



AKADEMIE ALETRENATIVA

Umělecké terapie

modul A : Muzikoterapie

**Aplikace metod audiovizuálního umění
v oblasti uměleckých terapií**

absolventská práce

vypracovala VERONIKA JIŘÍČKOVÁ , Mgr.

3.roč. 2010 / 2011

BRNO 2011

Prohlašuji, že jsem absolventskou práci zpracovala samostatně a použila jen prameny uvedené v seznamu literatury. Souhlasím, aby práce byla zpřístupněna ke studijním a propagačním účelům.

29.dubna 2011

Mgr. Veronika Jíříčková

PODĚKOVÁNÍ

Na tomto místě bych ráda poděkovala Marušce Beníčkové a Zuzce Vlachové za cenné rady a pomoc , své celé rodině a hlavně Bohu za pomoc při realizaci této práce.

ANOTACE:

Tato práce se zabývá formou aplikace metod audiovizuálního umění, respektive animovaným filmem, v oblasti uměleckých terapií. V první teoretické části jsou zpracovány základní klíčová slova a pojmy, které úzce souvisí s narativní psychologií. Popisuje postupy, cíle, roviny a hodnocení techniky animace. Druhá praktická část ukazuje dva projekty s dětskými kolektivy, které s úspěšností byly dokončeny. Dále celkově shrnuje další poznatky a jejich využití při teambuildingových a volnočasových aktivitách dětí a mládeže.

ANNOTATION:

The thesis deals with the form of application methods audiovisual arts, resp. animated film, in art therapies. In the first theoretical part are described basic key words and terms that are closely related with narrative psychology. Later it describes process, objectives, plane and reviews of technique of animated film. Second practical part shows three successfully completed project with children's teams. At the end summarizes other knowledge and their use in teambuilding and leisure activities for children and youth.

KLÍČOVÁ SLOVA:

Audiovizuální umění, narativní psychologie, umělecké terapie, animovaný film, dětský kolektiv, teambuilding, volnočasové aktivity

KEY WORDS:

audiovisual arts, narrative psychology, art therapies, animation, children's team, teambuilding, leisure activities

Obsah

Obsah

Úvod

1. Teoretická část

1.1 Základní vymezení pojmu umělecké terapie

1.2 Základní vymezení pojmu audiovizuální umění a animovaný film

1.3 Audiovizuální umění v pomáhajících profesích

1.4 Metodika práce s animovaným filmem

1.4.1 Východiska práce s příběhem

1.4.2 Předpoklady práce s animovaným filmem pro terapeuta a klienta

1.4.3 Popis postupu

1.5 Muzikoterapie

1.5.1 Vymezení pojmu muzikoterapie

1.5.2 Dělení muzikoterapie

1.5.3 Potřeba přípravné fáze opřené o techniky muzikoterapie

1.6 Způsoby hodnocení výsledků samotnou skupinou – reflexe

1.7 Využití submodelu 13P pro hodnocení, popis a průběh systematického muzikoterapeutického procesu

2. Praktická část

2.1 Projekt skupiny A „*Kytka masožravka*“

2.1.1 Skupina A

2.1.2 Muzikoterapeutická cvičení

2.1.3 Záznamová dokumentace skupiny A podle modelu 13P

2.1.4 Práce se skupinou na filmu

2.2 Projekt skupiny B „Ostří“

2.2.1 Skupina B

2.2.2 Muzikoterapeutická cvičení

2.2.3 Záznamová dokumentace skupiny A podle modelu 13P

2.2.4 Práce se skupinou na filmu

Závěr

Literatura

Internetové zdroje

Obrazová příloha

Úvod

„Nejsme balvany, přes něž teče řeka světa; jsme přímo ta řeka“ (J.P.Carse)

Se světem animovaného filmu jsem se setkávala od dětství a to hlavně formou příběhů z Večerníčků a dalších televizních pohádek. V době dospívání se mi znovu vrátil zájem o animovaný film. Tak vzniklo několik prvních scénářů, animačních loutek a pozadí. První animovaný film jsem vytvořila na vysoké škole. Dnes technika pokročila již natolik, že tvořit animované filmy může díky digitálním fotoaparátům a jednoduchým animačním programům už v podstatě každý. Proto jsem se rozhodla tuto techniku využít i ve své práci nejprve s duševně nemocnými klienty a v poslední době hlavně ve volnočasových kroužcích a výukových programech pro děti a mládež při Středisku volného času Lužánky (dále v textu používám zkratku SVC Lužánky) v Brně.

Ve využívání digitálních technologií a animovaného filmu vidím jednoznačný přínos i na poli terapeutickém. Proto jsem se rozhodla se ve své absolventské práci zabývat právě tímto tématem, s kterým mám již dlouhodobé zkušenosti.

V první kapitole se věnuji audiovizuálnímu umění a animovanému filmu jako takovému a jeho přínos zvláště pak v uměleckých terapiích. Rozebírám práci s příběhem pomocí narativní psychologie a muzikoterapie, jelikož příběh a zvuk se také při tvorbě filmu stává velkým tématem. Teoretickou kapitolu uzavírám metodikou a popisem samotné práce s technikou, jejími kontraindikacemi, předpoklady a v neposlední řadě vysvětluji také zaměření práce, její cíle, roviny a závěrečné způsoby zhodnocení.

V praktické části jsou ukázány dva projekty s dvěma různými dětskými skupinami, které se liší i svým zaměřením. Každý projekt je jiný, ale oba nesou v sobě velmi krátký příběh, který reflektuje cíl mojí práce a zaměření skupiny. Oba filmy jsou rozsahem krátké. První film si kladl za cíl eliminovat soutěživost a agrese v malé skupině složené pouze z chlapců. Cílem druhého filmu bylo

naučit se hledat hranice v sobě, mezi sebou, kolem sebe a umět spolupracovat. Na přiloženém DVD jsou oba krátké filmy k vidění.

1. Teoretická část

1.1 Základní vymezení pojmu umělecké terapie

Umělecké terapie si kladou za cíl léčení uměním. Do této skupiny se zahrnují arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie, terapie zpěvem, pohybově-taneční terapie. Úkolem všech těchto disciplín je záměrné a cílené působení na zdraví klienta/ klientů pomocí umění. Zde se jedná však v první řadě o prožitek expresivní či impresivní ze samotné tvorby, který je skrze terapeuta zprostředkován klientovi/ klientům, nikoliv o záměrný vznik uměleckého díla, i když se to nevyklučuje.

Každá z dílčích terapií funguje sama o sobě, ale může se spojovat a prolínat s ostatními terapiemi a využít z nich jednotlivé prvky. Např. tanec úzce souvisí s hudbou apod. Každá terapie má své hlavní přednosti a prostředky jako je u muzikoterapie možnost práce skrze neverbální prostředky (práce s hudbou, rytmem atp.), přitom ale využívá také prostředky verbální (verbalizace zpěvem, rytmizace slov apod.).

1.2 Základní vymezení pojmu audiovizuální umění a animovaný film

Audiovizuální umění znamená umění, které souvisí se záznamem vnímaným sluchově a zrakově či jeho uchováním a reprodukcí zvuku a obrazu. (http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=audiovizu%E1ln%E D)) Podle způsobu terapeutické intervence může být audiovizuální umění nejvíce využíváno v arteterapii, muzikoterapii a v narativní psychoterapii.

