sebepřijetí negativně koreluje s neuroticismem, pozitivně se svědomitostí a extravertí (Schmutte, & Ryff, 1997). 2019).

Bezpodmínečné sebepřijetí pozitivně působí na konzumní styl života jedince. Kim a Gal (2014) zjistili, že lidé, kteří nepřijímají sebe sama, mají vyšší sklon odvádět pozornost od nezdravého přijetí sebe sama a kompenzovat si jej skrze nakupování nepotřebných věcí.

2.2.4 Bezpodmínečné přijetí u dětí vyrůstajících v dětském domově

Děti vyrůstající v ústavní péči vykazují vysoký výskyt problémů s chováním ve srovnání s dětmi z běžné populace (McCann et al., 1996, Smyke et al., 2007). Výzkumy ukazují, že děti vyrůstající v ústavech jsou vystaveny velkému riziku zdravotních a vývojových potíží (Groza, 1999, Nelson et al., 2007). Kromě potenciálních závažných problémů s chováním a emocionálními problémy, jako je agresivní nebo antisociální chování, děti v ústavní péči

vykazují potíže s kritickým myšlením, s přemyšlením o příčině a následcích a impulzivitou, dále vykazují řadu problémů s učením, což je vystavuje riziku psychiatrických onemocnění. poškození do dospělosti (Nelson et al., 2007, Smyke et al., 2007). Odborníci pracující s těmito dětmi uvádějí další problémy v oblastech chování, takové děti vyžadují zvýšenou pozornost, vykazují neklid, špatné vztahy s vrstevníky a neposlušnost (Wilson, 2003). Navíc značný počet dětí v ústavní výchově také pochází z prostředí, kde bylo týráno či zanedbáváno, tyto děti také vykazují značné behaviorální a emocionální potíže (Parker, Greer, & Zuckerman, 1988). Tyto děti pravděpodobně v minulosti zažili konflikty mezi nimi a rodiči, agresivní chování, sebedestruktivní tendence, rušivé chování v komunitě, školní potíže a emoční poruchy (Berridge, 1997). Proto není překvapivé, že statistiky ukazují, že děti vyrůstající v dětských domovech „mají třikrát až sedmkrát více chronických zdravotních stavů, vrozených vad, emočních poruch a akademických selhání než děti ze zdravého socioekonomického prostředí (Blatt & Simms, 1997, s. 113).

Teorie vztahové vazby předpokládá, že špatné zacházení v dětství negativně ovlivňuje přesvědčení o sobě samém a tato přesvědčení se přenášejí do dospělosti. Dlouhodobé účinky tří forem špatného zacházení (fyzické týrání, emocionální týrání a emocionální zanedbávání) mají negativní vliv na sebepřijetí (Homan & Kong, 2023). U takovýchto dětí je vlivem výše zmíněných aspektů narušeno jejich vlastní sebepojetí, klíčové výsledky výzkumu (Homan & Kong, 2023) ukázaly, že špatné zacházení s jedincem v dětství mělo negativní vliv na sebepřijetí. Vřelé a podpůrné vztahy vykazovaly pozitivní asociace se sebepřijetím, ale pouze vztah s partnerem mírnil účinky emočního zanedbávání.

Donnellan et.al (2005) ve svých třech studiích zkoumali vztah mezi sebepřijetím a problémovým chováním jako je delikvence, agresivita a antisociální chování a došli k závěru, že mezi nízkým sebepřijetím a problémovým chováním existuje silný vztah. Biopsychosociální modely tvrdí že důsledky zneužívání a špatného zacházení v dětství zahrnují nízké sebevědomí, sníženou vlastní účinnost, problémy s regulací emocí, mezilidské problémy a nedostatek sociální podpory (Carlson et al., 1997). Jedním z možných důsledků zneužívání v dětství je nízká úroveň sebepřijetí.

Sebepríjetí je základní složkou duševní pohody, která se vyznačuje sebehodnocením, uvědoměním si vlastních silných stránek a omezení, všímavostí a dovednostmi tolerance k úzkosti (Carson & Langer, 2006). Osoby, které vykazují vyšší úroveň sebepřijetí, jsou vystaveny nižšímu riziku problematického psychologického fungování, protože bezpodmínečné sebepřijetí má tlumivý dopad na psychické problémy (Bernard et al., 2013).

Chronický nedostatek sebedůvěry by mohl vést k rozvoji nebo zhoršení psychických symptomů po dlouhodobém vystavení zneužívání v dětství. Je pravděpodobné, že vystavení dětskému zneužívání by dlouhodobě negativně ovlivnilo sebedůvěru. Sangvi et al. (2023) ve svém výzkumu zjistili, že týrání, zanedbávání a zneužívání vede k nízkému sebedůvěru.

Faktem je, že děti vystavené ústavní péči často trpí „strukturálním zanedbáváním“, což může zahrnovat minimální fyzické zdroje, nepříznivé a nestabilní personální vzorce a sociálně emocionálně neadekvátní interakce mezi pečovateli a dítětem. Z výše uvedeného je tedy zřejmé, jak moc je důležité podpořit zdravé a bezpodmínečné sebedůvěru dětí vyrůstajících v dětských domovech.

3. ÚSTAVNÍ VÝCHOVA

„Základním smyslem ústavní péče o dítě je jeho ochrana a pomoc (Sychrová, 2014, s. 36).“ Ústavní výchova nastupuje v případech, kdy o jejím vykonání rozhodne soud, a to zpravidla v případech, kdy je vážně narušena nebo ohrožena výchova dítěte, rodiče dítěte nemohou výchovu svého dítěte zabezpečit a předchozí působení a opatření selhala (Sychrová, 2014). Smolík et al. (2012) k předchozímu ještě dodávají, že ústavní výchova bývá nařizována v občanskoprávním řízení podle zákona č. 89/2012 Sb. a týká se mimo uvedené i dětí, které rodiče nebo jiné zákonné zástupce nemají. Ústavní výchova bývá ukládána dětem a mladistvým od 3 do 18, případně 19 let věku a v případě, že se dítě připravuje na své budoucí povolání, může být realizována až do 26 let věku.

3.1 Zařízení ústavní výchovy

Ústavní a ochranná výchova je v České republice upravena zákonem č. 109/2002 sb., o výkonu ústavní nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů. Můžeme rozlišit několik typů zařízení, které ústavní výchovu vykonávají, a to dětské domovy, dětské domovy se školou, diagnostické a výchovné ústavy a všechna tato zařízení spolupracují v různé intenzitě s orgány sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD). Hlavní funkcí ústavů je dle Matouška (1995):

1. podpora a péče ve smyslu poskytnutí náhrady za chybějící či nefunkční rodinu,
2. léčba, výchova a resocializace, zde jde o poskytnutí takových působení, které mají za cíl změnu stavu, čímž se myslí, že klient nějaký přichází a odcházet by měl již jiný,
3. omezení, vyloučení a represe, zde můžeme jako cíl uvést ochranu společnosti před ohrožením např. lidmi páchající kriminální činnost nebo lidmi s těžkými psychickými problémy, kteří by mohli být pro svou nemoc pro své okolí nebezpečnými.

3.2 Dětské domovy

Dětské domovy zajišťují výkon ústavní výchovy u dětí, které nemají žádné závažnější poruchy chování, děti jsou umisťovány do skupin rodinného typu, která má nejméně pět a nejvíce osm členů, při umisťování je i kladen důraz na to, aby sourozenci byli umisťováni do

stejně rodinné skupiny a takových skupin v dětském domově může být nejméně po dvou, nejvíce po osmi (Jedlička et al., 2015). Problematika dětských domovů se řídí podle zákona č. 109/2002 Sb. Struktura i denní režim a systém komunikace, včetně hospodaření se svěřenými prostředky, má za úkol přizpůsobit dětský domov co nejvíce zvyklostem běžné rodiny. Dětské domovy jako zařízení ústavní výchovy mají specifické postavení, jedním z jejich úkolů je však také dbát o hodnotné využívání volného času a rozvíjení a kultivaci zájmů dětí a mládeže. Děti, které přicházejí do dětských domovů, jsou ve většině případů traumatizovány, prošly si mnoha zkušenostmi, které je mohly více či méně poznamenat. Zdrojem takových traumatických zkušeností mohou podle Matouška (2017) být nejčastěji situace, které dítě zažívá ve své rodině, ať už jde o drogovou závislost rodičů, která je velmi často spojena s nevhodným zacházením s dítětem, onemocnění či úmrtí v rodině, špatné sociální a ekonomické podmínky, týrání, zanedbávání či zneužívání dítěte, většinou je přítomný traumatický potenciál.

Již Erikson (1999) upozorňuje na důsledky neuspokojených vývojových potřeb v daných vývojových etapách života člověka, kterými jsou děti v dětských domovech ohroženy. V dětském věku a adolescenci mluví Erikson o čtyřech důležitých vývojových etapách a to důvěra vs. nedůvěra, kde se utváří základní důvěra ve svět, ale i k sobě. Jestliže dítě nemá v prvním roce života stabilní a bezpečné prostředí, kde 3k patologii. U dětí umístěných v dětském domově můžeme předpokládat, že v této vývojové fázi mohlo dojít k deprivaci.

Ve druhé vývojové fázi, která probíhá v batolecím období, dle Eriksona (1999) mluvíme o autonomii vs. studu. Pokud dítě nemá podporující a zdravě reflektující okolí, chybí mu bezpodmínečné přijetí a nevytváří zdravou autonomii. Takové dítě přestává být autentické, aby zabránilo nepřijetí ze strany svého okolí, prezentuje se tak, jak si myslí, že je žádoucí, vzniká sklon k lhaní a skrývání, může se rozvinout vztahová závislost.

V předškolním věku následně mluvíme o iniciativě vs. pocitu viny. V této době probíhá rozvoj zdravé zvědavosti, dítě experimentuje s prostředím. Pokud zde máme nezdravě protektivní či přehnaně trestající pečující osobu, dítě vyrůstá v prostředí, které je chudé na podněty, může se dítě stát pasivním nebo agresivním, neumí sledovat své cíle, jeho životní cíle neodpovídají realitě a schopnostem daného jedince. Pokud takové dítě od raného věku vyrůstá v nefunkční rodině či v ústavní výchově můžeme předpokládat, že výše zmíněné potřeby dítěte nebyly naplněny, může tak vznikat osobnost, která je nedůvěřivá, emočně oploštělá se sklonem k životní pasivitě a zesílenými obrannými mechanismy úniku či útoku. Toto potvrzují i výzkumy Matějčka (1974).

V období adolescence pak probíhá fáze identita vs. zmatení rolí. Dítě v tomto období potřebuje respekt a hranice, potřebuje cítit uznání, učí se intimitě a schopnosti vytvářet zdravé partnerské vztahy, což se může dospívajícímu jedinci podařit, pokud náležitě dosáhne své identity. K tomu však dospívající potřebuje nejenom v této vývojové fázi, ale i v předchozích vývojových stádiích zažívat uspokojení výše popsaných potřeb.

Dětský domov má pak sloužit k vykonávání náhradní rodinné péče, má zajišťovat zdravý vývoj dítěte a uspokojovat jeho základní potřeby, důraz by měl být kladen i na vytvoření bezpečné vztahové vazby neboli attachmentu, která může nadále sloužit jako protektivní faktor a přispívat ke zdravému sebepojetí a z toho vyplývajících sebepřijetí.

3.3 Arteterapie v dětském domově

Z výzkumů Mihulcové (1997), Červanové, Mišaniové a Záhové (1977), které se zabývají kresbami dětí v dětských domovech, vyplývá, že arteterapie pomáhá dětem eliminovat důsledky citové deprivace, emocionální zranění a traumatické události a jejím prostřednictvím je nám umožněno podívat se na aktuální problémy dětí (Šicková-Fabrice, 2002). Terapeutický vztah v arteterapii je definován jako “trojúhelníkový“, odehrává se mezi klientem, médiem a arteterapeutem, což pomáhá dětem v dětském domově naučit se důvěřovat jak arteterapeutovi, tak sdělením, které jsou ukryty v jeho artefaktech (Buchalter, 2004; Case & Dalley, 1992).

3.3.1 Specifika arteterapie u dětí z dětských domovů

U dětí vyrůstajících v dětských domovech je specifické, že je jim potřeba více vysvětlovat zadání, dát jim více času na pochopení, potřebují více motivace k vykonání zadané práce. Většinou děti sahají po pastelkách, fixech, suchých prostředcích, pokud mají možnost vyhýbají se vodou ředitelným barvám, sahají po hlíně či plastelíně.

Díky nižší schopnosti sebereflexe, odporu, strachu se projevit bývají interpretace vytvořených médií rychle zpracované “odbyté“, chudé, je nutné se více doptávat. V médiích se pak často objevují tmavé barvy, chudé barevné spektrum nebo naopak příliš “přepřácaný“ výběr barev, obrázky vypadají často velmi prázdně, tyto aspekty můžou poukazovat na znaky deprivace. Děti dle Vančurové (1966) často sahají po odstínech modré, zelené, hnědé, a černé, často se v dílech objevuje žlutá barva.

Při kresbách bývají postavy spíše vyobrazeny jako kruh a pár čar, jsou kresleny ze předu, často zde chybí prvky. Dle Šteflové (2009) kreslí pouze polovina dětí z dětských domovů postavu, která vývojově odpovídá jejich věku.

Domy, stromy či jiné neživé předměty mívají polidštěné prvky. Typické bývá málo detailů, spoustu stejných věcí u sebe. Domy dle Davida (2001) jsou dětmi z dětských domovů často kreslené bez oken a dveří a pokud jsou nakreslené, tak menší než okna a dveře u dětí, které nejsou deprivované. Což může poukazovat na jejich uzavřenost a strach z okolního světa. Typické je i chybění komínu znaku rodinného tepla. Děti se snaží zobrazit dům na celou plochu papíru. Dále zmiňuje, že cest k domu bývá většinou více, což může poukazovat na snahu uniknout, na volání o pomoc.

Z děl takových dětí je patrný únik do šťastného dětství, fantazie šťastného budoucího života. Děti spíše chtějí dosáhnout ve svých výtvorech dokonalosti než, aby spontánně tvořili. V díle bývá patrná regrese do ranějších fází vývoje. Díla dětí mohou působit chaotickým dojmem. Děti také často svoje díla ničí.

Kolmanová (2009) zmiňuje problém dětí s dokončováním obrázků, říká, že obrázky dětí z dětských domovů působí prázdně a nedodělaně, což podle ní může souviset s neschopností dětí u činnosti vydržet a dotáhnout věci do konce i s chudostí námětů.

Vančurová (1966) mluví o tom, že děti z dětských domovů kreslí postavy, které jsou vzhledem k velikosti plochy příliš malé.

Dle Šteflové (2009) mají děti z dětských domovů lepší výsledky při kresbě, která má pevné zadání než při volné kresbě. Při volné kresbě se děti potýkají s bezradností, což odkazuje na nenaplněné potřeby vztahové vazby a potřeby podnětové proměnlivosti, které jak je zmíněno výše dle Eriksona (1999) poté způsobují, že nedojde k vytvoření zdravé autonomie.

Dle Perouta (2009) volí děti zjednodušenou symboliku, kterou velmi často přebírají z počítačových her, komiksů atd. Do své tvorby komponují slova, graffiti. Dle Kolmanové (2009) to souvisí s tím, že pro děti je snazší něco okopírovat než tvořit ze sebe samého, ze svých fantazií, vzpomínek, na základě vlastních představ.

3.3.4 Specifika dětí v dětském domově se zaměřením na problémy se kterými se mohou potýkat a výzvy, které musí překonávat

Vzhledem k tomu, že u dětí v dětských domovech se často setkáváme s projevy syndromu týraného, zanedbávaného a zneužívaného dítěte (syndromem CAN) považujeme za vhodné zmínit studii Hardina (2002), který navázal na 30 emočních indikátorů kresby lidské postavy Kopittzové z níž odvodil indikátory pro pohlavně zneužitá děti.

Hardin zmiňuje následující: vynechání genitálií, vynechání střední části postavy, dokreslené ovocné stromy, postava opačného pohlaví, zakryté genitálie, vyvedené genitálie, opouzdrění. Na pohlavní či citové zneužití, týrání mohou dále upozorňovat tyto znaky: malé vyobrazení postavy, špatně napojené části těla, odříznuté ruce, vynechané končetiny, přikreslený nebo zdůrazněný pupík, vyceněné zuby, velké ruce, nakloněná postava, nohy pevně přitisknuté k sobě, průhlednost, dlouhé nohy nebo dlouhé paže, duhy, motýli, srdíčka, poletující ptáci, jednorožci, stínování obličeje, mraky, déšť, kruhy, klíny, srdcovité tvary, slzy, kapky, nohy od sebe, postavy oblečené v sexy šatech, tváře s dlouhými řasami, hlavy bez těl, ohraničení, uzavření postavy, časté používání červené či zelené barvy, umělecký regres kresby (Šicková, 2002; Hardin, 2002) U kresby stromu pak můžeme sledovat prvky jako poškození kmene nebo větví. Davido (2001) pak dodává, že čím výš je poškození na stromě umístěno, tím kratší doba od zneužití uplynula.

Dle Caseové (1995) se může dítě pomocí arteterapie a terapie hrou přeučit vzory, které vedou k neuspokojivým vztahovým systémům. Děti v ústavní výchově potřebují způsoby přiměřené jejich věku, jak ventilovat svůj strach, hněv, agresi, nepřátelství a pocity spojené s nepřízní, které je v jejich životě potkala. Vyjádření prostřednictvím umění je na rozdíl od verbalizace pro takové děti méně ohrožujícím komunikačním prostředkem. Arteterapie se pak jeví jako vhodná nejen pro podporu vyjádření a usnadnění komunikace, ale i jako léčebná modalita.

Výzkum Shennum (1987) ukázal, že arteterapie u dětí v ústavní péči snížila u dětí úroveň emoční necitlivosti a problémového chování. Výzkum Bum-Jin a Sug-Min (2016) potvrzuje, že skupinová arteterapie má pozitivní vliv na socialitu dětí v ústavní péči se zaměřením na hněv a empatii.

EMPIRICKÁ ČÁST

4 VÝZKUMNÉ UKOTVENÍ PROBLEMATIKY

Sebeřijetí hraje klíčovou roli v našem pohledu na svět, na sebe i na naše prořívání, a dokonce i na to jakou osobností se stáváme, má vliv na naši resilienci a wellbeing, je nepostradatelnou složkou, která bude aktuální ve všech počinech našeho konání a bude jednou z činitelů a proměnných udávajících to, proč se v danou chvíli zachováváme tak jak se zachováváme, proto jak smýšlíme a proč tak smýšlíme a jak se cítíme a proč se zrovna v té a jiné situaci právě tak cítíme. Proto je sebeřijetí aktuální téma, které je hodno bádání. V problematice dětských domovů hraje sebeřijetí velkou roli. Děti vyrůstají s nízkou mírou vztahové vazby nejen na rodiče, ale i jinou pečující osobu, jsou materiálně zajištěné, ale bezpečné pouto jim chybí, nemají takovou citovou podporu, jakou by potřebovaly a zasloužily, což do značné míry může ovlivňovat jejich sebeřijetí. I proto je zajímavé zjistit, jaké sebeřijetí děti v dětském domově vykazují a jak arteterapie může pomoci jedincům jejich sebeřijetí ovlivnit.

Pro naši problematiku byl zvolen smíšený design výzkumu. Pomocí standardizovaného dotazníku Unconditional self-acceptance questionnaire (USAQ) (Chamberlain & Haag, 2001) a pomocí projektivního testu House-tree-person (H-T-P), byla měřena míra sebeřijetí před započatou arteterapeutickou prací s dětmi a po ní.

V naší práci předpokládáme, že děti umístěné v dětském domově, budou vykazovat nízkou míru sebeřijetí a působením arteterapie bude jejich sebeřijetí ovlivněno směrem ke zlepšení.

Inspirace pro tuto práci byla načerpaná po čas mého studia, kdy jsem měla možnost nahlédnout při své supervidované praxi do zařízení ústavní výchovy, kde jsem si všimla, že mnohé děti projevují znaky nízké míry sebeřijetí, a to ať už formou agrese, šaškování nebo uzavřenosti a stažením atd. a napadlo mě, že by jim arteterapie mohla pomoci. Pro jsem se rozhodla využít příležitosti a tuto moji hypotézu ověřit.

4.1 Cíl práce

Cílem absolventské práce je věnovat se tématu arteterapie v dětském domově a sebepřijetí dětí, které jsou v dětském domově umístěny. Cílem je také popsat arteterapii a její techniky, osobnost arteterapeuta, ústavní výchovu, sebepojetí s fokusem na sebepřijetí. Za další cíle si práce klade zjistit, jak techniky arteterapie můžou pomoci ovlivnit sebepřijetí dětí umístěných v dětském domově, shrnout arteterapeutickou práci s dětmi v dětském domově a přínos arteterapie v přímé práci s touto cílovou skupinou. Z čehož vyplývají následující výzkumné hypotézy uvedené v dalších kapitolách.

4.3 Výzkumné hypotézy

Na základě cíle práce byly stanoveny následující výzkumné hypotézy:

H1: Předpokládáme, že s pomocí technik arteterapie lze pozitivně ovlivnit sebepřijetí dětí v DD.

H2: Předpokládáme, že skupinová arteterapie posiluje sebepřijetí dětí v DD.

4.4 Popis výzkumného souboru

Výzkumný soubor tvoří skupina šesti dětí, které jsou umístěny ve školském zařízení dětského domova. V průběhu výzkumu, však jedno z dětí participaci odmítlo, a další se nezúčastnilo posledních dvou setkání, proto budou v této práci popisováni pouze čtyři respondenty. Jde o děti různého věku, a to dvě děti 11 let, a dále dítě 16 let a dítě 12 let. Ve výzkumném souboru jsou dvě dívky a dva chlapci, z toho dva chlapci jsou nevlastními bratry. Původně skupinu šesti dětí jsem zpočátku zvolila s ohledem na své schopnosti, začátečníka, abych dokázala na skupinu pohotově reagovat a zvládala distribuovat pozornost všem rovným dílem. Důvodem mi byly také časové možnosti sezení, abychom společně se skupinou stihli vše, co k sezení náleží a je potřeba. Číslo šesti participantů pro mě bylo také stěžejní v tom, kdyby některé z dětí bylo nemocné, či spolupráci odmítlo a zůstala mi tak ještě nějaká rezerva účastníků.

Kazuistiky

Jíťa

Jíťa je 11 leté děvče, které bylo v rámci ústavní výchovy umístěno ve více zařízeních pro jejich výkon. Původně byla Jíťa umístěná ve zdejším DD následně byla přemístěna do jiného DD a opětovně přemístěna zpět do DD ve kterém nyní setrvává. Důvodem umístění Jíti v DD je špatná rodinná situace. Jíťa je z rozvedené rodiny, matka je těžce nemocná, upoutaná na invalidní vozík a nedokáže se o Jíťu postarat. Otec Jíti má novou rodinu, ze které má Jíťa ještě dva polorodé sourozence, kteří žijí s otcem. Jíťa do péče otce odmítá jít. Jíťčina matka je místní a Jíťa z DD kouká na svůj domov. Matka Jíťě opětovně slibuje, že si jí vezme zpět do své péče, ale vždy z toho z nějakého důvodu sejde. Jíťa těžce snáší matčiny časté hospitalizace, které vnímá jako důvod, proč k návratu do péče matky nedochází. Matka má přítele, který s Jíťou dobře vychází. Jíťa je přátelská a milá, snaží se svému okolí často zavděčit, je podřídivá, má problém s projevováním emocí, snaží se být stále pozitivní, veselá. Její školní prospěch je výborný, Jíťa prospívá s vyznamenáním. Jíťa hraje volejbal, jezdí na koni, ráda kreslí. Jíťe byla nařízena ústavní výchova od jejích 5 let.

Týna

Týna je 16 letá slečna, která je v DD umístěna od svých 8 let, do té doby žila v úplné rodině. Týna má mladšího bratra, který je v péči matky. Důvodem umístění do DD bylo nezvládnutí péče o Týnu ze strany matky a následně babičky, na její žádost byla Týna umístěna do DD. Týna vyrůstala do svých 6 let s matkou, bratrem a otčím, o kterém si myslela, že je její otec. Při jedné hádce však matka Týny otevřeně přiznala, že otčím není otcem Týny, ale pouze jejího mladšího bratra. U Týny bylo zaznamenáno podezření na pohlavní zneužití, otčím, které se soudně neprokázalo. Opatrovníci Týny je babička z matčiny strany, u které Týna nějakou dobu žila. Babička je však již staršího věku a péče o Týnu se ze zdravotních důvodů (invalidita II. stupně) vzdala. Týna občas jezdí k babičce na víkendy či prázdniny. Týna je tichá, uzavřená, bezproblémová dívka, nemá však problém v navazování vztahů, a to jak směrem k vrstevníkům, tak k vychovatelům. Ráda se zapojuje do skupinových aktivit, je spolupracující. Žádnou volnočasovou aktivitu nenavštěvuje. Její školní prospěch je průměrný. Navštěvuje SOU obor kadeřník.

Max

Max je 12 letý chlapec, který byl do DD umístěn v 9 letech společně se svým bratrem Danem. S Danem mají problematický vztah. Velmi často na sebe slovně i fyzicky útočí. Max a

Dan jsou polorodými sourozenci, každý má jiného otce. Max má ještě dalších 8 sourozenců, někteří z nich jsou již zletilý. Dva starší bratři jsou umístěni ve výchovném ústavu. Mladší sourozence má v péči matka. Matka své syny v DD nenavštěvuje není s nimi v kontaktu, aktuálně je na mateřské dovolené. Otec Maxe je drogově závislý a jeho pobyt není znám. Max pochází ze sociálně slabšího, nepodnětného prostředí. Max je velmi hlasitý, vzdorovitý, projevuje se šaškováním. U Maxe je patrná školská zanedbanost, ve škole propadá. Rád se dívá na filmy, navštěvuje dramatický kroužek.

Dan

Danovi je 11 let. Je to bratr Maxe. Do DD byl umístěn společně se svým polorodým bratrem, když mu bylo 8 let. Dan má problematický vztah s Maxem. Matka Dana o své syny nejeví zájem, aktuálně je na mateřské dovolené. Otec Dana je se svým synem v kontaktu, avšak velmi sporadicky. Otec je nezaměstnaný. Dan pochází ze sociálně slabšího prostředí. Dan rád hraje fotbal, florbal, je sportovně nadaný. Ve škole má průměrné známky, je snaživý, spolupracující. Rád se zapojuje do skupinových aktivit.

4.5 Metodologie výzkumu

Pro náš výzkumný problém byl zvolen smíšený design výzkumu, pomocí dotazníku Unconditional self-acceptance questionnaire (USAQ) (Chamberlain & Haag, 2001) a pomocí projektivního testu House-tree-person (H-T-P), byla měřena míra sebepřijetí před započatou arteterapeutickou prací s dětmi a po ní.

Arteterapeutická sezení probíhala vždy jednou týdně po dobu za sebou jdoucích 10 týdnů, tedy bylo realizováno 10 sezení z toho jedno sezení bylo pro každého participanta individuální. Před započatím arteterapeutického působení a po něm byl respondentům rozdán k vyplnění dotazník Unconditional self-acceptance questionnaire (USAQ) (Chamberlain & Haag, 2001) a následně zadány pokyny pro projektivní test House-tree-person (H-T-P). Před administrací dotazníků bylo respondentům vysvětleno, jak při administraci postupovat a v případě dotazů byli pobídnuti k doptávání se, je-li třeba. Při vyplňování dotazníků nebylo třeba zvláštního zřetele, byl pro respondenty srozumitelný, doptávali se pouze na jeho bodové značení, které jim bylo třeba znovu vysvětlit. Při použití projektivního testu byl postup následující: Respondenti dostali nejprve instrukci, ať nakreslí dům. Poté co byl dům vyhotoven následovali dotazující otázky (příklad otázek: Kdo v domě bydlí? Jak se mu v něj bydlí? Co by

ten, kdo v domě bydlí potřeboval atd.). Všechny odpovědi respondentů byly poctivě zaznamenávány v záznamové dokumentaci. Po kresbě domu následovala kresba stromu, kde bylo dodržováno stejných postupů, pouze dotazující otázky byly jiné (příklad otázek: Jaký je ten strom? Jak je starý? Kde ten strom roste? atd.). Zadaná instrukce zněla: Nakresli strom, jak nejlépe umíš, nesmí to však být ani palma ani jehličnan. Při kresbě postavy byla respondentům zadána následující instrukce: Vezměte si bílý papír A4 a přeložte ho na půlku. Na první půlku papíru nakreslete postavu. Když měli respondenti hotovo, dostali instrukci ať na druhou polovinu papíru nakreslí postavu opačného pohlaví. I u kresby postavy bylo následně realizováno doptávání (příklad otázek: O čem osoba na obrázku přemýšlí? Co ta osoba dělá? Co asi ta osoba nejvíce potřebuje?). Při kresbě bylo použito tužky HB, výjimkou byla pouze kresba domu, kde bylo užito pastelky. Při administraci konané na závěr našeho snažení, bylo dle doporučení užito ještě opaku, a to kreslení pastelkami, pouze dům tvořil výjimku a bylo při jeho kresbě užito tužky HB.

Při administraci výsledků a arteterapeutických sezení bylo dodržováno všech etických pravidel: Všichni respondenti musí souhlasit s účastí ve výzkumu, účast ve výzkumu je dobrovolná, výzkum probíhá v souladu se zákonem, každý z respondentů má právo od výzkumu odstoupit, výzkum bude probíhat v souladu se zákonem o ochraně údajů (zákon č. 101/2000 sb.), v rámci výzkumu nesmí dojít k žádné duševní, hmotné nebo jiné újmě u participantů, zúčastnění nebudou vystaveni rizikům ani situacím, kde by mohlo dojít k porušení etických zásad, dále se bude dbát na dodržování obecných zásad etiky (např. respekt a úcta, jednání s ohledem, nezaujatě bez předsudků, ...), snaha o co největší přínos a minimalizaci možné újmy, zároveň se vyvarují poškozování respondentů, k výzkumu přistupují jako nestranný pozorovatel, profesionálně, lidsky, se zájmem a porozuměním, empaticky, neutrálně, všichni participanté mají právo na informace.

4.5.1 Uncondicional Self-Acceptance Questionnaire (USAQ)

Dotazník Unconditional Self-Acceptance Questionnaire (USAQ) (Chamberlain & Haag, 2001) je standardizovaný dotazník měřící úroveň bezpodmínečného sebepřijetí. Pracuje s jednou dimenzí, a to s dimenzí sebepřijetí. Dotazník není standardizovaný pro české prostředí nicméně byl mi poskytnut psychologem a bývá používán hojně i v českých/slovenských výzkumech (viz. Banárová & Čerešník, 2021). Dotazník má 20 položek zaměřených na sebepřijetí (příklad položky: Když jsem chválen/chválena cítím se jako hodnotnější člověk) a je měřen pomocí sedmibodové stupnice Likertovi škály, 1= téměř vždy neplatí; 2= obvykle neplatí, 3= častěji neplatí než platí, 4= stejně často platí jako neplatí, 5= častěji platí než neplatí,

6= obvykle platí, 7= téměř vždy platí. V dotazníku je 11 položek kódováno reverzně (1,4,6,7,9,10,12,13,14,15,19). Autoři Chamberlain a Haag (2001) vycházeli při jeho konstruování z racionálně emoční behaviorální terapie Alberta Ellise.

5 POPIS JEDNOTLIVÝCH SETKÁNÍ

Arteterapie byla uskutečňována v zařízení dětského domova ve skupince původně šesti a však následně po prvním sezení, kdy jedno z dětí další účast odmítlo pět dětí. Posledních dvou sezení se neúčastnil ještě jeden z participantů, proto jsem se rozhodla ho vynechat a popsat kazuistiku dětí čtyř. Průběh sezení a následné vyhodnocení testů bylo konzultováno s psychologem.

Arteterapeutická setkání probíhala v prostorách dětského domova ve speciální místnosti, která byla vybavena kulatým stolem, byla příjemně osvětlená a umístěna na klidném místě, kde nás nikdo nerušil. Materiál a pomůcky na naše setkání jsem si zajišťovala sama a na každé setkání dle zvolených cvičení jsem materiál a pomůcky donášela.

