



Umělecké terapie

Muzikoterapie

Arteterapie

Dramaterapie

Tanečně-pohybová terapie

Číslo 01

Květen 2016

V tomto čísle najdete mimojiné:

TANEČNÍ KONSTELACE (3)

DIALOGICKÉ JEDNÁNÍ V

DRAMATERAPII (5)

PSYCHOMOTORIKA (7,27)

EURYTMIA - CESTA K SEBE (19)

Arteterapie:

**Arteterapeutický přístup u klienta se spastickou diparézou
s podporou hipoterapeutického programu**

Ars Therapeutica VI.
Olomouc, říjen 2016
Program a pozvánka



Rozhovor: Marie Blahutková
Psychomotorika – přítomnost, hra, život...



Muzikoterapie:

Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů

• Terapie

• Psychologie

• Vzdělávání

• Osobnosti

• Rozhovory

• Praxe

Obsah:

| | |
|--|------------|
| Taneční konstelace | ... Str. 3 |
| Dialogické jednání Ivana Vyskočila v dramaterapii | ...Str.5 |
| Rozhovor: Marie Blahutková, Psychomotorika | ...Str.7 |
| Metoda muzikoter. intervence u klientů s SPU | ...Str.10 |
| Okénko do života Akademie Alternativa | ...Str.15 |
| Arteterapeutické přístupy u klienta se spastickou diparézou s podporou hipoterapeutického programu | ...Str.16 |
| Eurytmia – cesta k sebe... | Str.19 |
| Muzikoterapie ve sdružení Veleta | ... Str.24 |
| Recenze knihy: Obrazy z nevědomí | ...Str.26 |
| Psychomotorika v mateřské škole | ...Str.27 |
| Muzikoterapie–Rytmus | ...Str.30 |
| MAUT | ...Str.31 |
| Ars Therapeutica 2016 | ...Str.33 |



Vážení a milí čtenáři,

je pro mě ctí i potěšením mít možnost napsat jednu z prvních slov nového elektronického časopisu **Umělecké terapie**. Časopis je prvním časopisem svého druhu v ČR a přináší ucelený vhled do všech uměleckých terapií současně – arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie, tanečně – pohybové terapie. Vydavatelem časopisu je **Mezinárodní asociace uměleckých terapií MAUT**, mezinárodní konfederace, která již řadu let sdružuje odborníky i zájemce o oblast uměleckých terapií. Základní myšlenkou je propojení všech druhů uměleckých terapií, nalezení a konkretizace společných oblastí, avšak se zřetelem k zachování svébytnosti, samostatnosti i specifičnosti jednotlivých terapií umělecké profilace. Vzhledem k tomu, že MAUT je organizací působící na tuzemském i mezinárodním poli a výrazně se podílí na rozvoji uměleckých terapií, pojali jsme časopis jako **setkávání** odborníků, ale i zájemců o danou oblast. Budeme Vám přinášet 3x do roka nové informace, články, rozhovory i přehled o aktuálním dění. Cílem časopisu je vytvořit platformu pro spolupráci a přiblížení umělecko – terapeutického světa s jeho radostmi, otazníky, úspěchy i pochybnostmi. Pravdivý pohled na to, co se v terapeutickém světě děje, ale i výhledy do budoucnosti – témata výzkumná, legislativní i střípky ze života lidí, kteří svůj život zasvětili pomoci druhým. Přeji nám všem, aby se tento cíl splnil a až budeme bilancovat, abychom mohli s klidným svědomím říci – podařilo se.

S přáním radosti ze života

Mgr. Marie Beníčková, Ph.D.
prezidentka

Taneční konstelace / nová umělecko – terapeutická metoda

Taneční konstelace – umělecko – terapeutická metoda, která propojuje principy tanečně – pohybové terapie, muzikoterapie, dramaterapie a arteterapie. Článek představuje novou metodu s popisem hlavního terapeutického cvičení Taneční orchestr. Metoda vychází ze základních principů tanečně – pohybové terapie, ale lze ji modifikovat a specializovat do dalších rovin prostřednictvím celého spektra uměleckých terapií.

Taneční konstelace - umělecko – terapeutická metoda, která propojuje principy tanečně – pohybové terapie, muzikoterapie, dramaterapie a arteterapie. Metoda je zaměřená na sebepoznání, rozvoj a integraci osobnosti a nabízí cílený emocionální a pohybový prožitek s preventivním a terapeutickým záměrem. Autory metody jsou manželé Marie a Tomáš Beníčkoví.

Během svého studia tanečně – pohybové terapie jsem se seznámil s metodou Rudolfa Labana - Labanova analýza pohybu. V rámci dané metody mě zaujalo i tzv. „Pohybové umění

sboru – chór“. Jedná se o systém improvizáční skupinové choreografie, jenž má jednoduchý, a přesto velmi efektivní prvek. Základní princip: člověk, jenž stojí v čele rohu čtverce – vede. Ostatní lidé ve skupině napodobují pohyby tanečníka v popředí. Pokud se tento tanečník v popředí pootočí, další pohyb započne jiný člověk, který stojí v jiném rohu, tímto pootočením mu dosavadní vedoucí tanečník předal „pomyslné žezlo“ vedoucího a tento tanečník je nyní v popředí. Tímto plynulým střídáním tanečníků ve vedoucí pozici dochází k velmi pestré taneční improvizaci. Na konci studia jsem sestavil vlastní terapeutické cvičení *Taneční orchestr* a inspirován chórem Rudolfa Labana promítl své zkušenosti do absolventské práce. Cvičení

Taneční orchestr se stalo základním terapeutickým cvičením nové komplexní metody *Taneční konstelace*, která je výsledkem spolupráce s mou ženou, muzikoterapeutkou Dr. Marií Beníčkovou.



Cvičení dané metody nabízí klientovi pozice, ve kterých si hledá svou individuální příjemnou polohu. Vede klienta ke zkušenosti, jak v případné (nezvykle) komfortní i naopak v bezkomfortní pozici najít polohu, ve které si vyhledá určitý pozitivní aspekt s možností příjemného zážitku. Nepříjemný zážitek naopak slouží k posunutí určitých hranic a k uvědomění omezujících myšlenkových pochodů. Dané pozice mohou zastávat modelové situace ze života, v nichž se učí klient tímto způsobem snadněji orientovat. S nově získanými zkušenostmi a dovednostmi a s jistým nadhledem lze snadněji zvládat (často se opakující) situace běžného života.

Základní pojetí hlavního cvičení metody - Taneční orchestr.

Postup: Cvičení využívá princip vedení dle *Labanova uměleckého sboru*. Člověk v popředí vede. Zásadní změnou oproti pojetí Labana je počet lidí ve vedoucí pozici. Ve cvičení Taneční orchestr vede současně několik lidí (podle počtu skupin) a vedení je pevně dané (předem rozdělené) po celou dobu cvičení. Skupiny sice reagují na stejnou skladbu, ale vedoucí skupin se zaměřují pouze na svou předem určenou linku (např. basová linka, houslová linka, vokál atd. – dále také linka). Následně se postaví za vedoucího tanečníka další tanečníci, kteří budou pohyby vedoucího imitovat.

Terminologické vymezení a pokyny:

1. Výběr skladby – skladba musí obsahovat jasně definované nástupy konkrétních zvukových linek. Skladba je cíleně volena se zřetelem k terapeutickému cíli a se zásadní premisou - skladba (hudba) nabízí specifický emocionální prožitek umožňující naplnění pohybového záměru.

2. Předem vyspecifikované „linky“ – bez předchozí analýzy skladby nelze vytvořit potřebný počet skupin s jasně determinovanými linkami. Terapeut musí vždy dopředu znát přesný počet skupin, linku, kterou konkrétní skupina sleduje a pohybově „zviditelňuje“. Terapeut věnuje pozornost nejen jednotlivým skupinám, ale celému prostoru, v němž cvičení probíhá.

3. Vedoucí skupin – terapeut primárně nenabízí klientům konkrétní hudební nástroj, ale předkládá emocionální esenci či zvědoměnou zkušenost, kterou s sebou daná linka nese. Např. „Linka symbolizuje otevřený projev ženy a přináší hluboký a jemný emocionální prožitek bez velkého fyzického zatížení.“ Každá skupina je specifická a přístup k ní je vždy individuální. Pro správné provedení cvičení je nutná znalost poznatků souvisejících disciplín - zejména psychologie hudby, hudební sémantiky a sémiotiky, muzikoterapie atd.

4. Velikost skupin – velikost skupin je determinována počtem zúčastněných a možnostmi prostoru. Pokud je skupinka příliš malá, její pohybový nástup může být fakticky neznatelný. Naopak, příliš velká skupina

přináší rizika v oblasti spolupráce a koordinace. Ve specifických případech lze cvičení individualizovat, tzn., že vedoucí tanečník je jediným tanečníkem skupiny. Tato individualizace přináší větší svobodu pohybového projevu tanečníka, ale ztrácí se tím nácvik zodpovědnosti vztahu klient - terapeut, zkušenost s vedením a nonverbální komunikací.

5. Rozmístění skupin – z praktických a bezpečnostních důvodů bychom neměli přesáhnout celkový maximální počet 6ti skupin. Základní jednotkou jsou 4 skupiny. Vrcholy tvořené z pozic hlavních linek tvoří především geometrické tvary, stěny tzv. Platonských těles (dle Labanovy analýzy pohybu).

6. Závěrečná instrukce – „I přesto, že neslyším svou linku – mírně se do hudby pohybuji. Nikdy nestojím. Pokud nevím, zda je to má linka – nereaguji na ni. Vedoucí linek se snaží o pohyb, který je možný ze zadních řad napodobit. Nic není špatně. Každá skupina je izolovaný blok a na ostatní skupiny nereaguje – přesto tvoříte společný výsledný celek.“ Pomocí spolupráce může vzniknout něco krásného.

Cvičení má primárně terapeutický rozměr, ale bez osobní zkušenosti s daným cvičením, přesně pochopenými principy celé širší metody (zde je popsán pouze základní rámec jednoho hlavního cvičení) a nezbytných terapeutických kompetencí, se může cvičení používat pouze na **relaxačně – zážitkové** rovině bez přímého obsazování do konkrétních pozic.