Animovaný film či animace je oživování, oživení; vyvolání iluze pohybu postupným zachycením statických obrázků jdoucích za sebou.

(<http://cs.wikipedia.org/wiki/Animace>)

V současnosti se animovaný film vyrábí buď digitálně v počítači nebo se používá klasická animace, kdy se postavičky, které vystupují v příběhu, musí vyrobit. Většinou se vyrábějí z pružných materiálů, jako je například latex, tyto se dále obarví vhodnou barvou nebo se obléknou do potřebných kostýmů, či spíše kostýmků. Nejdůležitější profesí u animovaného filmu je animátor - člověk, který umí pohyb loutky rozfázovat tak, aby ve výsledku působil plynule a přirozeně. Základním principem je tedy rozfázování. Herecká akce se snímá filmovou kamerou na filmový pás. Ten v kameře běží takovou rychlostí, aby se jedna vteřina děje zaznamenala na 25 políček. Proč 25? Protože to je přesně počet, kdy se střídání jednotlivých políček spojí v souvislý děj a lidské oko toto střídání nepostřehne. Počítá se tedy se setrvačností vjemu lidského oka.

Celý film zaznamenává kameraman na speciální kameru, která umí snímat jednotlivá políčka. Animátor ještě musí také hlídat, jak se loutka tváří, kam se dívá a většinou jsou v záběru i další loutky, takže musí řešit pohyby a akci dalších loutek. Zároveň musí mít představu o anatomii, protože pohyby loutek musí vypadat jako u živých. Také musí vědět, jak moc pohnout loutkou, aby byl pohyb přirozený. Není to zkrátka lehká profese, ale výsledek této práce bývá krásný.

1.3 Audiovizuální umění v pomáhajících profesích

„Vše, co můžeme udělat, je lidi inspirovat.“

(motto Instruktorů Brno -<http://www.instruktori.cz/>)

Práce s novými médii obohacuje kromě školství a volnočasových aktivit i další směry v sociální oblasti. Mezi umělecké terapie můžeme zařadit okrajově či doplňkově také filmovou terapii, která je opravdu na počátku svého vývoje. Podobně jako ostatní umělecké terapie můžeme i filmovou dělit na:

- aktivní – klient se podílí částečně nebo úplně na vzniku filmu, stává se tedy spoluvůrcem
- pasivní (receptivní) – klient je pasivním příjemcem; tento druh terapie nabízí možnost sledovat cizí život a problémy a o této cizí osobě a jejích konfliktních životních situacích hovořit, aniž by klient byl zatížen vědomím vlastních problémů

Ráda bych zmínila některé projekty, které úzce souvisí s filmovou terapií či audiovizuální kulturou a byly a stále jsou prezentovány veřejnosti:

- Na katedře výtvarné výchovy na PdF MU v Brně vznikl pod vedením Mgr. Petra Kamenického vícefázový projekt „*Pedagogická praxe v prostředí sociálně znevýhodněných skupin*“, který byl ve finále prezentován jako výstava „POCITY“. Tento projekt byl spolufinancován Evropským sociálním fondem a Státním rozpočtem České republiky. Partnery výstavy byli Pedagogická fakulta MU, Správa uprchlických zařízení (SUZ MV ČR), Diagnostický ústav pro mládež Brno – Veslařská a Ústav sociální péče Nové Zámky u Litvle. Výstava proběhla v Domě umění města Brna na Malinovském náměstí v červenci 2007 a vznikla ve spolupráci PdF MU, SUZ MV ČR, Domu umění města Brna a Občanského sdružení ARS Publica. Mgr. Petr Kamenický byl zároveň kurátorem výstavy. Z audiovizuální tematiky byli k vidění nejrůznější videoprojekce, animované filmy a fotografie klientů daných zařízení vytvořených ve spolupráci se studenty
- V Brně – Kohoutovicích funguje Denní stacionář, který založilo Sdružení Veleta pro osoby se zdravotním postižením. Při stacionáři funguje divadelní soubor Kolovrátek složený z klientů - lidí s mentální a kombinovaným postižením. Tento soubor natáčí již pět let pod vedením Bc. Petra Škrance hrané filmy. Do dnešních dnů mají na svém kontě 4 filmy ([Vašek na prázdninách \(2007\)](#) ; *Zámecký příběh* (2008); *Světačky* (2009) ; *Eda drží dietu* (2010))

- Natáčením podobných hraných filmů se zabývají i další spolky a sdružení (Chráněná dílna svatý Prokop u červeného javoru ; Villa Vallila ; Stéblo,o.s. ; Portus Praha,o.s. ; ARPIDA ; a další ; více na stránkách festivalu <http://www.mentalpower.cz/>)
- Na základě iniciativy občanského sdružení Hendaver vznikl v Praze Mezinárodní filmový festival Mental Power, který je zaměřen na soutěžní přehlídku filmů s (ne)herci s mentálním a kombinovaným postižením. Festival letos na svém pátém jubilejním ročníku bude opět předávat prestižní ocenění v divadle Palace na Václavském náměstí.
- V Praze na Břevnově v Komunitním centru Fokus, konkrétně v Ateliéru EXTRAART nabízí svým klientům v rámci programů pro klienty se specifickými potřebami i „Videoskupinu“
- Na Dětské psychiatrické klinice Fakultní nemocnice v Praze Motole probíhá pod vedením PhDr. Mariny Stejskalové, CSc. skupinová pasivní „Filmová terapie“ pro diagnosticky smíšenou skupinu ve věku 15-17let. Jedná se o onemocnění poruch příjmu potravy, deprese, sebepoškozování a úvahy nebo pokusy o ukončení života. Skupina nejprve shlédne film, pak je vedena diskuse o něm a na závěr se skupina přesouvá do arteterapeutického ateliéru, kde s filmovým tématem pracuje dále.

1.4 Metodika práce s animovaným filmem

1.4.1 Východiska práce s příběhem

Jako i v dalších oblastech umění má práce s animovaným filmem více rovin. Tyto roviny se liší podle svého cíle. Jsou to tyto druhy cílů:

- **Práce s příběhem** - tvůrce záměrně vytváří příběh, který dává celému filmu podstatu a smysl. V uměleckých terapiích se tato metoda

neobejde bez znalosti a návaznosti na narativní psychologii. Pak se tato práce dá rozlišit do dalších kategorií, jež jsou:

- Tradiční pohádka/ příběh
- Nově vymyšlená či netradiční pohádka/příběh
- Práce s již známými vytvořenými filmovými postavami
- **Práce bez příběhu založená na náhodnosti a improvizaci** – tvůrce pracuje s náhodou a reaguje na momentální interní či externí podněty

1.4.2 Předpoklady práce s animovaným filmem pro terapeuta a klienta

Kdo chce zapalovat, musí sám hořet. (příslloví)

Animace je v podstatě o technických prostředcích. S tím souvisí určité neodmyslitelné nároky na její uživatele. Pro nejjednodušší způsob tvorby animovaných filmů jsou to dva okruhy technické vybavenosti.