Zahájení našeho arteterapeutického snažení předcházelo nulté setkání, kde proběhlo vzájemné představení, představením arteterapie a pojednání o dobrovolnosti účasti na setkání a stanovení si následujících pravidel skupiny:

- O čem mluvit nechceme, o tom mluvit nemusíme
- Kdo potřebuje jíst či pít během sezení nemusí se ptát a může
- Kdo potřebuje na toaletu nemusí se ptát a odchází a co nejdříve se vrací
- Co se ve skupině dozvíme o ostatních necháváme si pro sebe, nevynášíme citlivá témata ostatních, naše setkání jsou zónou bezpečí, kde si můžeme říci všechno co chceme bez obavy
- Všichni si vzájemně tykáme
- Nikomu se neposmíváme
- Neskáčíme si navzájem do řeči a necháváme prostor mluvit tomu, kdo je vyzván
- Nemluvíme sprostě, hrajeme hru, kdy místo použití sprostého slova říkáme slovo, které si teď společně vymyslíme (vymyslely jsme slovo kopírka)
- Jak si budeme říkat, každé dítě se představilo a řeklo, jak se mu líbí, abychom mu říkali, a tak jsme si pak stanovili, že si budeme říkat, že se tak budeme oslovovat.

Poté byly děti dotazovány, zda se chtějí arteterapie zúčastnit a poté jsme se domlouvali, že kdo se zúčastnit chtěl, dohodl si semnou první arteterapeutické individuální setkání, na kterém probíhala úvodní administrace testu USAQ a projektivních testové baterie H-T-P.

První individuální setkání

Cíl: Realizace testu USAQ a testové baterie projektivních testů H-T-P, diagnostika

- Přivítání
- Vyplnění dotazníku USAQ
- Kresba domu – zadání: Nakresli dům.

Pomůcky: Papír A4, pastelky.

- Kresba stromu – zadání: Nakresli, jak nejlépe dovedeš strom, který není palma ani jehličnan.

Pomůcky: Papír A4, tužka HB.

- Kresba postavy – zadání: Přelož si papír na půlku, polož si papír před sebe a nakresli lidskou postavu. Po dokončení první postavy dostaly děti instrukci, ať nakreslí na druhou půlku papíru lidskou postavu opačného pohlaví.

Pomůcky: Papír A4, tužka HB

- Závěrečná reflexe

Max

Kresba domu

I přesto, že při kresbě domu mohl Max využít libovolné barvy ze škály 12 pastelek, nakreslil Max dům pouze černou pastelkou bez vybarvování. Prý se mu tak líbí. Dům je umístěn v dolním okraji papíru, nakreslen na šířku. Dům je zobrazen z pohledu z předu, má dveře, dvě menší a jedno větší okno s křížkem, jako rámem okna. Na domě je kulatý vikýř, znázorněný kolečkem a v něm umístěným dalším kolečkem. V pravém rohu je nakresleno slunce se smutným obličejem a paprsky. Vedle domu je umístěn takový jakoby pultík, na kterém jsou nakreslena čtyři vejce – jedno vejce je nakresleno s usmívajícím se obličejem – jde prý o Maxova bratra, který má přezdívku vejce. Zbylé vejce nejsou nikdo, nejsou nic. Dveře jsou tak akorát velké, klika je znázorněna obdélníkem a tečkou uvnitř. Vedle domu je nakreslena květina, podobná slunečnici bez stonku a špičatým zakončením květů. Max měl na dokončení domu dostatek času, byl s domem celkem rychlý. Při doptávání Max odpovídal následovně:

Kdo v domě bydlí? „Já ne.“ Čí je ten dům? „Ten dům je pro mého bratra.“ Kolik má poschodí? „Dvě.“ Chtěl by si tam s bráchou bydlet? „Ne.“ Z obrázku je patrné, že Max k sobě, do svého vnitřního světa, nechce nikoho pustit. Což potvrzuje nepřímo i Max, když při následném doptávání odpovídal na otázku, cítíš se někdy sám? „Ne, jsem rád, že mě nikdo neotravuje.“ Na uzavřenost poukazují i okna, která Max nakreslil menší. Domu chybí komín, to Max komentuje tak, že dům komín nepotřebuje. Střecha je klasická, trojúhelníkového tvaru. Síla tahu pastelkou není nijak zvlášť výrazná. Dveře domu jsou, jak již bylo zmíněno výše bez kliky, je zde pouze malá tečka poukazující na kliku, otevřít dveře dle Maxe nemůže prý nikdo. Chybí cesta k domu. Květina „létající“ vedle domu, může upozorňovat na agresivnější ladění Maxe. Sluníčko má dle Maxových slov smutný výraz proto, protože musí svítit zrovna u toho domu. Celkově Maxův dům působí, že se necítí přijímaný – raději kreslí dům pro bratra než pro sebe, odmítá své okolí, necítí se bezpečně, drží si odstup, je depresivněji laděný.

Kresba stromu

Strom je kreslen na šířku – typické pro děti, které potřebují zázemí a jistotu, a je umístěn uprostřed papíru, vychází z dolního kraje obrázku – dětská kresba. Strom je nakreslen pouze pomocí čar, působí tence a křehce – což by korespondovalo s Maxovým projevem při setkání, kdy se sice předvádí a snaží se působit jako machr, ale je znát jeho citlivá stránka a skrytá laskavost. Při sezení se Max projevoval jako gentleman, pomáhal mi s věcmi, úklidem apod. Z kmenu, který je velice tenký, nestabilní, vychází tři větve, dvě směřují nahoru, jedna dolů a jsou spíše orientované na pravou stranu. Na tyto tři větve se napojují ve velkém množství další větve v podobě krátkých tenkých čar. Koruna je poměrně chaotická, ale zároveň bohatá. U spodní větve směřující směrem dolů jsou větve napojené bez mezer. U zbylých dvou větví, jsou větve napojené mezerami. Strom působí male, až nejistě. Při doptávání Max odpovídal, že je strom starý, že neví, kde roste ani kde by růst mohl, strom roste sám. Na otázku, co ten strom potřebuje a proč Max odpověděl, že potřebuje zalívat a proč? Protože je suchý. Jaký je ten strom a jaké má vlastnosti odpověděl Max, že neví, žádné a na nic nepřijde. Jak se ten strom cítí? „Dobře.“ Strom měl Max rychle hotový. Jeho kresba působí chudě, Max už v předešlém obrázku domu o sobě nechtěl moc prozrazovat. Strom je nakreslený prý na jaře. Ve vichřici by obstál. Z toho, jak je kmen tenký, ale usuzuji, že by se hned zlomil. Stejně tak jako Max, který je emočně nestabilní. Při rozhovoru s ním vyplouvá najevo, že se rád pere a ubližuje i menším dětem, prý má vztek, tak si ho jde vybit. Stejně tak jako je křehký Maxův strom je křehký i Max a jeho smýšlení o sobě samém. Koruna je košatá, poměrně bohatá i přesto, že jí chybějí listy. Strom je poměrně malý. Je patrná nízká sebehodnota, ale zároveň kompenzace tohoto pocitu

právě např. Maxovými rvačkami, či šaškováním, předváděním se. V kresbě se odráží depresivní ladění.

Kresba postavy

Max nakreslil dva muže i přesto, že mu byla zadána instrukce, aby nakreslil druhou postavu opačného pohlaví, tu nedodržel i přesto, že zadání rozuměl. Chtěl prý raději nakreslit muže. Jako první nakreslil Dana, jeho bratra, nápadné je, že i přesto, že kreslil svého bratra, tak postava vizuálně odpovídá spíše Maxovi, Dan má oholenou hlavu, Max má dlouhé vlasy a postava má vlasy jako Max. Tahy jsou nejisté, linky lehké ani né nevýrazné ani né výrazné. Postavě chybí oblečení, je nakreslena s genitálií a k ní směřující šipka nic, zřejmě šlo o vtip. Max zřejmě zkouší i moje hranice, co si může a nemůže dovolit. Testuje i zda ho přijímám bez výhrad, což je pro tuto cílovou skupinu dětí typické. Postava má pootevřenou pusku jakoby hranaté tělo, poměrně dlouhý krk, na rukou jsou jen čtyři prsty. Nohy jsou zakončeny zřejmě botami vycházejícími z těla s podpatkem. Postava je umístěna spíše na levé straně a k hornímu okraji papíru. Druhá postava je prý Honza, Danův kamarád (ten se s námi účastnil šesti setkání, sedmé a osmé už nedorazil) je nakreslen jako ufon a miluje se s Danem. Výrazně léta v horním okraji papíru, zasazen je uprostřed, oproti prostoru v papíru i první postavě je výrazně menší. Ruce má jako pahýly. Na otázku, proč Max stále kreslí Dana, odpověděl, že ho to baví. Když jsem se zeptala, zda by mohl nakreslit příště sebe, odpověděl, že třeba jo. Z obrázku je patrné, že má Max konfliktní vztah se svým bratrem Danem. Při dotazování se Max o bratrovi bavit nechtěl, odpověděl, že by ho chtěl vyměnit a že je to s*áč. Na otázku, co mu provedl, odpověděl Max, že se neměl vůbec narodit a dál se o Danovi bavit nechtěl. Max opět vytváří obrany a nechce o sobě nic prozradit.

Jitka

Kresba domu

Při kresbě domu začala Jitka dům kreslit na šířku. Zdálo se jí však, že se jí dům nepovedl, a tak si vzala papír a začala znovu. První pokus má obrysy domu z profilu a zabírá celou plochu papíru. Druhá kresba domu už je opravdu zdařilejší, dům je umístěn uprostřed papíru, na první pohled má velké dveře i okna. Dům je namalován z profilu a výraznými černými čarami, které jsou ještě v některých místech obtahovány. Dům má komín, který Jitka dokreslovala, až později, zapomněla na něj. A jde z něj kouř směřující k levé straně. Dveře vypadají proskleně, okna jsou dvě a mají uvnitř křížek jako naznačení rámu, na střeše je ještě

vikýř, který je jako jediný nakreslen tence a má také křížek uprostřed jako naznačení rámu, jsou vidět nejisté tahy a přeopravování čar – to může naznačovat nějakou snahu Jitky o dokonalost, chce to mít hezké, snaživost, snaží se a zároveň i nejistotu. Dům je umístěn na zelném trávníku a kolem domu je modrá obloha. Je vidět, že Jit'a odgumovala plot a v levém horním rohu je ještě nakreslený malý domeček, celkově kresba působí harmonicky až na černé čáry. Z těch je patrný tlak. Při dotazování odpovídala Jit'a: Bydlím tu já a celá moje rodina, má dvě patra, bydlí se nám tu dobře, má dvě poschodí. Dveře může otevřít každý. Na obrázku je i vidět zamalovaný plot.

Kresba stromu

Při kresbě stromu Jit'a zvolila papír na šířku – pro děti běžné. Nejdříve nakreslila kmen, který je velmi široký, sahá bez mála od jednoho kraje papíru k druhému a jsou zde vidět nejisté linky, protože je kmen napojovaný několika čarami, obtahovaný. Po nakreslení kmenu se se mě Jit'a ptala, jestli by mohla použít pastelky, že neumí nakreslit korunu bez pastelek, já jsem jí pobídla, ať to zkusí tužkou, tak se pokusila. Z kmenu nevychází ani jedna větev a koruna připomíná spíše kouř a zabírá celou plochu papíru. Řekla bych, že jde o typický hřív. Jit'a měla kresbu rychle hotovou. Při doptávání Jit'a uváděla následující odpovědi: Jaký je ten strom? „Je silný, kamarádský, je starý.“ Na jakém místě roste? „Tady v dětském domově na zahradě.“ Kdo se o něj stará? „Nikdo.“ Jit'a se tváří velmi přátelsky a pozitivně a však z kresby usuzuji, že je pod velkým tlakem, má v sobě spoustu vzteku, je explozivní.

Kresba postavy

Při kresbě postavy dostaly děti instrukci, ať si přeloží papír na půlku a nakreslí na jednu z půlek postavu. Když měly děti dokresleno, dostaly zadání, ať nakreslí na druhou půlku postavu opačného pohlaví.

Jit'a si zvolila jako svou první postavu ženu – děvečku. Děvečku prý proto, protože si o ní povídali s paní učitelkou. Postava má zavřené oči, ruce schované za zády jakoby v bok, cop, mírně pootevřená ústa, která se jakoby usmívají. Tahy tužkou jsou opět nejisté, tlak se jeví přiměřený, jen cop a některé části jsou zvýrazněny, ale to jde spíše o technický efekt. Postava je umístěna uprostřed papíru, stojí zpřímá z pohledu do předu. Stojí pevně. Nohy má směřující směrem doleva a je vidět gumování, jde zřejmě o technické provedení. Na první pohled vypadá postava na obrázku male vzhledem k rozložení plochy.

Druhou postavu nakreslila Jit'a muže – čeledína. Je vidět, že Jit'a postavu nejprve nekreslila s rukama roztaženými od sebe, a i nohy měla poměrně nestabilně až moc roztažené,

to ovšem vygumovala a nakreslila postavu muže v konečném provedení, tak že má zavřené oči, pousmívá se má krátké vlasy, triko, kalhoty, ruce v bok, schované za zády, nohy opět směřují do leva. Co mě zaujalo je, že oproti hlavě a krku, má postava tmavě vybarvené nohy i ruce. Vybarvené kalhoty lze vzít jen jako stylistiku, ale ruce a nohy jsou nápadné. Při dotazování však Jitka sděluje, že jde pouze o šrafování. Opět jsou vidět nejisté, čmárané tahy. Při doptávání uváděla Jít'a následující. Kolik je jim let? 14 dívky, 15 chlapci. Jak se mají? Jsou docela smutný, protože jsou dělníci a pracují u bohatého statkáře, nechová se k nim hezky, vykořisťuje je, nedaří se jim. Co by mohli udělat, aby se jim dařilo? Musí si hodně šetřit, aby mohli odejít. Je z toho tedy nějaká cesta ven, aby se cítili líp? Ano, je. Obě postavy mají zavřené oči. Žena je nápadně menší než muž. Při kreslení si dávala Jít'a záležet, snažila se mít postavičky perfektní a po skončení sezení se mě ptala, zda by si mohla postavy odnést, že by je chtěla ukázat paní učitelce. Jít'a touží po uznání, pochvale, snaží se být co nejdokonalejší.

Dan

Kresba domu

Při kresbě domu bylo vidět, že se Dan snaží, nakreslil dům z profilu a rozčiloval se, že mu to nejde. Dům je nakreslen na šířku, při kresbě užil barev, dům vykreslil fialově, dveře má oranžové, střecha červená, dům má uprostřed střechy komín, z kterého se mírně kouří a komín je oranžový. Pod domem je naznačen zelený trávník. Když se však podíváme na Danův barevný test, uvidíme, že preferuje pouze zelenou barvu a nemá rád modrou. Klika domu je kulatá. Dům je nápadně umístěn spíše k levé straně, pravá strana je prázdná. Na horním kraji je naznačená modrá obloha a slunce. Nápadný je i počet oken, dům má 7 oken vyplněných křížky, které mají naznačovat okenní rám. Okna jsou čtvercového tvaru, spíše malé velikosti. Výjimkou jsou okno nad vchodovými dveřmi a okno kulatého tvaru, jako vikýř. Když jsem se doptávala na dům uvedl Dan, že v domě bydlí sám a že by v domě bydlet chtěl, že je mu v něm dobře. Že má dvě poschodí. Na obrázku je slunečné počasí a domu by nikoho nepustil. Čáry má Dan silné, černé, je vidět tlak. Dům je umístěný v horním okraji papíru. Zadní část domu je trochu křivá, ale to je prý tím, že se to Danovi dle jeho slov nepovedlo. Ve spodní části má dům hnědou linku, která prý naznačuje plot. Dan byl při kresbě domu snaživý. A měl velmi brzy hotovo i přesto, že dům neodbýval a staral se i o detaily.

Kresba stromu

Strom je umístěn na šířku a je zasazen doprostřed papíru, větve směřují nahoru i přesto, že jsou na čárané, jde spíše jen o tenké čárky, které na sebe nenapojují. Kmen je také načáraný jakoby vybarvený, bez kořenů, bez umístění v zemi jakoby lítá v prostoru a dole je užší směřující k levé straně, nahoře už se jeví celkem stabilně a vychází z něj větve, koruna vypadá spíše jako čáranice, Dan chtěl naznačit bohatou korunu, ale tužkou nevěděl jak. Na položené otázky odpovídal Dan následovně: Jaký je ten strom? „Starý.“ Na jakém místě roste? „Roste tady v dětském domově.“ Je živý? „Ano, je živý.“ Co ten strom potřebuje? „Nic.“ Kdo se o něj stará? „Nikdo.“ Dan byl opět rychle hotov. A ptal se mě, že když bude rychlý, jestli si pak může pouštět videa na mobilu. Odpověděla jsem, že ne. Dan i si i přesto vytáhl mobil. Domluvili jsme se s Danem, že na naše setkání bude mobil odložený, aby ho nelákalo se dívat na videa a soustředil se na kreslení. To se Danovi samozřejmě zpočátku nelíbilo, ale když jsme si promluvili o tom, že jinak nemá cenu, aby se sezení účastnil, tak nakonec souhlasil a mobil odložil. Příště už si ho prý brát teda nebude.

Kresba postavy

Dan nakreslil jako první postavu ženu. Nakreslil jí z profilu, ženě chybí nos, usmívá se, má dlouhé vlasy, krk akorát, výrazná prsa, triko se sluníčkem, ruku se třemi prsty, výrazný zadek s kalhoty se záplatou, které usekává okraj papíru. Je umístěna spíše na levou stranu papíru, k dolnímu okraji, oproti postavě muže je větší.

Druhá postava je muž, který je na první pohled malý, je orientovaná spíše na levou stranu papíru, stojí z profilu, chybí mu nos i krk, dokonce límec od trika. Nohy nemá oddělené od bot. Je vidět gumování v oblasti genitálu, kde Dan dokreslil penis. Postava se usmívá. Má vlasy. Je opravdu malá vzhledem k prostoru papíru i k velikosti postavy druhé. Dan si semnou při kresbě pěkně povídal, vysvětloval mi, kde byli a co dnes dělali. Rozpovídal se i o svém bratrovi, kterého má prý rád a o tom, že si oholil hlavu proto, protože, mu dlouhé vlasy nesluší tolik jako jeho bratrovi Maxovi. Dívku prý nakreslil, protože se mu holky líbí. Jednu i má. Na otázky Dan odpovídal následovně: Kolik mají let? „Holka má dvacet let a ten má dvacet pět.“ Co dělají? „Už se těší, že si najdou barák a odstěhují se.“ O čem asi přemýšlejí? „No o tom baráku.“ Jsou šťastní? „Jo, jsou.“ Kdo to je? „Ten kluk jsem já a ta holka je moje holka.“

Týna

Kresba domu

Při kresbě domu si Týna chtěla pomáhat papírem, aby měla krásně rovné čáry, požádala jsem ji, ať to nedělá a kreslí bez pomůcek. I přesto si Týna nedala říct a papírem si pomáhala. Chtěla mít dům krásný. I přesto, že jsem ji ujišťovala, že nejde o to, by měla dům krásný, ale o to, aby si kreslení užila, trvala na svém. Dům je umístěn na šířku, uprostřed papíru a vypadá poměrně velice, je nakreslen z čelního pohledu, má hnědé dveře tak akorát velké, co mě zaujalo je, že nakreslila kliku uprostřed dveří, prý pak mají ostatní snazší přístup a klika je do písmene L. Dům má dvě okna obdélníkového tvaru, jedno je umístěno na pravé straně, níž a orientováno na výšku, druhé je umístěno na levé straně, níž a je orientováno na šířku, okna jsou modrá, jinak je dům nevybarven. Střecha je červená a vychází z ní komín z kterého se kouří, komín je umístěn na levé straně, ke které je i nakloněn a vypadá jako by padal, myslím si však, že jde pouze o technické provedení vzhledem k tvaru střechy. U domu jsou na obloze z každé strany domu mráčky, na každé straně jeden. Za domem je trávník a vedle domu je poměrně vysoký a velký dřevěný plot, hnědé barvy. Obrázek působí tak trochu rozbitě. Při doptávání Týna odpovídala: Že ten dům je velký, má jedno patro, bydlí tam ona, sama a nikoho tam nechce, v domě jí je dobře. Dům Týna kreslila opravdu dlouhou dobu a dala si záležet na vybarvování, kreslila i dlouho po našem nastaveném čase.

Kresba stromu

Týna zvolila při kresbě stromu orientaci na výšku. Nakreslila tři stromy, uprostřed jeden velký, napravo jeden menší a nalevo malinký strom, působí jako by byly z pohledu z dálky, oddáleny. Všechny stromy jsou nakresleny stejným způsobem, mají dlouhý kmen vycházející z dolního okraje papíru, bez kořenů, na ně je napojená koruna, oblakovitého tvaru. Při doptávání uváděla Krystýna následující odpovědi: Jaký je strom? „Mladý.“ Na jakém místě roste? „Někde tady v dětském domově.“ Kdo se o něj stará? „Nikdo, jen si sám tak roste se svými kamarády.“ Je ten strom silný? „Ano, je silný, určitě.“. Při kresbě Týna opět potřebovala více času a namaloval stromy tři. Kmen u prostředního stromu je výrazně větší než koruna. Více stromů Týna nakreslila proto, protože je to sad. Tahy měla Týna jisté.

Kresba postavy

Jako první nakreslila Týna postavu ženského pohlaví. Je vidět, že hodně gumovala. Postava má vlasy na mikádo (Týna je má dlouhé), usmívá se, ale úsměv působí trochu křečovitě. Provedení těla už je i vzhledem k věku Týny pozornosti hodné. Postava má abnormálně dlouhý

krk, ilustrovaný pouze čarou. Vlastně původně asi byla trup řešen jen čarou i nohy a ruce a pak Týna napojila trup s rukami vzhůru, obojí do tvaru písmena v. U rukou chybí prsty i dlaně. Nohy jsou daleko od sebe, stočené k sobě a zakončené botami s podpatkem, které směřují k sobě. Postava trochu směřuje k levé straně papíru a je rozložená na papíře tak akorát. Postava se cítí dobře. Je jí padesát. S druhou postavou tvoří pár. Druhé postavě je dvacet. To Týna říkala ze vtipu. Nad čím přemýšlí? Asi nad tím, že jsou šťastní. Dále už nic doplnit nechtěla. Druhá postava, muž, je podstatně menší oproti ženě, opět je vidět gumování. Krk je u muže naopak krátký, trup je hranatý a vycházejí z jeho půlky ruce, směrem na horu, jako by chtěly objímat opět bez prstů a dlaní, useknuté. Nohy jsou rozkročené, ale působí mírně stabilněji než u předchozí postavy, oproti postavě ženy, má postava muže chodidla vytočená ven od sebe, je vidět gumování. Čáry u obou postav jsou vedeny spíše jasně, sem tam napojovány, spíše výrazně tlačeny. Muž má ramena přerušované, ženě ramena chybí. Muž je opět spíše situován na levou stranu, usmívá se, je malý, bez vlasů. Týna hodně mazala a potřebovala opět více času.

Druhé setkání

Cíl: Uvolnění, navázání důvěry, vzájemné poznávání

Aktivita:

- Úvodní reflexe: Děti si házely s roztahovacím míčem, kdo míč držel jeho pomocí ukazoval, jak se dnes cítí, krátce pojednal o tom, s čím dnes přichází, co dnes dělal.
- Rozehřívací aktivita: Obličejomat – Děti dostaly na výběr z předkreslených postaviček (pirát, ufon, princezna, miminko, čarodějnice, příšerka, čertík, babička, dědeček, jednorožec), k těmto postavičkám následně dostaly každý předlohu dle vybrané postavičky. Mohly využít pastelek, fixů a některé děti si pro předkreslení vyžádaly i tužky. Nejdříve jsem se dětí zeptala, zda chtějí házet společně, a to co padne nakreslí všechny děti nebo zda individuálně. Děti si zvolily individuální cestu, a proto jsem rozdala hrací kostku každému z dětí. Děti následně házely kostkami a podle toho jaké jim na kostce padlo číslo si našly v příslušném listě, to, co mají postavičky nakreslit (pro příklad: podle čísla šest měli nakreslit uši špičaté, pokud by pak padlo číslo jedna nakreslili by uši s náušnicí apod.). Když byly děti hotové vzájemně jsme si výsledky ukázaly, pobavily se o tom, jak se dětem tvořilo, co si vybrali za postavičku a proč.
- Volná kresba-zadání: Nakreslete, co chcete pomocí materiálu, jakého chcete.

Pomůcky: Papír A4, základní arteterapeutická sada (pastely, temperové barvy, vodové barvy, rudky, tuše, uhly, pastelky, fixy, tužky atd.).

- Závěrečná reflexe

Max

Úvodní reflexe

Při úvodní reflexi Max ukázal míč v poloze skoro stažené. Dnes se mu nechtělo přijít, ale nakonec tedy přišel. Cítí se blbě, protože na setkání teda šel. Promluvili jsme si o dobrovolnosti setkání. Max tedy řekl, že příště už nepřijde. Pak jsem mu řekla, že je to v pořádku, ale že já bych ho na našich setkáních ráda viděla, když tohle Max slyšel najednou řekl, že přijde. Řekla jsem mu, že budu ráda a ať si to promyslí do příště. U Maxe je vidět, že nezažil bezpečnou vztahovou vazbu, potřebuje někoho, kdo by mu poskytl přijetí a zázemí.

Obličejomat

Max si vybral postavu robota. Při kresbě nepostupoval podle hodu kostkou, ale podle toho, co se mu líbilo. Nedodržel instrukce. Předkresloval si tužkou a domaloval robotovi navíc knoflíky a popsal ho na trupu názvem coolm. Robot je prý jeho bratr Dan. Kreslilo se mu dobře, bavilo ho to. Opět jsme si popovídali o vztahu s Danem, který byl u sezení přítomný. Kluci si navzájem začali nadávat a chtěli se prát. Nakonec se mi je podařilo usměrnit a během následujícího rozhovoru jsme s kluky probrali důvod jejich nevraživosti. V kostce jsme se dobrali k tomu, že Danovi vadí, jak se Max předvádí, a tak ho začal ignorovat, Max zase nemůže přenést přes srdce, že Dan tráví čas s Honzou a jeho si nevšímá. Konflikt jsme nakonec ošetřili vzájemnou domluvou kluků, že spolu půjdou házet na koš a při příštím setkání mi poví, jak jim házení šlo.

Volná kresba

Při volné kresbě nakreslil Max na šířku v úplně horní oblasti papíru postavu dívky. Dívka má jen část hlavy, protože zbytek se Maxovi do obrázku už nevešel. Má hnědé vlasy, usmívá se, má červené krátké tričko a zvýrazněná velká prsa, má fialové kalhoty, které nejsou oddělené od bot, ale do bot vyplývají, v kalhotách je zvýrazněn velmi zadek, dívka má u pusy bublinu, v které je napsáno uwc a za dívkou je nakreslena pomlázka, která má růžovou, červenou a fialovou mašli. Obrázek je v souladu s Maxovým věkem a nastávající pubertou, kdy se u Maxe začíná rozvíjet sexuální chování a fantazírování, začíná si všimnout pohlavních znaků

u děvčat. Ptala jsem se proč nakreslil Max zrovna pomlázku, prý řešili v domově Velikonoce a tak se těší až budou a on bude moc holky pořádně vyšlehat.

Závěrečná reflexe

V pohodě.

Jitka

Úvodní reflexe

Jít'a míč roztáhla úplně na maximum, přichází prý v dobré náladě, těšila se na setkání a má hodně energie.

Obličejomat

Jít'a si mezi možnými postavami vybrala skřítku, děti dostaly fixu, některé děti si však požádaly ještě o tužku, aby kdyby se jim nepovedlo nakreslit věc, jak chtěly, aby mohly, popřípadě si opravit a vygumovat. Jít'a byla mezi nimi a možnosti oprav hojně využívala, při hře skončila poslední a poměrně dlouho jsme na ni čekali, snažila se o dokonalost. Při kresbě vynechala uši i přesto, že jsem ji několikrát ujišťovala, že nejde o krásu, ale o legraci a o to, aby si to užili, tak uši kreslit nechtěla. I přesto, že jsme postavíčky nepojmenovávali, tak představila skřítku pod jménem Vojta, což následně změnila na Aničku, kdy jí kluci pak duchaplně doplnili kozí nožičku, což si Jít'a vzala za své. Když jsem se ptala proč Vojta, Jít'a odpověděla, že se jí to ke skřítkovi hodí a že nemá žádnou jinou vazbu ani spojitost. Na otázku, proč změnila Vojtu na Aničku odpověděla, že je to proto, protože si uvědomila, že to není kluk, ale holka a Anička se jí hodila, když jde tedy o skřítku holku. Při pohledu na obrázek jsou vidět nejisté tahy fixou i gumování. Jít'a si kreslení užila.

Volná kresba

Při volné kresbě nakreslila Jít'a její rodinu. Nakreslila jí černou pastelkou bez vybarvování. Na obrázku je Jitky maminka, která je umístěna na vozíku a natahuje ruce směrem k ní a jejím sourozencům. Maminka se usmívá. Naproti mamince stojí Jít'a a také k mamince natahuje ruce, usmívá se, má ale opravovaný obličej. Za Jít'ou pak je Jít'i bratr Kuba, který také natahuje ruce a za ním stojí Mája, Jít'i sestra, ta jediná nenatahuje ruce směrem k matce a je vyobrazená čelem, ostatní jsou z profilu, Mája i Kuba se usmívají, Máje je zřejmě starší sestra, je nakreslena větší než ostatní sourozenci a na závěr obrázku je nakresleno velké srdíčko. Obrázek na mě působí tak, že Jít'e se velmi stýská po rodině, což Jít'a, když mluví o obrázku i

zdůrazňuje. Má svoji maminku moc ráda, ale máma se nemůže o ní starat, protože je na vozíku, tátu nemá a sourozence má umístěné v jiných dětských domovech, není s nimi v kontaktu. Dozvídám se také, že Jíťa vyrůstala ve stejném městě, v jakém je teď umístěna v dětském domově, kousek od budovy, ve které se nacházíme.

Závěrečná reflexe

„Bylo to fajn, jsem v pohodě, těším se na příště. A co budeme dělat?“

Dan

Úvodní reflexe

Dan vzal míče a ukázal ho do polovic. Dneska je mu prý dobře, jen je trochu unavený.

Obličejomat

Při aktivitě si vybral Dan ufonka, házel kostkou a když měl dokresleno, ještě ufounka vylepšil o vlasy a obličej mu nakreslil jako zeměkouli. Využil předkreslování tužkou. Byl rychle hotový i přesto, že měl ze všech dětí nejvíce detailů v kresbě. Ke kresbě doplnil ještě světové strany, když tam má tu zeměkouli a pak když se nudil, při čekání na ostatní, doplnil obrázek i sprostým názvem. Aktivita ho prý bavila. Dokonce si vyžádal papíry, co jsem měla přichystané navíc, že by si rád kreslil i ve volném čase, čehož se následně chytli i ostatní děti.

Volná kresba

Dan jako volnou kresbu nakreslil svého bratra, kde zdůraznil hodně bratrovi vlasy, o nich mluvil i při posledním setkání a udělal bratrovi velké uši, ruce jako pahýlky, z kterých vystupují tři čárky (prsty) a zelené boty, připomínající jako holínky. Takový zpola zamračený obličej a pod obrázek napsal špek. Bratra prý nakreslil, protože je to špek a víc k tomu dodávat nechtěl. Zřejmě chtěl Maxe provokovat.

Závěrečná reflexe

„Jo dobrý, už mám hlad (po arteterapii mají děti totiž večeři).“

Týna

Úvodní reflexe

Týna roztáhla míč takový v průměru, cítí se prý dobře a těší se co budeme dělat.

Obličejomat

Týna si vybrala z možností příšerku. Při kreslení také využila možnosti předkreslení tužkou a gumování. Na první pohled je zajímavé, že nakreslila menší uši i přesto, že předloha má uši poměrně velké, výrazné. Týnu kreslení bavilo.

Volná kresba

Jako volnou kresbu mi nakreslila Týna postavičku pejska Scooby-Doo, má ho prý ráda, ale moc se jí nepovedl.