*Autor článku: **Mgr. Tomáš Beníček***

*Speciální pedagog,
arteterapeut a
tanečně-pohybový
terapeut,
spoluzakladatel
terapeutické školy
Akademie
Alternativa s.r.o,
člen pracovní*



*skupiny pro vznik povolaní arteterapeut,
víceprezident Generálního výboru MAUT*

Dialogické jednání Ivana Vyskočila v dramaterapii

V dramaterapii se v dnešní době můžeme setkat s různým pojetím přístupu. Forma hry se prolíná napříč všemi směry. Jeden z originálních přístupů je založený na improvizaci. Jméno dramaterapeuta Josefa Zajíčka je spjata s propojením terapie a improvizace. Svou práci se nám rozhodl popsat ve svém příspěvku.

Dialogické jednání Ivana Vyskočila je osou mé dramaterapeutické aktivity. Pracuji ve skupině do 20 účastníků a dobu nechávám volně dle organizačních možností. Minimálně 90 minut a maximálně neohraničeně, protože na rozdíl od Ivana Vyskočila propojuji dialogické jednání s dalšími dramatickými a dramaterapeutickými technikami. Cílem mého snažení je rozvolnit se a sám na sobě poznat omezení a uzly kterými trápím svou existenci, tedy dávám možnost poznat svá pouta a osvobodit se v míře sobě přijatelně bez problémů a negativních důsledků. Svě lekce dialogického jednání propojuji s improvizovanými představeními účastníků buď pro sebe, či pro veřejnost. Prvním krokem v mé práci na lekcí DJ je verbální a nonverbální seznámení se ve skupině. Poznání svého stavu tady a teď.



„Cílem mého snažení je rozvolnit se a sám na sobě poznat omezení...“

Ve své lekci propojuji dialogické jednání s improvizacemi Jaroslava Duška a zrcadly Sergeje Fedotova. To jsou dva iniciátoři mé dramatické aktivity, ačkoliv ani jeden z nich není terapeut. Jeden je herec a druhý režisér. Jejich aktivity mne však vážně zasáhly. Každou svou lekci dramaterapie začínám zrcadly S.F. při kterých dochází k uvolnění účastníků a vzájemnému poznání. Zrcadla se tvoří skupinou stojící v kruhu vedenou jedním z členů skupiny jakýmkoliv pohybem zrcadleným ostatními. Tímto se skupina ladí na společnou frekvenci, tep vnímání. Vše je postaveno na očním kontaktu - odezírání a napodobování (zrcadlení) co nejpřesněji bez zvuku, se zvukem, beze slov, se slovy. Prvním

zrcadlením jsem sám jako vedoucí lekce a uvolňuji svůj přítomný stav pohybem jakkoliv improvizovaným probouzením energie společného kruhu. Po několika minutách předám vedení očním gestem spoluhráči po pravici a zrcadlo pokračuje pod jeho vedením. Délku jednotlivých výstupů si určuje každý sám předávkou očním gestem následujícímu po pravici. Celé cvičení v jednom kruhu může trvat od několika minut do hodiny. Vše je odvislé od naladění účastníků a časových možností lekce. Nechávám projet kruh zrcadlením jednou, dvakrát. Během celodenních lekcí se k zrcadlu v kruhu vracím jako k energetickému zdroji dialogického jednání tak, abychom si uvědomili jaký je přechod od zrcadlení druhých k zrcadlení sebe sama. Dalším cvičením v mé lekci dialogického jednání jsou zrcadla ve dvojicích.

Rozdělím skupinu do dvojic různými způsoby podle stavu energie mezi členy, buď náhodným výběrem hrou na bombu, či vědomě kdo ke komu se zrcadlením hodí. Opět je základem oční kontakt a dvojice si předává beze slov v prvním kole stav svého těla a mysli v pohybu jenž nabírá nových a nových odrazů obrazů zrcadlící nové a nové proměny energie zveřejňování svých vnitřních stavů a pocitů. Technika zrcadel ve dvojici má nepřeberně

množství variací stejně jak zrcadlení v kruhu, její proměny vážím v průběhu lekce. Stále pracuje skupina najednou, všichni jsou zároveň diváky a hráči. Postupně dvojice odvádím od zrcadlení stavu protějšku k jeho doplňování a reakci na partnera. Lekce se zvolna a nenásilně mění v improvizaci dvojic ve kterých pod zadáním akce-štronzo-reakce se rozvinou první příběhové situace rozvolňující tvůrčí energii i u těch nejuzavřenějších členů skupiny. Dvojice improvizuje v široké škále zadání vedoucího víc a víc se přibližující k řešení osobních problémů a stavů jednotlivých účastníků nenásilnou formou. Během improvizace dvojic sestavím v hlavě pořadí možných výstupů dvojic v první předváděcí sérii pro účastníky lekce. Usadím skupinu do "hlediště" a dvojice se učí pracovat s energií diváka a ověřují si své možnosti a schopnosti. Jednotlivé výstupy dvojic rozebíráme z pohledu napětí a uvolnění v postavách vznikajícího. Takto se dostáváme společně k hlavní části lekce a tou je dialogické jednání s vnitřním partnerem.

Hlavní částí lekce je dialogické jednání s vnitřním partnerem.

Všichni účastníci sedí v řadě a první dobrovolník zahajuje "veřejnou samotu", pozoruje své vnitřní fyzické a duševní pohyby napětí a uvolnění ve stavu přítomné veřejnosti a nechává na sobě zda pozorování zveřejní či jen prožívá. Délku veřejné samoty opět neomezují, čas je odvislý od množství proměny energie navozené účastníky. Každý výstup veřejné samoty rozebereme z úhlu diváka i účastníka. Po jednom kole veřejné samoty každého zájemce přecházím k "dialogickému jednání s vnitřním partnerem", přiblížím probouzení a zveřejňování dialogu, jeho fyzické projevy, uzly, uvolňování a hlavně přiblížuji jeho prohlubování až na rozborech jednotlivých výstupů kde si společně uvědomujeme možnosti osobní terapeutické proměny pomocí této techniky.

Průběh lekce dialogického jednání je závislý na stavu skupiny a nikdy se neopakuje. Skupina sama svou energií určí jak rychle a jak dlouhou se bude pohybovat v dialogickém jednání a do jakých hloubek se její členové budou pouštět. Tady hraje rozhodující roli schopnost

vedoucího naladit skupinu tak, aby se v lekci podařilo uvolnit co nejvíce pozitivní energie otvírající a řešící maximálně únosné množství problémů každého účastníka dialogem se svým vnitřním partnerem. Vstup před diváky si rozhodne každý sám, pokyn k ukončení dávám jako vedoucí já a tím umožňuji účastníkům pozorovat na sobě napětí z neohraničenosti výstupu. Během celodenních lekcí střídám a promíchávám zrcadla - improvizace a dialogické jednání tak, že se k sobě přibližují stavem rozvolnění a přestávají působit hranice jež v sobě účastníci nosí a stav otevřenosti napomáhá přehráváním řešit vzniklé problémy jak samostatně každého ve svém dialogu, tak skupinově v dialogu společném. Během praxe jsem se naučil posouvat celodenní či několikadenní dílny dialogického jednání směrem k "divadlu terapie", kde mohou zájemci zkoušet přechod od terapeutického působení k rize divadelnímu představení.

Tím, že své lekce dialogického jednání neuzavírám před divadelním představením pro veřejnost, dávám možnost účastníkům dále rozvíjet objevenou tvořivou - výchovnou - terapeutickou energii a získávat nové aktivity radosti ze života. Poznáním sebe sama, řešením svých problémů dialogem s vnitřním partnerem, uvolňováním odvahy zveřejňovat vnitřní pochody a jejich očištění hrou ve které jsme chráněni před násilím a destrukcí se dostávám k šťastnějšímu pocitu prožívání svého života a rozdělení se o něj s lidmi kolem sebe. V převážné většině své lekce končím společným improvizovaným představením a živými obrazy na rozloučenou. Tento článek je pouze přiblížením mé lekce a otvírám jím prostor pro úvahy všemi směry na hranicích terapie a divadla. Sám nevím co jsem vlastně víc, zda herec, terapeut, či vychovatel, ale vůbec mi ta nejistota kdo jsem tabulkově nevádí. Podstatná je radost ze života a její sdílení. Zdar a sílu v Útulku sebe sama.

Autork článku:

Mgr. Josef Zajíček
Dramaterapeut, dlouholetý vychovatel, předseda Dramaterapeutické asociace MAUT. Umělecký vedoucí improvizáčního divadla Útulek.



Rozhovor : Psychomotorika – přítomnost, hra, život...

Doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph. D. – tři tituly, to musí být odborník, asi vás napadne jako první. Přednáší, publikuje, učí... Odborník zajisté je. A to nejen po stránce teoretické, ale především praktické. Při výuce nesedí za stolem v elegantním kostýmku, ale společně s vámi pobíhá v teplácích po tělocvičně. Ta energie, která z ní sálá, je až „nakažlivá“. Dokáže vás nadchnout – hrajete si, tancujete, smějete se... a zároveň vnímáte, že je v tom něco hlubšího.

Paní Marie Blahutková je žena s velkým odhodláním, vytrvalostí, houževnatostí a zapálením pro svoji práci. Profesionalita se u ní spojuje s lidskostí, laskavostí a především ochotou předávat svoje zkušenosti dál. Cení si jejího přístupu i toho, co jsem se od ní naučila. Věřím, že tento rozhovor pro Vás bude inspirativní čtení!

Když jsem se s Tebou před čtyřmi lety setkala poprvé, měla jsi několik zaměstnání. Co je v současné době Tvoji pracovní náplní?

V současné době pracuji na plný úvazek na Centru sportovních aktivit VUT v Brně, kde vyučuji předměty Relaxační cvičení, Psychomotoriku, Teambuilding a kondiční cvičení pro U3V. Podílím se na řešení výzkumných projektů souvisejících s pohybovou aktivitou a publikuji v těchto oblastech. Současně pracuji jako sportovní psycholog pod Centrem Ministerstva vnitra na brněnské střelnici. Pomáhám našim reprezentantům s psychologickou přípravou pro vrcholové sportovní výkony. Ve volném čase pracuji jako OSVČ opět jako sportovní psycholog. Mám velmi širokou klientelu sportovců, od vrcholových sportovců, reprezentantů a olympioniků, po malé začínající sportovce. A protože jsem workoholik a potřebuji být neustále v pohybu, tak jsem si založila vzdělávací agenturu Aaktivita.cz, ve které spolupracuji s manželem a ve volných chvílích učím všechny zájemce nejen psychomotoriku, ale i psychologii sportu, rytmiku, komunikační dovednosti, týmové dovednosti, vedu lekce duševního zdraví a psychomotorickou a taneční terapii.