Do **primárního okruhu** patří PC, pokud možno osobní přenosný laptop a znalost práce na něm a základních animačních programů. Ty nejznámější a nejužívanější animační programy jsou Windows Power Point, Windows Movie Maker nebo trochu složitější Power director , Adobe Premiere Pro či v současnosti nejvíce používaný Adobe Macromedia Flash. Animačních programů je celá řada a liší se svou náročností a pokročilostí uživatele.

Další neoddělitelnou součástí je digitální optická technika. Jako základní vybavení postačí tedy digitální fotoaparát a stativ.

Do **sekundárního okruhu** pak patří místnost, kde se po celý den nemění světlo. Ideální je tmavá/černá místnost, kde si světlo vytvoříme uměle pomocí reflektorů. I toto se dá při nevhodných podmínkách obejít tím, že si jednoduše na fotoaparátu nastavíme stejný čas/expozici, která zaručí stejnou světelnou kvalitu všech snímků. Dále samozřejmě scénář filmu, scéna a postavičky či jiní hlavní hrdinové.

Tyto všechny potřeby jsou v zásadě základní předpoklady pro tvorbu animovaného filmu. Klient nemusí předem umět zacházet s výše jmenovanou technikou. Samozřejmě výhodou je pokud například digitální fotoaparát vlastní či s ním umí zacházet, ale není to nutný předpoklad pro jeho práci s animovaným filmem. Pro terapeuta je to nutností.

1.4.3 Popis postupu

Všechno má určenou chvíli a veškeré dění pod nebem svůj čas. Je čas rození, čas umírání, čas sázet i čas trhat, je čas zabíjet i čas léčit, čas bořit i čas budovat, je čas plakat i čas se smát, čas truchlit i čas poskakovat, je čas kameny rozhazovat i čas kameny sbírat, čas objímat i čas objímání zanechat, je čas hledat i čas ztrácet, čas opatrovat i čas odhazovat, je čas roztrhávat i čas sešívat, čas mlčet i čas mluvit, je čas milovat i čas nenávidět, čas boje i čas pokoje. (Kazatel 3:1-8)

Časová dotace

Časové vymezení je vždy podstatné pro rozvržení práce. Jelikož se jedná o animovaný film, předpokládá se s vymezením minimálně 3-5hodin pro realizaci celého projektu.

Počet setkání

Počet setkání záleží na možnostech klientů. Může se pracovat jednorázově s kratšími pauzami nebo se dá projekt naplánovat do více setkání. Jedno nejkratší setkání by mělo však trvat minimálně 60minut. Další možností je také celou práci více rozmělnit a zařadit ji do volnočasového kroužku či školního vyučování.

1.fáze

Úvodní zahajovací setkání

Na prvním místě je určitě otázka kde a s kým budu pracovat. Jedná-li se o jednotlivce či skupinu apod.

Např., „Nový třídní kolektiv přichází pro vytvoření lepšího kolektivu a dobré atmosféry ve skupině. Více děvčat ve skupině. Různé sociální zázemí. Tři cizinci z asijských zemí.“

Věk: 15 let

Počet: 20 (13 děvčat, 7 chlapců)

Škola: střední škola obchodní

Podle toho začnu vytvářet podmínky a sestavovat si celý program pro první setkání. Který se skládá z úvodního muzikoterapeutického setkání, kdy si prověřím o jakou skupinu jde a co bude dlouhodobým cílem a následně jednotlivé krátkodobé cíle. Vždy před i po setkání následuje rozhovor s osobou, která s účastníky nejvíce pracuje. Většinou se jedná o třídního učitele. Další muzikoterapeutická cvičení zařazuji vždy na začátku lekce a přizpůsobuji krátkodobým v tu chvíli potřebným cílům. Pak následují další setkání, v kterých se vytvoří postupně celý film.

Téma

V úvodním setkání se musí zvolit téma, od kterého se pak odvíjí všechno ostatní.

Volba tématu:

- zadáno jedno samotným terapeutem
- terapeut dá možnost výběru z několika témat
- tvůrce či tvůrci si sami zvolí

Pokud film vytváří skupina, je hledání tématu první kontroverznější akcí. Buď se skupina shodne rychle, nebo může dojít k zásadnímu konfliktu. Hledání tématu pro skupinu musí být vždy pod pevným vedením terapeuta. Ten musí sám zvážit, jestli je skupina schopna najít společné téma. Zvláště pro zvládnutí tohoto úkolu je velmi podstatná

předcházející muzikoterapeutická část, která už sama napoví, jestli je toho skupina schopna.

Materiál

Kromě zvolení tématu je zásadní volba materiálu a prostředí, z kterého bude film vytvořen. Zde, pokud to nevyžadují okolnosti, jako omezení materiálních možností dílny či prostor, kde projekt probíhá, volbu upřednostňuji nechat na tvůrcích. Je to také prostor pro rozvoj kreativity a pro nejrůznější arteterapeutická cvičení. Jako zdroj inspirace doporučuji si promítnout nejrůznější krátké animované filmy. Mezi nejčastější materiály patří:

- modelovací hmoty (plastelína, hlína, latex)
- přírodní materiály (rostliny a jejich komponenty, ovoce, zelenina, dřevo, zbytky zvířecích schránek, kameny)
- umělé materiály (výtvarné potřeby, potřeby pro domácnost, nástroje, přístroje, elektrokomponenty, recyklované materiály aj.)
- sypké materiály (písek, sůl, cukr, mouka apod.)
- papír
- textil
- železo
- věci denní potřeby
- potraviny

Scénář

Po výběru tématu, materiálu a výrobě scény a filmových postaviček „animáků“ je na účastnících sestavení děje a samotného scénáře. Tady musí vedoucí hodně zasahovat a regulovat, protože většinou skupina nemá žádné zkušenosti s natáčením a neví, co je technicky vůbec možné. Často dochází k tomu, že vymyslí velmi náročné scény. Proto terapeut sice zasahuje do této oblasti zcela aktivně, ale nezasahuje do scénáře samotného.

2.fáze

Natáčení

Tato část je jednou z časově nejdelších. Na již postavené scéně se postaví figurky, osvětlení, stativ s fotoaparátem a pomaličku se snímek po snímku rozfází celá scéna. Kvůli časové náročnosti animování, většinou klienti zvládnou natočit jen jednu scénu za celou terapii. Pro jednodušší účely si animování zkracujeme z 25 políček za vteřinu na 8 políček za vteřinu. Efekt živosti sice není tak fascinující, ale udrží to pozornost a motivaci tvůrců, kteří se mezi sebou střídají postupně v animaci, fotografování a zapisování čárek, kolik snímků na kolik vteřin už vzniklo.

3.fáze

Střih a jeho programování v PC

Po nafocení či natočení celého scénáře se všechny obrázky přenesou do počítače do střihačského programu. Popřípadě se samotné fotografie ještě nějak upravují, kolorují, zesvětlují apod. Ve střihačském programu se musí rozfázovat a načasovat tak, aby byl děj co nejplynulejší a nejživější. Nakonec se přidají titulky či filmové efekty a triky, dále se může přidat podkreslující doprovodná hudba či nejrůznější zvuky a film je hotový.