Závěrečná reflexe

„Dneska mě bavilo to doplňování. Odcházím v pohodě.“

Třetí setkání

Cíl: posilování důvěry, práce s emocemi, posilování sebedůvěry

Aktivity:

- Úvodní reflexe: Děti odpovídaly na otázku: S čím dnes přicházím? Stalo se něco zajímavého od našeho posledního setkání?
- Rozehřívací aktivita. Jak se cítím – Děti si z balíčků karet Emoce a Moře emocí vybrali kartu, která vystihuje, jak se dnes cítí a následně o svém výběru a emoci pohovořili. Během aktivity byly položeny doptávající otázky (příklad otázek:)

Pomůcky: sada balíčků karet Emoce, sada balíčků karet Moře emocí

- Zvíře – zadání: Zamyslete se nad sebou, jací jste, co Vás vystihuje a nyní se zkuste zamyslet nad tím, jaké zvíře Vás vystihuje. Zvíře výtvarně ztvárněte.

Pomůcky: Čtvrtka A3, základní arteterapeutická sada (pastely, temperové barvy, vodové barvy, rudky, tuše, uhly, pastelky, fixy, tužky atd.).

- Závěrečná reflexe

Max

Úvodní reflexe

„Dneska dobrý, nestalo se nic.“

Jak se cítím

Max si z balíčku karet “Emoce“ vybral kartu, která prý značí, že je znechucený, protože musí na arteterapii chodit. Zeptala jsem se, zda nejde o dobrovolnou činnost, že jsme se na minulém setkání spolu o tom bavili. Max na to odpověděl, že ví, že mě jenom škádlí.

Zvíře

Max si pro tvorbu zvířete zvolil plastelínu. Vymodeloval žirafu s barevnými fleky po těle. Zamýšlel se chvíli a poté začal tvořit. Žirafa s ním má prý společné, že je to takový šašek a je hloupá. Na to jsem Maxovi řekla, že on mi vůbec hloupý nepřijde, že spíš naopak a on mi oponoval, že je, že ve škole má z matiky čtyřku. Já mu pověděla o tom, že to že z matematiky propadá neznamená, že je hloupý, že ne vždy je to o inteligenci, ale třeba o tom, že je člověk nadaný na něco jiného, také o tom, jak mu to druhý vysvětlí a o přístupu učitele a také o tom, kolik práce a času člověk tomu, aby se něco naučil věnuje. A že to, že ve škole má horší známky neznamená, že je hloupý. A vyzvala jsem ostatní, aby Maxovi řekli, co si myslí oni. Skupina Maxovi ukázala svůj pohled a to, že jim přijde zábavný, chytrý a milý i hodný. Max k tomu nic neříkal, ale bylo vidět, že se mu chce trochu brečet, že je dojatý. Poté jsme se bavili o roli šaška a jestli si myslí, že kdyby přestal být šaškem, jestli by ho i tak měli ostatní rádi. On odpověděl, že neví, tak jsme se domluvili, že to příště zkusíme. S žirafou má prý společné i to, že má žirafa malé nohy a on je taky malý. A malý bude, protože to má v rodině po babě (babičce). A máma je prý také malá. Vyjádřili jsme mu se skupinou, že nám malý nepřijde. Na Maxovi bylo vidět, že si práci s plastelínou užívá.

Závěrečná reflexe

„Jo, dobrý. Můžu si nechat tu žirafu. Jasně, můžeš. Děkuju.“

Jitka

Úvodní reflexe

„Dneska přicházím s tím, že se bojím o mamku. Stalo se to, že je mamka v nemocnici.“

Jak se cítím

Při výběru karet si Jíťa vybrala ze sady “Moře emocí“ rybičku s ustrašeným výrazem. Když kartu pojmenovávala mluvila o tom, že její karta značí smutek, že je smutná, protože je její maminka v nemocnici. Maminka je vozíčkářka a neví, jak to s ní dopadne, je to padesát na padesát. Vyjádřila jsem Jíťe pochopení, že jí držím pěsti a zeptala se, jestli o problému potřebuje ještě mluvit, řekla, že ne.

Zvíře

Jíťa si při výběru materiálů zvolila plastelínu. Vybrat zvíře jaké by chtěla vymodelovat ji nedělalo problém chvíli sice váhala nad žirafou, ale poté začala modelovat a říkala, že to bude překvapení, že uvidíme. Modelování jí prý bavilo, i přesto se ale pořád ujišťovala, zda její hmota připomíná opravdu zvíře. Když svoje dílo dokončila, tyčil se před námi roztomilý lev s hřívou, která připomínala sluneční paprsky. Jíťa si lva zvolila, protože je sama znamením lev, a protože je pozitivní, stejně jako ona, takové sluníčko. A také dodala, že umí pořádně křičet a že to umí ona taky. Zeptala jsem se jí, jestli má chuť si zakřičet a ona, že ano, tak si pořádně asi třikrát zakřičela a přidal se k ní i Dan, který si také zakřičel. Pak jsem se ptala Jíťi jestli umí být i negativní a ona mi řekla, že neví, co jsou negativní emoce, popsala jsem jí je a uvedla příklady, na to Jíťa pověděla, že se snaží být pozitivní a že se negativní pocity snaží schovávat, protože se jí pak druzí smějí. Vysvětlila jsem jí, že máme negativní emoce všichni a všichni občas pláčeme, jsme našťvaní, smutní nebo si chceme zakřičet a že je to v pořádku, je to lidské. Poté jsem jí pověděla, že i já jsem měla stejné problémy, ale že pak jsem si uvědomila dvě věci, jedna je ta, že ty posměváčci pak jdou a za rohem pláčou také (to děti rozesmálo) a pak druhou, a to je ta, že to nevypovídá nic o mě, ale o nich a jejich vidění světa, že takoví lidé jsou možná více nešťastnější než já. Jíťa se smála, byla vidět úleva. Skupina Jíťu podpořila. Pro Jíťu bylo skvělý si zakřičet, protože v děcáku křičet nemůže.

Závěrečná reflexe

„Super. Ulevilo se mi.“

Dan

Úvodní reflexe

„Přicházím s dobrou náladou.“

Jak se cítím

Při této aktivitě si Dan zvolil kartu z sady “Moře emocí“ vybral si rybku, která se cítí v pohodě. Pak když mu něco řekl Max zeptal se, zda může kartu změnit na jinou a vytáhl našťvanou rybku se slovy, že ho Max našťval. Když jsem svolila, tak nakonec si původní kartu nechal, chce být prý v pohodě.

Zvíře

Při tvorbě zvířete, zvolil Dan kresbu pastelem a fixy. Pomáhal si tužkou, kterou si obrázek předkreslil. S pastely tvořil poprvé a tvorba jejich pomocí se mu líbila, bavilo ho to a byl spokojený s výsledkem. Nejprve i přes zadání kreslil Dan místo sebe Maxe a nakreslil osla. Potom, ale nakreslil sebe a udělal koně. Obrázek se mu pěkně kreslil, udělal slunečné počasí, dům, ve kterém bydlí, kůň je mu podobný v tom, že umí dát ránu, kousnout, bránit se, ale když jsou na něj ostatní hodný, je hodný i laskavý on. Dan pěkně spolupracoval, byl ve svém výtvarném projevu opět rychlý, detaily má však propracované. Dan jako jediný zvolil z nabízených materiálů pastely.

Závěrečná reflexe

„Jsem spokojený.“

Týna

Úvodní reflexe

“Dneska je mi dobře.“

Jak se cítím

Týna si vybrala kartu ze sady “Moře emocí“ její rybka se usmívala a Týna svoji emoci popsala tak, že se cítí šťastně. Dále už mluvit nechtěla a nepotřebovala.

Zvíře

Týna si zvolila při tvorbě zvířete plastelínu. Dlouhou dobu rozmýšlela, co z plastelíny vytvoří. Vůbec nevěděla, až na poslední chvíli, když už jsme skoro končili, vytvořila z plastelíny ležícího pejska. Týna si vybrala psa, protože nevěděla, co má dělat. S pejskem má prý společné to, že se rychle našťve. A jinou vlastnost společnou asi nemají.

Závěrečná reflexe

„Jo, dobrý.“

Čtvrté setkání

Cíl: Zklidnění, relaxace, nacítění sám na sebe, uvolnění negativních emocí, práce a uvědomování si vlastního těla a svých smyslů

Aktivita:

- Úvodní reflexe: Děti byly dotazovány: S čím dnes přicházím? Co jsem dneska dělal? Uvědomil jsem si od posledního setkání něco o co bych se chtěl podělit?
- Modelování se zavřenýma očima, nedominantní rukou přírodniny ukryté v pytlíčku – zadání: Zavřete oči, rukou, kterou píšete si sáhnete do připraveného pytlíčku a ruku tam nechejte, nekoukejte, oči mějte stále zavřené, to co máte v pytlíčku si osahujte, zaměřte se na to co cítíte, jaká vám ta věc připadá, oči mějte stále zavřené a až budete připraveni, pomocí druhé ruky, té kterou máte volnou, vymodelujte z hlíny to jak na vás předmět v pytlíčku působí, co cítíte.

Pomůcky: Keramická hlína, neprůhledný pytlíček, přírodniny (mušle, šiška, kamínek apod.).

- Ochutnávka zdravé pochutiny a tvorba na téma: Co cítím? Co v mě tato chuť vyvolává? - zadání: Rozbalte si sáček a ochutnejte kousek dobroty, co jsem Vám rozdala. Vnímejte, co ve vás ta chuť vyvolává, co při ochutnávání cítíte. Až budete připraveni, pomocí libovolného materiálu ztvárněte, právě to, co cítíte, co ve vás tato chuť vyvolala.

Pomůcky: Čtvrtky A3 a A4, plastelína, krepový papír, klubíčka a látky, nůžky, základní arteterapeutická sada (pastely, temperové barvy, vodové barvy, rudky, tuše, uhly, pastelky, fixy, tužky atd.).

- Závěrečná reflexe

Max

Úvodní reflexe

Dneska se mám špatně, protože jsem musel sem. (Smích). Ale jinak dobrý, dneska jsem byl ve škole měl jsem matematiku a pak jsem měl lehárko.

Modelování se zavřenýma očima, nedominantní rukou přírodniny ukryté v pytlíčku

Max si vytáhl pytlík s mušlí. A začal: „Jé to píchá, to smrdí rybinou. Co to je?“ Když dostal instrukce, párkrát podváděl a podíval se, ale jinak si prý tvorbu užíval, líbilo se mu, jak je hlína mazlavá. Vymodeloval prý hlavu upíra, protože mu prý přišla přírodnina pichlavá a ostrá, jako upíří zuby. Se zavřenýma očima se mu prý tvořilo divně, bylo to nezvyklé, ale nakonec se to dalo, druhou rukou to bylo také zvláštní, neumí si představit, že by byl slepý. Cítí se dobře, uvolněně.

Zhmotnění negativního pocitu do hlíny a hození s hlínou o zem

Max si prý zařádl a něco takového potřeboval. Bylo vidět, jak velkou silou s hlínou hází a jak se postupně dostavuje uvolnění, Maxovi se změnil i výraz tváře, byl rozzářenější.

Ztvárnění chuti

Max si vybral k ztvárnění chuti temperové barvy. Namaloval zelený velký keř a na něm maliny. Užíval si patlání barvy. Vyvolalo to v něm sladký dobrý pocit, má rád sladký, ale taky kyselý, a i kyselý to trochu bylo. Dokonce si zazpíval kyselesladká jahoda. Vytvořil prý výtvar tři tisíce, jsou to maliny, ale neměl na to tolik času, kolik potřeboval, aby to ještě do krásnil. Vyvolává to v něm vzpomínku na tábor. Chut' v něm vyvolal pocit přírody, bylo to pozitivní, dobrý, rád chodí do přírody.

Závěrečná reflexe

Dneska to Maxe bavilo. Byla to prý nejlepší hodina ze všech, co jsme spolu měli a odchází uvolněně, těší se na příště.

Jitka

Jíť a se čtvrtého setkání neúčastnila. Měla volejbal.

Dan

Úvodní reflexe

Dan dneska hned hlásil, že přichází rád, že se těšil a že se dneska cítí šťastný. Byl prý ve škole to byla nuda a pak lenořil u televize.

Modelování se zavřenýma očima, nedominantní rukou přírodniny ukryté v pytlíčku

Dan si vybral pytlíček s šiškou, po hmatu hned poznal, o co jde, se zavřenýma očima nejdříve bojoval a ptal se, jestli může koukat alespoň jedním okem, nakonec však svolil, že teda bude mít oči zavřené i když se pak při reflexy přiznal, že přece jen se trochu kouknul, což jsem ocenila, že děkuji za to, že mi řekl pravdu a za upřímnost, já sama jsem si toho všimla, ale nechala jsem ho. Dan vytvořil z hlíny horu, věděl sice, že má v pytlíku šišku, ale připomnělo mu to přírodu a les a hory, a tak vytvořil horu. Moc se mu líbila práce s hlínou a jak hlína matlá, bylo to pro něj uvolňující. Na Danovi bylo patrné, že byl takový víc rozjařený.

Zhmotnění negativního pocitu do hlíny a hození s hlínou o zem

Děti dostaly instrukci, aby si představili ten nejvíce negativní pocit, který měli, zhmotnily ho do hlíny a praštily vši silou s hlínou o zem. Dan si házení opravdu užíval, a dokonce asi ještě pětkrát zopakoval. Po této aktivitě se prý cítil uvolněný, bylo vidět, že je opravdu více uvolněný a je mu mnohem lépe.

Ztvárnění chuti

Děti dostaly balíček zdravých ovocných pásků, ty ochutnaly a poté měly ztvárnit pocit, který v nich chuť vyvolává. Dan ztvárnil jahodu z marketingu, která se směje a má očička a nos, má v košíku jablíčka a pocity to v něm vyvolávalo sladký, jahodový, připomnělo mu to tábor, kde dostaly box sladkostí a dopisy a dostaly dvě balení těchto dobrot a byla to pro něj moc hezká vzpomínka, jen jeho bratr Max, který tam byl s ním tam skoro každý den mlátil jednoho kluka, tak mu to kazil. Cvičení Dana bavilo a na závěr spojil marketingovou jahodu s hlínou, kterou měl předtím a postavil jahodě jeskyni.

Závěrečná reflexe

Dan byl prý nadšený, dneska ho tvoření moc bavilo a bude se těšit na příště, chtěl by třeba zkusit práci s krepovým papírem. Odchází lehčí a uvolněnější.

Týna

Úvodní reflexe

Dneska se cítí blbě, moc se jí nechtělo. Byla ve škole a tam to byla nuda. Stejně jako kluci odpočívala.

Modelování se zavřenýma očima, nedominantní rukou přírodniny ukryté v pytlíčku

Při tvoření s hlínou si Týna sáhla po pytlíčku s vroubkovanou mušlí. Nejdřív vůbec nevěděla, co má tvořit. U Týny už je zpočátku patrný strach z projevu, uzavřenost. Poté vzala hlínu a vytvářela do ní ťupky, pomocí prstů. Proces si prý moc užila uvolnil jí i když neví co to je, je jí dobře. Bez zraku si vůbec žít neumí představit a druhou rukou se jí moc dobře zpočátku netvořilo, potom už to bylo lepší.

Zhmotnění negativního pocitu do hlíny a hození s hlínou o zem

Tady se Týna vyřádila a chtěla by házet pořád, je uvolněnější, lehčí, je jí dobře a o dost líp, než když sem přišla.

Ztvárnění chuti

Týna si vybrala pro ztvárnění chuti plastelínu. Vytvořila takový mix barev na sobě ležících. Chuť ovocného pásku jí chutnala. Cítila zajímavou dobrou chuť. Cítila, že je to zdraví, bylo to dobrý-pozitivní. Vzpomínku chuť žádnou nevyvolala. Vytvořila směs z barviček.

Závěrečná reflexe

„Jsem nadšená, bavilo mě to, nejlepší hodina ze všech, co jsme měli.“

Páté setkání

Cíl: Posilování sebedůvěry, poznávání sebe sama, posilování sebekřepití, projev emocí

Aktivita:

- Úvodní reflexe: Odpověď na otázky: Jak se dnes mám? Co se za poslední týden u mě změnilo?
- Rozehřívací aktivita: Barevná imprese emocí – zadání: Vezměte si čtvrtku a tu si namočte pomocí štětce vodou. Až budete mít hotovo, pomocí vodových barev vyjádřete, jak se cítíte.

Pomůcky: Čtvrtka A4, vodové barvy.

- Ruka – zadání: Nakreslete svoji ruku. Když děti ruku nakreslily, dostaly instrukci, ať svoji ruku představí.

Pomůcky: Čtvrtka A3, základní arteterapeutická sada (pastely, temperové barvy, vodové barvy, rudky, tuše, uhly, pastelky, fixy, tužky atd.).

- Závěrečná reflexe

Max

Úvodní reflexe:

Max se při úvodní reflexy předváděl a říkal, že se cítí na h*vno, reagovala jsem na to tím, že pokud potřebuje, ať si uleví a slovo si ještě jednou řekne, poté ale, že přece hrajeme tu hru, že pokaždé, když Maxe nebo někoho ze skupiny napadne sprosté slovo, tak použije místo vulgarismu slovo, které společně vymyslíme, tu naši kopírku. Děti i Max se smáli. Na h*ovno se prý Max cítí, protože má školu, do které se mu nechce, a protože musel sem kde čmárá štětcem, to byla jen provokace, zeptala jsem se ho, jestli ho to ještě nepřešlo a on se smál. Max už více dodávat nepotřeboval, a tak jsme pokračovali dál. Týna se poté zeptala, zda budeme křičet jako minule, a tak jsme si třikrát zakřičeli všichni, potom Max dodal, že na tohle vlastně zapomněl a že ho to baví.

Barevná impresie emocí

Po zadání instrukcí Max začal mokřit papír a nevyhnul se přirovnáním k tomu, že je mokrá (v sexuálním smyslu) a že to stříká, předváděl se, dělal legrácky. Když měl papír namočený, řekl, že udělá retardovaného panáka, protože dneska je takovej retardovanej. Pak, že udělá Mikaela v růžové barvě. Kdo je Mikael mi děti nevysvětlily. Max při malbě provokoval Dana a čmáral mu do obrázku. Pak opět zmiňoval při kresbě, že je blbej. Opět jsme ho ujistili, že víme, že není. Po nějaké chvíli Max začal říkat, že se na to vykašle a že udělá Černobil a zeptal se, jestli může obrázek začernit, protože je naštvanej. Řekla jsem, že pokud chce, že může. Když Max obrázek představoval, představil ho jako Mikaela 3000. Týna potom dělala, že spí. Maxe to velmi znejistilo a podívoval se, proč dělá, že spí. Potom, řekl no to je teda jedno, já jí pak pošlu do p*dele a ona se vzbudí. Zeptala jsem se Maxe, zda potřebuje pozornost. Max se snažil odvádět řeč pryč. Zmínila jsem, že minule mluvil o šaškovství, že je šašek. Zeptala jsem se, zda potřebuje pozornost, aby se cítil hodnotný. Neodpovídal. Dala jsem mu delší chvíli, když neodpovídal, řekla jsem mu, že si myslím, že je hodnotný sám o sobě a že nepotřebuje, aby mu jeho hodnotu někdo potvrzoval. Max opět nereagoval. A mluvil na ostatní, posměšky. Po delší pauze jsem ho poprosila, aby mi obrázek představil. Potom Max začal, že to je Dan, když je na záchodě. Pověděla jsem mu, že mi řešíme jeho a jeho emoci a jestli by ji mohl pojmenovat. Max opět rozptyloval pozornost jinde. Zeptala jsem se tedy, jestli by mi mohl povědět co obrázek představuje. A Max řekl, že je naštvanej. Zeptala jsem se ho, zda může s emocí hněvu něco udělat, co by mu pomohlo jeho vztek vybit a Max se zeptal, jestli může roztrhnout papír. Řekla jsem mu, že může, poté Max papír roztrhal a zmačkal do kuličky.

Následně jsem se Maxe zeptala, zda se chce Max emoce hněvu zbavit, řekl, že ano, tak jsem vzala koš a řekla jsem mu, že pokud ano, ať vezme zbylé kousky artefaktu, která má v kuličce a takovou silou jakou potřebuje, aby vztek ze sebe dostal, hodil kuličku do koše. Max se napřáhnul a z výšky hodil kuličku pořádnou silou do koše. Zeptala jsem se, zda mu je líp. Max řekl, že ano. Během Jítiny reflexe se Max pomalovat na obličej a rukou černou vodovou barvou. Prý je Mikael. Mikael je prý zpěvák.

Ruka

Max nakreslil na papíru neúplnou ruku, kde je v tazích patrný silný tlak a ruka je vybarvená celá růžovou barvou. Max má prý ruku lol. Protože je prý lol. Ruku prý nakreslil růžovou, protože je teď černej. Dodávat nechce nic. S Maxem jsem se pobavila o tom, zda chce na arteterapii chodit. Prý ano. Nemá prý den, mluvit o tom nechce.

Závěrečná reflexe

Max nechtěl nic říct.

Jitka

Při úvodní reflexy Jít'a zmínila, že se cítí vesele a hodně energicky, měla akorát špatný den ve škole, ale jinak se cítí dobře, pocit, s kterým přichází je veselost, přichází se zábavností.

Barevná imprese emocí

Když děti dostali zadání namočit si štětcem papír, Jít'a papír namáčela snad na třikrát k úplné dokonalosti. Musela jsem jí zabrzdit. Poté začala tvořit. Jít'a se bála, zda je její dílo dost pěkné. Jít'a prý nakreslila svůj abstraktní obraz. Vyjadřuje to, že má dneska chuť k smíchu a její dobře a vyjadřuje bláznivou náladu. Tenhle pocit má Jít'a často. Víc Jít'a k obrázku říkat neměla potřebu, je s tím v pohodě.

Ruka

Při tvorbě ruky si Jít'a zvolila tuš. Obkreslila si ruku a zeptala se mě, zda může přidat ruku další. Já ji zopakovala zadání a řekla jsem jí, že ať svoji ruku namaluje, jak chce a potřebuje. Jít'a tedy namalovala ruce dvě. Ruce se jmenují Eda. Eda je prý nikdo. Je to prý člověk, který nemá palec tady (tam kde má být), ale má ho tady (na druhé straně, kde být nemá).

Má to tak prý proto, protože se takhle narodil. Když jsem se zeptala, jestli je tedy něčím zvláštní a neobvyklý, odpověděla Jít'a, že ani ne. Že je jen trochu černobílý. Když jsem se zeptala, jaká ta ruka je odpověděla Jít'a, že roztomilá. Na otázku, proč jsou na obrázku dvě ruce, odpověděla Jít'a, protože má člověk dvě ruce. Pak jsem se zeptala Jíti, jestli někdy potřebuje, aby jí někdo podal pomocnou ruku. Jít'a odpověděla, že ano. Zeptala jsem se tedy, jestli si o tu pomoc umí říci. Jít'a odpověděla, že umí. Potom jsem se jí zeptala, zda když si o ni požádá, zda jí je pomůženo, odpověděla, že ne. Zeptala jsem se, jestli by potřebovala více té pomoci. Jít'a řekla, že ano. Zeptala jsem se, zda má někoho ve svém životě, kdo by jí pomohl. Odpověděla, že ani ne. Je prý v napětí, že jí nemá, kdo pomoc. A někdy je smutná a hodně pláče. Naposledy prý brečela, protože bude odcházet jedna teta s kterou se Jít'a často koukala na televizi a rozuměla si s ní a je jí to líto. Zeptala jsem se, zda Jítě pomáhala. Jít'a nejdříve odpověděla, že ano, že jí Jít'a třeba pomáhala s praním. Zeptal jsem se Jíti, zda jí teta pomáhala. Jít'a se zamyslela a prý občas. Zeptala jsem se Jíti, zda to není tak, že ona často někomu pomáhá, ale jí nikdo, zda má v životě v tomhle rovnováhu. Jít'a mi pověděla, že je to tak, že ona pomáhá pořád někomu, ale jí nikdo. Týna zmínila, že to Jitce nikdo nevrací. Jít'a souhlasila. Navázala jsem na to, že to je to o čem mluvím a že je třeba to mít v rovnováze. Že když to takhle člověk dlouhodobě dělá, tak se pak přetíží vysílí a je nešťastný. Jít'a řekla, že se bojí, že ten člověk, kterého o pomoc požádá na ní bude křičet, ať si to udělá sama, že jí nepomůže. Zeptala jsem se jí, zda se jí to někdy stalo. Odpověděla, že stalo, a proto se bojí. Zeptala jsem se jí, zda se jí to stalo u někoho, kdo byl pro ni důležitý, odpověděla, že ano. Potom jsem se jí zeptala, zda by si mohla zkusit představit tu emoci, kterou měla a jestli by ji uměla pojmenovat. Jít'a ji pojmenovala jako zlost. Zeptala jsem se jí, co by jí mohlo tu zlost ze sebe dostat, odpověděla vyskakat jí. Tak si Jít'a zaskákala. Zeptala jsem se jí, zda je to lepší. Jít'a odpověděla, že ano. Poté jsem se jí zeptala, zda by šlo z těch rukou udělat jednu ruku pomáhající a druhou pomocnou. Jít'a řekla, že ano, jednu ruku označila nakonec jako její a druhou jako někoho, kdo jí pomáhá. Pak jsem se zeptala, zda se cítí Jít'a často sama. Na to Jít'a odpověděla, že ano. Zeptala jsem se, zda má nějakou osobu blízkou, za kterou by mohla přijít, když se cítí sama, Jít'a řekla, že ne. Že osoby v jejím okolí jsou nestálé, že za někým přijde a ten po pěti minutách odejde nebo jí řekne, že se s ní nebaví, že dolízá a ať za nimi neleze. Nebo, že sám ten člověk odejde. Nemá nikoho, komu by mohla důvěřovat. Vyzvala jsem ostatní, jak se k tomu postaví, Max jí nabídl, že by jí byl na blízku. Poté jsem Jít'e pověděla o tom, že je potřeba zapracovat na sobě a na tom, aby se měla ráda hlavně ona sama, že když si to v sobě takto nastaví, změní se i postoj jejího okolí. Že tak, jak to má Jít'a v sobě, tak to má pak navenek.

Závěrečná reflexe

Jít'a se ptala, proč nemůžeme mít arteterapii vícekrát do týdne, že by jí brala i třikrát. A ostatní se přidali a ptali se proč se uvidíme jen takhle omezeně, že by se chtěli vidět vícekrát.

„Odcházím s dobrou náladou. Je mi líp potom, co jsme si promluvit při tom cvičení s rukou.“

Dan

Úvodní reflexe

Dan na dnešní setkání, zapomněl, ale jinak jít chtěl a těšil se. Zapomněl, protože pracoval za peníze na zahradě a potom si házel na koš. Přichází s dobrým pocitem.

Barevná imprese emocí

Při tvorbě Dan nakreslil smajlíka, Max mu do obrázku vstoupil a smajlíka mu obtáhl. Proto Dan smajlíka zmačkal a začal znovu. Dan se cítil dobře. Ale pak se cítil „pod*laně“, protože mu Jít'a něco dala a pak mu vyhrožovala, že mu to vezme. Zeptala jsem se o co se jedná a Dan s Jít'ou se rozpovídali o tom, že Jít'a dala Danovi mobil, ale teď mu vyhrožuje, že mu ho vezme, protože se bojí, že Dan něco řekne, co Jít'a nechce, aby řekl ostatním. Rozjela se debata o tom, že darovaná věc, je darovaná věc a nemá se brát, i debata o tom, že pokud slíbíme někomu, že něco neprozradíme nezrazujeme jeho důvěru a držíme slovo. Dan s Jít'ou došli ke smíru. Potom se Dan rozpovídal o tom, že ho vačice (po vysvětlení jsem se dozvěděla, že jde o paní vychovatelku) přetáhla koštětem. Nejčastější pocit Dana je, že chce Maxovi rozbít h*bu. Řekla jsem Danovi, ať zkusí to, co řekl převést do pocitu a Dan řekl, že jde o pocit nenávisti. Tu prý cítí hodně často. Celý dny. A pak začal povídat o tom, že Maxe dostane do past'áku. Stejně jako Nikolase (chlapce z dětského domova, který skončil v diagnostickém ústavu), rozjela se debata o tom, že se tam Nikolas dostal sám a o zodpovědnosti za své chování, o tom, že každý máme startovací čáru, někdo lepší někdo horší, ale už je na nás jak životem postupujeme a jaká rozhodnutí v životě děláme a jakým směrem se náš život následně vyvíjí. Poté jsme se vrátili k pocitu nenávisti, zeptala jsem se Dana, zda by mohl svoji nenávist přetvořit v něco pozitivního. Dan se zamyslel a potom udělal na papír světlé barvy, které značí, že se nenávist rozpouští a přetváří. Když jsem se ptala do čeho, Dan řekl, že to ještě neví, ale, že z toho něco pozitivního určitě vznikne.

Ruka

Dan svoji ruku představil jako Černobil. Byla to ruka levá. Při torbě ruky neváhal, tahy linek má jisté, je vidět tlak. K tvorbě si zvolil pastel. Na ruce je šipka směřující k prostředníčku, to prý protože má tento prst nejraději. Ruka má zelený náramek, protože to je Danova nejoblíbenější barva. Nehty na ruku nakreslil modře. Modře prý proto, protože si prsty hodně kouše. Modrá je pro něj prý uklidňující barva, má ji rád. Zeptala jsem se Dana, zda cítí často napětí, řekl, že ano. Poté jsem se zeptala, zda mu to kousání pomáhá uvolnit to napětí. Odpověděl, že ano. Pak jsem se zeptala, zda je ještě něco jiného, co by mu mohlo pomoci k úlevě od napětí. To řekl, že když kousne někoho jiného. Zeptala jsem se, zda by mu mohlo pomoci něco jiného než kousání. Řekl, že ne. Zeptala jsem se, zda občas sportuje. Odpověděl, že ano. Zeptala jsem se, zda se při sportu jeho napětí neuvolní, řekl, že ano. Zeptala jsem se tedy, že jestli by pro něj nebylo lepší, když cítí napětí jít si raději zaházet na koš než kousat nehty, řekl, že možná ano, že to zkusí. Potom se zamyslel a řekl, že mu na zmírnění napětí pomáhá kreslení. Ptala jsem se ho, že kdybych mu dala papíry, jestli by mu pomohlo si vždycky, když cítí napětí a chce si kousat nehty si raději čmárat, řekl, že ano. Dostal papíry. Minule jsem dětem nechala kousek hlíny, protože to na ně působila uklidňujícím, uvolňujícím dojmem, když se v ní patlali. Navázala jsem tedy na to, zda by mu pomohla hlína. Dan řekl, že ano, ale že mu jí paní vychovatelka na dva dny zabavila, protože si s ní házel jako při našem sezení a nechtěně, se trefil na dveře. Doporučila jsem mu tedy, že až hlínu dostane zpátky, tak, ať když bude mít potřebu si kousat nehty, ať si raději mačká hlínu. Potom už Dan nic dodávat nechtěl a pokračovali jsme dál. Zajímavé bylo, že Dan kreslil ruku na dvakrát, na druhé straně obrázku jsem objevila ruku naopak s nejistými linkami, jednalo se o ruku pravou a uprostřed měla oranžový kruh, rozmazaný.

Závěrečná reflexe

Dneska mi to dalo to, že nebudu otravovat a budu pracovat. Danovi vadí, že se Max předvádí. Dan by chtěl arteterapii bez Maxe. Jinak ho to bavilo.

Týna

Úvodní reflexe

Přichází s dobrou náladou, ale má jí teď špatnou, protože jí teď někdo štve. Je to Max, který jí pošťuchuje. Během dnešního dne se pro ni nic zajímavého neudálo.

Barevná imprese emocí

Týna si tvorbu vodovými barvami užívala. Obrázek namalovala takový, protože má špatnou náladu, měla jí dobrou, ale zkazil jí náladu Max, a tak smíchala pár barev dohromady. Předtím měla Týna dobrou náladu, která začala, když byla venku s Danem a Honzou. Dan jí ukázal prý šneka a Týna běhala. Nejčastěji se prý cítí Týna dobře. Dál už Týna mluvit nechtěla, nepotřebovala. Při tvorbě bylo vidět, že si Týna hraje.