V mládí ses věnovala sportovní gymnastice. Jakou roli hraje sport a pohyb v Tvém životě?

V životě jsem spojila základní atributy, které souvisejí s kvalitou života a zdravím, tedy pohyb a radost ze života. Díky gymnastice jsem velmi odolná a dokážu překonávat i poměrně velké nesnáze, každou pohybovou aktivitu vyzkouším a dá se říci, že právě to mě udržuje v dobré kondici. Vydržím v tělocvičně i 10 hodin a nejsem unavená. Navíc i v 57 letech udělám stoj na rukou, salto nebo přemet a to mě baví.

...i v 57 letech udělám stoj na rukou, salto, nebo přemet a to mě baví. 😊

Znám Tě především jako aktivní propagátorku psychomotoriky. Kde ses s tímto oborem setkala poprvé?

S psychomotorikou jsem se setkala poprvé v roce 1990 na semináři ASPV, který se konal v Praze. Tam kolegyně z Lucemburska představila základní myšlenku psychomotoriky, tedy prožitek z pohybu formou jednoduchých her pro všechny. Zpočátku jsem tomuto systému nevěřila, ale čas ukázal, že jsem se vydala dobrou cestou,

protože psychomotorika otevírá všechny brány lidských duší. V roce 1995 jsem se setkala opět v Praze na semináři Špičky evropské psychomotoriky s další nabídkou těchto aktivit a pochopila jsem, že tato má i veliké uplatnění u lidí handicapovaných a nemocných. Takže jsem svůj obzor opět rozšířila a začala jsem pracovat i v této oblasti.



Proč ses rozhodla psychomotorikou zabývat a šířit ji mezi veřejností?

Psychomotorika mě oslovila jako obor. Ve svém životě jsem spojila pohyb a psychologii a psychomotorika přímo s těmito obory souvisí. Tak vyplynulo, že musí být zařazená do kinantropologie stejně jako do psychologie a dalších vědních disciplín. Pro veřejnost je to cesta k hledání sebe sama a prostor pro objevení doposud neobjeveného skrze pohyb a radost z něj vycházející. Ukáže každému, že je krásný a že se může díky pohybu radovat z drobností, které dříve vůbec nevnímal – matka při hře s dítětem může více pochopit jeho potřeby, učitel může pochopit lépe dětskou duši, lékař může s pacientem lépe komunikovat, klient může projevit svoje prožívání skrze neverbální projev a manipulaci s netradičním náčiním, handicapovaný může vyjádřit radost z pohybu díky jednoduchým herním činnostem a dobrému osobnímu přístupu terapeuta, partner může pochopit přání a touhu druhého, senior může najít díky psychomotorice smysl života a tak bychom mohli pokračovat... Vždy je zapotřebí zvolit vhodný úhel pohledu na potřeby člověka a prostřednictvím

„...psychomotorika ukáže každému, že je krásný a že se může díky pohybu radovat z drobností, které dříve vůbec nevnímal...“

psychomotorických aktivit tyto potřeby naplňovat.

V čem vidíš její hlavní přínosy?

Psychomotorika je pohyb a pohyb je zdraví. Díky psychomotorickým aktivitám pečujeme o rovnováhu osobnosti, odbouráváme stres, nacházíme smysl života a tím také pečujeme o kvalitu života, jak jsem zmínila na počátku.

Pro mě osobně je psychomotorika hra, zábava, radost z pohybu. Jak reagují lidé na pohybové aktivity, které na svých kurzech nabízíš? Umí se uvolnit a „hrát si“?

Psychomotorika může na první pohled budit dojem, že se o nic nejedná, prostě lidé „blbnou“, má to však vždycky hluboký podtext, který je potřeba účastníkům vysvětlit a hlavně zprostředkovat, protože to co zažiji sám a pochopím, jsem potom schopen předávat i dál. První setkání se mnou se často jeví

podivně, asi jako když bláznivá ženská chce zaujmout netradičně. Jakmile však zapojím jednotlivce, vše vysvětlím a ukážu na mnoha praktických příkladech, přístupy se mění. Ráda mám opakovaná setkání, protože tam již od mých posluchačů mohu slyšet, jaké mají sami s těmito přístupy zkušenosti.

Při psychomotorických aktivitách často dochází k fyzickému kontaktu. To může být některým lidem nepříjemné. Jak

postupuješ v takovýchto případech?

Vždy není důležité se dotýkat, to bych mohla okamžitě někoho odradit od další spolupráce. Dotyk je možné zprostředkovat předmětem, kterým se druhého mohu dotknout nebo mu jej podám do ruky. Mnohdy stačí komunikace nebo využívání netradičních náradí nebo náčiní.

Ve svých publikacích a přednáškách často hovoříš o pojmu bio-psycho-socio-spirituální rovnováha člověka. Můžeš ho blíže vysvětlit?

Psychomotorika přispívá k rozvoji těchto složek ve smyslu působení na harmonickou rovnováhu osobnosti v oblasti biologické, tedy pohybovými aktivitami pomáhá ke zdraví – působí na srdečně cévní systém, na dýchací

systém, svalový systém apod. V oblasti psychické složky působí zejména na naše duševní zdraví – raduji se z nabízených aktivit, přitom poznávám sám sebe, svoje okolí, mohu pochopit svoje reakce a také vyjádřit sebe sama. V oblasti sociální psychomotorika pomáhá zejména v kontaktu ve skupině, v komunikaci se skupinou a pomáhá jednotlivce do skupin začleňovat, každý z nás je v každém okamžiku součástí několika skupin a někdy bývá to



postavení ve skupině dost komplikované, to právě může pomoci psychomotorika vyřešit. Z hlediska spirituální rovnováhy pomáhá psychomotorika v oblasti duchovní, kde může evokovat u účastníků víru ve vlastní sílu, kterou potřebujeme k překonávání životních překážek, kterým sami nevěříme. S touto oblastí pracuji zejména u nemocných pacientů, kteří se bojí smrti nebo umírání. Psychomotorika navíc využívá pro své působení řadu masážních technik, psychostimulačních technik a pracuje s energií člověka, takže mu v tomto ohledu značně prospívá.

Může nám pohyb pomoci této rovnováhy dosáhnout?

Jednoznačně. Jsem o tom přesvědčena, vycházím z vlastních zkušeností a ze zkušeností při práci s klienty. Celý tento přístup vychází z pojmu kalokagathia – je to starověký ideál harmonie těla a ducha a to je i můj přístup. Moderněji ve zdravém těle zdravý duch a všechno spolu velmi úzce souvisí.

Jsi psycholog, terapeut, pedagog. Neustále pracuješ s lidmi, což může být vyčerpávající. Jak sama sebe udržuješ v rovnováze?

Pohybem a vynikajícím partnerským vztahem. Můj manžel je mi vždy oporou, stejně jako já jemu a to nám pomáhá překonávat i ty největší životní obtíže. Jsme jeden pro druhého.

Jakým způsobem se profese terapeuta promítá do Tvého osobního života?

Tato profese mě velmi naplňuje. Pokud vím, že jsem pomohla někomu najít smysl života, překonat velké životní nesnáze, posiluje mě to v další práci a přináší mi to pocit uspokojení.

Čemu chceš v blízké době věnovat svoji energii a čas?

Moje úsilí bych i nadále chtěla rozdělit dvěma směry, v první řadě rodině, protože mám od listopadu malou vnučku a té bych se ráda věnovala a dále pokračovat v práci, kterou jsem byla celý život obklopena.

Děkuji za rozhovor a přeji mnoho sil v pracovním i osobním životě!

Rozhovor připravila: Bc. Martina Kulašová

Doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D



Přednášky, semináře a cvičení na téma: psychologie sportu, teorie a didaktika sportovní gymnastiky, psychomotorika, duševní hygiena, psychologie koučování ve sportu aj. Spolupráce s mnoha

školami a vedení studentských prací. Její praxe je založena a ověřena bohatou výzkumnou činností a prací s lidmi.

Vzdělání a akademická kvalifikace:

2004: Doc.: Habilitační přednáška – Psychologie v kinantropologii

2003: Certifikát: Lektor Halliwickovy metody plavání A a B

1998: Ph.D.: Obhajoba dizertační práce – Psychologie v kinantropologii

1985: PaedDr: Státní rigorózní zkouška

1983: UEJP Brno: učitelství pro 5. - 12. ročník, Tělesná výchova a zeměpis

Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení

Článek seznamuje čtenáře s autorskou metodikou Marie Beníčkové – Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení. Metodika je podrobně popsána v knize *Muzikoterapie a specifické poruchy učení* (Grada, 2011).

Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení shrnuje teoretické i praktické poznatky z oblasti muzikoterapie a specifických poruch učení (dále také SPU). Opírá se o výsledky dlouhodobého výzkumu, metodiku **Hudba těla** – českou muzikoterapeutickou metodiku (spoluautoři Beníčková Marie, Vilímek Zdeněk) a praktické



zkušenosti při práci s cílovou skupinou žáků a klientů s SPU. Je určena pro cílovou skupinu odborníků, studentů a dalších zájemců, kteří se zajímají o problematiku muzikoterapie a specifických poruch učení. Metodika muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení je teoreticko – praktické schéma vymezující strukturu a vztahy muzikoterapeutického procesu u cílové skupiny klientů, u nichž byly diagnostikovány specifické poruchy učení. Předností metodiky je její směřování ke konkrétní cílové skupině, avšak principiálně lze metodiku při správné aplikaci uplatnit u široké škály cílových skupin, a to jak komplexní pojetí, tak jednotlivé části. Metodika je v současné době hojně aplikována v terapeutické praxi, studenti i odborníci ji využívají v rámci výzkumů a výzkumných šetření (např. Absolventské práce na webu Akademie Alternativa) Teoretické podklady k dané metodice může zájemce získat přímo v knize **Muzikoterapie a specifické poruchy učení** (Grada, 2011), která obsahuje řadu konkrétních muzikoterapeutických cvičení. Teorii, praxi, diagnostiku a nácvik dovedností

nabízí studium arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie i tanečně – pohybové terapie na **Akademii Alternativa s.r.o.** – instituci akreditované MŠMT www.akademiealternativa.cz. Zde se studenti seznámí nejen s využitím metodiky v muzikoterapii u dané cílové skupiny, ale naučí se metodiku aplikovat u dalších cílových skupin a v rámci všech druhů uměleckých terapií.

Součástí metodiky je Model muzikoterapeutické intervence u klientů se specifickými poruchami učení, který zahrnuje tři muzikoterapeutické submodely (13P, 2U, 9I).