4.fáze

Prezentace a promítání filmu

Závěr musí být slavnostně zakončen a promítnut na velkém plátně při nějaké příjemné příležitosti. Může se to stát tou nejlepší a největší odměnou pro jeho tvůrce, když jejich práci vidí a ocení i někdo další. Po promítání může proběhnout závěrečná diskusní reflexe. Kromě samotného promítání by si měli tvůrci odnést svůj projekt zaznamenaný na DVD, nově nabyté zkušenosti, dovednosti, nahlížení problémů a jejich řešení.

Možné kontraindikace

I nejkrásnější vlas není vítaný v polévce (V.Kubín)

Kontraindikace - okolnost nebo stav **pacienta** vylučující některé léčebné postupy, výkony, užívání některých léků

(<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/kontraindikace>)

- Zdravotní problémy se zrakem

Dlouhodobější práce s zářícími displeji fotoaparátu a PC může mít nepříjemný vliv na osoby se špatným zrakem.

- Úzkostné stavy z uzavřených tmavých místností

Práce v podobných prostorách je dosti častá hlavně v průběhu samotného fázování a animace.

- Závislost na PC

Tento druh práce s klientem je naprosto nevhodný pro osoby se závislostí či podobnými problémy.

Muzikoterapie

Druhého dne se Saula zmocnil zlý duch od Boha a on uvnitř paláce běsnil jako posedlý. Proto Saulovi jeho služebníci navrhli: „Hle přepadá tě zlý duch od Boha. Přikaz nám, abychom vyhledali někoho, kdo umí hrát na citaru. Bude na ni hrát, kdykoliv na tebe dolehne zlý duch, a bude ti dobře.“

(Bible – Starý zákon)

Vymezení pojmu muzikoterapie

Podle původů slov z řeckého *moisika* – hudba a *therapeia* – léčit, ošetřovat, vzdělávat, starat se, znamená muzikoterapie léčení hudbou. (Linka, 1997)

Světová federace muzikoterapie (World Federation of Music Therapy, WFMT) definuje tento pojem takto: „Muzikoterapie je užití hudby a/nebo hudebních prvků (zvuku, rytmu, melodie a harmonie) kvalifikovaným muzikoterapeutem s klientem nebo skupinou v procesu zaměřeném na usnadnění a podporu komunikace, vztahy, učení, pohyblivost, expresi, organizaci a další relevantní terapeutické cíle za účelem naplnění fyzických, emocionálních, mentálních, sociálních a kognitivních potřeb. Muzikoterapie má za cíl rozvíjení potenciálu a/nebo znovu-nabití funkcí jedince tak, aby dosáhl lepší intra- a interpersonální integrity a následně lepší kvality života skrze prevenci, rehabilitaci nebo léčbu [*treatment*].“ (Wigram, Pedersen, Ole-Bonde, 2002, s. 30, přel. Z.Vlachová 2011)

Tyto základní definice vymezují pojem muzikoterapie jako takový, ale tím není dán samotný obsah terapie. V současnosti je u nás i v zahraničí velké množství forem, směrů, metod, škol a technik. Liší se od sebe hlavně využíváním a typem práce s hudebními výrazovými prostředky.

Pro všechny typy muzikoterapie zůstává stále stejný cíl, který můžeme sledovat v celém historickém vývoji tohoto oboru a tím je léčení. Z toho vyplývá fakt, že hudba má za určitých podmínek prokazatelné léčivé účinky.

Podle oblastí působení muzikoterapie ji můžeme rozdělit do těchto tří základních směrů (Zeleviová, 2007):

- Psycho-sociální muzikoterapie (ústavy pro osoby s mentálním či kombinovaným postižením, stacionáře, domovy pro seniory aj.)
- Medicínská muzikoterapie (nemocnice, hospitalizační zařízení i zařízení ambulantní péče; jisté uplatnění nachází v oblasti rehabilitace; anesiesie; na porodních a dětských odděleních, v onkologii či v podpoře celkového stavu pacienta)
- Pedagogická muzikoterapie (školy i mimoškolní zařízení vzdělávacího a/nebo výchovného charakteru)

Dělení muzikoterapie

Muzikoterapii dělíme:

- Podle způsobu terapeutické intervence na:

Aktivní - používá jako terapeutický prostředek především tvorbu samotné hudby a to za pomoci hlasu, hry na tělo či na hudební nástroje.

Receptivní - působení skrze poslech reprodukováné hudby. Aplikuje se často poslech klasické hudby (období baroka, klasicismu, romantismu ale i jiné) či hudby komponované speciálně pro muzikoterapeutické sezení a konkrétního klienta.

- Podle množství klientů v jednom sezení (Zelevá, 2007):
 - **Individuální** - tedy práce s jedním klientem;
 - **Skupinové** – práce se dvěma až patnácti klienty (maximální počet pro skupinu se liší v závislosti na směru či technice práce);
 - **Hromadné** – udává se nad třicet klientů, není příliš běžná; příkladem možného použití jsou posttraumatické zásahy v oblastech zasažených katastrofou

1.5.3 Potřeba přípravné fáze opřené o techniky muzikoterapie

Civilizace přinesla volný čas, bezhotovostní financování, sterilní medicínu, globální komunikaci, mobilitu, vynutitelné právní vztahy, překypující supermarkety. Sama o sobě však není zárukou ničeho. Měla by znamenat vyšší kvalitu života. Víme však, co si s ní počít? K čemu je svoboda, když nevím, co chci? K čemu je možnost tvořit, když se kamarádím spíš s televizním ovladačem než s Múzami? (M. Holcová)

Snad trochu ohraně zní věta, že dnešní svět, ve kterém nová generace vyrůstá, je přetechnizovaný. Nová generace tak ale získává mnoho dnes již neodmyslitelných schopností, jako je např. práce na PC, ale také mnohé ztrácí či nerozvíjí. Čím dál více pozoruji, že k jedné z nejméně rozvíjených sociálních dovedností je osobní kontakt a komunikace. Proto i ve své práci považuji za nezbytné rozvíjet právě tyto vlastnosti. Pro mne je nejpřirozenější k tomu používat možnosti a prostředky muzikoterapie. Cvičení a techniky z muzikoterapie záměrně zařazuji nejvíce v počáteční fázi své práce s klienty a podle potřeby i v jejím průběhu. Mnohem lépe a rychleji pak skupina začne spolupracovat a fungovat. Jde tedy i o proces edukace. Edukace pochází z latinského slova *educare*, které podle kořenů znamená také vedení ven, vedení vpřed, odhalovat to, co je, ale co se na první pohled skrývá. (<http://cs.wikipedia.org/wiki/Vzd%C4%9Bl%C3%A1n%C3%AD>). Nalézat nikoliv to, co v člověku chybí, ale to, co (v něm) je, by mělo být také jedním z cílů muzikoterapie. (Cremaschi Trovesi, 2007)

Cíle v muzikoterapii dělíme do mnoha oblastí, z nichž některé spadají více do konceptu pedagogického, jiné do psychologického či medicínského. Jedno z nejpřehlednějších dělení zaměření muzikoterapie, které však není jediné, nalézáme i v české literatuře (Bunt, Bruscia a Hansen, in Kantor a kol., 2009). Najdeme v něm sedm oblastí:

- Komunikace
- Kognitivní funkce a školní dovednosti
- Senzo-motorické funkce
- Emoce
- Sociální dovednosti

- Chování
- Relaxace a antistresové dovednosti
- Spiritualita
- Jiné

1.6 Způsoby hodnocení výsledků samotnou skupinou – reflexe

Nepleť si prst ukazující na Měsíc s Měsícem samotným. (východní moudrost)

Jedním z východisek, o které se ve své práci mimo jiné opírám je i zaměření se na učení prostřednictvím zážitku. Abychom se něco naučili, nestačí však pouhý zážitek, ale musíme ho zpracovat a poučit se z něho. Dalším z nejdůležitějších momentů pro dobrý průběh celé skupinové práce je i motivace. Její význam je zásadní. Dobrá motivace může i z velice jednoduchého cvičení udělat hit. A bohužel i naopak. Během celé práce se proto stále držím reflexe. Ta slouží k ohlédnutí se zpět, rozboru, poučení.

Reflexe by měla především vytvářet prostor pro sdílení pocitů a zážitků a poskytnout tak cennou zpětnou vazbu pro účastníky i vedoucího. Reflexe by měla také zviditelnit případné problémy, hlavně co se týče skupinových vztahů, a dávat možnost tyto problémy ujasnit a dále s nimi pracovat například prostřednictvím muzikoterapie. Reflexe by neměla být diskuzí o technickém provedení práce, přednáškou ze strany vedoucího, kritizováním účastníků nebo analýzou osobních problémů vedoucího a zároveň by neměla být bezduchým tlacháním.

Vedení reflexe je jednou z nejnáročnějších dovedností pro vedoucího terapeuta a kvalitní příprava pro ni je obzvláště důležitá. Pozornost věnujeme také volbě a přípravě prostoru. Místo by mělo být příjemné a pohodlné. Pokud hodláme rozebírat osobní otázky, mělo by toto místo být uzavřené a vzbuzovat pocit bezpečí. U reflexe je důležité i symbolické rozsazení účastníků a terapeuta. I rozsazení by mělo připomínat, že všichni jsou stejně důležití a je

na ně brán stejný ohled. Proto volím rozsazení do kruhu, všichni na stejné úrovni – třeba všichni na zemi nebo všichni na židlích, nikoliv však střídavě.

Cíle reflexe:

- *Zaměření na skupinu* – Kladu důraz na dění ve skupině, vztahy mezi členy skupiny, rozdělení rolí, komunikaci. Hledáme konflikty, řešíme je. Tímto způsobem reflexi směřuji na týmovou spolupráci a komunikaci.
- *Zaměření na jednotlivce* – Soustředujeme se na pocity a zážitky, vedu účastníky k pojmenování postojů, pocitů, k otevření se, k poznání sebe samých.
- *Zaměření na téma* – Soustředíme se na názory a postoje účastníků, zkušenosti přesahující rámec projektu a souvislosti mezi projektem a realitou

Mnou nejčastěji používanou formou reflexe je strukturovaná diskuze v kruhu účastníků, která ve většině případů umožňuje nejsnazší dosažení cílů reflexe. Klíčem k úspěchu je volba vhodně položených otázek samotným terapeutem, který celou diskuzi vede. Vyhýbám se uzavřeným otázkám, na které lze odpovědět pouze ano/ne a volím otevřené dotazy dávající prostor rozvinutým odpovědím. Nejčastěji používané:

- *Pocity*: Jak jste se cítili v průběhu? Myslíte, že se ostatní cítili stejně? Jak se cítíte nyní?
- *Zážitky*: Co byl nejsilnější zážitek? Co bylo nejzajímavější? Co vás překvapilo?
- *Týmová spolupráce*: Kdo hrál vedoucí roli? Jaká byla spolupráce ve skupině? Jaká byla vaše role v týmu?
- *Komunikace*: Jak probíhala komunikace ve skupině? Zapadly něčí názory? Proč? Jak probíhalo skupinové rozhodování?
- *Přenos zkušeností*: Odesli jste si odsud něco? Co byste příště udělali jinak?

- Souvislost se skutečností: Odpovídá zkušenost tady získaná životu? V čem je podobná a v čem se liší? Napadají vás konkrétní příklady?

1.7 Využití submodelu 13P pro hodnocení, popis a průběh systematického muzikoterapeutického procesu

Záznamová dokumentace a celkové hodnocení je neodmyslitelnou součástí práce každého muzikoterapeuta. Zachycuje se do nich buď každé setkání, dílčí pozorované jevy či celkové shrnutí všech poznatků během celého procesu muzikoterapie. Tyto pozorovací tabulky, archy a poznámky jsou nedocenitelnou součástí celkového pohledu na výsledky terapie pro současnost, minulost a budoucnost.

Pro mne jsem našla způsob záznamování v metodice submodelu 13P a v současné době je již zavedenou součástí každé mé záznamové dokumentace.

Submodel 13P mapuje průběh muzikoterapeutické intervence a to díky takzvaným třinácti „péčkám“ , které na sebe logicky navazují, odkazují a souvisí spolu navzájem. Jsou jimi: Pozorování, podnět, percepce, projev, posudek, postup, průběh, prostředky, postoje, pocity, prostředí, pochopení, proměna. V záznamových tabulkách, které jsou pro tento submodel záměrně vytvořeny, je možné se orientovat také samozřejmě díky systému otázek a odpovědí úzce související s danou oblastí zkoumání (Beníčková, 2011).

2. Praktická část

2.1 Projekt skupiny A „Kytka masožravka“

Popis projektu

Čtvrtletní práce chlapců z volnočasového multimediálního kroužku za sebou nechala krátký plastelínový „animák“, který popisuje genezi jedné rostliny od jejího zrození po zánik.

2.1.1 Skupina A

- Charakteristika skupiny

věk: 10-13 let

počet účastníků: 6 chlapců

- Anamnéza skupiny

Tato skupina vznikla v rámci kroužku Multimediální tvorba při SVČ Lužánky. Od začátku byla velmi specifická už jen tím, že v ní byli jenom samí chlapci bez jakýchkoliv zdravotních potíží.

- Dlouhodobý cíl:

Eliminovat agresí, soutěživost a naučit se spolupracovat ve skupině.

2.1.2 Muzikoterapeutická cvičení

Tato cvičení jsou příkladem počáteční přípravné muzikoterapeutické fáze celého projektu. Tato a podobná cvičení jsem nasadila záměrně na začátek lekce a smyslem je práce na dlouhodobém cíli skupiny.

Objevitelé I.

- Cíl: Naučit se spolupracovat a společně dosáhnout cíle.
- Forma: Skupinová
- Pomůcky: PET Láhve, Voda, Digitální univerzální ladička nástrojů
- Postup:
- Vezměte si každý jednu PET láhev a nalijte si do ní trochu vody.
 - Zahrajte na ni a zkuste se seřadit vedle sebe podle výšky tónu každého z vás.
 - Teď zkuste pomocí ladičky najít jednotlivé čisté tóny a zahrát libovolnou durovou stupnici.
 - Najděte společně jednoduchou píseň a zkuste díky tónům v lahvích ji zahrát, podmínkou je, že to musíte zahrát společně.