Ruka

Týna nakreslila ruku barevně., každý prst má svoji barvu. Týna nakreslila ruku barevně, protože měla dobrou náladu. A poté tu ruku udělal tmavší, protože má tu náladu zkaženou. Zkazili jí náladu Max s Danem. Ruka má dobré i špatné vlastnosti. A vnímá to tak, že ty dobré i špatné vlastnosti k tomu patří a je to tak v pořádku. Ruka se Týně tvořila dobře, tvoření ji bavilo. Líbilo se jí to rozmazávání. Týna se stále nechce moc otevírat, ale je vidět, že ráda tvoří a je jí proces tvorby baví. Ruka je silně obtahovaná, to prý proto, že jí chtěla mít Týna hezkou. Týna opět na tvorbu potřebovala více času.

Závěrečná reflexe

„Odcházím s tím, že mám od kluků trochu zkaženou náladu. Jinak se mi to tu líbilo.“

Šesté setkání

Cíl: Posilování sebepřijetí, poznávání emocí a práce s emocemi (projevení, pojmenování a přijetí emocí), otevření se

Aktivita:

- Úvodní reflexe: S jakým pocitem dnes přicházím?
- Rozehřívací aktivita: Pošta – zadání: Pomocí tohoto kousku modelíny vytvoř, co bys chtěl poslat dál, předat svému sousedovi.

Pomůcky: Plastelína.

- Emoční srdce – zadání: Nakresli si obrys srdce, větší, klidně může být na celý papír. Poté si vyber z pastelek, která máš před sebou barvu, která nejlépe odpovídá tvému pocitu:
 - a. Radosti štěstí, veselosti
 - b. Hněvu, zlosti

- c. Lásky k někomu blízkému
- d. Smutku, stesku
- e. Spokojenosti, klidu, bezpečí
- f. Strachu

Ted', když víme, co která barva pro tebe znamená, zamysli se, kterého pocitu máš ve svém srdci nejvíce a kterého nejméně a kde je umístěn a vybarvi příslušnou barvu do obrysu srdce, kolik, kterého pocitu v srdci máš.

Po nakreslení obrázků byly položeny následující otázky: Co pro tebe tento pocit znamená, jaké situace v životě s ním souvisí? Bylo pro tebe těžké vyjádřit své pocity?

Pomůcky: Čtvrtka A3, pastelky.

- Závěrečná reflexe

Toto setkání bylo realizované venku, na zahradě dětského domova, našli jsme si klidné místo, kde jsme byli sami, nikdo nás nerušil.

Max

Úvodní reflexe

Dneska dobrý.

Pošta

Max zaujal místo v kruhu vedle mě a Týny. Týna Maxovi vytvořila z plastelíny kuličku. Max mi kuličku přeposlal, nechce mi prý posílat nic. Což vzhledem k tomu, že jsem dospělák mezi dětmi chápu. Týna potom Maxovi řekla, že je fajn kluk, pokud teda neblbne s ostatními klukama. Max si z toho vzal jen negaci, tak jsem Maxe upozornila, jestli slyšel, že mu Týna řekla, že je fajn kluk, a to Týna zopakovala ještě jednou. Max už pak nic neříkal, ale bylo vidět, že ho to potěšilo.

Emoční srdce

Max vybral následující barvy pro jeho emoce:

- Radost, štěstí, veselost – oranžovou
- Hněv, zlost – černou

- Láska k někomu blízkému – červenou
- Smutek, stesk – modrou
- Spokojenost, klid, bezpečí – žlutou
- Strach – šedá

Po zadání aktivity se Max zeptal, zda si může sednout kousek dál od nás. Řekla jsem mu, že ano a poté začal kreslit. Srdce kreslil přerušovanými tahy. Nejprve ho začáral celé černou a poté přidal i červenou barvu. Při doptávání Max zmínil, že má v srdci hodně hněvu a ten si pak vybíjí při rvačkách, nemůže si pomoci. Rozpovídal se o tom, že má sedm sourozenců, Dana a dalších šest s kterými není vůbec v kontaktu. Což ho mrzí. O tátovi prý ví jen to, že je někde v Rusku a s Danem tátu stejného nemají, jsou bratři nevlastní. Máma prý o kluky vůbec nemá zájem, dlouho jí neviděli. Je na ní i na tátu naštvaný, protože na něj kašlou. Lásku v sobě má taky, má prý holku. Při zmínce o rodině Max slzel, mluvit o nich však více nechtěl, protože stejně neví, co by s tím mohl udělat. Pak jsme si povídali na téma rodina, obecně, že všichni děláme v danou chvíli to co nejvíce umíme a že někteří rodiče neumí se o své děti starat třeba tak, jak potřebují, protože to neumí, nikdo je to nenaučil, někdy je to tak, že i naše rodiče vyrůstali v prostředí, kde nedostávali to, co potřebovali, neměli správný vzor a to, že se přenášelo dál a dál z jedné generace na druhou a nenaučili se to lépe, nevěděli jak jinak. Na to děti reagovali, že je to tak, že i jejich babičky a dědečkové vykazovali různé druhy rizikového chování, ve vysoké míře zmiňovali drogy. Což byl i příklad Maxovi a Danovi maminky. Ujistila jsem děti, že to, jak se jejich rodiče k nim chovají, že to není jejich vina. Promluvili jsme si i o tom, že pokud je v tom nějaká závislost, že závislost je také něco jako nemoc, kterou někteří rodiče nedokáží ovládat a ona pak nad nimi přebere kontrolu a pak nemají rodiče na práci nic jiného než se přetahovat s tou svojí nemocí, bojují s ní jakoby o přežití, a tak nemají už prostor na to, věnovat se jim. Také jsme mluvili o tom, proč si pořizují děti, když se o ně nestarají. Pověděli jsme si o tom, že důvody jsou různé a každý zvlášť má svoje, ale že někdy si myslíme, že něco zvládneme a pak to zkusíme a zjistíme, že je to pro nás nad naše síly, že to nezvládneme, a i když se snažíme, tak to prostě nejde i kdybychom si třeba přáli, aby to bylo jinak. Že je to složité. Max byl zadumaný, zmínil, že asi to je to proč se od první třídy rve a potřebuje pořád vybíjet vztek, poté řekl, že můžeme jít dál. Zeptala jsem se ještě Maxe, jestli pro něj bylo těžké vyjádřit jeho pocity: „Bylo.“

Závěrečná reflexe

Max byl rád, že jsme šli ven. Pomohlo mu povídat si o rodičích, už je nevidí jako takový s*ině. Trochu se mu ulevilo.

Jitka

Úvodní reflexe

„Přicházím s dobrým pocitem, těším se, co budeme dělat.“

Pošta

Jít'a v kruhu byla mezi Danem a Týnou. Dan Jít'ě poslal placku. Jít'a z ní Týně vyrobila srdíčko.

Emoční srdce

Jitka při aktivitě vybrala následující barvy:

- Radost, štěstí veselost – fialovou
- Hněv, zlost – černou
- Láska k někomu blízkému – červenou
- Smutek, stesk – modrou
- Spokojenost, klid, bezpečí – zelenou
- Strach – šedá

Jít'a nakreslila srdíčko na čtvrtku, ale nelíbilo se jí, jak srdíčko vypadá, tak mě požádala o novou čtvrtku, tam nakreslila srdce nové. Srdce udělala jistou čarou, dvěma tahy. Do srdce poté zakreslila z části v levém rohu kousek radosti, velký díl lásky, který zaplňuje zbytek levé poloviny srdce, druhá polovina – pravá pak byla naplněna smutkem a v horním rohu kouskem hněvu. Jít'a navázala na Maxe s rodiči a zeptala se mě, co když kvůli tomu dělám, ale pak ošklivé věci. Zeptala jsem se jaké věci myslí. Odpověděla prostě ošklivé a zlé, z jejího projevu jsem vycítila, že mluví o sebepoškozování, zeptala jsem se tedy, zda někdy ubližuje sama sobě. Odpověděla, že ano. Zeptala jsem se jí, jestli mluvíme o sebepoškozování souhlasila. Mluvila o tom, jak si nemůže pomoc. Poděkovala jsem jí, za to, že mi důvěřuje a že se mi svěřila, že vím, že to pro ni nebylo jednoduché. Potom jsem ji řekla, že bohužel nejsem odborník na danou problematiku, že by bylo dobré, kdyby se svěřila do rukou nějakého zkušeného psychologa nebo psycholožky. Potom jsem jí pověděla o tom, že pokud má chuť se říznout je dobré mít po

ruce fixu a raději po sobě malovat, ukázala mi pak počmárané ruce, s tím, že jí to opravdu pomáhá. Divila se, že jí to ještě nikdo neporadil, že na ní spíš tety křičí, že je pokreslená, tak jsem jí nabádala ať tetám vysvětlí o co jde, že to určitě lépe pochopí. Souhlasila s tím, že to zkusí. Pak mi ukázala, že má na zápěstí gumičku a že ji psycholožka doporučovala to, ale že bohužel jí ta gumička vždycky praskne a že teda bude raději kreslit fixou. Přidal se i Max, který si prý jednou sloupnul celou kůži na noze, aby se mu ulevilo. Ale, že pak si řekl, že je lepší radši někoho zmlátit. Konverzaci jsme nakonec uzavřeli, že má Jít'a dva úkoly, vysvětlit tetám, proč po sobě kreslí a potom zařídit si sezení s paní psycholožkou na které bude pravidelně docházet. Jít'a na závěr zmínila, že byla už i hospitalizovaná v psychiatrické léčebně. A že tam jí to trochu pomohlo. Bavili jsme se o tom, jestli na sobě vypožorovala, kdy na ní stavy, kdy má potřebu se říznout asi přiházejí. Svěřila se, že když je ve stresu, jako třeba teď, když je mamka v nemocnici. Poté, když už Jít'a nepotřebovala mluvit, přesunuli jsme se dál.

Po našem sezení, jsem jedné z vychovatelek sdělila, že je potřeba, aby Jitce zařídili sezení u psychologa.

Závěrečná reflexe

„Je mi líp.“

Dan

Úvodní reflexe

„Přicházím s dobrým pocitem, jsem rád, že jsme venku.“

Pošta

Dan stál vedle mě a Jíti. Z plastelíny vytvořil placku a tu Jítě poslal. Co by jí prý měl jiného posílat.

Emoční srdce

Dan při aktivitě vybrala následující barvy:

- Radost, štěstí veselost – zelenou
- Hněv, zlost – černou
- Láska k někomu blízkému – červenou
- Smutek, stesk – modrou

- Spokojenost, klid, bezpečí – oranžovou
- Strach – fialovou

Dan nakreslil srdíčko mírně nakloněné doprava a pravou polovinu větší. V pravé polovině má zlost v levé lásku. Naštvaný je stejně jako Max na jeho rodiče, že ho nechali v děčáku. Lásku má prý ke svým kamarádům a svojí holce. Jít'a se začala červenat. Po chvíli Dan přiznal, že jeho holka je Jít'a, víc už si povídat nechtěl.

Týna

Úvodní reflexe

„Mám se dobře, jsem ráda venku.“

Pošta

Týna stále vedle Jitky, která jí předala srdíčko, Týna následně ze srdíčka vytvořila kuličku a tu předala Maxovi. A Maxovi prý chtěla předat to, že je fajn kluk, když teda neblbne s jinými kluky a neblbne.

Emoční srdce

Týna při aktivitě vybrala následující barvy:

- Radost, štěstí veselost – fialovou
- Hněv, zlost – černou
- Láska k někomu blízkému – červenou
- Smutek, stesk – modrou
- Spokojenost, klid, bezpečí – žlutou
- Strach – šedou

Týna se rozpovídala o tom, že má těžkost s mámou. Máma jí prý pořád píše, jak jí má ráda a tak, ale pak si jí vůbec nevezme domu anebo se s ní hádá jen kvůli známám. Prý jí vychovávala babička. Maminka spíš upřednostňuje bráchu, o kterého se stará a má k němu úplně jiný přístup. Její táta prý není její táta, ale táta bráchy a ona vyrůstala s tím, že je to její táta, ale pak zjistila, že není. Pořád prý nevěděla, proč se nestará o ní, ale o bráchu a pak zjistila proč. Že on je jeho a ona ne. Týna má v srdci i radost a lásku to má tak napůl, pak i trochu

smutku a často i hněv. Jako první emoci si vybrala Týna lásku, lásky má prý v životě dost, ale ne od toho, koho by chtěla mít, a to od rodičů. Situace spojená s láskou pro ni byla nejsilnější, když jí babička pomáhala ty první dny, kdy byla v dětském domově, že to zvládne a podporovali ji a když cely dny po začátku probřečela. V domově má prý některý tety, na který se může spolehnout, ale nemůžou se na ně úplně spolehnout. Má kamarádku Ivu, která jí pomůže. Max prý na holky šel někdy s nožem, tak se bály a musely se před Maxem schovávat na záchodě, tak se podržely. Teď se tomu směly, Max je jen provokoval. I Týna umí dávat lásku, je dobrosrdečná a někdy prý až moc. Nejméně má zlosti, nejvíce smutku. Ale úplně neví, co má o těch emocích úplně říkat. Když prý byla Týna našťvaná tak mlátila klouby do zdi, ale pak jí to hodně bolelo. Pověděli jsme si o hněvu, který může být i negativní, ale i pozitivní. Negativní je, když ubližujeme sobě nebo někomu jinému, pozitivní, když ho využijeme kreativně, když z něho něco vznikne a společně jsme si říkali nápady, jak bychom mohli hněv pozitivně využít.

Závěrečná reflexe

„Je mi dobře.“

Sedmé setkání

Cíl: prohloubení sebedůvěry, posílení sebepřijetí, nalezení bezpečného místa sám v sobě, posílení vnitřní stability a vyrovnanosti

Aktivita:

- Úvodní reflexe: Jak se dnes mám? Doběhlo mi ještě něco z minulého setkání?
- Rozehřívací aktivita: Předání emocí – zadání: Vyjádři to, jak se dnes cítíš beze slov pomocí gest a pošli dál svému sousedovi. Sleduj, jaká emoce se k tobě vrací. Udělali jsme tři kolečka.
- Bezpečné místo – zadání: Sedněte si tak, abyste se cítili příjemně nebo si najděte příjemné místo. Zamyslete se nad tím, jak vypadá Vaše bezpečné místo v životě. Vezměte si materiál, který vám bude vyhovovat a toto své místo si vytvořte.

Pomůcky: Čtvrtka A3, libovolný materiál (klubíčka, krepový papír, látky, ...), základní arteterapeutická sada (pastely, temperové barvy, vodové barvy, rudky, tuše, uhly, pastelky, fixy, tužky atd.).

Max

Úvodní reflexe

„Jo sem v pohodě. Od minula se cítím líp, tenhle tejden jsem sem nerval.“

Předání emocí

Maxovi došla od Týny mexická vlna, tu Max proměnil v Macarenu. Poslední emocí, která k Maxovi přišla bylo poklepání na záda od Týny.“

Bezpečné místo

Max dlouho nevěděl, z čeho chce tvořit a co chce tvořit. Nakonec si Max vzal keramickou hlínu a vytvořil postel. Tam se prý Max cítí nejlíp, rád spí. Když ho něco vystraší přikryje se peřinou. Nic jiného nechce. Požádala jsem tedy Maxe, ať si zavře oči a vloží si toto místo do srdce a když bude třeba, že se tam může uchýlit. Max si u toho spokojeně pobrukoval. Následně jsem Maxe vrátila zpátky.

Závěrečná reflexe

„Jóó, dobrý.“

Jitka

Úvodní reflexe

„Těším se na dnešek. Od minula mi došlo, že po tom, že mi není dobře můžu s někým mluvit, tetám jsem vysvětlila čmárání a už je to s nima lepší.“

Předání emocí

Jitčina první emoce, kterou předávala bylo nadšení, demonstrovala ho výskokem. U cvičení se Jitka smála. Emoce, která se k Jitce vrátila byl úšklebek od Maxe, který měl značit bláznivou náladu.

Bezpečné místo

Při tvoření bezpečného místa sáhla Jitka po fialovém krepovém papíru a keramické hlíně. Pracovala na tvorbě svého bezpečného místa opravdu dlouhou dobu, bylo vidět, že chce mít svoje místo precizní, tvorbu si užívala. Když měla Jitka dokončeno krátce popsala svůj výtvar jako domov, kde bydlí ona s mamkou, je jim tam dobře nikdo jim tam nemůže ublížit a přála

by si tam bydlet. Dále pokračovala, že ale ví, že to nejde. Poprosila jsem tedy Jít'u, aby si vytvořila ještě jedno bezpečné místo, kam ví, že by se mohla uchýlit a je jen a jen pro ni. Jít'a vymodelovala strom. Strom popsala jako místo, kam chodí, když jí není dobře, když se potřebuje vyplakat. Je tam ráda. Požádala jsem Jít'u, ať si zavře oči a představí si, že si toto místo vkládá do srdce, má ho v sobě a kdykoliv se bude cítit špatně, může se sem uchýlit. Následně jsem Jít'u vrátila zpátky.

Závěrečná reflexe

„Dneska to pro mě bylo smutný, ale pak už mi bylo líp.“

Dan

Úvodní reflexe

„Dneska dobrý. Došlo mi, že se občas všichni cítíme na h*vno.“

Předání emocí

K Danovi doběhlo nadšení Jít'i, Dan z výskoku začal tancovat. Na závěr se k němu dostalo srdíčko od Jitky.

Bezpečné místo

Dan si vybral stejně jako Jitka tvoření z hlíny. Chvíli si hlínu jen mazala v rukách. Nakonec vymodeloval fotbalovou branku a hřiště. Na hřišti je mu prý nejlíp. Kdyby mohl byl by tam pořád. Max do povídání Dana vstupoval slovy to je ale k*kot atd. Maxe jsem upozornila na naše dohodnutá pravidla, pak už Max do sdělení Dana nezasahoval. Dan se na chvíli seknul a nechtěl mluvit, nakonec se mi ho podařilo ujistit, že teď už bude všechno v pořádku, přislíbil to i Max, a tak začal Dan mluvit. Jeho snem je být profesionální fotbalista. Na hřišti se cítí bezpečně, protože se tam cítí jako doma. Jiné místo modelovat nechce, chce ho mít tady. Požádala jsem tedy Dana, ať si zavře oči a toto místo si vloží do srdce, tak, aby ho tam vždy našel, když bude potřeba. Následně jsem Dana vrátila zpátky.

Závěrečná reflexe

„Dneska mě to bavilo.“

Týna

Úvodní reflexe

„Mám se dobře. Od minula mi došlo, že je ráda, že má kamarády a že není sama a že není až tak marná.“

Předání emocí

K Týně přišla emoce od Dana tancování, Týna udělala mexickou vlnu, kterou předala Maxovi. K Týně se jako poslední emoce vrátilo plácnutí a ťuknutí pěstí do Dana.

Bezpečné místo

Týna si jako pomůcku vybrala temperové barvy a namalovala moře. Nad mořem se vznášeli raci. Týna toto místo popisuje jako místo, kde je klid, její tam dobře. S rodiči jednou byla u moře a moc se jí tam líbilo. Zeptala jsem se, proč je na obrázku jen moře a není tam nějaká pevnina, kde by si mohla Týna odpočinout, kdyby už byla unavená z plavání anebo byly vlny moc divoké. Týna se mě zeptala, zda by teda ještě mohla něco přimalovat a přimalovala ostrov s palmou, tam prý bude odpočívát. Následně jsem požádala Týnu ať zavře oči a vloží si místo do srdce tak, aby kdykoliv ucítí, že potřebuje se k němu mohla vrátit. Následně jsem Týnu vrátila zpátky.

Závěrečná reflexe

„Cítím se v klidu, jako svobodně.“

Osmé setkání

Cíl: Posílení sebepřijetí, prohloubení sebedůvěry, podpora vztahů ve skupině

Aktivita:

- Úvodní reflexe: Co mi od našeho posledního setkání udělalo největší radost? Jak se dnes cítím?
- Rozehřívací aktivita: Jak vidím toho druhého. Děti dostali instrukci, aby si vzali barvy na obličej a nakreslili jednu věc, která by toho druhého vystihla na obličej.

Pomůcky: Sada barev na obličej,

- Vizitka – zadání: Na papír si libovolnou pomůckou nakresli nebo namaluj svoji vizitku. Následně byla zadána instrukce: Vizitku pošli svému sousedovi a napiš na ní 3

vlastnosti, které na něm máš rád. Když bylo hotovo znovu jsme poslali dalšímu sousedovi. Prohlédni si, co se ti vrátilo. Řekni, co tě potěšilo, co tě překvapilo a zda je tam něco s čím nesouhlasíš.

Pomůcky: Čtvrťka A4, základní arteterapeutická sada (pastely, temperové barvy, vodové barvy, rudky, tuše, uhly, pastelky, fixy, tužky atd.).

- Závěrečná reflexe

Max

Úvodní reflexe

„Od poslední mi udělalo radost, že jsem se mohl pořádně vyspat. Je mi dobře.“

Jak vidím toho druhého

Maxovi se na obličejí objevil medvěd, šašek, srdíčko a symbol penisu. Max byl naštvaný a začal křičet na Dana, který symbol penisu nakreslil. Uklidnila jsem situaci a nechala Dana vyjádřit, proč zvolil zrovna takový obrázek. Dan se rozpovídal o tom, že se k němu Max chová jako č*rák, upozornila jsem na to, že nemluvíme vulgárně a Dan tedy zmírnil a začal vyprávět, že se nechová jako jeho brácha, že ho nikdy nepodrží, jen se předvádí. Max na to reagoval, že má Dan co říkat. Zeptala jsem se, zda by chtěli, aby se mezi nimi vztah urovnal, nejdříve kluci jednoznačně sdělili ne. Následně jsem začala vyprávět obecně o sourozencích. Z Dana pak vypadlo, že ho to mrzí, Max se nejdříve choval k Danovi opozičně, že ho shazoval říkal věci typu „ty seš měkkej“ nebo „no jó pan citlivka“, následně však přiznal, že by chtěl s Danem také lépe vycházet. Domluvili jsme se na první kroku a to je, žádné urážení a budeme se snažit druhému naslouchat co chce říct, jednou za týden budou spolu kluci chodit na hřiště házet na koš.

Vizitka

Max na vizitku namaloval královskou korunu a napsal na ni Maxmilián I.. Korunu kreslil fixy. Vlastnosti, které se Maxovi vrátili byly vtipnost, hodný kluk, dokáže pomoci, vtipálek, umí hrát fotbal, když chce je kámoš, hodný, přátelský, vtipný. Maxe překvapilo, že je vnímán ostatními jako hodný, což ho hodně potěšilo.

Závěrečná reflexe

„Dneska super, eňo ňůňo.“

Jitka

Úvodní reflexe

„Od minula mi udělalo radost, že jsme vyhráli volejbalový zápas a mamka se už vrátila z nemocnice. Cítím se dobře, protože se míň bojím.“

Jak vidím toho druhého

Jitka na obličejí našla květinu, srdíčko, motýlka. Jitce udělaly všechny obrázky radost. Moc se jí to líbí a poslala všem na dálku srdíčka.

Vizitka

Na vizitce si dala Jít'a záležet, ozdobila jakoby rám vizitky a nakreslila svoje jméno z kopretin. Kopretiny má ráda. Vlastnosti, které se Jitce vrátily byly dobrá kamarádka, pořád veselá, hodná, chytrá, veselá, kámoš, hezká, mám jí rád, hodná. Jitku překvapilo nejvíc chytrá, ve škole se sice snaží, ale nemá samé jedničky. Ostatní jí řekli, že má nejlepší známky z nich všech a že umí dobře myslet. To Jitku potěšilo, byla moc spokojená s tím, co se jí vrátilo.

Závěrečná reflexe

„Dneska to bylo hezký, příjemný.“

Dan

Úvodní reflexe

„Od minula mi udělalo radost, že jsem se dozvěděl, že v létě bude zase tábor, na který jezdím. Cítím se dobře, mám radost.“

Jak vidím toho druhého

Danovi na obličej ostatní nakreslili srdíčko, smajlíka, hvězdičku. Dana překvapilo, že tam nemá nic negativního od Maxe. U hvězdičky nevěděl, co to znamená, tak mu Týna, která hvězdičku nakreslila vysvětlila, že je sportovní hvězda. Dan byl spokojený.

Vizitka

Vizitku kreslil Dan pastelkami a nakreslil na ní fotbalové míče a florbalku. Napsal na ní Dan. Vlastnostmi, které se Danovi vrátili bylo, kamarádský, sportovec, parťák, hodný, kamarádský, šikovný, fotbalista, nevím, nevím. Dana našťvalo, že mu chybí dvě vlastnosti, bylo

mu jasné, že je to Max a rozčiloval se, že i on se snažil Maxovi něco vymyslet. Max se nejdřív smál, ale potom se Danovi omluvil, že pro něj bylo těžké něco vymyslet. Dan mu to nevěřil. Jinak Dana všechno potěšilo a překvapilo ho, že je šikovný, nikdy ho nenapadlo si tohle o sobě myslet.

Závěrečná reflexe

„Je mi fajn.“

Týna

Úvodní reflexe

„Od minule mi udělalo radost, že jsme začali zkoušet v děcáku hru, kterou budeme hrát pro ostatní děcáky a možná i školy a že nám to s holkama šlo. Cítím se v pohodě.“

Jak vidím toho druhého

Týně byl na obličej nakreslen smajlík, srdíčko a další smajlík. Týna byla spokojená, má prý taky všechny ráda (smích).

Vizitka

Týna vizitku kreslila pastelkami. Vizitku pojala velmi jednoduše, napsala na ni své jméno fialovou barvou a dále jí nezdobila. Vlastnosti, které Týně napsali ostatní byly přátelská, hodná, vřdycky pomůže, kámoš, vtipná, hodná, kamarádká, podrží, dobrá herečka. Týnu překvapila dobrá herečka, Max, který vlastnost psal vysvětlil, že to myslel tak, že hraje dobře v dramatu a protože hrajou spolu je rád, že jim to tam nekaží. Týna se smála, poděkovala, jinak doufám, že to na ní sedí a je spokojená.

Závěrečná reflexe

„Cítím se dobře, byla to sranda, hlavně to kreslení po obličejí.“

Deváté setkání

Cíl: Uvolnění, posílení sebepřijetí, změna náhledu sám na sebe (v pozitivním smyslu)

Aktivita:

- Úvodní reflexe: Co se mi od našeho posledního setkání nejvíce povedlo? Jak mi dnes je?

- Rozehřívací aktivita: Vytáhni si smajlíka, který vyjadřuje tvoji dnešní náladu a krátce o tom pohovoř.

Pomůcky: Sada karet Emoce.

- Koláž já a můj svět – Instrukce: Vytvoř koláž z obrázků časopisů, které zde máš k dispozici na téma já a můj svět.

Pomůcky: Čtvrtka A3, nůžky, lepilo, různé časopisy

- Závěr a závěrečná reflexe: Na závěr dostaly děti porcelánové talíře a popisovače na porcelán, posílaly své talíře sousedovi, který vždy napsal nějaké sdělení tomu druhému. Po navrácení talíře jeho majiteli, proběhla závěrečná reflexe.

Pomůcky: Popisovače na porcelán, porcelánové hrnečky

Max

Úvodní reflexe

„Dneska je mi dobře, nejvíc se mi povedlo, že jsem s Danem šel hrát basket a pořádně jsem ho rozmasakroval.“

Smajlíci

Max si vytáhl smajlíka, který se usmíval. Vybral si ho, protože má dneska dobrou náladu.

Koláž “Já a můj svět“

Max do středu koláže nalepil rappera, který má prý vystihovat jeho. Kolem něj poté nalepil rádio, jakože rád poslouchá hudbu, televizi, bez té prý nemůže být. Pak spoustu jídla, prý rád jí všechno a nejradši ze všeho má energetáky, to je ňamka. Dále na obrázek nalepil nějaké pokémony, na ty prý teď rád kouká. Potom na koláž nalepil sluníčko a mrak, to prý znamená, že někdy je mu dobře a někdy zase mizerně. Další věci, co nalepil na koláž byl smeták, to je prý jejich jedna vychovatelka, která je hrozná a on s ní teď bojuje a říká jí pometlo. Zaujalo mne, že tam Max nemá žádnou osobu, proto jsem se ho zeptala, zda má někoho v životě, kdo by do jeho světa patřil a byl mu třeba blízký nebo oporou. Max řekl ne. Pak jsem se ptala, zda je lepší vztah s Danem, to oba kluci potvrdili. Zeptala jsem se Dana, zda by chtěl být pro Maxe blízkou osobou a oporou, Dan řekl, že ano, ale musí se k němu Max chovat taky dobře. Zeptala jsem se tedy Maxe, zda by se to líbilo i jemu a zda by nestálo za to na tom zapracovat, Max řekl, že o tom bude přemýšlet.

Závěrečná reflexe

Max na porcelánovém talíři obdržel sdělení “Jsi fajn kluk“, “Má tě rád“, “Jsi bezva“. Maxe sdělení dojala, slzel, poděkoval. „Dneska mi bylo dobře.“

Jitka

Úvodní reflexe

„Cítím se pozitivně, povedlo se mi dostat jedničku z češtiny.“

Smajlíci

Jitka si vybrala smajlíka, s názvem uvolnění, její prý fajn, a proto si ho vybrala.

Koláž “Já a můj svět“

Jitka na pravou stranu umístila dívku, která prý jakoby hledí na ty ostatní věci. Jako další umístila na koláž koně, dům, který značí její domov, objímající se osoby, které značí jí a její maminku. Nalepila sem také barvy, protože ráda maluje. Volejbalový míč, protože miluje volejbal. Dál do koláže zakomponovala partu lidí, jsou to prý její kamarádi z dětského domova. Do koláže vystříhla srdce, to je prý, že má v životě lásku a taky lásku chce dávat. S koláží byla spokojená.

Závěrečná reflexe

Na porcelánovém talíři se objevily Jitce následující sdělení: “Buď pořád mimoň“, “Mám tě ráda“, “Jsi fajn“. Jitě to udělalo radost. „Dneska se mi to líbilo, hlavně ten konec.“

Dan

Úvodní reflexe

„Nevím, co se mi povedlo, asi to, že jsem dodržel to, že jsem šel hrát s Maxem a neporvali jsme se. Cítím se normálně.“

Smajlíci

Dan si vytáhl smajlíka “Smířený“ smajlík se mu nejvíce líbí, je to prý největší pohodář.

Koláž “Já a můj svět“

Dan doprostřed koláže vlepil fotbalistu, je to prý on. A jeho sen je stát se profesionálním fotbalistou. Má rád Messiho. Kolem fotbalisty nalepil člověka, který má sluchátka a poslouchá

hudbu, to Dan dělá prý rád. Do koláže vlepil muže, je to prý táta, s kterým se občas vidí. Dále vlepil slunce, je to proto, protože se snaží vidět věci pozitivně. V koláži Dan umístil také jídlo, které má moc rád. Koláž se mu tvořila dobře, jen nevěděl co do koláže má ještě dát.

Závěrečná reflexe

Danovi na porcelánovém talíři přišli vzkazy: „Vejde“, „Mám tě ráda“, „Stay positive“. Danovi se vzkazy líbily, jen ho opět vyvedlo z míry, že on se snažil bratrovi napsat něco hezkého a on mu píše kraviny. Max se k tomu vyjádřil, že je prostě vejce a že to nemyslel zle. Dan mu ukázal pěstí a já jsem Dana vyzvala ať to uvede do slov. Dan řekl, že by nejradši Maxovi rozbil h*bu, protože on se snaží a Max všechno kazí. To Maxe překvapilo a řekl Danovi: „Tak promiň bro“ a šel Dana obejmout, ten se bránil, nakonec si kluci podali ruce a řekli si, že jsou v pohodě. „Cítím se dobře, jsem rád, že jsme si to s Maxem vyříkali.“

Týna

Úvodní reflexe

„Měli jsme ve škole praxi a učila jsem se stříhat, paní mistrová mě chválila, tak asi to se mi povedlo. Cítím se dobře.“

Smajlíci

Týna si vybral usměvavého smajlíka, nadšený. „Jsem nadšená, protože jsem se na dnešek těšila.“

Koláž “Já a můj svět”

Týna na koláž umístila ženu doprostřed obrázku, je to ona. Dále nalepila do obrázku srdíčka, protože potřebuje v životě lásku. Potom do obrázku nalepila starší ženu, ta představuje babičku, kterou má Týna moc ráda, chápe, že se o ní nemůže starat, ale i tak je to její nejbližší člověk. Do obrázku vsadila nůžky, vzdělává se na kadeřnici a je to povolání, které chce jednou dělat a teď jí to ve škole baví, hlavně praxe. Potom tam má dům, to je její vysněné bydlení, kde jednou bude žít a bude tam mít svoji rodinu. Má na obrázku také partu lidí, ti představují všechny kamarády a lidi co jí drží.