Muzikoterapeutický submodel 13P

Muzikoterapeutický submodel 13P u klientů se specifickými poruchami učení je popis struktury vývoje systematického muzikoterapeutického procesu a mapuje **průběh muzikoterapeutické intervence** (pozorování, podnět, percepce, projev, posudek, postup, průběh, prostředky, postoje, pocity, prostředí, pochopení, proměna).

Aplikační podmínky submodelu

Muzikoterapeutický submodel 13P je možné aplikovat při plánování, mapování a hodnocení:

- konkrétního muzikoterapeutického cvičení, konkrétní techniky
- celého muzikoterapeutického setkání
- vstupního vyšetření
- výstupního vyšetření
- podklady pro vstupní, průběžnou, závěrečnou zprávu
- submodel 13P je používán i v kombinaci se submodelem 2U i 9I

Muzikoterapeutický submodel 2U

Muzikoterapeutický submodel 2U u klientů se specifickými poruchami učení (úkol - úspěch) je popis struktury vývoje systematického muzikoterapeutického procesu. Submodel 2U je součástí dané metodiky a nabízí své uplatnění zejména v edukační a direktivní muzikoterapii, konkrétně v úkolech souvisejících primárně se školní úspěšností. U cílové skupiny klientů s SPU je tento model využíván velmi často.

Aplikační podmínky submodelu

Muzikoterapeutický submodel 2U je možné aplikovat při plánování, mapování a hodnocení:

- konkrétního muzikoterapeutického cvičení, konkrétní techniky
- submodel 2U je používán i v kombinaci se submodelem 13P, v některých případech i 9I

Muzikoterapeutický submodel 9I

Muzikoterapeutický submodel 9I u klientů se specifickými poruchami učení (intervence, interakce, invence, imitace, inovace, inkoherece, identifikace, inertizace, intence) je popis struktury vývoje systematického muzikoterapeutického procesu. Submodel 9I je součástí dané metodiky a nabízí své uplatnění zejména v nedirektivní muzikoterapii.

Aplikační podmínky submodelu

Muzikoterapeutický submodel 9I je možné aplikovat při plánování, mapování a hodnocení:

- konkrétního muzikoterapeutického cvičení, konkrétní techniky
- submodel 9I je používán i v kombinaci se submodelem 13P

Submodel nachází své uplatnění také v situacích, kdy klient (skupina) reaguje na podnět(y) a muzikoterapeut je „pozorovatelem“ projevů – kromě podnětu do terapeutického procesu neintervenuje,



popř. intervenci minimalizuje pouze v případě nutnosti zásahu (např. neadekvátní reakce klienta projevující se nepřiměřeným agresivním chováním). Podněty mohou vycházet od klienta (skupiny), ale také od muzikoterapeuta. Vhodným příkladem pro uplatnění submodelu 9 I může být cvičení, ve kterém má klient vyjádřit hrou na hudební nástroj svou momentální náladu.

Sledované oblasti a suboblasti u klientů se specifickými poruchami učení (srov. Břicháčková, 2005; Zelinková, 2000, 2007, Beníčková, 2011) jsou důležité pro pochopení problému cílové skupiny, správnou a včasnou diagnostiku, stanovení správných a dosažitelných muzikoterapeutických cílů a úspěšnou intervenci.

Tabulka: Sledované oblasti a suboblasti u klientů se specifickými poruchami učení

| Sledované oblasti | Sledované suboblasti |
|---------------------------|---|
| motorika | hrubá motorika jemná motorika: <ul style="list-style-type: none"> • mikromotorika • očních pohybů • grafomotorika • oromotorika pohybová koordinace senzomozotická koordinace: <ul style="list-style-type: none"> • vizuomotorika • audiomotorika psychomotorika sociomotorika neuromotorika |
| vnímání tělového schématu | části těla hranice těla osobní prostor |
| percepce | sluchová percepce: <ul style="list-style-type: none"> • percepce a reprodukce rytmu • fonematické uvědomění • sluchová diferenciac • sluchová analýza a syntéza • rozlišování figury a pozadí • sluchová paměť • multisenzoriální vnímání • rezonance těla zraková percepce: <ul style="list-style-type: none"> • rozlišování barev a tvarů • zraková diferenciac • zraková analýza a syntéza • zraková paměť • vnímání figury a pozadí • rozlišování reverzních figur • konstantní vnímání • vnímání polohy v prostoru • vnímání vztahů v prostoru vestibulární percepce: |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • rovnováha • taktilně kinestetická percepce – |
| komunikační schopnosti a dovednosti | komunikační vztahy: <ul style="list-style-type: none"> • já – já • já – ty • já - okolí komunikace verbální: <ul style="list-style-type: none"> • specifické poruchy řeči, výslovnosti komunikace neverbální: <ul style="list-style-type: none"> • pohledy • výraz obličeje • pohyby • fyzické postoje a projevy • dotyk • gesta • přiblížení a oddálení komunikace činem |
| lateralita a spolupráce mozkových hemisfér | tvarová lateralita funkční lateralita funkce pravé hemisféry funkce levé hemisféry |
| pravolevá, prostorová a časová orientace | pohybový – fyzický prostor zrakový prostor sluchový prostor časová posloupnost |
| tělesné a duševní vlastnosti dítěte a chování dítěte | fyzické předpoklady a problémy: <ul style="list-style-type: none"> • zdravotní stav a kondice psychické předpoklady a problémy: <ul style="list-style-type: none"> • temperament a charakter • nevědomé procesy • sebereflexe • struktura a dynamika osobnosti • vztahové dimenze člověka • sebepojetí • sebeúcta • lidské potřeby • motivace |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • zájmy • koncentrace • úroveň rozumových schopností • paměť • emoční poruchy • poruchy chování |
|--|--|

(srov. Beníčková, 2011)

Muzikoterapeutické cvičení

Oblíbeným muzikoterapeutickým nástrojem je kantela. Výhodou je její jednoduchá ovladatelnost a „neokoukanost“. Klienti (žáci) tento hudební nástroj většinou neznají a nový zvuk přiláká jejich pozornost. Zkušenosti s kantelami jsou pozitivní z několika pohledů. Žáci se na nástroj rychle naučí vybrnkávat jednoduché písničky nebo je používán k harmonickému doprovodu písní. Kantely mohou být laděny i do pentatoniky, která klientům umožňuje snadnou kolektivní improvizaci. (srov. Beníčková, 2010)

HLADÍME KANTELU

Cíl: Podpora rozvoje jemné motoriky, vizuomotoriky, audiomotoriky, dechové koordinace

Věk: Od 4 let

Forma: Individuální

Pomůcky: Kantela

Postup:

Klient si vezme kantelu do náruče (jako když drží v náručí miminko) a „pohladí“ struny – jemně zahraje prsty rukou přes všechny struny nástroje. Při hře se struny rozezní. Klient hru opakuje a může měnit směr hry – např. odspodu nástroje nahoru a opačně. Při hře směrem od sebe je nutné zajistit plynulost pohybu technikou hry – prsty jsou položeny na struny tak, že konečky prstů směřují k tělu hráče a směr hry – pohyb prstů – je veden od těla hrajícího.

- Klient se zaposlouchá do svého dechu. Zkusí společně s nádechem hrát na struny jedním směrem, s výdechem hraje v opačném směru.



Variace:

Klient a terapeut si domluví směr pohybu označující nádech a směr pohybu značící výdech. Klient hraje na nástroj a terapeut dle jeho hraní dýchá. Pak si role vymění.

Doporučení:

Zapojíme – li do hry na hudební nástroj i dechová cvičení, dbáme na přiměřenou dobu a intenzitu dýchání. Abychom předešli hyperventilaci, vyhneme se opakovaným rychlým krátkým, nebo naopak opakovaným dlouhým a hlubokým nádechům. Snažíme se, aby tempo a intenzita dýchání byla co nejpřirozenější.

Kontraindikace:

- Vysoký krevní tlak
- Kardiovaskulární problémy
- Epilepsie

Diferenciální diagnostika – Co dělat když...

- Klient hraje na kantelu křečovitě, kantela nezní

Diferenciální podmínky:

Klient nemá uvolněnou ruku

Nejprve zjistíme, zda klient drží hudební nástroj správně. Držení kantely připomíná držení miminka v náručí. Při této technice hry, kdy klient hraje prsty klouzavým pohybem po strunách – jakoby struny hladil, je nutné, aby byla ruka při hře uvolněná, na struny by měl být vyvinut jemný přítlak, který umožňuje jejich správné rozechvění. Muzikoterapeut dbá na to, aby zvuk nepůsobil trhaně, jednotlivé struny, po kterých prsty přejíždí, by měly znít kompaktně – jeden zvuk

přecházet v druhý. Neúspěch dosažení kvalitního tónu může být v neuvolněné ruce, napětí a křečovitě hře.

- Ačkoli samotná hra na kantelu ruku uvolňuje, můžeme použít i další jednoduché techniky pro dosažení maximální volnosti ruky:

Jemně položíme svou ruku na klientovu hrající ruku. Kontakt rukou napomáhá uvolnění.

Další možností jsou uvolňovací cvičení:

- Kroužení zápěstím ruky

- Tahání ruky z medu – klient si představí, že má ruku ponořenou v medu. Ruka je těžká a klient se jí pokusí z medu pomalu vytáhnout.
- Máchání prádla – klient se předkloní, svěsí hlavu a pohyby rukou do stran naznačuje máchání prádla.
- Pouhé vyklepání rukou – představa – jako kdybychom chtěli z rukou něco vytřepat.

Cvičení pomáhající zvýšit citlivost konečků prstů:

- Klient přiloží dlaně rukou k sobě do pozice připomínající modlení. Dvojicemi prstů, které se vzájemně dotýkají, začne postupně ťukat o sebe. Nejprve ťukají palce, pak ukazováčky až dojdeme k malíčkům. Ťukání by mělo být krátké a intenzivní. Pro lepší zvědomění dotyku může klient prsty verbálně pojmenovávat. Po skončení cvičení hovoříme s klientem o pocitech, které měl při ťukání jednotlivými prsty – zda se cítil u všech prstů stejně, nebo nikoli. Kterými prsty šlo hýbat lehce, kde musel vydat více úsilí atd.
- Prsty lze procvičit i další technikou – do palce jedné ruky postupně ťukají jednotlivé prsty téže ruky – ukazováček, prostředníček, prsteníček, malíček. Klient se snaží o spojení prstů v nejcitlivější části (špička – břicho prstu). (srov. Beníčková, 2011)



Autorka článku: Mgr. Marie Beníčková, Ph.D.