Objevitelé II.

- Cíl: Naučit se spolupracovat a rozvinout jemnou motoriku, hudební dovednosti a znalosti o hudebních nástrojích. Změřit vlastní hranice, svého teritoria, kde mé imperium začíná a kde končí?
- Forma: Skupinová
- Pomůcky: Několik beden s nejrůznějšími komponenty hudebních nástrojů, nejvhodnější jsou pro tento účel dechové nástroje. Lepící páska
- Postup:
- Každý si vylosuje jednu bednu, prozkoumá ji a vyskládá předměty ven před sebe.
 - Odstartuje se a vaším cílem je sestavit z jednotlivých dílů jeden konkrétní nástroj, můžete samozřejmě brát a používat komponenty sousedů.
 - Vyhrává ten, kdo jako první sestaví konkrétní nástroj a zahraje na něj.
 - Zkuste společnými silami sestavit ze všech komponentů a pomocí lepení lepící páskou jeden prapodivný hudební nástroj
 - Zahrajte na něj.

- Jak se nástroj jmenuje a čím je výjimečný? Má nějaké ojedinělé vlastnosti? Můžete si je samozřejmě vymyslet.

2.1.3 Záznamová dokumentace skupiny A podle modelu 13P

Pozorování:

Jak pozorují?	- Komplexní pozorování (pozorování maximálního počtu projevů, jednání, chování, atmosféry ve skupině...).
Koho pozorují?	- Skupinu.
Jak dlouho pozorují?	- Dlouhodobě (po dobu 2 měsíců).

Průběh:

Jaký byl průběh intervence?	- Bez komplikací.
-----------------------------	-------------------

Podnět:

Co bylo podnětem?	- Verbální instrukce muzikoterapeuta.
Jaký byl podnět?	- Verbální instrukce muzikoterapeuta.
Od koho vzešel?	- Od terapeuta.
Ke komu směřoval?	Ke skupině.
Jak byl podnět přijat?	Skupina reagovala velmi nadšeně a každé muzikoterapeutické cvičení přijímala jako obohacení.

Percepce:

Jak skupina vnímala? Do jaké míry percepce proběhla?	- Vizuální: Bez komplikací. - Sluchová: Bez komplikací.
--	--

Projev:

Co bylo projevem?	Skupina bez větších potíží hned začala pracovat na daném cvičení.
-------------------	---

Prostředí:

V jakém prostředí (kde) muzikoterapie probíhala?	V běžné klubovně upravené na danou chvíli pro muzikoterapii.
Které faktory prostředí ovlivňovaly?	Celkové poslání celého volnočasového centra s mimoškolní atmosférou a pocitem bezpečí a oddechu.
Jak skupina na prostředí reagovala?	Skupina se chová nenuceně a svobodně.

Prostředky:

Jaké prostředky byly při muzikoterapii použity?	Hudební nástroje, metodika.
Byly použité prostředky vyhovující?	Většinu hudebních nástrojů je vlastní instrumentář muzikoterapeuta, instituce nemá prostředky na nákup těchto nástrojů.
Jak na použité prostředky reagovala skupina?	Pozitivně.

Postoje:

Jaké byly postoje skupiny?	Pozitivní.
----------------------------	------------

Pocity:

Jaké měla skupina pocity?	Nejprve skupina reagovala ne příliš otevřeně, ale s každým setkáním byly stále lepší.
Jaké měl pocity muzikoterapeut?	Když skupina někdy odmítavě hlavně na začátku reagovala, měla jsem rozpačité pocity, jestli to zvládnou. Ale nedala jsem to najevo a držela se pevně svého scénáře.

Pochopení:

Co měla skupina pochopit?	Uvědomit si své chování a jeho dopady ve skupině mezi členy.
Pochopila?	Zpracovat svou agresivitu a vychloubavé chování mezi členy skupiny. Chlapci to pochopili a během našich setkání to přestali dělat.

Proměna:

Co se proměnilo? V čem nastala proměna?	Ve vzájemných vztazích mezi členy ve skupině.
Co proměnu způsobilo?	Cvičení na podporu spolupráce a komunikace.

Posudek:

Jaké cíle byly na počátku setkání stanoveny?	- Dlouhodobý cíl – Eliminovat agresi, soutěživost a naučit se spolupracovat ve skupině.
Jaké cíle byly při setkáních splněny?	- Dlouhodobý cíl - Eliminovat agresi, soutěživost a naučit se spolupracovat ve skupině.
Setkání považujete za úspěšné?	- Jednoznačně ano.

Plán:

Byl plán funkční?	- Ano. Nevyžadoval žádné změny.
-------------------	---------------------------------

2.1.4 Práce se skupinou na filmu

Délka setkávání při práci na filmu :

1x týdně 1,5hodin po dobu 2 měsíců

Materiální zajištění:

plastelína

technické vybavení viz. kapitola 1.4.2

Popis a postup celkové práce :

- 1.fáze – Celkem rychle se skupina shodla na tématu, které si sami vymysleli, souhlasili s vytvořením filmu z plastelíny a během krátké doby vymysleli i scénář, který se samozřejmě musel během natáčení mírně technicky upravovat.
- 2.fáze – Během natáčení se postupně všichni střídali u fázování, animování a dalších úkonů spojených se samotným natáčením.
- 3.fáze – Stejně jako u natáčení se i u střihání postupně všichni střídali.

Dokumentace a prezentace výstupu:

Výsledkem bylo krátké DVD, ale došlo i na prezentaci při vánočním setkání v SVC Lužánky, které bylo sestaveno z krátkých vystoupení hudebních,

tanečních a divadelních kroužků. Při této příležitosti byl film veřejně promítán, takže všichni měli možnost užít si filmeček i na „velkém plátně“ a sklidit za svou práci ohodnocení v podobě potlesku.

Chování skupiny:

Složení skupiny ze samých chlapců neslo své klady, ale i zápory. U chlapců se velmi rychle objevila soutěživost, která by zřejmě vyvrcholila bez eliminace v agresivitu a násilí. Také se projevila potřeba skupiny mít vůdce „smečky“, kterým měl být ten nejsilnější a nejlepší. Začalo to nenápadným přinášáním a kocháním se nejlepšími hračkami každého z chlapců, předháněním se ve sportovních a fyzických dovednostech nebo konzumací nerůznějších dražších dobrot před nebo po kroužku. Díky muzikoterapeutickým cvičením v přípravné fázi zaměřené právě na eliminaci těchto problémů, na spolupráci a učení se rovnosti všech ve skupině, tento jev zmizel a chlapci mezi sebou našli rovnoprávné kamarádské vztahy.

Závěrečná reflexe:

Chlapcům ve skupině hodně pomohla první přípravná muzikoterapeutická část. Celkově se skupina zklidnila a začala spolupracovat a film úspěšně dokončili. Bylo to způsobeno i motivací, veřejným promítáním pro rodiče a vytvořením originálního DVD pro každého.