Závěrečná reflexe

Týně se vrátil porcelánový talíř se vzkazy: „Jsi super“, „Kámoš“, „Fajn holka“. Týna měla ze vzkazů radost. „Dneska se mi to líbilo, cítím se dobře.“

Desáté – závěrečné individuální setkání

Cíl: Realizace testu USAQ a testové baterie projektivních testů H-T-P, diagnostika

Aktivity:

- Úvodní reflexe: S čím dnes přicházím? Jaký jsem měl den?
- Test “Blob tree“- zadání: Na rozdaném obrázku máte panáčky, pomocí libovolné pastelky nebo tužky zakreslete panáčka s kterým se nejvíce ztotožňujete, kde jste vy. Po zakreslení následovala druhá instrukce: Teď zakreslete panáčka, kterým byste chtěli být, kde byste být chtěli.
- Vyplnění dotazníku USAQ
- Kresba domu – zadání: Nakresli dům.

Pomůcky: Papír A4, tužka.

- Kresba stromu – zadání: Nakresli, jak nejlépe dovedeš strom, který není palma ani jehličnan.

Pomůcky: Papír A4, pastelky.

- Kresba postavy – zadání: Přelož si papír na půlku, polož si papír před sebe a nakresli lidskou postavu. Po dokončení první postavy dostaly děti instrukci, ať nakreslí na druhou půlku papíru lidskou postavu opačného pohlaví.

Pomůcky: Papír A4, pastelky.

- Kresba domu – zadání: Nakresli dům.

Pomůcky: Papír A4, pastelky.

- Kresba stromu – zadání: Nakresli, jak nejlépe dovedeš strom, který není palma ani jehličnan.

Pomůcky: Papír A4, tužka HB.

- Kresba postavy – zadání: Přelož si papír na půlku, polož si papír před sebe a nakresli lidskou postavu. Po dokončení první postavy dostaly děti instrukci, ať nakreslí na druhou půlku papíru lidskou postavu opačného pohlaví.

Pomůcky: Papír A4, tužka HB

- Závěrečná reflexe

Max

Úvodní reflexe

Max se dnes měl dobře, těšil se na poslední setkání. Měl dobrý den, válel se u televize.

Test “Blob tree“

Max nejprve zakreslil panáčka, který sedí v pravém rohu na stromě se zkříženými rukama a je zamračený. Označil se tam proto, protože je prý pořád jen naštvaný. Jako druhého panáčka administroval Max panáčka sedícího uprostřed stromu, který mává. Mává prý ostatním a chtěl by být tady, protože ten panáček vypadá, že má radost.

Kresba domu

- **Tužka**

Max nakreslí jednoduchý domeček, který má dvě okna, dveře bez kliky, opět chybí komín. Tahy čar jsou nejisté. Dům je nakreslený na šířku a je na poměr vůči obrázku malý. Max k domečku sděluje: „Je to rodinej obydlenej baráček, třípatrovej, v každém patře je speciální pokoj, nahoře je koupelna, v prostředku je kuchyň a obývací, na půdě je taky takový pokoj. V domě Max vaří i bydlí. Barák je sám opuštěnej. Dlouho tam nikdo nebyl. Všichni se ho bojejí. Aby se ho nebáli dalo by se to udělat tak, že by se opravil a vypadal míň strašidelně. Při kresbě se mě Max ptal, jestli si může stěny narýsovat, aby je měl rovné, to jsem ho poprosila ať nedělá, obrázek by potom neměl vypovídající hodnotu. Potom nám na dveře zaklepala Týna, že jí paní vychovatelka posílá pro Maxe, že nacvičují divadlo. Týně jsem pověděla, že si paní vychovatelka asi nevšimla, že máme s Maxem domluvené setkání, že bohužel ho pustit nemůžu. Následně se Max rozpovídal o tom, že má v divadle dvě role, že ho moc baví a že hraje na začátku lucifera a potom Honzu. Pak se rozčiloval, že paní vychovatelce říkal, že má dneska arteterapii a že mu říkala, že budou nacvičovat až po našem setkání, takže nerozumí tomu, proč nacvičují teď a Týnu posílá.

- **Pastelky**

Při kresbě pastelkami, Max opět sáhl pouze po černé barvě, dům má dveře s klikou, dvě okna, střechu a na ní tašky. Opět chybí komín. Tady bydlí Max s manželkou. Barák nic nepotřebuje, má také tři poschodí. Je normální.

Kresba stromu

- **Pastelky**

Max nakreslil strom hnědou pastelkou. Strom nakreslil na šířku. Kmen je mírně bytelnější, silnější než u první kresby Maxova stromu při prvním setkání. I koruna stromu vypadá bohatší a strom působí větší, lépe uspořádaný. Max: „Strom je starej 500 let. Udělal jsem takový jakoby keříky, protože se mi líběj. Strom je napůl mrvej a napůl živej. Strom není sám, v okolí jejich víc, celá rodinka. Strom je stabilní, pokud nepřijde řezník s pilou a neuřízne ho.“

- **Tužka**

Kmen stromu vypadá poměrně stabilně i když je na pravé straně mírně jakoby nakouslý. Kolem kmenu je nakreslené kolečko, to si prý Max jen strom ozdobil. Koruna stromu vypadá bohatě, má tvar mráčku.

Kresba postavy

- **Pastelky**

Max namaloval postavu muže jako první. Nakreslil jí modrou barvou, dětským způsobem. Panáček lítá ve vzduchu, chybí mu chodidla a prsty. Jako druhá byla nakreslena postava ženy, která je nakreslena obdobně jako mužská postava jen červenou barvou. Obě postavy se mají usmívat. Jejich pohledy však působí trochu děsivě.

- **Tužka**

Jako první administroval Max postavu ženy, ženě opět chybí prsty a chodidla, avšak není, jíž tvořena čarou, ale má takové hranaté tělo. Jsou přítomny uši a výraz je celkově příznivější než u osob kreslených pastelkami. Mužská postava je na tom obdobně jako ženská, působí více přátelsky. Max: „První jsem udělal holku, protože mám rád holky. Kluk se jmenuje Max, je to pankáč. Já jsem taková dobrá tyčinka, dobrá duše.“

Závěrečná reflexe

Arteterapie prý Maxe bavila a bylo mu tam dobře.

Jitka

Úvodní reflexe

„Dneska se má Jitka dobře, jen ji mrzí, že už se nevidíme. Zítra jedu na atletiku, tak se taky moc těším.“ A jakou disciplínu děláš? „Běhám.“

Test “Blob tree“

Jít'a jako prvního panáčka, který odpovídal otázce kde se vidí ona zakreslila panáčka, který stojí na vrcholu stromu a usmívá se, prý na všechny dohlíží a je spokojený, když měla zakresli panáčka, kterým by chtěla být, řekla, že by chtěla být tím co už zakreslila, požádala jsem ji tedy, ať mi zakreslí kolečko kolem toho panáčka, ať vím.

Kresba domu

- **Tužka**

Jitka zakreslila dům na šířku. Dům je umístěn uprostřed papíru, z profilu, zvolila podobné dveře jako při první kresbě a však tentokrát vynechala okna, nakreslila pouze vikýř, dům působí prázdně a nepřístupně. Čáry jsou nejisté. Při minulé kresbě měla Jít'a potřebu zdokonalovat, gumovat, tentokrát jsem u ní něco takového vůbec nezpozorovala. Dům je opuštěný uprostřed velkého pole, nikdo tam široko daleko není, lidi se ho bojí kvůli tomu, jak vypadá, je strašidelný. Ve uvnitř bydlí lidi, který mají rádi zvířata a je to tam skvělý. Proto se nemá odsuzovat lidi podle toho, jak vypadají. Cesta se k němu dá najít tak, že to ty lidi zkusí se podívat dovnitř a uvidí, jak je skvělý. Potřeboval by někoho, aby k němu někdo přišel i by chtěl. Má zavřené dveře, ale kdyby dveře otevřel, tak by to pomohlo. Nemá žádný okna, možná proto lidi se ho lidi bojí, protože nevidí dovnitř. Lidi se bojí, protože ho nevidí v pravém světle, ale i když se odváží, tak stejně odcházej, protože se ho bojí. Bojí se toho, že je jiný, odlišný než ostatní, není tak barevný není hezký. Je dobrý, že je odlišný, každý není stejný. Potřeboval by nějakého člověka, který by se nebál a dal by mu trochu života, mohl by ho třeba nabarvit, pomohl by mu v tom, aby víc vyniknul. Možnost, aby někdo takový přišel není. Lidi by proto, aby někdo přišel by mohli otevřít dveře nebo okna, možná udělat i terasu. Anebo dát fotky na sociální sítě, aby si lidi toho všimli a byl pro ně viditelnější a byl pro ně bezpečnější, dát třeba plakáty na nějaký muzeum. Domu ublížili zlí lidé, kteří neměli rády barvy. Lidi, který to mají v pronájmu ho nabarvili na černo a pak už tam nechtěl nikdo chodit. Chtěli ho změnit k obrazu svému. Ty lidi, který se tam potom nastěhovali, mluvili cizí řečí, a proto nevěděli ani jak se s ostatními domluvit, dát jim najevo, že jsou skvělí. Já bych tam bydlet nechtěla, chtěla bych raději něco barevnějšího. Já jsem posera, já se i na domově bojím, radši jsem schovaná. Abych se nebála by mi pomohlo nekoukat se na horory.

- **Pastelky**

Při kresbě pastelkami zvolila Jít'a hnědý dům, tentokrát z pohledu zepředu. Před domem je trávník, na kterém roste spousta květin, na levé straně je zobrazeno sluníčko. Střecha je červená, co mě však zaujalo je komín, který je také vybarven červenou barvou, a navíc červenou barvou oddělen od střechy. Tento dům má dvě tak akorát velká okna. Dveře s klikou. Jít'e se prý kreslilo pastelkami lépe. Negumovala. S kresbou byla spokojená. Při kresbě Jitka komentovala, že její domeček vypadá jak kresba od prvňáka. Pověděla jsem ji, že na mě tak nepůsobí. Potom Jít'a zmínila, že je to pohodový domeček. Tenhle domeček se mi povedl, mám tu tulipány sedmikrásky. Baval mě kreslit nejvíc. Mohla jsem tam přidat hodně věcí, na rozdíl od tamtoho, mohla jsem tam dát barvy, barevný je takový veselejší. Má jedno patro a půdu, bydlím tu já, bydlí se mi dobře, je tu všechno.

Kresba stromu

- **Pastelky**

Strom Jitka zobrazila na šířku a opět jako sopku, tentokrát nakreslila růžovou korunu, hnědý kmen. Prý jí takto naučila strom kreslit kamarádka ve škole ho takhle kreslit. Je to takový čínský strom, sakura. Má květy, to je to růžový a je to zatím schovaný, je živý, je o něj dobře pečováno. Nic by nepotřeboval je o něj dobře pečováno, je mu 2500 let. Je stabilní a ještě 2500 let bude. Roste sám.

- **Tužka**

Strom, který Jít'a zobrazila tužkou koncipovala na výšku. Patrný je velký kmen, který se táhne od jedné strany papíru k druhé a postupně se zužuje. Koruna je tentokrát nakreslena jako mráček, je však několikrát obtahovaná. Stromeček, který se nepovedl. Papír jsem si mohla vzít jiný, ale nechtěla jsem. Já přece taky neovlivním, jak vypadám. Kluci to mají dobrý jsou stejný vždycky, holky ty mají jiný make-upy. Někdy rovný vlasy někdy kudrliny. I když některý kluci dneska už taky vlastně nosí make-up. Je mrtvý. Protože je u děsivé rodiny a oni ho mají rádi a spíš se o něj nestarali. Potřeboval by zalít a trochu sluníčka, ne tmu, a láskyplnou péči. Pomohlo by mu, kdyby si ho milovníci přírody vzali k sobě a tam s e o něj starali a pak by ho mohli vrátit a naučit je, jak se o něj starat. Potřebuje lásku a péči.

Kresba postavy

- **Pastelky**

Jít'a jako první nakreslila postavu ženy, žena je malá, usmívá se, chybí jí nos a prsty u rukou, chodidla. Muž je o něco větší než žena, ale také je na poměr k papíru hodně malý. Stejně jako

ženě, chybí mužovi nos, prsty a chodidla. Při kresbě se Jitka rozpovídala o tom, že u nich je naposledy teta Andrea, což jí mrzí, protože jí má ráda. Nastupují prý nové dvě tety, ráno se tam byla jedna teta podívat a vypadá sympaticky. Jeden je malý jeden velký. Malá je holka, protože jak jsme to překládali, tak jsem si neuvědomila, že je tohle větší než ta druhá strana. Holka ráda tančí on rád kouká, rád kouká na nás, na vás. Je to hodný člověk, ale. Myslí si srdíčko. Cítí se v pořádku a cítí se bezpečně, oba. Jsou šťastní. Klukovi je 28 a holce 25.

- **Tužka**

I při kresbě tužkou Nakreslila Jitka první ženu, která je malá s chybějícím nosem, prsty a chodidly. Muž je oproti ženě větší, avšak také mu chybí stejné prvky jako ženě. Muž má vedle hlavy zobrazené srdce. Tohle je Ana a Adam, jdou k sobě. Kluk je plešatý a má paruku a holka má vlastnost, že umí skvěle tančit, to jsem já. Bydlím v barevném domečku s tím klukem. Je jim 21 holce a klukovi 22.

Závěrečná reflexe

Jitka by chtěla arteterapii ještě, prosila mě, ať se zeptám paní ředitelky.

Dan

Úvodní reflexe

„Dneska dobrý.“

Test “Blob tree“

Dan se těšil dneska proto dal tu trojici na větví. Taky je rád mezi kamarády. Je to týmový hráč, vždycky se ostatním snaží pomoci. Jinde by být nechtěl.

Kresba domu

- **Tužka**

Dan se při kresbě domu obával, že neumí udělat střechu. Ujistila jsem ho, že to není o kráse a že to vůbec nevadí. Že si má kresbu hlavně užít. Nakreslil dům zepředu s jedním oknem, dveřmi a balkónem a na střeše je vikýř. Střecha se Danovi prý nepovedla, tak jí udělal hranatou jinak by se mu tam nevešla. Dům je ten, který Dan viděl jednou na opuštěném místě, nepovedla se mu střecha, protože byl ve stresu, ve stresu byl proto, protože se bál, že tu střechu podělá.

Potom si ulevil mačkáním a už se mu kreslilo líp. Nebydlí tam nikdo, je opuštěný, bydlí tam maximálně bezdomovci. On by tam bydlet chtěl, kdyby si ho trochu opravil. Má čtyři patra. Ten barák je prý strašidelný a každý den tam vylízá upír. Dům by prý potřeboval opravy a domu nikdo neublížil. Ten dům spíš ublížil jim, dům posedl démon. Kdo do něho vstoupí je mrtvý. Je lepší se k tomu domu nepřibližovat. Dan zapojil fantazii, den předtím prý koukali tajně s klukama na horor. Dům nakreslil Dan na výšku.

- **Pastelky**

Dan nakreslí dům na šířku, domek nakreslil červený s jedním oknem a vikýřem, střechu vybarvil červeně. Danovi šel líp kreslit, tam dokonce bydlí, je červenější, protože červená prý přináší dle Dana štěstí. Bydlí se mu v něm dobře, má dvě poschodí, jedno na půdě. Dan má s manželkou pokoj. Dan byl rychle hotov, při kreslení působil uvolněně, ale už se nezabýval tolik detaily, nebyla patrná taková snaha, jako když dům kreslil při našem prvním setkání. Jako pozitivní hodnotím, že Dan by při celém procesu tvorby uvolněný, bez obav oproti kresbě domu předešlého.

Kresba stromu

- **Pastelky**

Dan i přes zadanou instrukci nejdříve začal kreslit jehličnan. Je to prý modřín. Zastavila jsem ho a poprosila, ať začne znovu a udělá strom, který není ani palma ani jehličnan. Dan tedy začal znovu. Potom se Dan rozpovídal o tom, že byl na atletice a že dělal sedlehy a že ho z toho bolí hodně břicho, že jich udělal dokonce 44. A různě jsme si povídali. Až jsme se dostali k tomu, že by Dan chtěl být automechanik. A taky, že Dan nemá rád bílou barvu a že pro něj znamená vzteklinu. Že jednou našel žábu, která měla vzteklinu a měla bílou pěnu u pusy a pak musel na odběry a pak taky, že mu Max jednou, když byly u mámy rozbil hlavu, protože do něj narazil na skateboardu atak. Pěkně se Dan rozpovídal. Dan nakreslil strom hnědou barvou a na výšku, strom je starý 500 miliard let. Strom je stabilní, vichřice ho nezlomí. Strom by potřeboval, zalít, je mrtvý. Větve pěkně směřují nahoru, koruna je větší než kmen.

- **Tužka**

Strom tužkou nakreslí Dan prý ovocný, má rád hrušky, tak si tam jednu dal. Strom je starý, ale hrušky má dobrý. Je stabilní. Roste tady na zahradě. Nestará se o něj nikdo. Roste s více stromy. Strom je orientován na výšku a je vzhledem k prostoru na papíru malý. Při kresbě stromu Dan používal jisté tahy, byl rychle hotový. Soustředil se. Použil uzavřený obláčkovitý tvar koruny.

Kresba postavy

- **Pastelky**

Jako první nakreslil Dan kluka. Nakreslil ho zelenou barvou, protože je jeho nejoblíbenější. Kluk je prý on. Postavu nakreslil bez obličeje, chybí prsty i chodidla. Postava má pouze uši. Druhá dívka, je obdobná jako postava mužská, jen je oproti postavě muže menší a je umístěna více ve středu, muž je orientován spíš k levé straně. Má jedenáct let, protože i jemu je jedenáct. Cítí se dobře. Přemýšlí o tý bolesti břicha z atletiky. Druhá osoba je, když už to teda vím Jitka, její tolik kolik Jitce a má se taky dobře. Panácci jsou silně obtahováni, je tam cítit velký tlak.

- **Tužka**

Při kresbě tužkou nakreslil Dan panáčka opět bez prstů a chodidel, tentokrát má obličej, na kterém má velké oči s brýlemi, usmívá se má opět větší uši a klobouk se čtyřlístkem. Osobě je 50 let. Je to nějaký náhodný chlap, který má štěstí, protože má za kloboukem ten čtyřlístek. Nepotřebuje nic, má to štěstí. Toho Dan nakreslil jako prvního. Jako druhou nakreslil Dan ženu, ženě chybí stejně jako muži prsty a chodidla, muž je velký na celý papír, zatím co žena je malinká a lita uprostřed papíru. Usmívá se. Žen je podle Dana taky nějaká náhodná ženská, je taky stará a už k ní nemá víc co říct. Nepotřebuje nic. Dan se při kresbě muže opravdu snažil, nechal si na ní záležet, když kreslil ženu byl rychle hotov.

Týna

Úvodní reflexe

Týna se měla dobře, přichází s dobrou náladou. Nic zajímavého se neudálo.

Test “Blob tree“

Týna vybarvila panáčka, který sedí na stromě a mává. Je prý přátelský, má rád lidi a měnit ho nechce.

Kresba domu

- **Tužka**

Při kresbě tužkou se Týna opět snažila mít co nejkrásnější rovné čáry, požádala jsem ji ať nerýsuje, ale kreslí bez pomoci, nejdříve nechtěla, poté ale souhlasila. Střechu a zdi, ale jinak dělat nebude. Dům je velmi podobný domu, který kreslila Týna před tím, Týna už nepotřebovala tolik času. Dům má opět dveře s klikou uprostřed. A komín na levé straně, který

je na levou stranu nakloněn, na domě je plot. Bydlí v něm dva lidi a mají pejska. Dům má dvě poschodí. Jednu patro má pejsek a druhý ty lidi. Lidem se v domě bydlí moc dobře, bydlet by tam chtěla, líbí se jí je pěkný.

- **Pastelky**

U pastelek už Týna na rýsování netrvala a maloval vlastní rukou. Domeček je koncipován stejně jako domeček nakreslený tužkou. Týna při kreslení byla už rychlejší. U čar je vidět trochu větší tlak. Celý proces se soustředila na kresbu. Nic neopravovala ani negumovala. Tady bydlí taky dva lidi a ty mají kočičku. Nepotřebovali by nic. Domu nikdo neublížil, dům je v pohodě.

Kresba stromu

- **Pastelky**

Týna nakreslila pevný kmen, zelenou korunu obláčkovitého tvaru. Kreslila na výšku. Strom je rozvětvený, velký, má rád zelenou a hnědou barvu. Starají se o něj lidi, který ho vysadili, starají se o něj hodně dobře, protože už je velký, zdravý a živý. Myslím si, že je dokonaleji. Všechny části stromu jsou živý a jsou krásný.

- **Tužka**

Při kresbě tužkou Týna nakreslila stejný strom jen je trochu více umístěn k levé straně. Ale na kmenu udělala čtyři suky. I přesto, že Týna nepotřebovala tolik času, vyhrála si s ním víc než, když kreslila strom při prvním sezení. Strom je rozvětvený a černobílý, je mu 20 let. Je živý, neví, proč je živý, možná proto, protože je celá příroda živá. Počasí je slunečné. Strom je hodně silný a zvládne veškerý pohromy i tornádo. Zvládne všechno.

Kresba postavy

- **Pastelky**

Při kresbě postavy Týna gumovala. Jako první nakreslila Týna postavu ženy. Postava má rozevřené ruce, dlouhé vlasy, všech pět prstů, kalhoty a boty, usmívá se, je zdobená náhrdelníkem. Čáry jsou silné, je tu patrný tlak, ramena nejsou na paže napojena. Osoba je nakreslená spíše na levé straně papíru. Velikost je v normě. Druhá osoba, muž je větší než žena, na papír se nevešel, ramena opět nejsou napojovaná a muži chybí prsty, u jednoho oka mu chybí dvě řasy. Usmívá se, má ruce otevřené do kořán. Chybí mu boty, tělo muže vypadá spíš jako robot. Linky jsou obtahované, nejisté, avšak ne kresleny ne takový tlakem jako u postavy ženy. Týna nejdříve začala kreslit obrys panáčků, potom požádala o nový papír a nakreslila panáčky tyto. Má tady kluka a holku, holka se jí mega líbí, holka má ráda fialovou a kluk modrou barvu.

Pro Týnu fialová barva představuje radost, je to její oblíbená barva. Je jim 20, aby už mohli jezdit autem. Týna se totiž těší na to, že jí bude za chvíli 17 a bude moc řídit. Jsou nějaký lidi, nikdo konkrétní to není. Jsou šťastní, nemají žádný starosti. Jejich sen je udělat si řidičák na auto. Přemýšlí nad tím, že jsou šťastní, že už se těší na auto a chtějí si udělat vysokou školu, obor kriminálku. Týna chce taky na vysokou.

- **Tužka**

Při kresbě tužkou nakreslila Týna první ženu, žena je koncipovaná jako vánoční perníček. Má kudrnaté vlasy a vyplazuje jazyk. Postava muže je realizovaná také do stylistiky perníčku, vyplazuje jazyk, má kudrnaté vlasy. Obě postavy mají ozdobený krk. Čáry mají lehký tlak. Při kreslení byla Týna zaujatá, nepotřebovala tolik času. Při kreslení se Týna rozpovídala o tom, že bydlí ve cvičném bytě a bude na divadelním vystoupení dělat vypravěčku. Potom, že jí postava panáčka teď připomíná spíš postavu babičky. Jsou to bláznivý postavičky, poznám to podle obličejů. Jsou to jiný lidi než ty kreslený pastelkami. Je jim třicet a přemýšlí nad tím, že si chtějí koupit nové auto. Chtěli by dvě fialový a modrý. Jejich sen je koupit si ty auta a chtějí změnit práci. Teď pracují ve škole a budou chtít pracovat v autoservisu. Cítí se šťastně, nic je netrápí.

6 VÝSLEDKY

Pomocí standardizovaného dotazníku bezpodmínečného přijetí Uncondicional self-acceptance questionnaire (USAQ), jsme změřili míru přijetí, každého z respondentů zvlášť před započítím a po ukončení intervence. Toto měření jsme doplnili pomocí baterie projektivních testů House-tree-person (H-T-P). Vztah mezi mírou sebepřijetí na začátku a na konci našeho arteterapeutického snažení jsme měřili pomocí Pearsonova koeficientu. Při interpretaci dat vycházíme z uvedeného rozsahu a jemu příslušnému slovnímu ohodnocení (Dostál, 2021): $I_{rl} < 0.1$ zanedbatelný vztah; $I_{rl} < 0.3$ slabý vztah; $I_{rl} < 0.5$ středně silný vztah; $I_{rl} \geq 0.5$ silný vztah.

Pro náš výzkum uvádíme následující zjištění:

- Silný kladný vztah mezi mírou sebepřijetí při prvním setkání a mírou sebepřijetí při ukončení intervence ($r = .748$)

Tabulka 1: Vztah mezi působením na začátku a na konci intervence

USAQk		
USAQz	R	.748
	N	4

Pozn. r = Pearsonův koeficient, N = počet, USAQz = dotazník USAQ před působením intervence, USAQk = dotazník USAQ po dokončení intervence

- Zlepšení bezpodmínečného sebepřijetí u Maxe po intervenci je na bodové škále dotazníku USAQ o 29 bodů
- Zlepšení bezpodmínečného sebepřijetí u Jitky po intervenci je na bodové škále dotazníku USAQ o 19 bodů
- Zlepšení bezpodmínečného sebepřijetí u Dana po intervenci je na bodové škále dotazníku USAQ o 10 bodů
- Zlepšení bezpodmínečného sebepřijetí u Týny po intervenci je na bodové škále dotazníku USAQ o 4 body

Tabulka 2: Vyhodnocení dotazníku USAQ

	Max	Jitka	Dan	Týna
USAQz	57	91	76	92
USAQk	86	110	86	96
Bodový rozdíl	29	19	10	4
MSZI	Nízká	Střední	Střední	Střední
MSKI	Střední	Vysoká	Střední	Střední

Pozn. USAQz = dotazník USAQ před působením intervence, USAQk = dotazník USAQ po dokončení intervence, MSZI = Míra sebepřijetí začátek intervence, MSKI = Míra sebepřijetí konec intervence

Čím více bodů respondenti na škále USAQ získali, tím větší byla jejich míra sebepřijetí.

Vyhodnocení Max, 11 let

USAQ

Na našem prvním setkání dosáhl Max v testu USAQ 57 bodů, což značilo nízkou míru sebedůvěry. Na posledním setkání bylo bodové skóre Maxe 86 bodů, což ukazuje určitý posun Maxe po ukončení naší intervence na střední úroveň sebedůvěry.

Kresba domu

Maxův dům při prvním setkání působil nepřátelsky, depresivně. Přehnaně nakreslené hrubé čáry u Maxova domu mohou značit napětí a potřebu posílení hranic. I přesto, že měl Max zvolit si ze škály barev, tvořil pouze jednou barvou, v tomto můžeme vnímat buď emoční plochost nebo opoziční chování s projevy agrese, tento projev můžeme také interpretovat jako úzkost spojenou s rodinnými vztahy. U Maxe jde zřejmě o mix druhé a třetí varianty. U Maxe jsou z obrázku domu z posledního setkání patrné určité změny. Dům sice stále působí smutně, opuštěně, už však nepůsobí nepřátelsky, je přístupnější kontaktu. Max už nemá místo kliky kouli, ale opravdu kliku. Okna se mu u kresby domu při závěrečném setkání také zvětšila. Všechny tyto prvky poukazují na otevřenost, která u Maxe oproti prvnímu setkání vzrostla. K domu Max při závěrečném setkání dokonce přidal střešní tašky, propojení s fantazií. Při prvním setkání, kreslil Max dům pro jeho bratra Dana. Dům, který Max kreslil při závěrečném setkání už byl pro něj a jeho manželku. Je vidět zlepšení. V Maxových kresbách domu stále chybí komín-teplo domova, což je pro děti z dětských domovů typické.

Kresba stromu

Při prvním setkání Max nakreslil strom podstatně méně stabilní než při setkání závěrečném. Strom měl chudší korunu, strom při závěrečném setkání působí více hravě. Strom nakreslený při prvním setkání vypadá sice zdravě, ale chatrně, není odolný. Max kreslil stromy na šířku, což odpovídá dětské kresbě. Na posledním setkání již Max kreslí stabilnější kmen. Ohnuté větve, tak jak vidíme na kresbě z prvního setkání mohou naznačovat přítomnost psychického zranění. Všechny stromy jsou kreslené v období jara, nemají však žádné listy, může zde jít o pocit neplodnosti ve smyslu nic nemá cenu, nic se mi nedaří, nic z mé snahy nemám. Kresby ze závěrečného setkání působí stabilnějším dojmem.

Kresba postavy

Při prvním setkání kreslil Max jako postavu, postavu svého bratra Dana, zřejmě se chtěl vyhnout odhalení svého nitra. Max nedodržel zadání a šlo spíše o recesi. Při kresbách na závěrečném setkání Max nakreslil panáky bez prstů a chodidel, nešlo však o kresebnou nezručnost. Postavy vypadaly nestabilně, ženu Max nakreslil červenou barvou, muž jako kdyby lítal ve vzduchu. Je zde však vidět posun v tom, že Max už neutíká od zadání, nebojí se kresebného projevu sám sebe. Postavy při prvním

setkání se spíše ušklíbají, zatímco postavy na závěrečném setkání se usmívají. Z obrázků je patrná nestabilita. Je však přítomna větší míra sebezpyčování, což potvrzuje i dotazník USAQ.

Vyhodnocení Jitka, 11 let

USAQ

Na prvním setkání dosáhla Jitka výsledku v dotazníku USAQ 91 bodů, střední míra sebezpyčování. Na závěrečném setkání bylo Jitce naměřeno 110 bodů, které odpovídá vysoké míře sebezpyčování.

Kresba domu

Na prvním setkání bylo v Jitčině kresbě přítomno mnoho nepotřebných detailů např. mnoho květin u domu apod., Jitka si dokonce brala nějaký čas na to, aby je mohla dokončit. Toto může značit nejistotu či určitý stupeň úzkosti. Čáry domu jsou podobné jako u Maxe až hrubě černé, což může ukazovat na vnitřní napětí Jitky a potřebu posílit vlastní hranice. U kreseb Jitky si můžeme všimnout, že pokud kreslí pastelkou, jsou kresby propracovanější, je zde velký kvalitativní rozdíl, což může být proto, protože kresby pastelkou jdou do větší emocionální hloubky. I přesto, že je dům kreslený při prvním setkání barevný, působí spíše chladným dojmem. Dům byl nakreslený ze strany což může ukazovat na horší přístupnost k Jitce, její uzavřenost. Naproti tomu dům z posledního setkání již působí více harmonicky a vřele, je více otevřený, stěny domu jsou již přiměřené, nejsou ani tenké ani hrubě černé, zvýrazněné.

Kresba stromu

Jitky stromy působí jako vybuchlé sopky, či hřívky. Jitka je pod velký tlakem, nevyjadřuje své emoce, které se snaží schovat za svůj pozitivní přístup. Jitka dává velký důraz na základnu, která je nepřiměřeně široká, sahá až od jednoho konce papíru k druhému. Jitka velmi tlačí sama na sebe a svůj výkon, což se odráží v její kresbě. Na prvním i druhém setkání jde o skoro stejný kresebný projev. Jitka při svém kresebném projevu dává velkou část energie do kmenu, tedy stability, což ukazuje na to, že jí v běžném životě chybí stabilita.