Muzikoterapeutka, supervizorka, vysokoškolská pedagožka, autorka několika muzikoterapeutických metod a metodik, ředitelka terapeutické školy Akademie Alternativa s.r.o., vedoucí pracovní skupiny pro vznik povolání muzikoterapeut a arteterapeut, jednatelka za ČR (MAUT) ve WFMT (Světová federace muzikoterapie), prezidentka MAUT – Mezinárodní asociace uměleckých terapií. Muzikoterapii se věnuje od roku 1993, patří mezi zakladatele muzikoterapie v ČR. Díky své bohaté publikační a přednáškové činnosti se dostala do povědomí široké veřejnosti nejen v ČR, ale i v zahraničí. V roce 2006 získala doktorát Ph.D. v oblasti muzikoterapie. Je absolventkou pětiletého muzikoterapeutického sebezkušenostního výcviku a studia Werbeck metody – školy odhalení hlasu (Terapie zpěvem). Více: www.mb-muzikoterapie.cz



Okénko do života Akademie Alternativa s.r.o.

Akademie Alternativa s.r.o. je vzdělávací instituce akreditovaná Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy. Studium je určeno pro všechny zájemce, kteří dosáhli 18 - ti let a úspěšně absolvují přijímací řízení. Pro speciální pedagogy a psychology je navíc nabízena možnost získat Osvědčení o prohlubování odborné kvalifikace v rámci vzdělávacího programu.

Akademie Alternativa s.r.o. se rekrutovala ze společnosti Akademie Alternativa o.s., která vznikla v roce 2007 na základech České hudební společnosti – Společnosti pro hudební terapii (ČHS – SPHT). Navázala na dlouholetou, významnou a ojedinělou činnost České hudební společnosti, která jako Společnost pro hudební výchovu pracovala již

tanečně-pohybová terapie, ale i obor **umělecké terapie**, který je koncipován jako komplexní studium prolínající poznatky z oblasti uměleckých terapií. Výuka probíhá převážně o víkendech formou skupinových setkání a respektuje individuální přístup ke každému jednotlivci. Důraz je kladen na prožitky, sebezkušenostní techniky a praktické dovednosti, které jsou podepřeny teoretickými znalostmi a příklady z praxe. Nedílnou součástí studia je intenzivní sebezkušenostní výcvik. Lektory jsou přední odborníci z tuzemska i zahraničí, terapeuté, psychologové, psychoterapeuté a lékaři. Absolvent získá Diplom Akademie Alternativa s akreditací nebo garancí participujících subjektů dle zvoleného programu, specializace



od roku 1934 a jako Česká hudební společnost od roku 1973. Významnou osobností ČHS je paní Míla Smetáčková, která s touto institucí sepjala velkou část svého života. Předsedou Společnosti pro hudební terapii České hudební společnosti byl řadu let muzikoterapeut Josef Krček, po němž přebrala vedení doktorka Marie Beníčková (tehdy Břicháčková). Protože činnost osvětovou i vzdělávací se dařilo postupně rozšiřovat o další umělecké terapie, vznikla na pevných základech svých předchůdců Akademie Alternativa, která ke vzdělávání zaměřeném na muzikoterapii přidala i arteterapii, dramaterapii a tanečně – pohybovou terapii a další vzdělávací programy.

V nabídce tříletého víkendového studia naleznete **specializované programy muzikoterapie, arteterapie, dramaterapie,**

a dosaženého vzdělání (MŠMT, ČHS SPHT – společnost pro hudební terapii, MAUT – Mezinárodní asociace uměleckých terapií - člen Evropské konfederace muzikoterapie se sídlem v Bruselu a člen Světové federace muzikoterapie (WFMT). Absolvent je vybaven teoretickými znalostmi, terapeutickými dovednostmi i praktickými zkušenostmi pro terapeutickou praxi dle zvoleného akreditovaného oboru v pedagogické, psychologické, lékařské a sociální oblasti a v pomáhajících profesích. Student a absolvent Akademie Alternativa získává bezplatné členství v Mezinárodní asociaci uměleckých terapií - MAUT - konfederaci fyzických a právnických osob (www.maut.cz) a může využívat členské výhody v mezinárodním rozsahu.

Zdroj: www.akademiealternativa.cz

Arteterapeutické přístupy u klienta se spastickou diparézou s podporou hipoterapeutického programu

Setkání s dítětem se spastickou diparézou a jeho rodinou dalo Jitce Selingerové podnět k pozorování, arteterapeutickému testování a vyhodnocování. Postřehy a pedagogické zkušenosti zaznamenala prostřednictvím izomorfní deskripce a nyní nás svými poznatky obohatí ve svém článku.

Největší obtíže dětí s dětskou mozkovou obrnou, potažmo se spastickou diparézou, jsou spojené s mobilitou. U předškolních dětí je pohyb hlavní náplní dne v mateřské škole. Cílem adaptace a úspěšné integrace dítěte s postižením hybnosti do kolektivu dětí v mateřské škole je změna celkové atmosféry třídy, náplně edukační činnosti, výběru her a zajištění bezpečnosti dítěte při pobytu ve třídě společně s 28 dětmi.

Zároveň by mělo docházet k optimálnímu rozvoji jeho osobnosti, socializaci a integraci v kolektivu předškolních dětí a k jeho přípravě na vstup do základní školy.

Hlavním problémem při integraci chlapce byla špatná koordinace při chůzi. Chlapec neuměl zastavit v prostoru, neušel delší trasy, při vycházce jej asistentka pedagoga vozila v kočáře, a tím chlapce neúmyslně vydělovala z kolektivu dětí. Při jídle a kreslení docházelo k přetěžování levé ruky, ve které měl spazmy. Pomáhal si pravou rukou, a to přinášelo problémy s grafomotorickými cviky, silný přitlak na tužku a křečovitý úchop.

Hlavním problémem při integraci chlapce byla špatná koordinace při chůzi.

Touha chlapce zapadnout do kolektivu dětí, ničím se nelišit, a snaha o maximální samostatnost, na úkor své vlastní psychické pohody, vedla k psychickému vypětí, které ve



spojení s neúspěchem způsobilo občasné emocionální kolapsy. Děti s DMO jsou snadno unavitelné, emocionálně labilnější, běžné činnosti zvládají s větším vypětím. Na druhou stranu jeho citlivost a houževnatost byla velkou hnací silou. Chlapec do svých pěti let nenavštěvoval žádné předškolní zařízení.

K dětem i dospělým přistupoval s maximální důvěrou a otevřeností.

V zimním období byla u chlapce patrná psychická rozladěnost a vrávoravá chůze. Během rozhovoru maminka dítěte potvrdila skutečnost, že hipoterapie v zimních měsících neprobíhá. Viditelné změny nastaly na jaře, kdy docházelo k pravidelným hiporehabilitacím. V následujícím školním roce jsem se rozhodla zaměřit na zjištění a následné potvrzení mého pozorování. Využila jsem baterii kresebných diagnostických testů a při jejich vyhodnocování jsem využila metodu 13P, 2U (Beníčková, 2011).

Pozornost jsem věnovala i osobnosti maminky. V tomto případě je celková úroveň chlapce její velkou zásluhou. Ví, co pro své dítě chce a jde si neúnavně za tím. Chlapec měl problémy s rovnováhou, mamince doporučili cvičení na míči a jízdu na koni, hipoterapii. Neváhala a zapojila se do programu, koupila koně a začala se věnovat hipoterapiím. Pokud měla výhrady k necitlivému přístupu fyzioterapeuta, požádala o výměnu. Podobným způsobem zajistila operaci Ulzibat, která chlapci významně zkvalitnila život.

Pozornost jsem věnovala i osobnosti maminky.

Ústav klinické rehabilitace Ulzibat se zabývá léčbou onemocnění pohybového aparátu pomocí unikátní metody, kdy během operace provedou 10-16 vpichů uvolňujících spazmy. Neexistují žádné kontraindikace spojené s operací v raném věku a pooperační obnova trvá 5-7 týdnů. Jedná se o princip „Nemocnice jednoho dne“, kdy se malý pacient nachází 10 minut v narkóze a druhý den po operaci již odjíždí domů. Je to šetrná a velmi účinná metoda fibrotomie. Pacienti se zotaví do 3 týdnů po operaci. Optimální věk pro zákrok u dítěte je 3-5 let.

Návrat do MŠ byl reálný již tři týdny po operaci. Pokroky po operaci byly viditelné, pro adaptaci, integraci a celkové sebevědomí dítěte nesporné. Došlo k uvolnění spazmy v levé ruce. Nastalo okamžité zlepšení hrubé i jemné motoriky, postupně se vyhranila dominantní levá ruka, což se projevilo při diagnostické kresbě postavy, a celkovému zkvalitnění grafomotorické úrovně. Oslavili jsme s chlapcem „Den prvních papučků“. Významný den, kdy si přinesl do mateřské školy své první papuče. Nahradil jimi ortopedické sandály. Tím, že se mu dařilo došlápnout na celou plošku nohy a zlepšila se koordinace při chůzi, dokázal zastavit v prostoru na místě nebo ujít delší trasy při vycházkách. Nové možnosti pohybu přinesly větší únavu a s tím spojenou emoční labilitu. Maminka chlapce situaci řešila hipoterapiemi. Hipoterapie jsou nejčastější formou animoterapií. Délka hipoterapií je 20 - 30 minut. Prvních 13 minut jede dítě v kontrasedu, 7 minut jezdí klasicky. Provádí ji

2x týdně ve čtyřměsíčních blocích. Zásadní při hipoterapii je tzv. kontrased, kdy dítě jede proti směru jízdy, dochází ke stimulaci trojúhelníkové opěrné báze, zlepšení koordinace. Přítomný fyzioterapeut dohlíží na správné provedení cviku, vodič koní drží lonže a asistent dbá na bezpečnost dítěte. Velmi důležité je přivítání a rozloučení dítěte s koněm a klid po terapiích. Dítě sedí v klidu, nesmí se 15 minut pohybovat. Během klidových 15 minut dochází k upevňování pohybových vzorců v mozku dítěte a dítě se nachází ve stavu lehké euforie - „beztíže“.

Během klidových 15 minut dochází k upevňování pohybových vzorců v mozku dítěte.