2.2 Projekt skupiny B „Ostří“

Popis projektu:

Celý projekt byl primárně zamýšlen jako jeden z preventivních programů při SVČ Lužánky pro vytvoření nového začínajícího třídního kolektivu. A to při přechodu na jinou školu, pro začínající třídní kolektiv jako je střední škola či nově vzniklé třídní kolektivy při příchodu na osmiletá gymnázia. Třídní teambuilding. Zaostřeno na integraci, multikulturní prostředí.

Sebepoznání, sebeprosazení a vlastní identifikaci ve skupině. Je možné tuto metodu využít i na jakýkoliv třídní kolektiv ve věku 13 - 19 let.

V příklad uvádím práci s pětičlenným dětským týmem, který vytvořil v multimediální dílně krátký animovaný film s názvem „Ostří“, kde v několika alegorických obrazech ukazuje možné řešení konfliktů ve vztazích. V hlavních rolích je nůž a nůžky. Jsou to odlišné předměty a přece v mnohém stejné. Každý umí zraňovat, ale i vytvořit krásné věci. Každý umí to, co neumí ten druhý, nikdo nemůže vyhrát, jsou si navzájem rovni. Stejně fungují tyto principy jak v životě věcí, tak v životě lidí. Nemá smysl bojovat, ale spolupracovat. Je to sice pohled dětí, ale je platný pro všechny bez rozdílu.

2.2.1 Skupina B

- Charakteristika skupiny

věk: 12-14let

počet účastníků: 1 chlapec a 4 dívky

- Anamnéza skupiny

Při SVC Lužánky jsem vedla výtvarný kroužek se zaměřením na nové techniky. V rámci něho se vytvořil šikovný a velmi specifický tým. Každý z členů měl totiž hodně odlišné zájmy, takže skupina se dlouho nemohla stmelit. Nikdo neměl žádné zdravotní potíže či jiné např. specifické poruchy učení.

- Dlouhodobý cíl

Naučit se řešit závažné téma jako „Hranice v nás, hranice v hlavě, společně nebo proti sobě, konflikt“. Vytvořit tvůrčí tým, který si sám celý projekt koordinuje, rozhoduje, určuje jeho tempo a musí najít vždy přijatelné řešení pro všechny.

2.2.2 Muzikoterapeutická cvičení

Opět i tentokrát uvádím muzikoterapeutická cvičení, která jsou příkladem počáteční přípravné muzikoterapeutické fáze celého projektu. Jako u předešlé skupiny i tady tato a podobná cvičení jsem nasadila záměrně na začátek lekce a smyslem je práce na dlouhodobém cíli skupiny.

Píšťalky

Cíl: Zvládnout hru na tento primitivní nástroj. Naučit se vnímat frekvenci jednotlivých tónů, sladit se skupinou, najít hranice mezi snesitelností vydávaných tónů ve skupině.

Forma: Skupinová

Pomůcky: Kovové píšťalky, které mají pohyblivou menzuru na tyčince a tím mění svůj tón při hře díky pohybu ruky.

Postup:

- Vyberte si každý jednu píšťalku, jsou všechny stejné.
- Zkuste na ni hrát a vyzkoušejte, co všechno se s nimi dá dělat, jaké tóny a hlasitosti dokáží.
- Teď se zkuste všichni navzájem poslouchat a zkuste postupně najít společný tón, potom zkuste nejhlasitější tón, nejtíší tón.
- Zkuste zahrát stupnici tónů
- Zkuste se ve skupině domluvit a společně nacvičit a potom společně zahrát jednoduchou melodii či písničku.

Vrtule

Cíl: Osvojit si jemnou motoriku a vyrobit si vlastní hudební nástroj. Vyzkoušet fyzické hranice svoje i ostatních a hranice prostoru.

Forma: Skupinová

Pomůcky: Dřevěná tenká obdelníková dřívka, provázky, hoblík, smrkový papír, vrtačka s malým vrtáčkem, pracovní desky - dřevěné

- Postup:
- Každý dostane pomůcky a podle návodu muzikoterapeuta si nejprve opracuje, vyhladí a potom provrtá dřevěnou destičku na nejkratším konci, provlékne jím provázek a pevně zaváže na suk.
 - Potom si každý najde svůj prostor, drží provázek na opačném konci než je dřívko a snaží se ho roztočit nad hlavou. Musí silně a rychle.
 - Dřívko vzlétné, rozkmitá se ve vzduchu a začne vydávat silný hučivý vibrující zvuk jako vrtule.
 - Tento zvuk se dá podle rychlosti točení eliminovat na hlasitosti.
 - Zkuste jako skupina společně vytvářet nejprve slabý, pak střední a nejhlasitější zvuk.

Kontraindikace:

- Při tomto postupu by měl nejprve muzikoterapeut nejprve sám ozkoušet všechny vrtule a zjistit jejich bezpečnost.
- Terapeut musí skupinu poučit o bezpečném zacházení a rozumných rozestupech, aby nedošlo ke kolizi a možnému zranění.
- Není vhodné pro oslabené jedince, protože to je docela fyzicky náročné.

2.2.3 Záznamová dokumentace skupiny B podle modelu 13P

Pozorování:

Jak pozoruji?	- Komplexní pozorování (pozorování maximálního počtu projevů, jednání, chování, atmosféry ve skupině...).
Koho pozoruji?	- Skupinu.
Jak dlouho pozoruji?	- Dlouhodobě (po dobu 2 měsíců).

Průběh:

Jaký byl průběh intervence?	- Bez komplikací.
-----------------------------	-------------------

Podnět:

Co bylo podnětem?	- Verbální instrukce muzikoterapeuta.
Jaký byl podnět? Jaké povahy?	- Verbální instrukce muzikoterapeuta. - Podnět byl cílený – začátek terapeutického setkání.
Od koho vzešel?	- Od terapeuta.
Ke komu směřoval?	Ke skupině.
Jak byl podnět přijat?	Na každý podnět reagovala skupina pozitivně.

Percepce:

Jak skupina vnímala? Do jaké míry percepce proběhla?	- Vizuální: Bez komplikací. - Sluchová: Bez komplikací.
--	--

Projev:

Co bylo projevem?	Skupina bez větších potíží hned začala pracovat na daném cvičení.
-------------------	---

Prostředí:

V jakém prostředí (kde) muzikoterapie probíhala?	V běžné klubovně upravené na danou chvíli pro muzikoterapii.
Které faktory prostředí ovlivňovaly?	Celkové poslání celého volnočasového centra s mimoškolní atmosférou a pocitem bezpečí a oddechu.
Jak skupina na prostředí reagovala?	Skupina se chová nenuceně a svobodně.

Prostředky:

Jaké prostředky byly při muzikoterapii použity?	Hudební nástroje, metodika.
Byly použité prostředky vyhovující?	Většinu hudebních nástrojů je vlastní instrumentář muzikoterapeuta, instituce nemá prostředky na nákup těchto nástrojů.
Jak na použité prostředky reagovala skupina?	Pozitivně.