Kresba postavy

Při prvním setkání Jitka zvolila, že nakreslí dívku – děvče a muže – čeledína. Jako první postavu nakreslila muže. Obě postavy působily nepřístupným, ztrápeným dojmem, měli

zavřené oči, ruce schované za záda. Postava dívky byla vůči muži malá. Při závěrečném setkání již Jitka kreslila jako první dívku. Dívka však byla sotva viditelná, malá. Muž byl ztvárněn mnohem větší než žena. Jitka v kresbách ukazuje na svůj pocit bezvýznamnosti. Nicméně v kresbách, které Jitka nakreslila při závěrečném setkání je vidět v tvářích postav úsměv, což je změna oproti předchozí kresbě.

Vyhodnocení Dan, 10 let

USAQ

Na prvním setkání dosáhl Dan skóru 76 bodů, což odpovídá střední míře sebepřijetí. Na závěrečném testování Dan dosáhl o 10 bodů více, což znovu odpovídá střední míře sebepřijetí.

Kresba domu

U Dana je ztvárněný dům netradiční svou barvou, dům lítá ve vzduchu jakoby neodpovídá realitě, z toho můžeme vyčíst určitou přítomnost osobnostních problémů. Fialová barva může poukazovat na touhu po moci. Na obrázku z posledního setkání naopak použil Dan na dům barvu červenou, což můžeme interpretovat jako potřebu láskyplné péče, což je oproti prvnímu setkání posun. Malá okna v Danově kresbě domu můžou ukazovat na stáhnutí se Dana do sebe. V kresbě na posledním setkání Dan kreslí již okno větší, ale jedno, každopádně jde o posun k větší otevřenosti vnějšimu světu.

Při odpovědi na otázku, co pro tebe znamená fialová barva, odpovídal Dan strach, což se potvrdilo i při tvorbě emočního srdce, kde při pocitu strachu vybral fialovou barvu. Když byla Danovi položena otázka, co pro něj znamená barva červená, uváděl lásku a taky, že červená přináší štěstí. Je tedy vidět, že během našich setkání i přes provedení kreseb, které na první pohled nevypadají úplně lichotivě, došlo k posunu. Dan na závěrečném setkání uváděl, že dům, který kreslil pastelkou, je dům, v kterém se mu bydlí dobře a bydlet by tam chtěl. I dotazník USAQ potvrzuje lepší míru sebepřijetí, která se odrazila i v Danově kresbě domu při závěrečném setkání. U Dana je z kresebného projevu patrná výrazná změna.

Kresba stromu

Strom vytvoření při našem prvním setkání působí chaoticky, lítá ve vzduchu, koruna je spíše načmáraná. Danův strom vypadá jako by potřeboval oporu a nezvládl zátěž. Kmen u Danova stromu působí jako sirka, což může naznačovat obraz traumatické minulosti. Strom

nakreslený při závěrečném setkání působí stabilněji, vypadá, že je odolný, nese plody, je zde patrná stabilní základna, linky jsou nakresleny přiměřeně, oproti prvnímu setkání je patrný posun, určité ukotvení v sám sobě. Pozitivním je, že na kresbě z posledního setkání můžeme spatřit na stromě plod, značící možnou radost ze života. Stromy z posledního setkání působí mnohem stabilnějším a zdravějším dojmem než strom z setkání prvního.

Kresba postavy

Na prvním setkání Dan nemaloval jako první sebe, ale dívku. Osoby namaloval z profilu což může značit vyhybavost k sociálním kontaktům. Jsou zde zvýrazněny sexuální znaky (prsa, zadek, ...), šlo spíše o recesy a provokaci. Kresby na posledním setkání jsou kresleny z pohledu zepředu, postavy působí přátelsky, otevřeně.

Vyhodnocení Týna, 16 let

USAQ

Na prvním setkání bylo Týně naměřeno 92 bodů, které představují střední míru sebedřívjetí. Na závěrečném setkání získala Týna o 4 bod více, tedy 96 bodů, což odpovídá střední míře sebedřívjetí.

Kresba domu

V první kresbě domu u Týny jsou přítomny mraky, které mohou ukazovat na úzkost. V kresbě domu na našem posledním setkání je vidět určitý posun, Týna už mraky nekreslila. Dům v Týnině kresbě zaplňuje celý papír, může jít o touhu po projevech lásky. Na posledním setkání je vidět, že je dům již menší, lépe odpovídá rozložení papíru. Přehnaně vysoký plot, který je podél celého domu může ukazovat na Týnin pocit prohry a neúspěchu. Kouř, který jde z Týnina komína je neobvyklý, jde zprava do leva, což může ukazovat, že se Týna dívá pesimisticky na svůj budoucí život.

U Týny můžeme pozorovat určitý progres. Okna jsou již větší, neměla potřebu mít obrázek dokonalý, a tak při závěrečném setkání již nerýsovala, ale kreslila uvolněněji rukou. I počasí na obrázku už není zamračené, jak Týna kreslila a uváděla při prvním setkání. U Týny je vidět mírnější zlepšení ve vnímání sebe samotné i v jejím sebedřívjetí. Na závěrečném setkání už na sebe tolik netlačila a byla uvolněnější, neměla potřebu dokonalosti, jako při prvním setkání. Více se přijímala taková, jaká je i se svými nedokonalostmi, které už brala jako součást sebe samé, což moc pěkně při závěrečném setkání shrnula, což se i odráží v jejích závěrečných

kresbách. Jak v standardizovaném testu u USAQ, tak i v projektivních testech se ukazuje Týnin lepší vztah k sobě samé.

Kresba stromu

Při kresbě stromu, realizované na prvním setkání, Týna nedodržela zadání a nakreslila stromy tři. Toto můžeme interpretovat jako neurotické problémy, problémy s chováním a nerespektováním. V případě Týny šlo o potřebu mít někoho v zádech, oporu, nebýt sama. Z obrázku je patrné, že Týna dává spoustu energie do kmene, který je širší, dává tak najevo, že potřebuje větší stabilitu. Stromy mají otevřenou korunu a jsou napojené, mají vysoký kmen. Kresba realizovaná na závěrečném setkání již o obsahovala jeden strom, uprostřed papíru směřující spíše k levé straně papíru. Kmen byl šrafovaný a měl v sobě díry, možná psychická traumata. Nicméně strom působí stabilněji, odolně, vypadá, jako by ho nic nezlomilo.

Kresba postavy

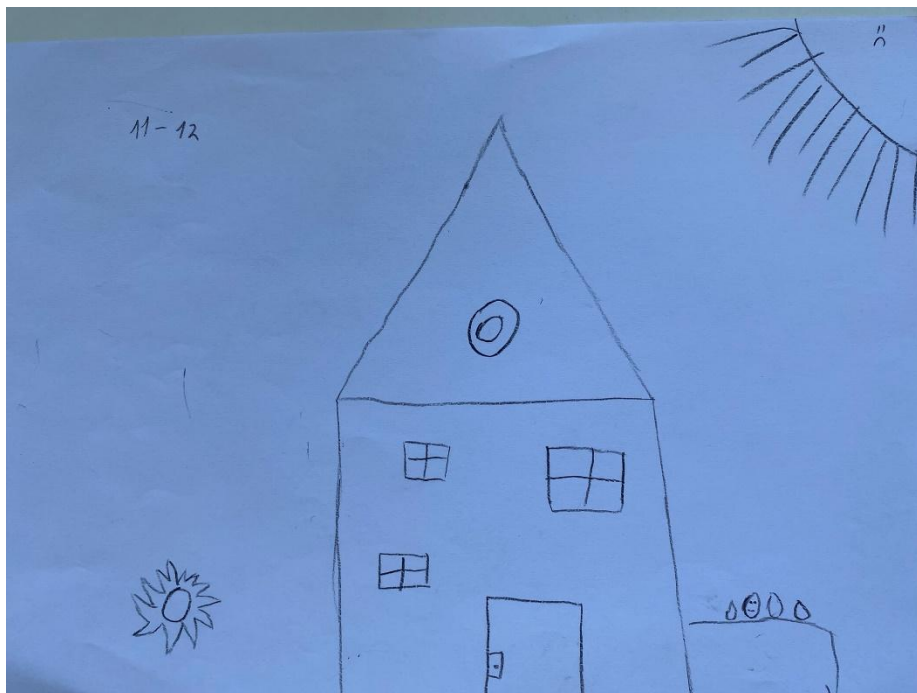
Týna při prvním setkání nakreslila ženu a muže bez prstů, postavy působí nestabilně, jako roboti. Žena je nepřiměřeně velká oproti muži. Výrazy obou postav, především ženské, působí křečovitým, spíše strašidelným dojmem než dojmem opravdového úsměvu. Na kresbě ze závěrečného setkání jsou postavy nakreslené poměrně stabilně, žena má prsty na ruce, muži chybí prsty, je stále větší než žena. Postavy na obrázku se usmívají působí celkově spokojenějším a vyrovnanějším dojmem.

Porovnání projektivní testové baterie House-tree-person (H-T-P)

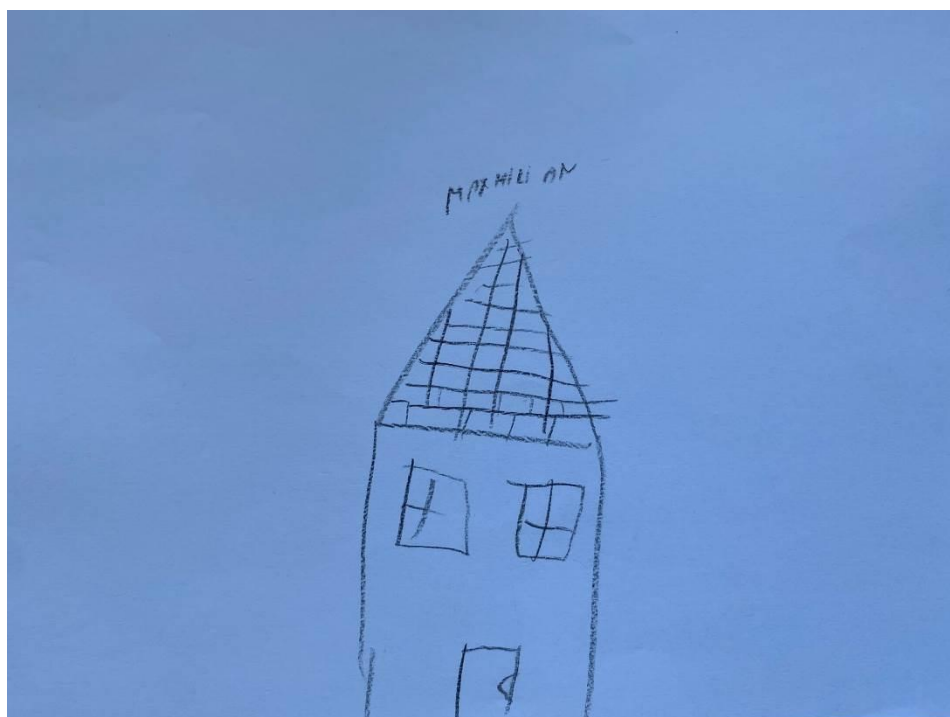
Max, 11 let

Kresba domu

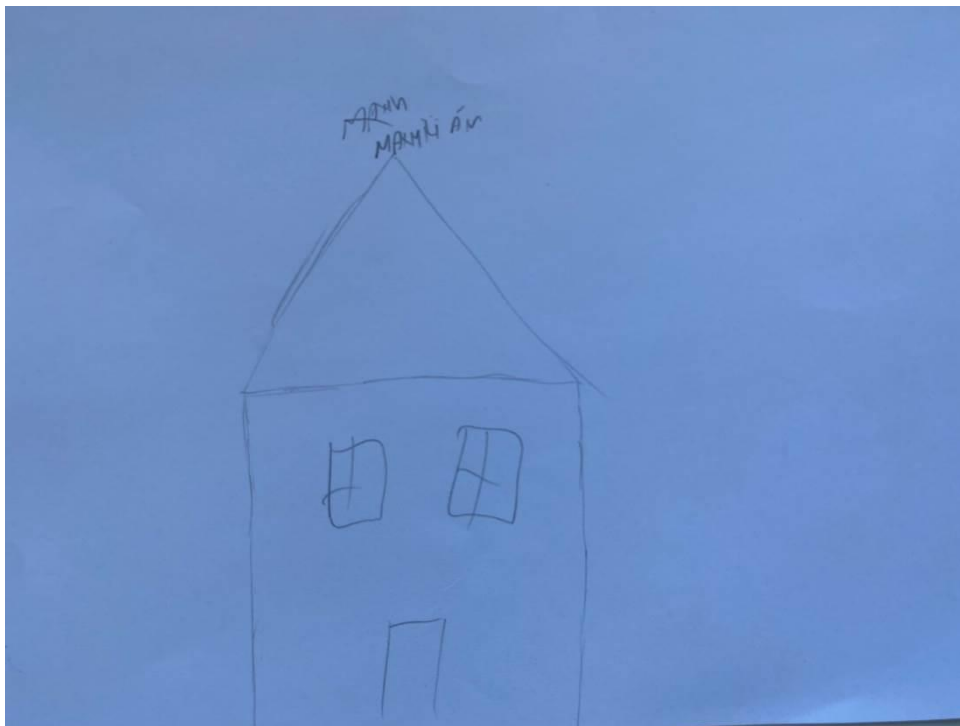
Obrázek 1: Max kresba domu první setkání – pastelka



Obrázek 2: Max kresba domu závěrečné setkání – pastelka



Obrázek 3: Max kresba domu závěrečné setkání – tužka



Jitka, 11 let

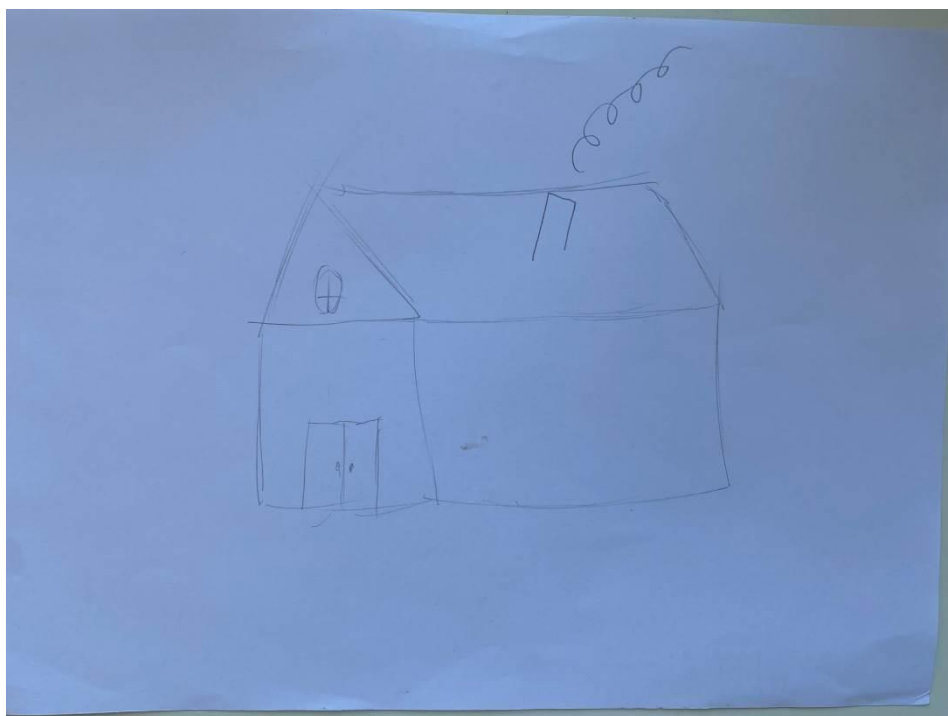
Kresba domu

Obrázek 4: Jitka kresba domu první setkání – pastelka



Obrázek 5: Jitka
kresba domu
závěrečné setkání –
pastelka

Obrázek 6: Jitka kresba domu závěrečné setkání – tužka



Dan, 10 let

Kresba domu

Obrázek 7: Dan kresba domu první setkání – pastelka



Obrázek 8: Dan kresba domu závěrečné setkání – pastelky



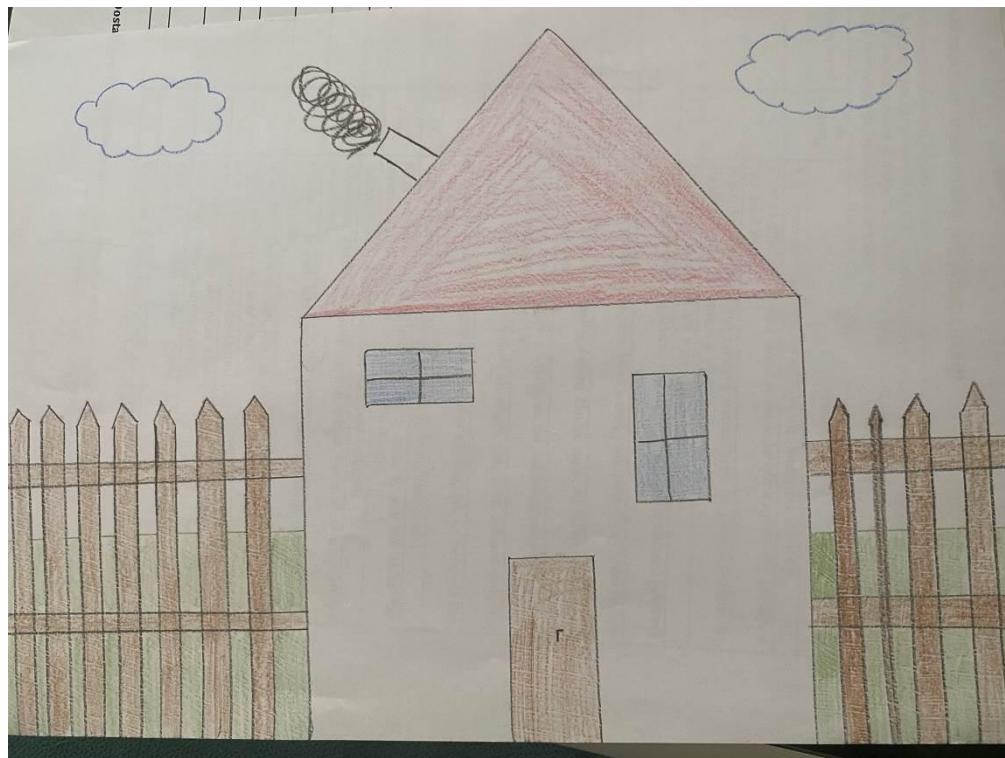
Obrázek 9: Dan kresba domu závěrečné setkání – tužka



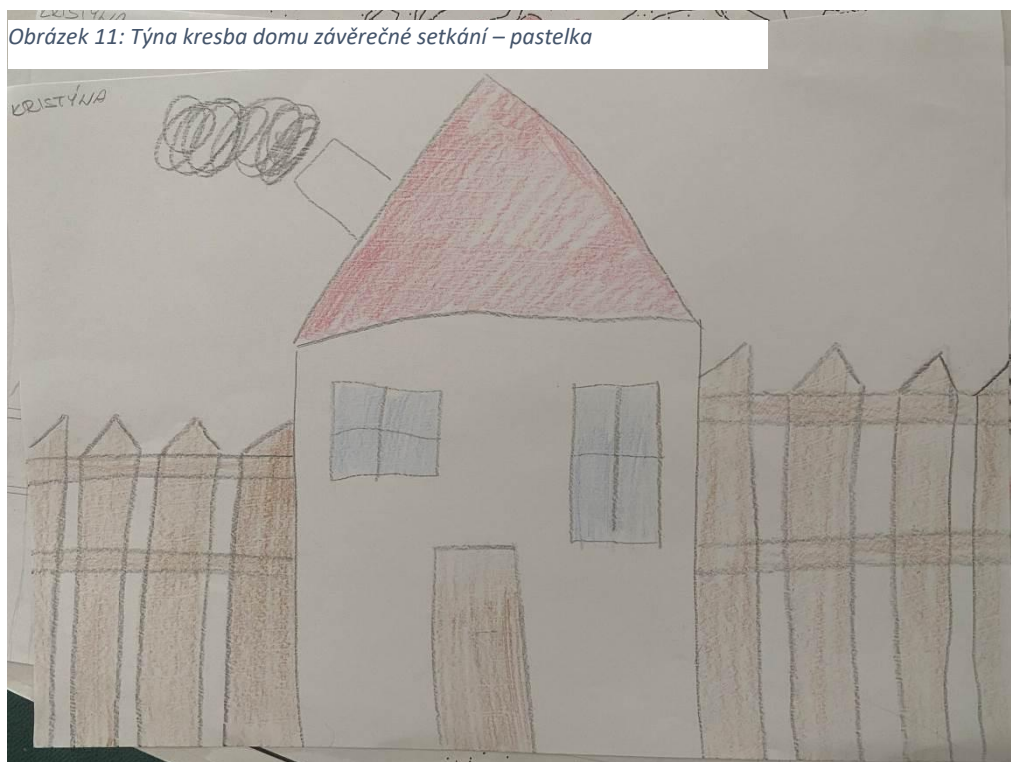
Týna, 16 let

Kresba domu

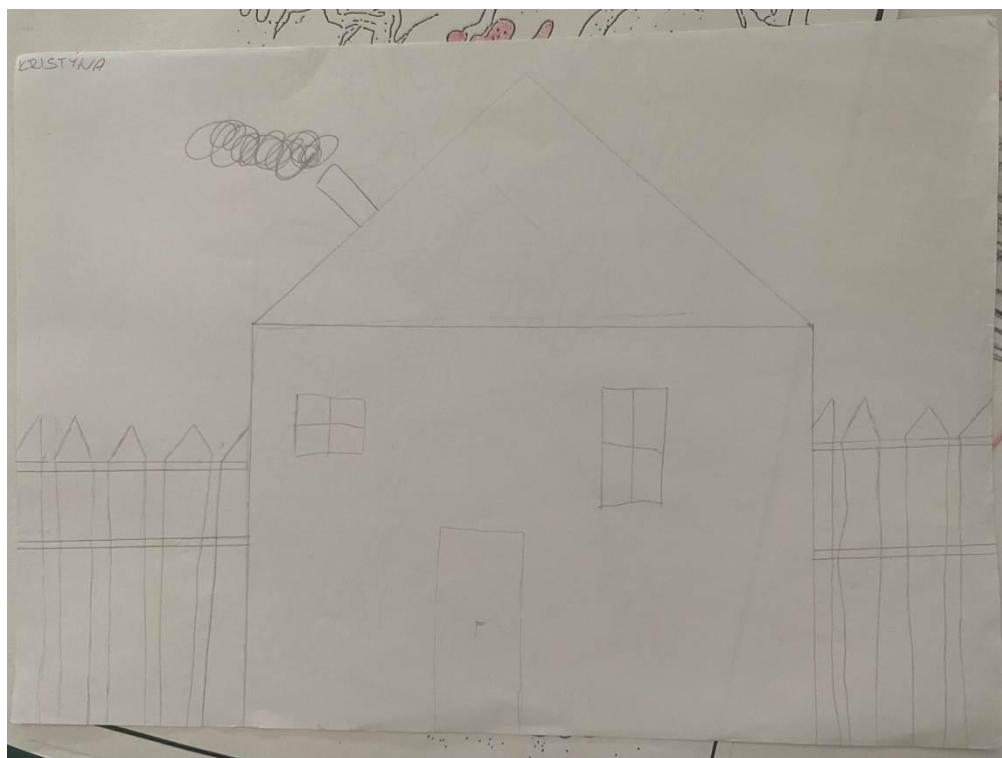
Obrázek 10: Týna kresba domu první setkání – pastelky



Obrázek 11: Týna kresba domu závěrečné setkání – pastelka



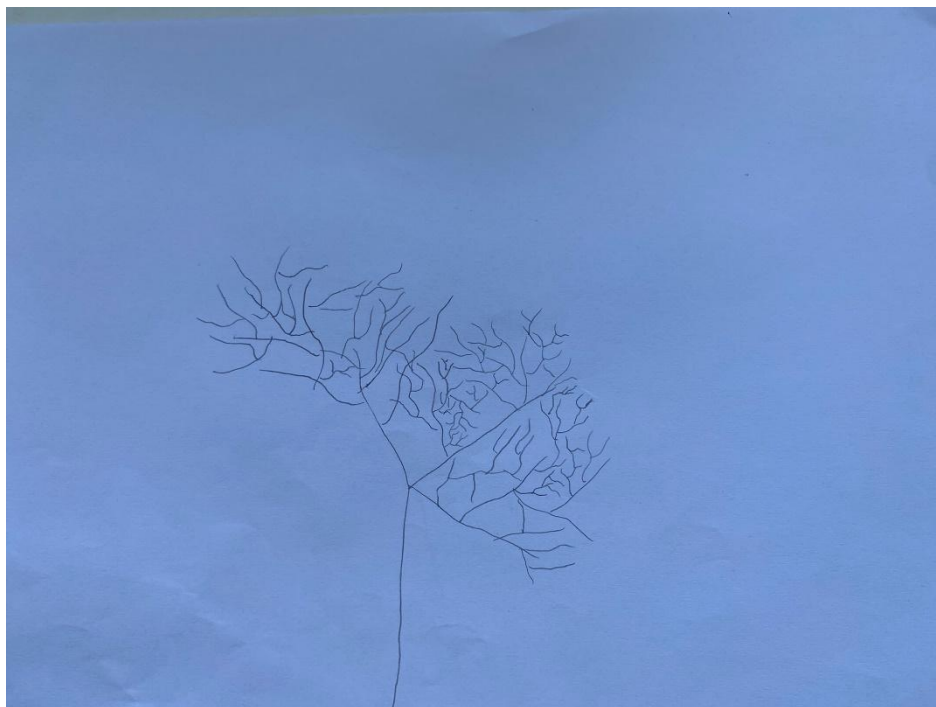
Obrázek 12: Týna kresba domu závěrečné setkání – tužka



Max, 11 let

Kresba stromu

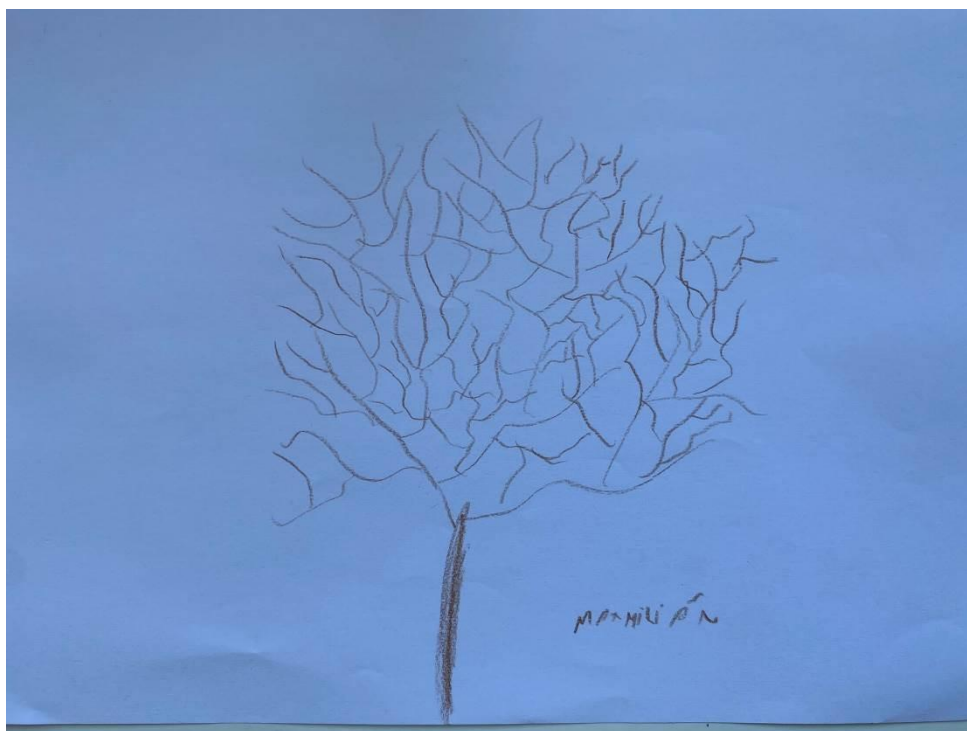
Obrázek 13: Max kresba stromu první setkání – tužka



Obrázek 14: Max kresba stromu závěrečné setkání – tužka



Obrázek 15: Max kresba stromu závěrečné setkání – pastelka



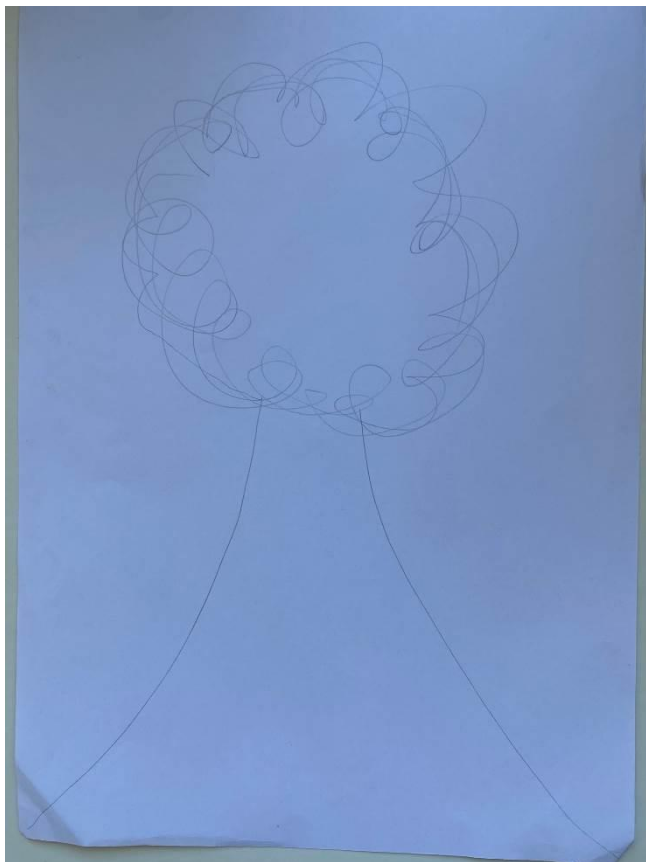
Jitka, 11 let

Kresba stromu

Obrázek 16: Jitka kresba stromu první setkání – tužka



Obrázek 17: Jitka kresba stromu závěrečné setkání – tužka



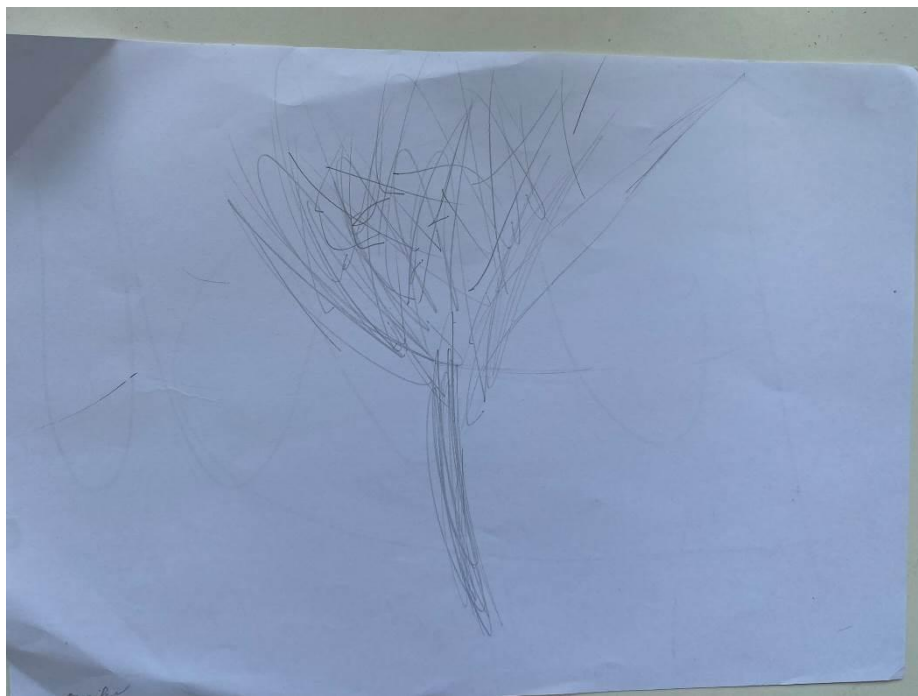
Obrázek 18: Jitka kresba stromu závěrečné setkání – pastelka