Cílem mého pozorování bylo zjistit význam integrace u dítěte se spastickou diparézou v předškolní třídě, dále připravit chlapce na úspěšný vstup do základní školy a ověřit si, do jaké míry ovlivňuje odborně vedená hipoterapie jeho psychický a fyzický vývoj. Pozorování jsem si rozdělila na jednotlivé fáze, které jsem vyhodnocovala na základě baterie kresebných diagnostických testů. Ze závěrů vyhodnocování jsem pak vycházela při porovnávání fyzické a psychické pohody v době, kdy průběh adaptace, edukace a integrace byly podpořeny hipoterapiemi. Při experimentálním šetření jsem využila tyto metody, techniky a prostředky:

- Metoda pozorování – 1,5 roku, záznam pozorování z každého měsíce.
- Záznamová dokumentace – submodel 13P, 2U (M. Beníčková, 2011).
- Vyhodnocování výsledků pozorování.
- Kresebné diagnostické testy.
- Diagnostický rozhovor.
- Hipoterapeutické pomůcky a kobyla Šermína.
- Výtvarný materiál – výkres A4 + pastelky, tužka.
- Digitální fotoaparát.
- Odborná literatura.

V období od června 2012 do dubna 2013 jsem využila 2 x baterii kresebných diagnostických testů, na konci a na začátku školního roku.

1. Kresba lidské postavy + barevná škála.
2. Kresba stromu.

3. Kresba domu.
4. Kresba začarované rodiny.
5. Kresba rodiny na výletě. (Šicková-Fabrice, 2008)

V průběhu hipoterapií v srpnu 2012 jsem baterii kresebných diagnostických testů využívala před hipoterapií a po hipoterapii a potvrzovala si tím hypotézy, které vyplynuly z pozorování.

Měla jsem možnost srovnání dětí intaktních a dítěte s postižením a zaujal mne jeden zásadní rozdíl. Děti s postižením jsou od narození zvyklé překonávat každodenní překážky, které se týkají pohybu, sebeobsluhy, jakékoliv činnosti. Jsou svými rodinami vedeny k péči a houževnatosti. Od raného věku jsou zvyklé vynaložit velké úsilí, aby si zachovaly samostatnost a soběstačnost. Děti intaktní jsou mnohdy přehnaně chráněné péčí rodičů a v některých případech se hroučí při sebemenším neúspěchu. Integrace je v tomto ohledu velmi prospěšná, protože integrované dítě ostatním nastaví zrcadlo a děti i rodiče získají možnost srovnání.

Měla jsem možnost srovnání dětí intaktních a dítěte s postižením.

Dalším zjištěním byla skutečnost, že intaktní děti se naučí být vnímavé a tolerantní, umí pomoci kamarádovi a dělají to rády. Občas se objeví zrada v podobě otevřeného nebo skrytého názoru rodičů na lidi s postižením a děti názor rodičů s důvěrou přejímají. V průběhu školního roku jsme řešili situace, kdy děti hanlivě označily kamaráda s postižením nebo romského původu a použité výrazy nám jasně dokázaly, že děti napodobují a přebírají názor dospělých. V tu chvíli pomohl každodenní komunitní kruh, který je pro děti přirozený. Bylo potřeba s dětmi hovořit, vysvětlovat a motivovat.

Závěrem chci podotknout, že bych přála každému pedagogovi zažít podobnou zkušenost. Je to o bourání stereotypů, o sebevzdělávání, vystoupení ze zajatých kolejí, o chuti vyzkoušet si nové věci, být ochoten a neustále připraven řešit situace novým způsobem a přemýšlet o detailech. Předvídat a umět organizovat nenadálé situace. Být spravedlivý, vnímavý, empatický, v tomto

duchu pracovat s dětmi i jejich rodiči a umět si získat jejich důvěru. Celý školní rok s třídou s integrovaným dítětem je nestandardní, obohacující...

*Autorka článku:
Jitka Selingerová*

*Mistopředsedkyně
asociace arteterapie
MAUT, učitelka v mateřské
škole, organizátorka
mnoha projektů pro děti
v MŠ.*



Vážení čtenáři,
dovolte nám, abychom Vás jménem Mezinárodní asociace uměleckých terapií, která vznikla s cílem podpory uměleckých terapií v České republice a jménem Akademie Alternativa s.r.o - instituce akreditované MŠMT zaměřené na vzdělávání v oblasti uměleckých terapií, pozvali na Mezinárodní konferenci uměleckých terapií pod názvem

„ARS TERAPEUTICA“ Mezinárodní konference uměleckých terapií / Conference of Art Therapies.

Více informací naleznete na webových stránkách MAUTu: www.maut.cz
Těšíme se na setkání s Vámi.



Eurytmia – cesta k sebe

*Pod heslom **Eurytmia** možno v slovníku cudích slov nájsť toto vyjadrenie: slovo gréckeho pôvodu, ženského rodu, znamená: súmernosť, súlad, súhra častí a celku, pravidelnosť, vnútorná symetria, estetické usporiadanie prízvuku a dĺžky v reči, pravidelný pulz, komplex stavieb pôsobiaci asymetricky a harmonicky súčasne, pretože všetky časti celku sú podriadené spoločnému výtvarnému a architektonickému zámeru.*

Toto slovo sa v tanečnom svete spája s menom Jacques Dalcrosse, ktorý ho použil pri práci na svojej rytmike. Na začiatku 20. storočia sa začalo používať aj ako názov nového pohybového umenia, ktoré vznikalo na podnet Rudolfa Steinera, ktorý spolu so slečnou Lory Meyrer-Smidt, ku ktorej sa postupne pridali ďalšie dámy, vychádzal z duševno-duchovných zákonitostí človeka a jeho vzťahu k okoliu. Vyjadrovacím prostriedkom tohto pohybového umenia je celá



ľudská postava: „Cez pohyb končatín človeka prichádza k vyjadreniu toho, čo sa pri hovorení slove a speve deje v hlasivkách a ich susedných orgánoch. V pohybe v priestore, vo formách a pohyboch skupiny je znázorňované to, čo cez ľudskú myseľ a dušu, žije v hudbe a reči. Takto je eurytmickým pohybovým umením vytvorené niečo, pri vznikaní čoho pôsobili rovnaké impulzy, ako pri vývoji všetkých ostatných umeleckých foriem.“ Môžeme povedať, že je to "viditeľná reč a hudba", dušou preniknutý pohyb, ktorý spôsobuje hlboké pochopenie a prežívanie hlásky a tónu.

Eurytmia a tanec majú v dávnej histórii rovnaké korene, preto možno nájsť najmä v

... viditeľná reč a hudba ...

ľudovom tanečnom prejave množstvo spoločných prvkov. V súčasnom tanečnom umení sa umelecky viac vychádza zo

subjektívneho uchopenia diela. Pantomíma sa snaží realisticky vizuálne stvárniť daný dej a tiež je to viac subjektívny pohľad umelca na danú tému.

V súčasnej dobe úplne zabúdame na to, čo je to reč a hudba. Rozprávame v skratkách a len málokto dnes číta básne. V médiách je už len zriedka niečo nežné, estetické, umelecké. Harmónia, súlad a rytmus sa vytrácajú z nášho života. Žijeme vo svete, v ktorom pôsobí veľa protichodných síl. Všetci však túžime po rovnováhe. Ak sa poruší rovnováha medzi výdajom a spotrebou životnej energie, hlásia sa na jednej strane rôzne alergie, na druhej nás môže čakať „syndróm vyhorenia“.

Načo je dobré zviditeľňovať hudbu a reč...?

Človek stále dáva, až naraz nemá z čoho. Jeho vnútro je vyprahnuté a on len ťažko hľadá sily ísť ďalej. **Náš život je od začiatku do konca určovaný rytmom dychu a srdca.**



prebúdžajúco a tak harmonizujú celého človeka. Eurytmia nesie v sebe možnosť uvoľňujúco pôsobiť na všetky umelecké schopnosti človeka. Ktokoľvek, aj keď je presvedčený, že je nemotorný a neohrabaný, môže v sebe nájsť vzťah k hudbe a jazyku. To je prednosťou eurytmie, že dokáže zobudiť v každom to krásne a dobré.

Nepravidelný srdcový rytmus sa nazýva arytmia a jeho opakom je eurytmia. Prostredníctvom nej môžeme nájsť v sebe bod, kde sa môžeme zastaviť a upokojiť, znovu intenzívne prežívať svet, nenechať sa vyčerpávať každodenným stresom. To ponúka eurytmia prostredníctvom rôznych cvičení a umeleckej práce, ktorá však nie je podmienená žiadnym talentom ani vekom.

O čo pri eurytmizovaní ide?

Eurytmia chce vniesť do sveta niečo, čo vzniklo zo samotných základov duchovnej podstaty svetového bytia, kde človek sám je takým malým mikrokozmom v makrokozme. Pohyby ľudskej postavy tvorivo uchopujú priestor a rytmicky členia tok času. Ak človek napríklad kráča vpred - cíti akoby ho priestor priťahoval. Ak príde impulz reakcie na vlastné vôľové rozhodnutie - kráča dozadu. Rýchly alebo pomalý rytmus nesie daný pohyb, prežívanie zvuku hlásky ho charakterizuje a formuje. Priestor sa tak so zvukom v pohybe akoby sťahuje alebo rozťahuje, čím vznikajú viditeľné formy a prežívanie priestoru sa stáva nástrojom vyjadrenia vnútorného prežívania duše.

To je prednosťou eurytmie, že dokáže zobudiť v každom to krásne a dobré.

Tieto neustále premeny pôsobia fyzicky uzdravujúco, duševne oživujúco a duchovne

Eurytmia je umenie, ktoré sa snaží rozvíjať osobnosť v súvislosti na vzťahoch k spoločnosti. Jej symbolom je harmonická osmička, ktorej základom je kruhová forma, vonkajšie prechádza do vnútorného a naopak. Prekriženie leží v strede, čo priamo charakterizuje vzťah medzi JA a svetom.

Možnosti uplatnenia a využitia...

Eurytmia sa spája so sebauvedomovaním a s relaxáciou. Okrem umeleckého má uplatnenie aj ako pedagogicko-terapeutický nástroj, ako liečebná terapia a *sociálna eurytmia*, ktorá *nachádza uplatnenie aj vo firmách a manažérskych kruhoch*. V každom z nás je hlboko v podvedomí ukrytá túžba po zblížení, ktorú eurytmická práca svojou objektivnosťou a sociálnosťou dokáže naplniť. Uplatnenie eurytmie v bežnom živote je veľké, záleží od skupiny s akou sa práve pracuje. Pomáha človeku uvedomiť si čo sa v ňom deje, všimnúť si svet okolo seba podrobnejšie a z iného pohľadu, pomáha vyrovnávať disharmónie. Je to spôsob ako sa vrátiť k sebe samému, pochopiť svoju dušu a spoznať svoju osobnosť a tak sa stať otvorenejším a sociálne vyzretejším vo vzťahu k svojmu okoliu.