Postoje:

Jaké byly postoje skupiny?	Pozitivní.
----------------------------	------------

Pocity:

Jaké měla skupina pocity?	Nejprve skupina byla dosti nesourodá a odmítala mezi sebou navazovat bližší kontakty, ale postupně se tato hranice odbourala.
Jaké měl pocity muzikoterapeut?	Když skupina někdy odmítavě hlavně na začátku reagovala, měla jsem rozpačité pocity, jestli to zvládnou. Ale nedala jsem to najevo a držela se pevně svého scénáře a věřila v účinek cvičení.

Pochopení:

Co měla skupina pochopit? Pochopila?	Uvědomit si své hranice a umět podle toho reagovat, Umět se otevřít ve skupině. Záměr se podařil.
---	---

Proměna:

Co se proměnilo? V čem nastala proměna?	Ve vzájemných vztazích mezi členy ve skupině. Skupina začala mezi sebou velmi dobře reagovat.
Co proměnu způsobilo?	Cvičení na podporu spolupráce, komunikace a osvojování si osobních hranic.

Posudek:

Jaké cíle byly na počátku setkání stanoveny?	- Dlouhodobý cíl – Naučit se řešit závažné téma jako „Hranice v nás, hranice v hlavě, společně nebo proti sobě, konflikt“. Vytvořit tvůrčí tým, který si sám celý projekt koordinuje, rozhoduje, určuje jeho tempo a musí najít vždy přijatelné řešení pro všechny.
Jaké cíle byly při setkáních splněny?	- Dlouhodobý cíl - Naučit se řešit závažné téma jako „Hranice v nás, hranice v hlavě, společně nebo proti sobě, konflikt“. Vytvořit tvůrčí tým, který si sám celý projekt koordinuje, rozhoduje, určuje jeho tempo a musí najít vždy přijatelné řešení pro všechny.
Setkání považujete za úspěšné?	- Jednoznačně ano.

Plán:

Byl plán funkční?	- Ano. Nevyžadoval žádné výraznější změny.
-------------------	--

2.2.4 Práce se skupinou na filmu

Délka setkávání při práci na filmu :

1xtýdně 1,5hodin po dobu 2 měsíců

Materiální zajištění:

ostré předměty (nůžky, nůž) , papír

technické vybavení viz. kapitola 1.4.2

Popis a postup celkové práce :

- 1.fáze – Tato fáze byla pro skupinu nejnáročnější a zároveň nejdelší fáze. Téma bylo dáno, ale velmi dlouho trvalo než vymysleli, jak bude po výtvarné stránce film vypadat a také strukturu scénáře.
- 2.fáze – Během natáčení se sice postupně všichni střídali u fázování, animování a dalších úkonů spojených se samotným natáčením, ale nejvíce tyto technické záležitosti bavili jediného chlapce.
- 3.fáze – I tato fáze skoro celá nejvíce bavila onoho chlapce a tak mu děvčata zcela přenechala práci na PC.

Dokumentace a prezentace výstupu:

Výsledkem bylo krátké DVD, ale došlo i na prezentaci a účast na mezinárodní rakousko - české soutěži na téma „hranice“ . Při této příležitosti byl krátký film veřejně promítán a umístil se v mladší kategorii na 3.místě.

Chování skupiny:

Pro skupinu byla nejnáročnější 1.fáze , ve druhé fázi dobře mezi sebou spolupracovali a ve 3.fázi veškerou pozornost ku prospěchu celého projektu a souhlasem celé skupiny na sebe otočil a celý projekt dokončil jediný chlapec ve skupině.

Závěrečná reflexe:

Po bouřlivých diskuzích a sepsání scénáře, vytvořila tato skupina v multimediální dílně svůj debutový snímek „Ostří“, kdy se naučila, kromě práce s technikou, spolupracovat a navzájem si naslouchat, respektovat se a vycházet spolu.

Závěr

Všechno bychom přece měli dělat tak, jako by šlo o budoucnost světa. A ono tak trochu o ni vlastně jde. (V.Havel)

Za cíl této práce jsem si kladla shrnout poznatky z oblasti audiovizuálního umění a jejich využití v uměleckých terapiích, sestavit vlastní instrumentář terapeutických cvičení a aplikovat daná cvičení do praxe a zmapovat jejich působení v praxi.

V teoretické části se mi pracovalo velice obtížně, jelikož zdroje s tematikou filmové terapie jsou značně omezené.

V praktické části jsem vycházela z osobních zkušeností a dosavadních poznatků na poli teprve postupně se rozvíjející filmové terapie respektive využití práce s animovaným filmem. Opírám se nejvíce o práci s příběhem, zážitkovou pedagogiku, volnočasové aktivity a teambuilding. Jako neodmyslitelnou součást používám přípravnou fázi složenou z muzikoterapeutických cvičení.

Celkově tuto práci vnímám jako profesní obohacení, definování a shrnutí toho, co už vlastně znám či dělám. Snad právě proto se mi pracovalo dobře a ráda bych tuto techniku rozvíjela dál, protože věřím, že tato technika má svou budoucnost a dalo by se na ni navázat a poznání dané oblasti ještě dále prohlubovat.

Momentálně se primárně věnuji rodině, ale těším se, že budu jednou pokračovat v započatém procesu vlastní edukace a působení v oblasti uměleckých terapií.

Literatura

- Beníčková, Marie. *Muzikoterapie a specifické poruchy učení*. Grada, Praha 2011
- Cremaschi Trovesi, Giulia. *Musicoterapia. Arte della comunicazione*. Roma: Edizioni Scientifiche Magi, 2007 (z překladu Z.Vlachové)
- Chailley, Jacques. *40000 tisíc let hudby*. Praha: SHV, 1965
- Kantor, Jiří; Lipský, Matěj; Weber, Jana a kol. *Základy muzikoterapie*. Praha: Grada, 2009
- Krček, Josef. *Musica Humana*. Hranice: Fabula, 2008
- Linka, Arne. *Kapitoly z muzikoterapie*. Rosice u Brna: Gloria, 1997
- Miller, B.C. *Teambuilding – 50 krátkých aktivit*. Computer Press. Brno 2007
- Pelánek, R. *Příručka instruktora zážitkových akcí*. Portál, Praha 2008
- Plamínek, J. *Tajemství motivace*. Grada, Praha 2007
- Šicková-Fabrici, J. *Základy arteterapie*. Portál, Praha 2002
- Vágnerová, Marie. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2008
- Wigram, Tony, Pedersen, Inge Nygaard, Lars Ole Bonde. *A Comprehensive Guide to Music Therapy: Theory, Clinical Practice, Research and Training*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2002 (přeložila Z.Vlachová)
- Zahradníková, E. *Teambuilding – cesta k efektivní spolupráci*. Portál, Praha 2005

- Zeleiová, Jaroslava. *Muzikoterapie: Východiska, koncepty, principy a praxe*. Praha: Portál, 2007

Internetové zdroje

- <http://www.sdruzeniVeleta.cz>
- <http://www.pc-help.cz>
- <http://www.martanci.cz>
- <http://www.instruktori.cz/>
- <http://www.mentalpower.cz/>
- http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/hledat?typ_hledani=prefix&cizi_slovo=audiovizu%E1ln%C3%99d
- <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/kontraindikace>
- <http://cs.wikipedia.org/wiki/Animace>

Obrazová příloha

Fotografie z natáčení