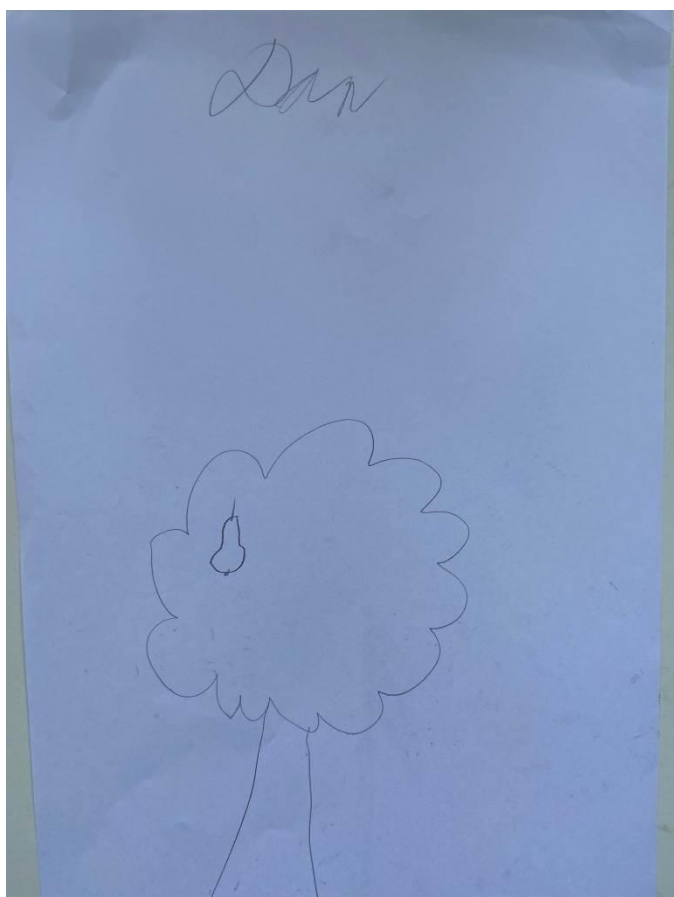
Dan, 10 let

Kresba stromu

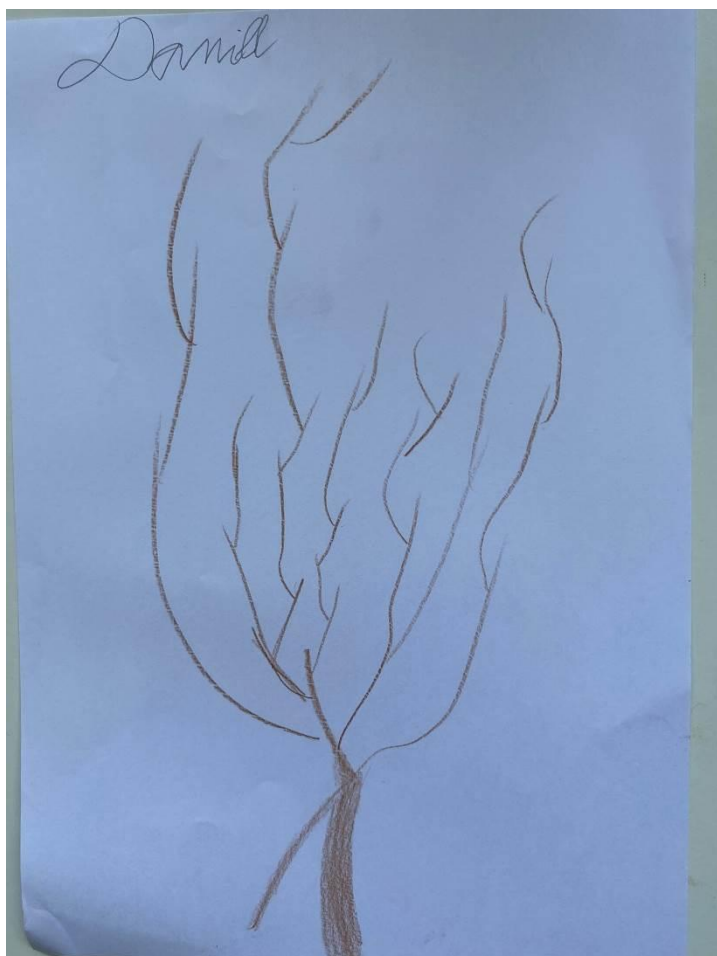
Obrázek 19: Dan kresba stromu první setkání – tužka



Obrázek 20: Dan kresba stromu závěrečné setkání – tužka



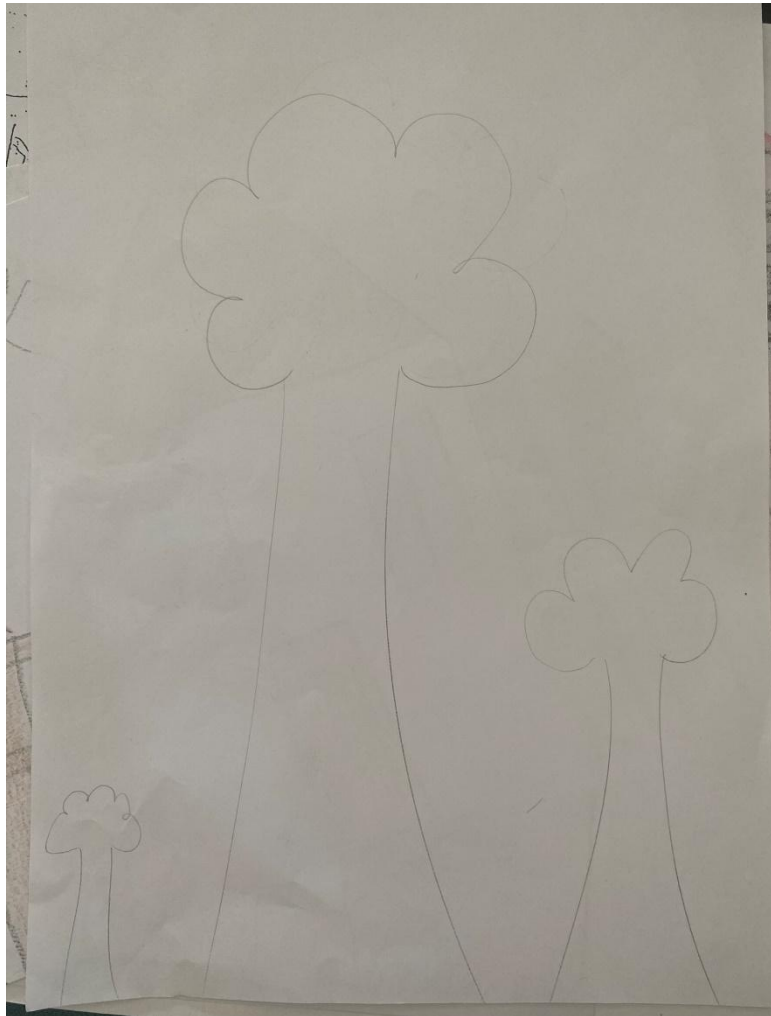
Obrázek 21: Dan kresba stromu závěrečné setkání – pastelka



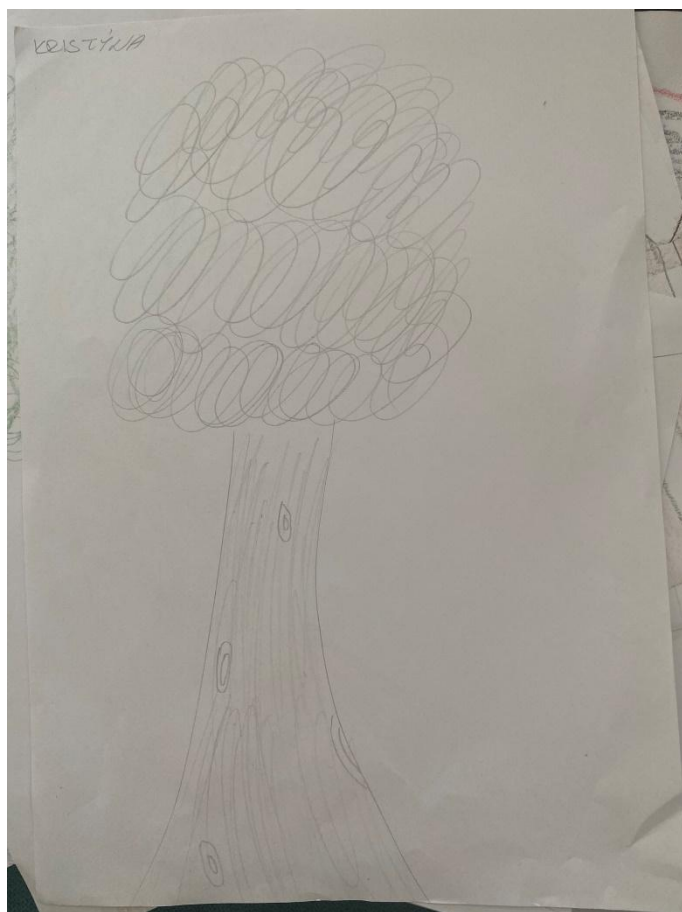
Týna, 16 let

Kresba stromu

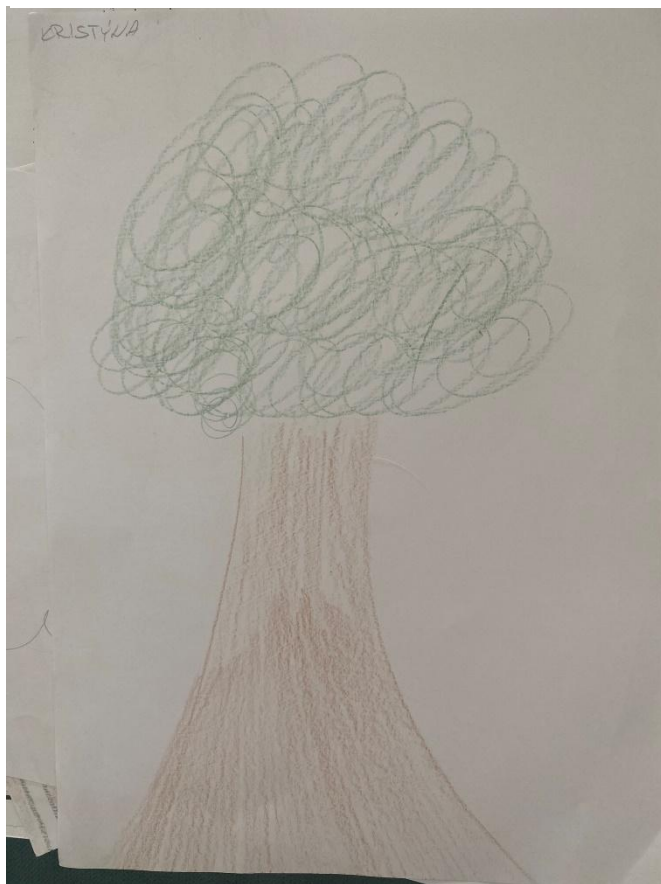
Obrázek 22: Týna kresba stromu první setkání – tužka



Obrázek 23: Týna kresba stromu závěrečné setkání – tužka



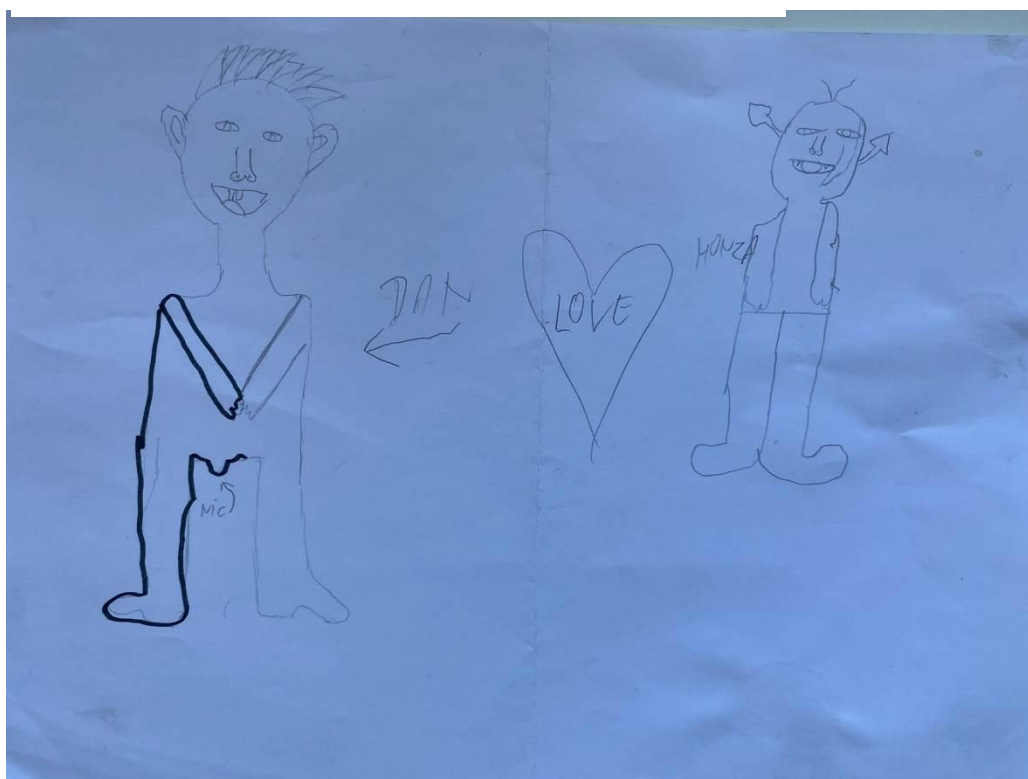
Obrázek 24: Týna kresba stromu závěrečné setkání – pastelka



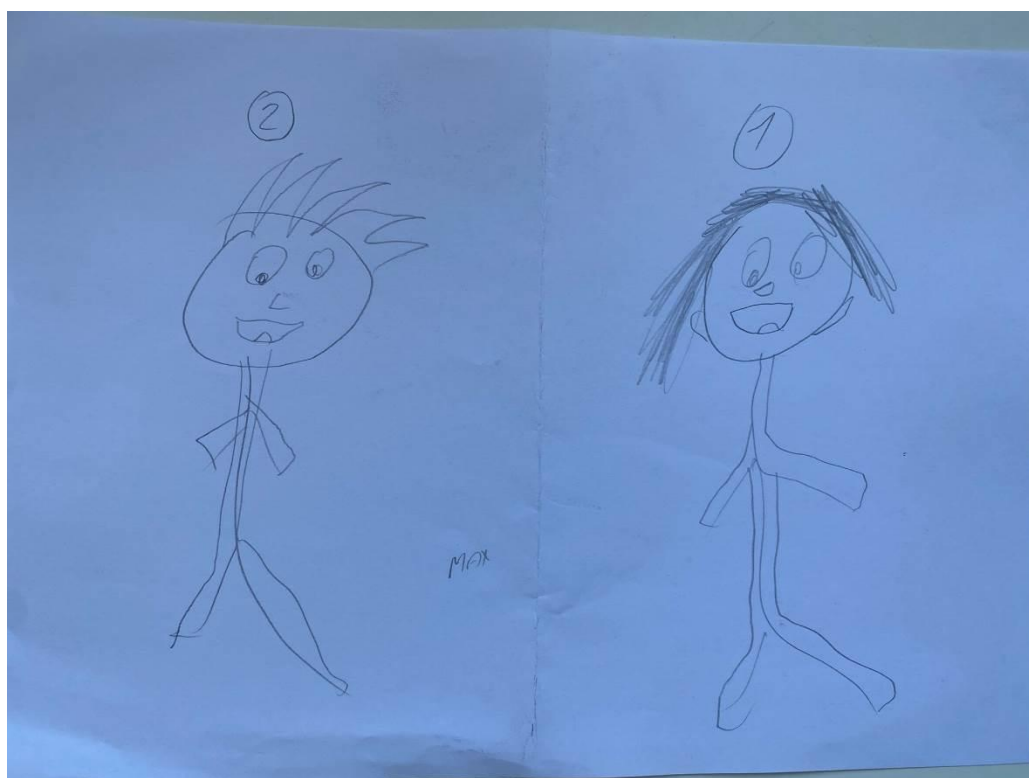
Max, 10 let

Kresba postavy

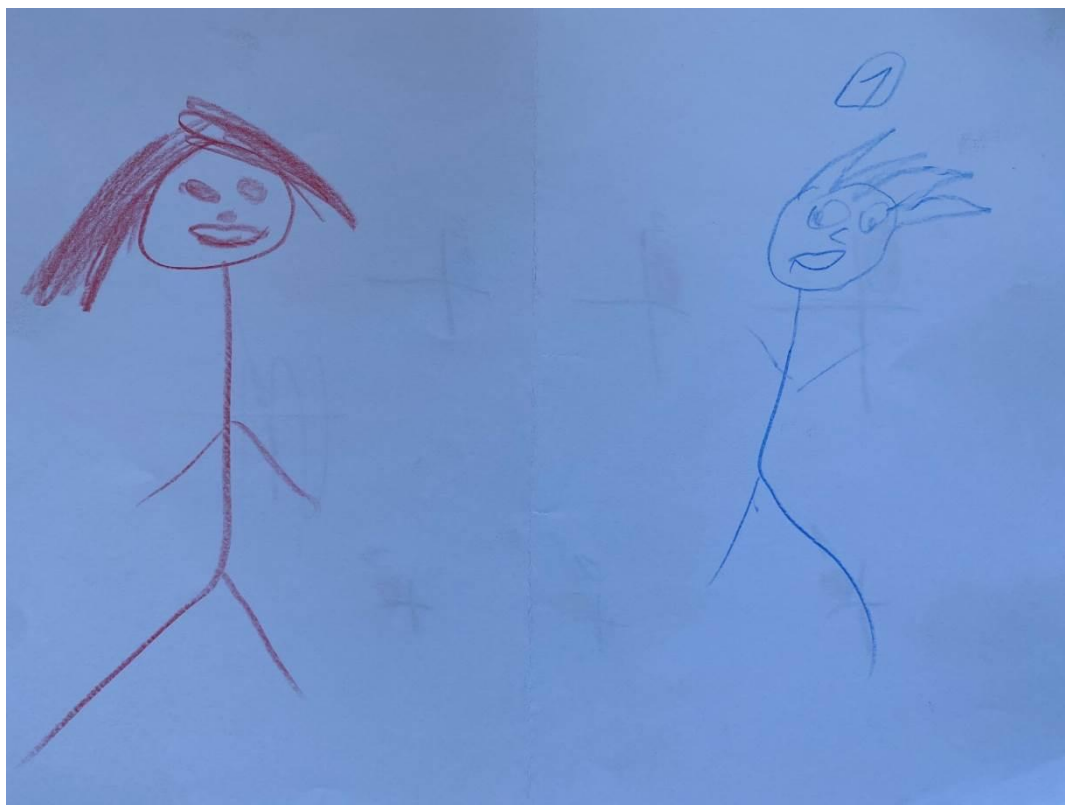
Obrázek 25: Max kresba postavy první setkání – tužka



Obrázek 26: Max kresba postavy závěrečné setkání – tužka



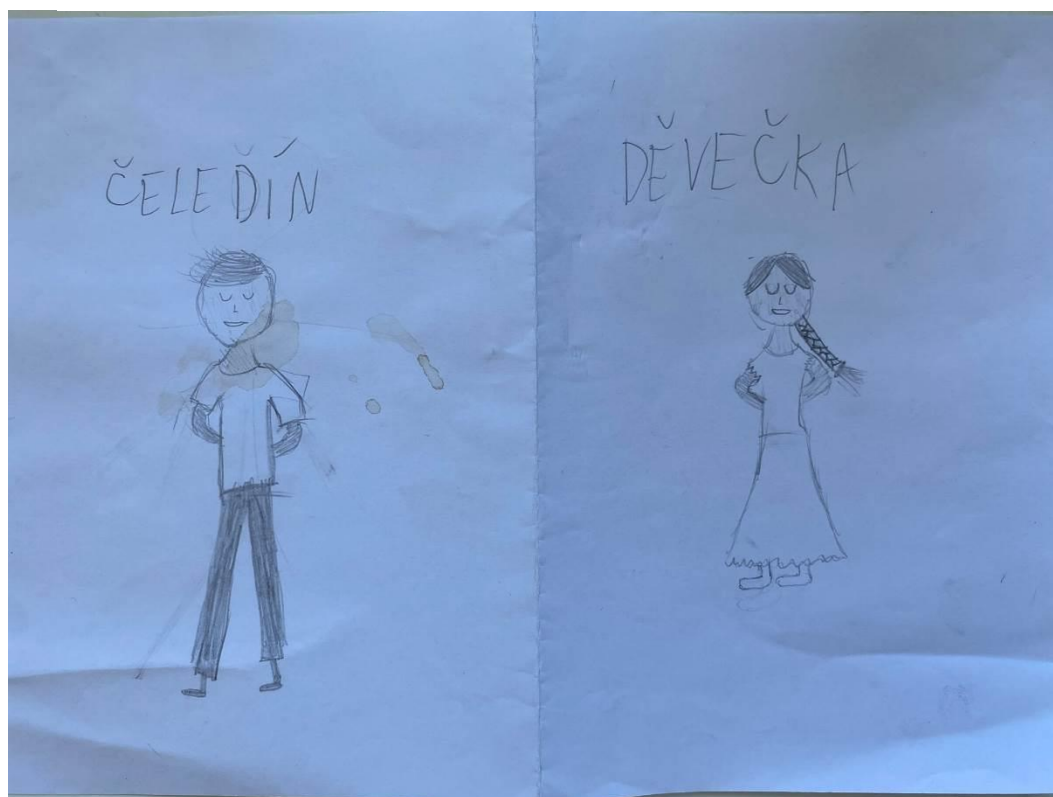
Obrázek 27: Max kresba postavy – pastelka



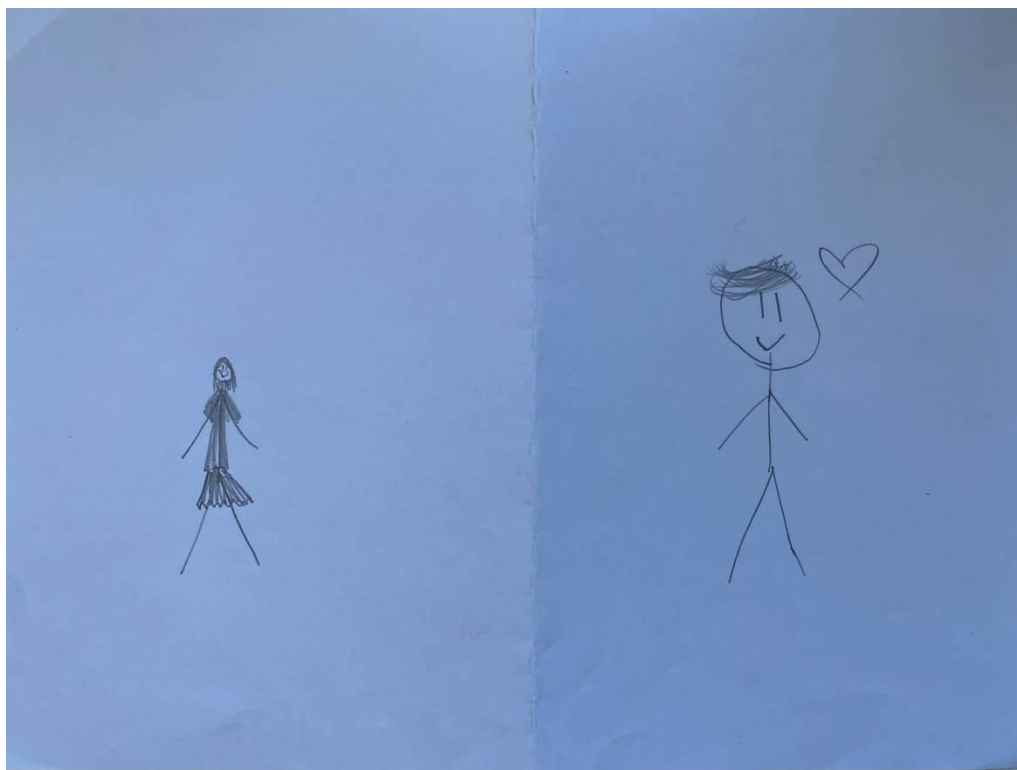
Jitka, 11 let

Kresba postavy

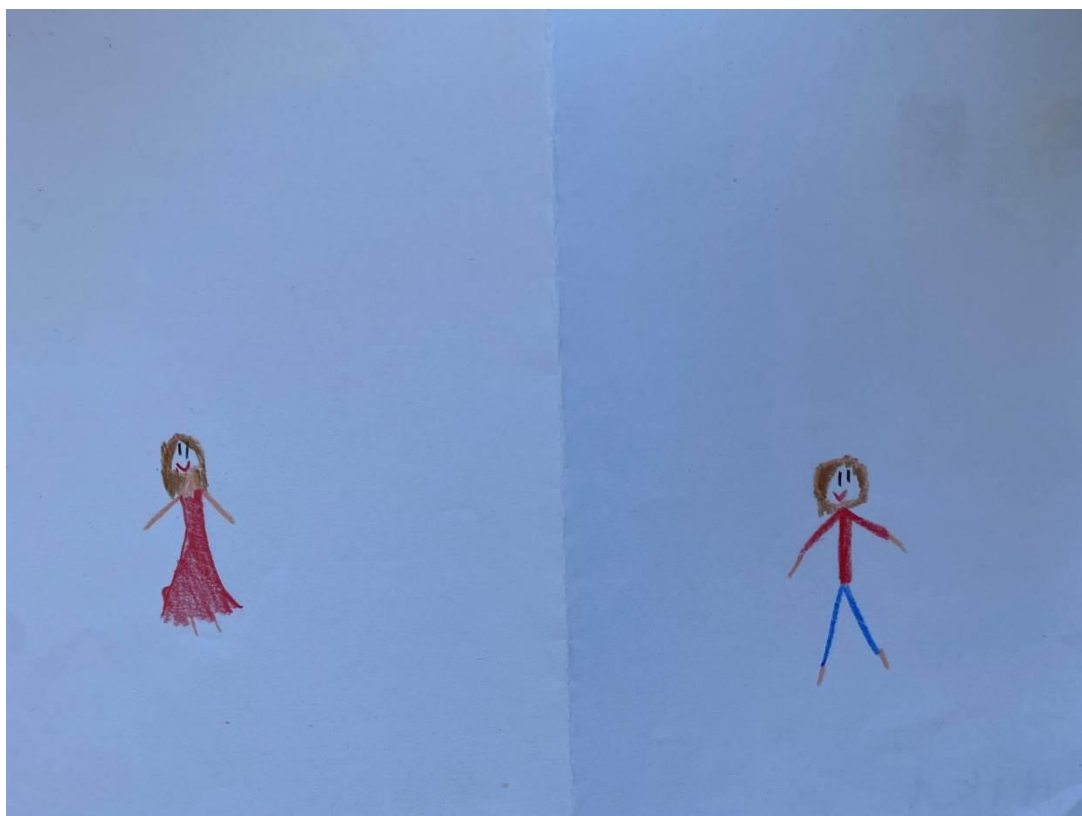
Obrázek 28: Jitka kresba postavy první setkání – tužka



Obrázek 29: Jitka kresba postavy – tužka



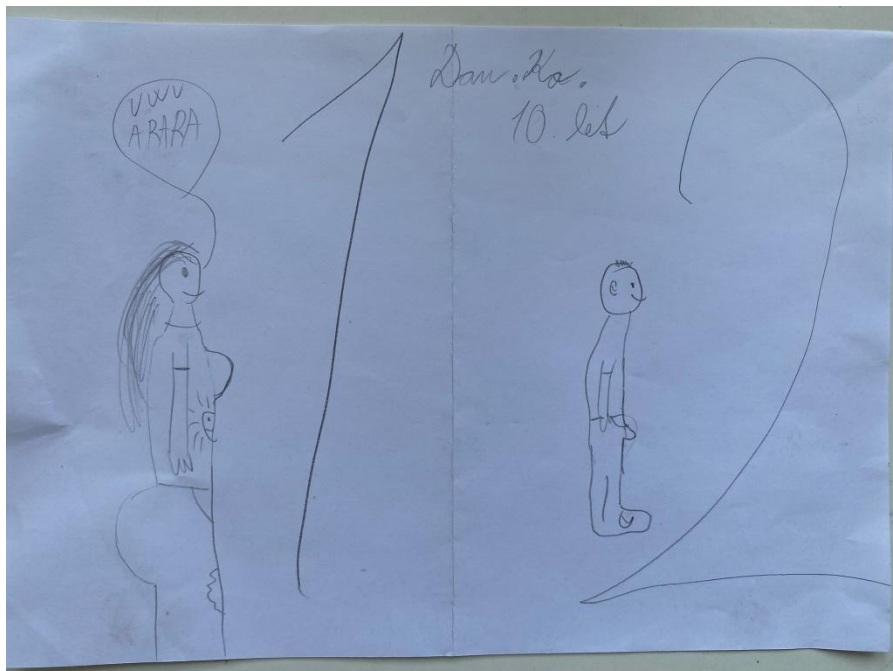
Obrázek 30: Jitka kresba postavy závěrečné setkání – pastelka



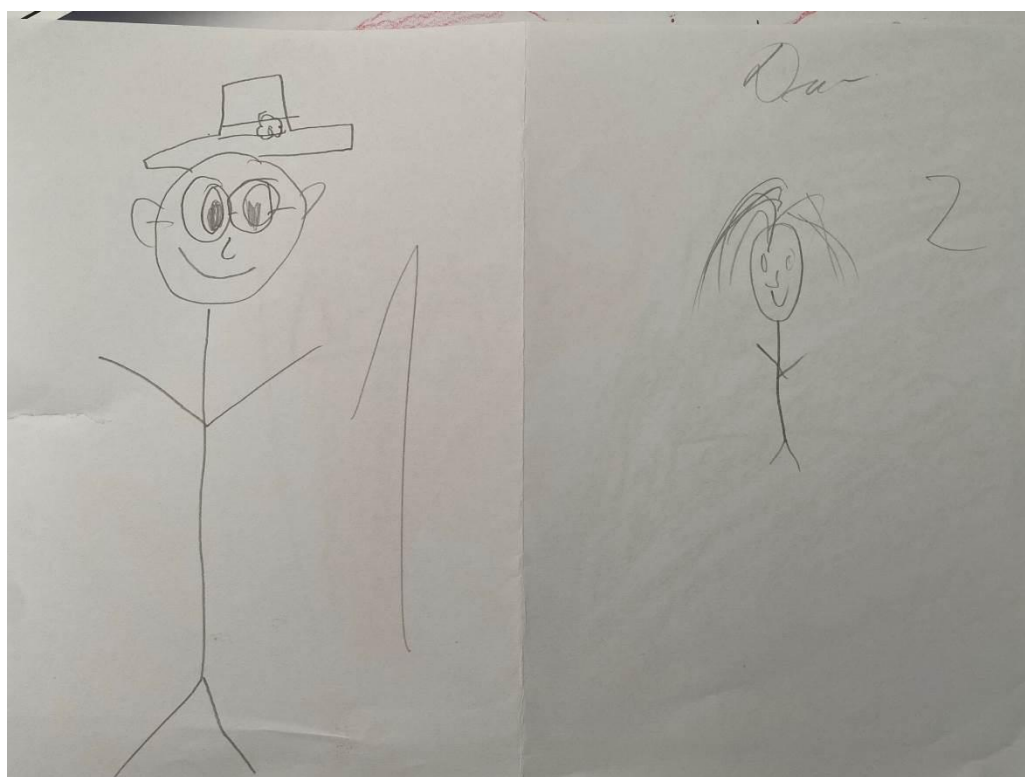
Dan, 10 let

Kresba postavy

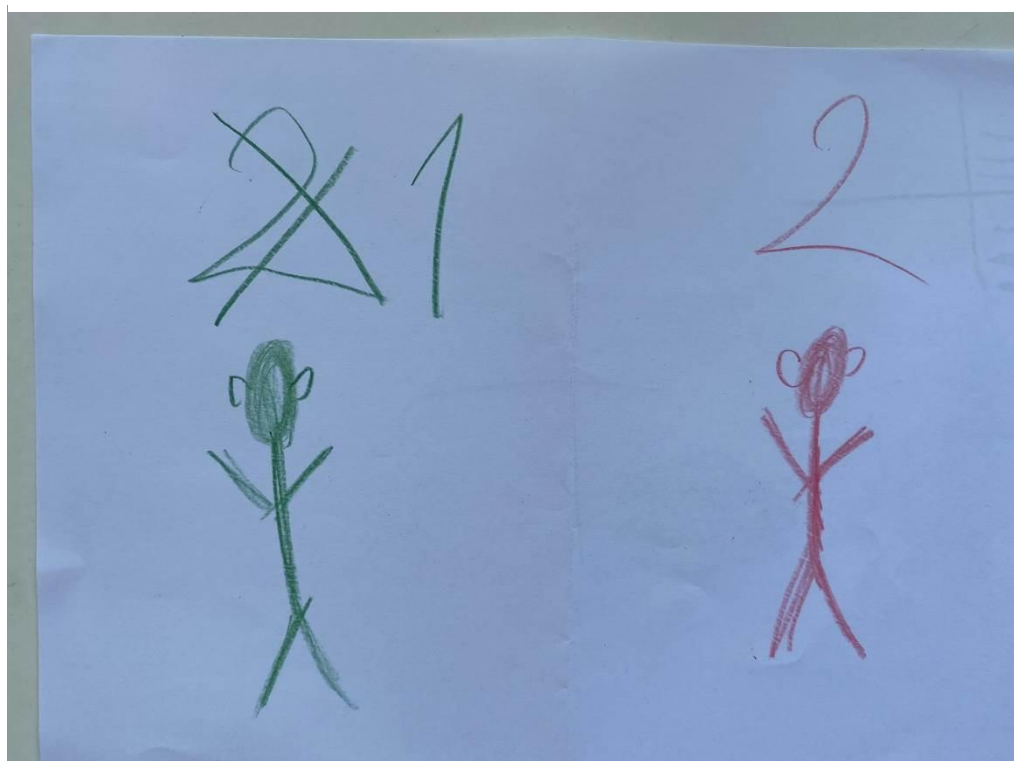
Obrázek 31: Dan kresba postavy první setkání – tužka