Liečebná eurytmia je samostatným odvetvím, ktoré vyžaduje niekoľkoročnú prax v pedagogickej a sociálnej eurytmii, hlboké znalosti z antroposofickej medicíny a náuky o človeku a úzku spoluprácu s lekárom. Liečebný eurytmista vytvára pre pacienta cvičenia na mieru na základe diagnózy a môže pracovať i

na náprave vnútorných orgánov. Ide tu o hlboký zásah nielen do duševnej ale i do fyzickej konštitúcie človeka, preto sa tejto práci môžu venovať iba odborne vzdelaní eurytmisti.

Pedagogicko-terapeutický aspekt eurytmie je zatiaľ využívaný iba v školách a škôlkach s waldorfskou pedagogikou. No harmonizácia je veľmi dôležitá pre všetky deti. Ich malé dušičky sa zmietajú v chaose tohto sveta a častokrát nevidia iné východisko, iba nás dospelých akýmkoľvek spôsobom upozorňovať na svoje emocionálne potreby. Eurytmia v sebe nesie možnosť formou rôznych cvičení, príbehov, humoresiek a hudobných diel dať deťom do výbavy ich citového života schopnosť zvládať stres a všeobecný chaos.

Všeobecne nás eurytmia spája so silami, ktoré v nás pôsobia v období od narodenia do troch rokov. Práve tieto sily nám pomáhajú naučiť sa chodiť, rozprávať a neskôr i uvedomiť si svoju vlastnú osobnosť. Pôsobenie dospelého vyvoláva v deťoch túžbu po aktivite prostredníctvom napodobňovania. Vďaka eurytmickej pohybovej práci s celým telom sa harmonizuje dych a spánkový rytmus, podporuje sa látková výmena, správna tvorba chodidiel, zdravý rast zubov, rozvíjanie hrubej i jemnej motoriky. Napomáha pri utváraní rečových schopností a pri náprave výslovnosti, harmonicky v deťoch rozvíja ich cítenie a sociálny vzťah k okoliu. Cez umelecký pohyb sa dieťa vžíva a vciťuje do deja a do rozličných nálad a spracováva tak rôzne emocionálne charaktery, pričom sú zapojené všetky zmysly.

Pohyb aktivizuje fantáziu dieťaťa. Veľa detských ľudových hier, riekaniek a piesní v sebe nesie prvky „elementárnej eurytmie“.

Tieto zákonitosti sú vyjadrené v rôznych pohybových aktivitách:

- Pracovné hry - prežívanie procesu prostredníctvom adekvátneho pohybového gesta;
- Rozprávky - prežívanie obrazov prostredníctvom pohybu (víly-jemnučko na špičkách, trpaslíci-dupú...);
- Zvieratká - deti prežívajú charakteristické vlastnosti jednotlivých zvierat umeleckou formou (rýchlo cupitať ako myška, ladne našľapovať ako mačka, hopkať ako zajac,...);
- Rytmus nádychu a výdychu - práca začne pomalšie, postupne sa prechádza do "veselosti" a záver je znova skludnenie;
- Opakovanie - stupňujúce sa opakovanie; rovnaká činnosť, ktorá v sebe nesie postupnú dynamizáciu sa rozvíja vytrvalosť;
- Láskyplné objatie - prevencia proti stresu a nervozite (obraz malého vtáčatka v hniezde,...);
- Kvinta - oblúkovitý pohyb (...slniečko nakukne poza horu, otvára sa brána,...);
- Rytmické cvičenia - zbalenie (drepy na celých šľapách, kľak so zbalením) a

roztiahnutie (vzpriamenie na špičky, roztiahnutie končatín od seba);

- Cvičenia zručnosti - pri ktorých sa precvičuje hrubná i jemná motorika (prekríženie končatín, skoky do prekríženia nôh, bočný cval, jemná práca s malou loptičkou, prstové cvičenia...)



To všetko sú možnosti, ktoré pri pravidelnom cvičení pomáhajú rozvíjať telesné a duševné schopnosti dieťaťa. V školskom veku ponúka eurytmia možnosť rozvíjať toto pohybové umenie k dokonalosti. Jednoduchá detská hra sa mení na schopnosť učiť sa. Pohybové, rytmické, terapeutické a priestorové cvičenia sú zakomponované do malých príbehov. Postupne sa deti naučia vyjadriť pohybom celú abecedu a základy hudby. Namiesto známok deti predvedú rodičom, čo sa naučili. Učiteľom je eurytmista s pedagogickým eurytmickým vzdelaním. Každý ročník má svoju základnú tému, metódy a základné cvičenia, ktoré sú primerané veku. Eurytmická práca zahŕňa širokú škálu, od najjednoduchších rytmov a cvičení až po náročné vystúpenia lyricky-dramatických a hudobných predstavení. Vedomie vlastného pohybu i pohybu ostatných vyžaduje vzájomný ohľad. Tým v sebe eurytmia nesie i zušľachtujúcu a sociálne vyrovnávajúcu funkciu. Eurytmické humoresky najrôznejšieho druhu sú bohatým umeleckým pracovným poľom pre modernú mládež a jej potrebu vyjadrovať bizarnosť a grotesknosť sveta.

Každý môže robiť eurytmiu...

Každý z nás, hoci si to neuvedomuje robí eurytmiu. Všetky gestá, ktorými si nevdojak pomáhame, keď hovoríme, či jemné pohyby tela, keď si pospevujeme, alebo len tak v duchu spievame, sú eurytmiou. Eurytmia má mnoho podôb a dokáže zaujať každého bez rozdielu veku, od malých škôlkárov po seniorov na vozíčkoch, alebo skupiny ľudí s telesným či mentálnym postihnutím. Nájde si cestu nielen do škôl, verejných a sociálnych zariadení, či na javisko, ale i na domácu rodinnú slávnosť. Pomáha človeku stať sa samostatným, vniesť sa do prúdu, naučiť sa flexibilitu, vnímať svoje okolie a tak posilňovať

jeho sociálnosť.

Dokáže obohatiť každého, kto sa rozhodne rozvíjať nielen svoje údy, ale i svoju dušu a myseľ. Na začiatku kurzu môže vystať problém spoločne sa hýbať. No po pár spoločných stretnutiach je možné vidieť zmeny a vývoj, ktorý všetci prežívajú naplno a vedome. Stačí sa iba uvoľniť a nechať sa niesť pohybom. Každý potrebuje svoj čas a postupne príde k pochopeniu a akceptovaniu seba i druhého.



Nie každý sa môže stať eurytmistom...

Stať sa eurytmistom nie je pre každého, tak ako nie každý môže byť umelcom, učiteľom, vedcom... Predpokladmy štúdia je dobré psychické zdravie, dobrý hlasový prejav, základy spevu, všeobecné poznatky humanistických vied, pohybové schopnosti a predovšetkým veľké sociálne cítenie a záujem o potreby iných. Na zvládnutie náročného štúdia sú potrebné silná vôľa, odhodlanie prekonávať prekážky, veľká fantázia, schopnosť improvizácie a cit pre formu. Pre získanie pedagogického diplomu a diplomu liečebného eurytmistu je potrebná prax a ďalšie štúdium. Samozrejme je súčasťou štúdia aj štúdium diela R. Steinera. Čím viac sa človek vnára do podstaty eurytmického umenia, tým viac chápe zákonitosti, o ktorých pojednáva antroposofia (preložené z gréčtiny: ľudská múdrosť). Objektivitu týchto poznatkov je možné práve zažiť prostredníctvom eurytmickej práce. Najviac sú praktické

možnosti využitia viditeľné v pedagogickej, sociálnej, terapeutickej a liečebnej oblasti. Z mojej 15-ročnej praxe som zistila, že využívať poznatky eurymických zákonitostí môže vrámci skupinovej terapie a hlavne pri práci s deťmi každý terapeut, ktorý je ochotný tieto poznatky prijať ako objektívne. Po mnohých kurzoch a seminároch som zistila, že mnoho pedagógov i terapeutov sa občas pri svojej práci dostane na hranice určitého poznania o danom probléme. Keď som im vysvetlila základy eurymie často objavili, že v ich práci by ich to mohlo posunúť ďalej a vyriešiť niektoré problémy. Práca s formou v priestore, s rytmom v čase a hlavne s fantáziou a objektivitou prírodných zákonitostí, je pre každú ľudskú dušu úľavou. Preto som zo svojich praktických skúseností vytvorila metodiku 2-ročného štúdia základných zákonitostí eurymie, ktorá je zameraná na praktické uplatnenie a oprávňuje absolventa používať dané poznatky v pedagogickej, sociálnej a čiastočne terapeutickej praxi. Človek ktorý nevyštudoval eurymiu, ale má pedagogické vzdelanie, alebo sa venuje hudbe či tancu, alebo vyštudoval nejaký terapeutický smer alebo sa venuje niektorej z umeleckých terapií, po absolovaní tohto kurzu získa hlbší vhľad do zákonitostí ľudského života. Môže sa však stať, že v určitej fáze práce sa dostane na hranice svojich vlastných poznatkov a je možné, že bez poznania hlbších duchovno-vedných zákonitostí, ktoré ozrejmujú antroposofická náuka o človeku, bude musieť hľadať pomoc u vyštudovaného eurymistu.

Prečo robím eurymiu...

Od detstva tancujem a zaujímam sa o hudbu, literatúru a pedagogiku. Tancovala som vo folklórnom súbore, potom som vyskúšala moderný tanec, no stále mi čosi chýbalo. Na jednom stretnutí som sa dozvedela o pohybovom umení eurymia. Najbližšia škola bola vo Viedni, a tak som začala chodiť na kurz a nakoniec ma lektorka prehovorila, aby som začala študovať. Tak som vo Viedni vyštudovala umeleckú eurymiu, potom v Budapešti pedagogickú eurymiu a v súčasnosti sa snažím doplniť si vzdelanie o magisterské štúdium v Stuttgarte.

Nechcela som odísť zo Slovenska, pretože tu je môj domov a tak som sa dala na nie práve

jednoduchú cestu živnostníka, čo mi dáva slobodu v mojej umeleckej práci, ale ... Okrem toho mojou životnou láskou sú slovenské ľudové tradície a kultúra a som veľmi šťastná, že v nich nachádzam toľko „harmonického rytmu – eurymie“.