Obrázek 32: Kresba postavy závěrečné setkání – tužka



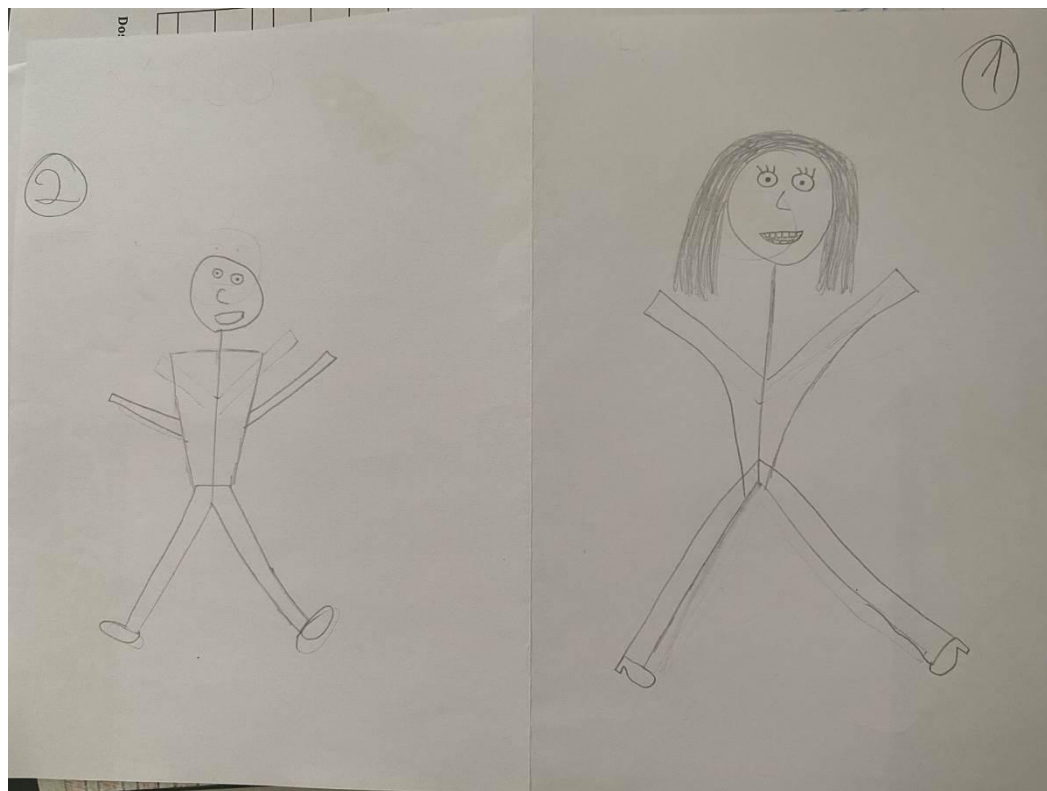
Obrázek 33: Dan kresba postavy závěrečné setkání – pastelka



Týna, 16 let

Kresba postavy

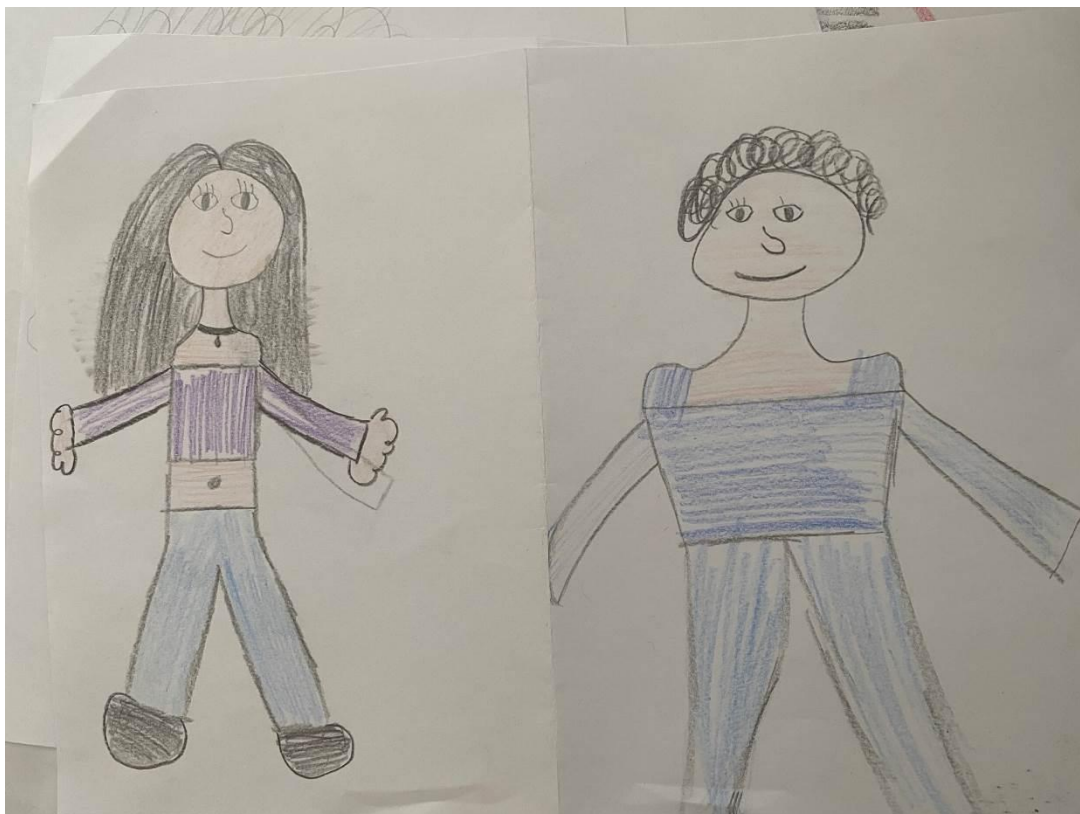
Obrázek 34: Týna kresba postavy první setkání – tužka



Obrázek 35: Týna kresba postavy závěrečné setkání – tužka



Obrázek 36: Týna kresba postavy závěrečné setkání – pastelky



SHRNUTÍ

Výsledky naší práce potvrzují naše hypotézy a to, že arteterapie a skupinová arteterapie pozitivně ovlivňují sebepřijetí dětí v dětském domově. V této práci je v teoretické části pojednáno v první kapitole o arteterapii, její historii, metodách, technikách, formách a také o důležitosti osobnosti arteterapeuta. V druhé kapitole mluvíme o sebepojetí s fokusem na sebepřijetí, zmiňujeme se zde o pojmech já, osobnost, sebepojetí, které jsou pro pochopení tohoto fenoménu významnými činiteli, dále zde pojednáváme o sebepřijetí, složce sebepojetí, která slouží jako jeden z protektivních faktorů před patologickým jednáním, zmiňujeme zde bezpodmínečné sebepřijetí a pozitivní aspekty sebepřijetí, přibližujeme si problematiku bezpodmínečného sebepřijetí dětí umístěných v dětských domovech. V následující a poslední kapitole teoretické části, a to kapitole třetí je popsána ústavní výchova, především ústavní výchova vykonávána v dětských domovech, arteterapie v dětských domovech a zejména specifika arteterapie v dětských domovech, které ještě následně rozšiřujeme o problémy se kterými se mohou děti v dětských potýkat a zmiňujeme výzvy, které musí překonávat. V empirické části naší práce je popsán naše výzkumná metoda, tedy smíšený design výzkumu, výsledky našeho zkoumání a na kazuistikách čtyř participantů ukázána ukázka našeho působení. Tato práce by mohla sloužit jako podklad pro další zkoumání účinků arteterapie na sebepřijetí nejen dětí v dětských domovech, ale dětí celkově, ať už vykazují rizikové chování nebo patologii či ne. Mohla by sloužit i ke zkoumání mezi skupinou adolescentů či dospělých. Smysl by také mělo zamyslet se nad zavedením arteterapie právě do cílových skupin jako jsou děti v dětských domovech, ústavní výchově nebo i ve školách v pravidelných intervalech jako prevenci rizikového chování i patologických jevů, jako podporu resilience a životní spokojenosti. Věřím, že taková intervence by mohla mít pozitivní vliv na zmíněné cílové skupiny, což prokazuje i naše výzkumné snažení.

SUMMARY

The results of our work confirm our hypotheses and that art therapy and group art therapy positively influence the self-acceptance of children in children's homes. In this work, the theoretical part discusses art therapy, its history, methods, techniques, forms and also the importance of the personality of the art therapist in the first chapter. In the second chapter, we talk about self-concept with a focus on self-acceptance, we mention the concepts of self,

personality, self-concept, which are important factors for understanding this phenomenon, we also discuss self-acceptance, a component of self-concept, which serves as one of the protective factors against pathological behavior, we mention unconditional self-acceptance and positive aspects of self-acceptance, we approach the issue of unconditional self-acceptance of children placed in children's homes. In the following and last chapter of the theoretical part, namely the third chapter, institutional education is described, especially institutional education carried out in children's homes, art therapy in children's homes and especially the specifics of art therapy in children's homes, which we subsequently expand on the problems that children in children's homes may face and mention the challenges that they must overcome. The empirical part of our work describes our research method, i.e. mixed research design, the results of our research and shows an example of our work in the case reports of four participants. This work could serve as a basis for further research into the effects of art therapy on the self-acceptance not only of children in children's homes, but of children in general, whether they exhibit risky behavior or pathology or not. It could also be used for research among a group of adolescents or adults. It would also make sense to consider introducing art therapy to target groups such as children in orphanages, institutional care or even schools at regular intervals as a prevention of risky behavior and pathological phenomena, as a support for resilience and life satisfaction. I believe that such an intervention could have a positive effect on the aforementioned target groups, which is also proven by our research efforts.

ZÁVĚR

Tato absolventská práce si stanovila za cíl zjistit, zda arteterapie pozitivně ovlivňuje sebepřijetí dětí umístěných v dětském domově. Výsledky našeho zkoumání potvrdily hypotézy, které byly pro naši práci stanoveny. Na základě našich výsledků lze tedy říci, že arteterapie a skupinová arteterapie pozitivně ovlivňují sebepřijetí dětí umístěných v dětském domově. Sebeapřijetí je důležitá složka sebepojetí, která významně souvisí s mírou spokojenosti v životě. Sebeapřijetí je vnímáno jako jedna z šesti dimenzí well-beingu. Jedná se o protektivní faktor rizikového a patologického chování, zvyšuje resilienci jedince. Tato práce by mohla sloužit jako podklad k zamyšlení se nad rozšířením arteterapie a její realizací nejen v dětských domovech a u dětí v ústavní výchově, ale u všech cílových skupin, které vykazují závadové chování. Arteterapie jde více do hloubky než psychoterapie, proto by mohla představovat vhodnější prostředek pro práci s dětmi, především těmi, které jsou uzavřenější, mají silné obrany vlivem traumatizace v blízkých vztazích či jiným negativním působením jejich okolí. V mnoha případech můžeme hledat u dětí, které vykazují nízké sebeapřijetí, závadové jednání a jiné formy “nezdravého” chování příčinu ve vztazích především v primární rodině, velkou roli hraje i typ attachmentu dítěte. Děti však často neumí o těchto věcech mluvit, bojí se vyjádřit, co se děje, mnohdy si neuvědomují, že je něco špatně, narážíme zde opětovně na sociokulturní rozdíly, které mají děti zvnitřněné ze svých rodin jako normu. Arteterapie je skvělý prostředek, kde děti mohou pomocí artefaktů, které vytvoří tyto věci, pocity, atd., ať už vědomé či nevědomé, vyjádřit a zároveň pojmenovat a zpracovat prožitá traumata, posílit slabé stránky osobnosti zvýšit sebeapřijetí a cílit přesně tam, kam je třeba, a to nenásilnou formou pomocí výtvarných činností, které děti baví a velmi často je vítají. Díky těmto vlastnostem arteterapie se nám děti více otvírají, což je jeden z velmi přínosných benefitů arteterapie. Pokud se zamyslíme nad výše jmenovaným, dává nám velký smysl a logiku zahrnout arteterapii jako terapeutický, ale i preventivní prostředek do všech institucí pracujících s dětskou klientelou a to především do školských zařízení, ať už se jedná o základní či střední školy či učiliště nebo do zařízení pro výkon ústavní výchovy, kam mimo jiné spadají i dětské domovy.

POUŽITÉ ZDROJE A LITERATURA

ALTMAN, Zdeněk. Test stromu: Příručka. Praha: Pražská pedagogickou psychologická poradna. 1998. ISBN: 978-80-86471-40-2

ALVAREZ, J. M. Self concept. Child development reference, 7, 2011.

AZIZI, Yahaya. Relationships between Self Concepts and Personality and Students' Academic Performance in Selected Secondary Schools. European Journal of Social Sciences 11 (2), 302-316. 2009. dostupné z: <https://core.ac.uk/download/pdf/11785198.pdf>

BALDWINOVÁ, Michele. *Osobnost jako terapeutický nástroj*. Brno: Cesta, 2013. ISBN: 978-80-7295-152-9

BLAT S. Foster care: Special children, special needs Contemporary Pediatrics, 1997.

BLATNÝ, Marek. Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy. Praha: Grada. 2010. ISBN: 978-80-247-3434-7.

BERRIDGE, D. Foster care: A research review, 1997.

BUCHALTER, Susan. A practical art therapy. London: Jessica Kingsley Publishers, 2004. ISBN: 9781843107699

BUM-JIN, Park & SUG-MIN, Lee. The Effect of Group Art Therapy on Sociality of Children in Institutional Care – Focus on Anger and Empathy. Industry Promotion Research, 1, 71-78, 2016. dostupné z: <https://koreascience.kr/article/JAKO201627248175273.page>

BURT, Cyril. Mental and Scholastic Tests. London. Staple Press, 1932. ISBN: 978-13-5438-704-7

CAKIRPALOGLU, Panajotis. Úvod do psychologie osobnosti. Praha: Grada. 2012. ISBN 978-80-247-4033-1

CAMPENNI, Estelle, C., HARTMAN, Asley. The effects of completing mandalas on mood, anxiety, and state mindfulness. Art Therapy, 37(1), 25-33, 2020. dostupné z: <https://doi.org/10.1080/07421656.2019.1669980>

CARLSON, E. B. A conceptual framework for the long-term psychological effects of traumatic childhood abuse. Child Maltreatment, 1997.

CARSON, S. Mindfulness and self-acceptance. Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 2006.

CASE, Caroline & DALLEY, Tessa. *Arteterapie s dětmi*. Speciální pedagogika. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-065-0.

CASE, Caroline & Dalley, Tessa. *The handbook of arttherapy*. London: Routledge, 1992. ISBN: 9780415043816

CATTEL, Raymond. *The Scientific Analysis of Personality*. London: Penguin Books. 1967.

COBB, Rebeca. A., NEGASH, Sensen. *Altred book making as a formo f art therapy: A narrative Aproach*. *Journal of Family Psychoterapy*, 21(1), 54-69, 2010. dostupné z: <https://doi.org/10.1080/0897531003618601>

ČERVANOVÁ, M., MIŠÁNIKOVÁ, I. & ZÁŇOVÁ, M. *Preferované a zamietané hodnoty v kresbách detí v detskom domove*. *Studentská odborná vědecká práce*. PdF Uk, 1977.

EYSENCK, Hans. *Dimensions of personality*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co. 1947.

GLADDING, Samuel. *The creative art in counseling*, 6th edition. Alexandria, VA: American Association for Conseling and Development, 2021. ISBN: 978-1-119-81410-8

GOGNET, Gorge. *Dětská kresba jako diagnostický nástroj*. Praha: Portál, 2013. ISBN: 978-80-262-0499-2

DALLEY, Tesa. (Ed.) *El arte como terapia*. Barcelona: Herder Kagin, S. & Lusebrink, V. (1978). *The expressive therapies continuum*. In *Journal of Art Psychoterapy*, 5, 171-179, 1987.

DAVID, Daniel., COTET, Carmen. D. Ť., SZENTAGOTAI, Aurora., McMAHON, James., & DIGIUSEPPE, Raymond. *Philosophical versus psychological unconditional acceptance: Implications for constructing the unconditional acceptance questionnaire*. *Journal Of Cognitive*, 13(2a), 445-464, 2013.

DAVIDO, R. *Kresba jako nástroj poznání dítěte*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-449-4

DAVIS, Jean. *The therapeutic value in destruction and reconstruction in art therapy*. Brooklyn Letters, 2012. Dostupné z: <http://brooklynletters.com/2012/07blog/the-therapeutic-value-of-destruction-and-reconstruction-in-art-therapy-by-jean-davis-atr-bc-lcat-licensed-creative-arts-therapist>

DONNELLAN, Brent M., TRZESNIEWSKI, Kali H., ROBINS, Richard W., MOFFITT, Terrie E., CASPI, Avshalom. *Low Self-Esteem Is Related to Aggression, Antisocial Behavior*,

and Delinquency. Psychological Science, 16, 328-335. dostupné z: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x>

GOODILL, Sheron. W. The creativ arts therapies: making health care whole. Minesota Medicine, 93, 49-59, 2010. dostupné z: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20701043/>

GUSSAK, David, E., ROSAL, Marcia, L. Willey handbook of art therapy. Chichester: Willey-Blackwell, 2016. ISBN: 978-11-1830-659-8

GROZA, V. Institutionalization, behavior, and international adoption, Journal of Immigrant Health, 1999.

HARDIN, M. E., WHITNEY-PETERSON, L. Děti v tísní: příručka pro screening dětských kreseb. Praha: Triton, 2002. ISBN 20-7254-237-0

HILLBUCH, Adi., SNIR, Sharon., REGEV, Dafna. ORKIBI, Hod. The role of art materials in the transferential relationship: Art psychoterapists' perspective. The Arts in Psychoterapy, 49, 19-26, 2016. Dostupné z: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2016.05.011>

HOGAN, Susan. Healing arts. Londýn: Jessica Kingsley Limited, 2001. ISBN: 978-18-5302-799-4

HOMAN, Kristin J. & KONG Jooyong. *Self-Acceptance in Mid to Late Life: Lingering Effects of Childhood Maltreatment and Positive Contributions of Warm and Supportive Relationships*. Journal of Adult development, 31, 227-236, 2003. dostupné z: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10804-023-09462-7>

HUANG, Chuan-Yung, SU, Hui, CHENG, Siew-May & TAN, Chee-Seng. The effects of group art therapy on adolescents' self-concept and peer relationship: A mixed-method study. New Dir. Child Adolesc. Dev. 2021, 75–92, 2021. doi: 10.1002/cad.20435

HUITT, W. Self-concept and self-esteem. Educational Psychology Interactive, 1, 1-5, 2004.

JEBAVÁ, Jana. Úvod do arteterapie. Praha: Karolinum, 1997. ISBN: 80-7184-394-6

JEDLIČKA, Richard., FRANCOVÁ, Marta, KOMZÁKOVÁ, Martina, KOŤA, Jaroslav, PILAŘ, Jiří, POČTOVÁ, Lenka, PODZIMEK, Michal, SLAVÍK, Jan & VALENTA, Josef. *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhávání a krizová intervence*. Praha: Grada, 2015. ISBN 978-80-247-5447-5

JOTIHAMA, T & KUMAR, S. D. Draw a person test: A case study. SIS Journal of Projective

Psychology & Mental Health, 23(2), 118-121, 2016. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/370817126_Draw_A_Person_test_A_case_study

KANTOR, Jiří, CHARÁSKA, Miroslav & LUDÍKOVÁ, Libuše. Czech Arts Therapies in Educational Institutions. Educ. Sci., 9(2), 82, 2019. dostupné z: <https://doi.org/10.3390/educsci9020082>

KASTOVÁ, Verena. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 1999. ISBN: 978-80-7367-702-2

KELEMEN, Linda J. & SHAMRI-ZEEVI, Liat. Art therapy open studio and teen identity development: Helping adolescents recover from mental health conditions. Children 9:1029, 2022. doi: 10.3390/children9071029

KITAHARA, Reiko & MATSUSHI, Takeshi. Research of children's drawings. Journal of disability and medicopedagogy, 14, 2006.

KOLMANOVÁ, K. Využití arteterapie ve specifické tvorbě dětí z dětských domovů. (Bakalářská práce). Praha, 2009. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Pedagogická fakulta.

KOMZÁKOVÁ, Martina. Role arteterapeuta v psychodiagnostickém procesu spontánního výtvarného výrazu. Výtvarná výchova, 4, 5-12, 2012. ISSN: 1210-3691

KRATOCHVÍL, Stanislav. Jak žít s neurózou: O neurotických poruchách a jejich zvládání. Praha: Triton, 2006. ISBN 978-80-7254-553-7

LECKEY, J. The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 18(6), 501-509, 2011. dostupné z: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1365-2850.2011.01693.x>

LHOTOVÁ, Marie. Vývoj výtvarné tvorby a změn v obtížích klienta v průběhu arteterapie. In Komzáková, M., Slavík, J. Umění ve službě, výchově, prevenci, expresivní terapii. Praha: PedF UK, 2009.

LIEBMANN, Marian. *Skupinová arteterapie*. Praha: Portál, 2010. ISBN:978-80-7367-729-9

LÓPEZ MARTINEZ, Dolores, M. "Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arte-terapéuticos". En Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social Vol.: 6. Páginas 183-191. Madrid. Servicios de publicaciones UCM, 2011.

- LUQUET, G. H. *Le dessin d'une enfant*. Paříž: Alcan, 1913.
- LUQUET, G. H. *Le dessin enfantin*. Neuchâtel, Delachaux et Niestlé, 1977, 1927.
- MACHOLDI, Cathy. A. *The art therapy sourcebook*. New York: McGraw-Hill, 2007. ISBN: 978-15-656-5884-4
- MATTOT, D. L., MILLER, G. M. Papermaking. In Crawford, P., Brown, B. J., Chaise (Eds.), *The Routledge companion to health humanities*, 311-316). Routledge, 2020.
- MATOUŠEK, Oldřich. *Dítě traumatizované v blízkých vztazích*. Praha: Portál, 2017. ISBN: 978-80-262-1242-3
- MIHULCOVÁ, M. *Využitie výtvarného prejavu u emocionálne a sociálne narušených detí v detskom domove*. Diplomová práca. PdF UK, 1997.
- MORGANO, F. F. R., Betanho Campana, A. N. N. & Fernandes Tavares, M. C. C. C. (2014). Development and validation of the Self-acceptance scale for persons with early blindness: The SAS-EB. PLOS ONE, 9(9). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0106848>
- MORÁN, Delgado Carmen, MARFIL, Pérez Nieves & QUINTANA, Francisco Cruz. Intervención por Arteterapia en alumnado de Primaria con déficits de atención. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 11, 277-291, 2016. dostupné z: <https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/54132/49513>
- NAKONEČNÝ, Milan. (2018). *Imaginace*. Sociologická encyklopedie. Sociologický ústav AV ČR, V.V.I. dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Imaginace>
- NAKONEČNÝ, Milan. *Obscná psychologie*. Praha: Triton. 2015. ISBN: 978-80-7387-929-7.
- NAKONEČNÝ, Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia. 2009. ISBN: 978-80-200-1680-5.
- PARKER, Steven, GREER Steven, ZUCKERMAN Barry. Double Jeopardy: The Impact of Poverty on Early Child Development. *Children at Risk: Current Social and Medical Challenges*, 35, 1227-1240, 1998. dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031395516365804>
- POTASH, Jordan S. Rekindling the Multicultural History of the American Art Therapy association, inc. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 22(4), 184-188, 2005. dostupné z: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ722380.pdf>

POTASH, Jordan S., MANN, Sarah M., MARTINEZ, Johanna C., ROACH, Ann B. & WALLECE, Nina W. Spectrum of Art Therapy Practice: Systematic Literature Review of Art Therapy, 1983-2014. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 33(3), 119-127, 2016. dostupné z:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07421656.2016.1199242>

POTMĚŠILOVÁ, Petra., SOBOTKOVÁ, Petra. *Arteterapie a artefietika nejen pro sociální pedagogy*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. ISBN: 978-80-244-3120-8

PRIEHRADNÁ, Dušana. *Možnosti diagnostiky vzťahovej väzbyu detí, adolescentov a dospelých*. Vrútky: EduGraf, s.r.o., 2019. ISBN 978-80-973337-0-6.

PTÁČKOVÁ, Adéla. *H-T-P test u prvotrestaných a recidivistů*. Diplomová práce. Masarykova Univerzita, Filozofická fakulta: Brno, 2015.

OSEI, Mavis. Illustration of self concept through drawings: The perspective of the child in an orphanage. *International Journal of Inovative Research and Studies*, 2(7), 762-779, 2013.

QUINN, Kathleen. Something is going to happen here: The use of mandala art in enhancing reflective practice. *Advances in Nursing Science*, 42(3), E1-E19, 2019. dostupné z: <https://doi.org/10.1097/ANS.0000000000000242>

RODRIGÉZ, Elena. Aplicaciones del Arteapia en aula como medio de prevención para el desarrollo de la autoestima y el fomento de las relaciones sociales positivas: “Me siento vivo y convivo“. *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación para inclusión social*, 2, 275-279, 2007. dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/27594666_Aplicaciones_del_Arteterapia_en_aula_como_medio_de_prevenccion_para_el_desarrollo_de_la_autoestima_y_el_fomento_de_las_relaciones_sociales_positivas_Me_siento_vivo_y_convivo

RYFF, Carol D., & Singer, Burton. From social structure to biology: Integrative science in pursuit of human health and well-being. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 541–554). Oxford University Press, 2002.

SANGVI, Drishti E., ZAINAL, Nur Hani, NEWMAN, Michelle G. Trait self-acceptance mediates parental childhood abuse predicting depression and anxiety symptoms in adulthood. *Journal of Anxiety Disorders*, 94. dostupné z: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0887618523000117?via%3Dihub>

SHEERER, Elizabeth T. An analysis of the relationship between acceptance of and respect for self and acceptance of and respect for others in ten counseling cases. *Journal of Consulting Psychology*, 13, 169–175, 1949.

SIMON, M. Psychopatologia ekspresji. In Tyskiewicz, M. Varšava: Panstwowe Wydawnictwo Naukowe, 1987.

SHENNUM, William A. Expressive activity therapy in residential treatment: Effects on children's behavior in the treatment milieu. Child and Youth Care Quarterly, 16, 81-90, 1998.
dostupné z: <https://link.springer.com/article/10.1007/BF01083973>

SHEPARD, Lorrie A. Self-acceptance: The evaluative component of the self-concept construct. *American Educational Research Journal*, 16 (2), 139–160, 1979.

SLAVÍK, Jan. Arteterapie v souvislostech speciální pedagogiky. Speciální pedagogika, 1, 7-19, 1999.

SYCHROVÁ, Adriana. Ústavní péče v resocializačním kontextu. Pardubice, Univerzita Pardubice, 2014. ISBN 978 80 7395 756 8.

ŠEFLOVÁ, P. Výtvarný projev psychicky deprivovaných dětí v předškolním věku. (Bakalářská práce). Praha 2009. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Pedagogická fakulta.

ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. Základy arteterapie. Praha: Portál, 2002. ISBN: 80-7178-616-0

TAFORDI, Romin W. & SWANN, William B. Jr. Self-liking and self-competence as dimensions of global self-esteem: Initial validation of measure. *Journal of Personality Assessment*, 65, 322–342, 1995.

VÁGNEROVÁ, Marie, SVOBODA, Mojmir & KREJČÍŘOVÁ, Dana. Psychodiagnostika dětí a dospívajících. Praha: Portál, 2021. ISBN: 978-80-262-1851-7

VANČUROVÁ, E. Příznaky emocionální a sociální karence v kresbách předškolních dětí. *Československá psychologie*, roč. X, č. 2, 1966, s. 97-110.

VENNET, Renné & CIANCIO, Anna. Art Therapy Graduate Students' Mandalas Based on Kellogg's Great Round. Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 2023. DOI: 10.1080/07421656.2023.2217743

VYMĚTAL, Jan. Úvod do psychoterapie. Praha: Grada, 2003. ISBN: 978-80-247-2667-0

Seznam příloh

Obrázek 1: Max kresba domu první setkání – pastelka

Obrázek 2: Max kresba stromu první setkání – tužka

Obrázek 3: Max kresba postavy první setkání – tužka

Obrázek 4: Jitka kresba domu první setkání – pastelka

Obrázek 5: Jitka kresba stromu první setkání – tužka

Obrázek 6: Jitka kresba postavy první setkání – tužka

Obrázek 7: Dan kresba domu první setkání – pastelka

Obrázek 8: Dan kresba stromu první setkání – tužka

Obrázek 9: Dan kresba postavy první setkání – tužka

Obrázek 10: Týna kresba domu první setkání – pastelka

Obrázek 11: Týna kresba stromu první setkání – tužka

Obrázek 12: Týna kresba postavy první setkání – tužka

Obrázek 13: Max kresba domu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 14: Max kresba domu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 15: Max kresba stromu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 16: Max kresba stromu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 17: Max kresba postavy závěrečné setkání – tužka

Obrázek 18: Max kresba postavy závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 19: Jitka kresba domu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 20: Jitka kresba domu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 21: Jitka kresba stromu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 22: Jitka kresba stromu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 23: Jitka kresba postavy závěrečné setkání – tužka

Obrázek 24: Jitka kresba postavy závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 25: Dan kresba domu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 26: Dan kresba domu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 27: Dan kresba stromu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 28: Dan kresba stromu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 29: Dan kresba postavy závěrečné setkání – tužka

Obrázek 30: Dan kresba postavy závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 31: Týna kresba domu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek 32: Týna kresba domu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 33: Týna kresba stromu závěrečné setkání – tužka

Obrázek 34: Týna kresba stromu závěrečné setkání – pastelka

Obrázek: 35 Týna kresba postavy závěrečné setkání – tužka

Obrázek 36: Týna kresba postavy závěrečné setkání – pastelka

Tabulka 1: Vztah mezi působením na začátku a na konci intervence

Tabulka 2: Vyhodnocení dotazníku USAQ

Přílohy na USB.