Keď pracujem či už s deťmi alebo dospelými a potom mojím malým či veľkým deťom „svietia očka“ alebo mi dospelí povedia, že sa cítia uvoľnenejšie a dozvedeli sa o sebe veľa nových poznatkov, alebo keď pracujem so skupinou ľudí s postihnutím, tak vidím ako sa uvoľnili nielen oni ale i ja, som šťastná.

Ako pedagóg si plním svoj sen - môžem naplňovať Komenského krédo: „Škola hrou“ a v umeleckej oblasti objavujem nové možnosti uchopenia krásy hovoreného slova a hudby a dúfam, že sa mi podarí uskutočniť aj môj veľký sen a „sprístupniť“ nádhernú slovenskú poéziu, prózu a hudbu mladej generácii pomocou pohybových vyjadrovacích prostriedkov, ktoré eurymia ako pohybové umenie ponúka a poukázať na nekonečnú „studnicu naozajstnej krásy“, ktorá je ukrytá v našich ľudových tradíciách.

Autorka článku:

Elena Schmutzová

*Tanečnice,
pohybová
terapeutka,
lektorka ľudových
tanců na ZUŠ a
eurymie ve
waldorfských
školách, umelecká
vedoucí několika*



tanečních souborů v ČR i SR. V současnosti se věnuje rozvoji pedagogické eurymie, spolupracuje s MAUT a Akademií alternativou.



Muzikoterapie ve Sdružení Veleta

Sdružení Veleta je denní stacionář, jehož cílovou skupinou tvoří uživatelé s mentálním a kombinovaným postižením. Důležitou aktivitou je pro ně pravidelné setkávání s programem muzikoterapie. Tato nabízená aktivita je u uživatelů velmi oblíbená a vyhledávaná.

Ke společné muzikoterapii se scházíme zpravidla každou středu, kdy k nám do stacionáře dochází největší počet klientů z celého pracovního týdne. Již dlouho před střeďním setkáním se uživatelé chodí ptát jednotlivých pracovníků ve stacionáři, zda muzikoterapie opravdu bude nebo ne. Pokud se stane, že z nějakého důvodu muzikoterapie být nemůže, uživatelé bývají velmi zklamáni.

V úvodu našeho setkání probíhá tzv. zahřívací kolo, které začíná společným pozdravem a ukázáním aktuálního stavu nálady ve skupině. Protože se uživatelé s mentálním postižením obtížněji verbálně vyjadřují, bývá zvykem, že pokud se právě v daný okamžik necítí dobře, zvednou pravou ruku před sebe a následně s ní pohybují směrem k zemi. Když je zrovna nic nebolí ani netrápí, zvednou znovu pravou ruku před sebe, ale nikam s ní nepohybují. Cítí-li zrovna radost, dají pravou ruku opět před



Následuje práce s rytmem, která je v našem stacionáři důležitou složkou každé muzikoterapie, protože našim uživatelům pomáhá k lepšímu pochopení jejich tělesného schématu, přirozeně udržuje a rozvíjí jejich pohybové dovednosti a schopnosti. Veškeré rytmické činnosti se uskutečňují pomocí rytmické hry na tělo, kdy uživatelé provádějí různá cvičení. Užitečnou aktivní činností se v tomto bloku ukázalo zpívání známých lidových písní s rytmickým doprovodem hry na tělo, kdy se vedle rytmické složky do činnosti zapojuje i zpěv písní.

Po bloku rytmických cvičení následuje dlouhá přestávka, kdy si uživatelé mohou odpočinout a připravit se na další činnost, kterou představuje práce s hudebním nástrojem.

Při různých činnostech s hudebním nástrojem převážně využíváme rytmické nástroje Orffova instrumentáře, se kterými pak provádíme různá cvičení zaměřená na komunikaci. A to jak se sebou samým, tak i ve skupině mezi sebou. Pomocí těchto cvičení je možné vypořádat, jaké vztahy uživatelé mají mezi sebou navzájem, případně lze také pracovat na jejich zlepšení.

Na závěr muzikoterapeutického setkání mají uživatelé možnost vyjádřit se k průběhu muzikoterapie.

Muzikoterapie pomáhá uživatelům zlepšit komunikaci a vede je k lepšímu prožívání života. Mnozí z nich si nedovedou pobyt ve stacionáři bez muzikoterapie představit.

sebe a pohybují s ní směrem vzhůru.

Následně si s uživateli povídáme zejména o tom, co je aktuálně trápí nebo z čeho mají právě radost.

Své pocity a dojmy většinou sdělují prostřednictvím obrázku nebo pohybem.



Muzikoterapie představuje pro uživatele s mentálním a kombinovaným postižením důležitou součást jejich života ve stacionáři. Pomáhá jim zlepšit komunikaci a vede je k lepšímu prožívání života. Mnozí z nich si nedovedou pobyt ve stacionáři bez muzikoterapie představit.

Autor článku:
Mgr. Petr Škranc



Muzikoterapeut a speciální pedagog s mnohaletou praxí v denním stacionáři pro klienty s mentálním a fyzickým postižením, předseda Asociace muzikoterapie ČR/MAUT

Reflexe uživatelů probíhá stejným způsobem jako aktivita na začátku setkání. Jen s tím rozdílem, že je jim položena otázka, jak se cítí v průběhu muzikoterapie.

Uživatelům, kteří se právě necítí v dobré psychické pohodě, je nabídnuta možnost individuální terapie, kde většinou s uživatelem na úvod zazpíváme jeho oblíbenou píseň. Pak si s uživatelem povídáme o jeho problému, který se snažíme ztvárnit krátkým příběhem za použití hudebních nástrojů. Při práci také využíváme nakreslení příběhu (pokud je uživatel schopen). Pokud je uživatel schopen svůj problém sdělit jinou než verbální cestou, pomáhá mu to k lepšímu pochopení situace a se zátěžovou situací se lépe vyrovnat.

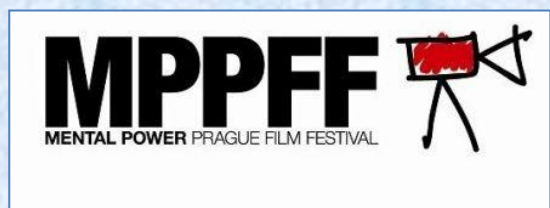
Individuální forma muzikoterapie je v našem stacionáři nabízena i klientům, kteří jsou dlouhodobě upoutaní na lůžko. Terapie pro ně představuje důležitý sociální rozměr, neboť většinu dne tráví na lůžku ve svém pokoji bez možnosti kontaktu s ostatními lidmi. Proto je pro ně kontakt s terapeutem, který jim umožní vyjádřit své pocity prostřednictvím hry na hudební nástroj, velmi důležitý.

Při práci s uživateli upoutanými na lůžko obvykle používáme muzikoterapeutické hudební nástroje. Převážně kantelu a duočord. Stěžejní práce s těmito hudebními nástroji spočívá v uvolnění oblasti horních končetin. Důležitější však pro ně samotné je fakt, že nejsou ve svém těžkém fyzickém a psychickém problému osamoceni a mají možnost kontaktu s druhými lidmi.

Střípky z programu na ARS Therapeutica 2016

V rámci mezinárodní konference ARS Therapeutica 2016, kterou pořádá MAUT již 6. rokem bude Mgr. Petr Škranc přispívat do programu svou přednáškou s promítáním nového filmu z mezinárodního festivalu Mental Power.

Těšíme se na Vás.



Recenze knihy : Obrazy z nevědomí – MgA. Kamila Ženatá

Kamila Ženatá vytvořila ucelený systém práce v uzavřených skupinách, který popisuje svými bohatými zkušenostmi z více než dvacetileté terapeutické praxe. Její kniha „Obrazy z nevědomí“ vyšla v nakladatelství Portál v roce 2005 v 1. vydání. V současné době již byla vydána znovu nakladatelstvím Kolem roku 2015 v aktualizovaném vydání s podtitulem „Arteterapie a sebezkušenost I - Práce v arteterapeutické skupině“.

Kamila Ženatá vystudovala Akademii výtvarných umění v Praze v letech 1973 – 1979. Od té doby pracuje ve svobodném povolání. Věnovala se grafice a později i malbě. Je umělkyní, která propojuje umění s psychoterapií. Aktivní imaginaci studovala u jungiánského terapeuta Pietera Middelkoopa v Praze, je hostující členkou České společnosti pro psychoanalytickou terapii. Od roku 1995 vede na katedře psychologie Ff UK výběrový seminář Sebevzdělání pomocí výtvarných prostředků. Pořádá arteterapeutické semináře, projekty na aktuální témata a ucelené cykly arteterapeutických setkávání, píše literární tvorbu. Hlavním tématem knihy je popis procesu, který se odehrává v arteterapeutickém ateliéru během tří na sebe navazujících cyklů. Členové, společně i jako jednotlivci, zde, v bezpečném a svobodném prostoru, postupně objevují a uvědomují si skryté obsahy svého nevědomí.

„Pouze člověk, který má vizi a žije svůj život jako umělecké dílo, může zhlédnout sedm kruhů nebe a sedm kruhů pekla, zbavit se pocitu nesmyslnosti života.“

Liz Greene

Knihy je určena pro každého, kdo se zajímá o pochopení sebe sama, o hledání cesty, jak se k sobě dostat, o terapii uměním, o arteterapii, pro psychoterapeuty, pomáhající profese, studenty psychologie, pedagogiky a dalších oborů práce s lidmi.

Dílo je rozděleno do čtyř kapitol. První tři popisují jednotlivé cykly a čtvrtá obsahuje

Lenčin příběh – fotografie výtvarných prací a povídání z jejího docházení do prvních dvou cyklů v ateliéru a individuální terapie. Její obrazy je třeba prohlížet v kontextu doby, kdy je malovala.

Podtitulek knihy zní „Práce v arteterapeutickém ateliéru“. Kniha mne velmi oslovila. Líbí se mi uspořádání terapeutických setkávání. Témata jednotlivých cyklů:

1. *Základní řada,*
2. *Osvobození vnitřního dítěte,*
3. *Stín.* Každý cyklus čítá kolem deseti setkání, které na sebe tematicky navazují. První cyklus je spíše „popisný“ – pro postavení základů další práce, to znamená – uvědomění si „**Jak to mám, tak takhle to je**“. V ateliéru postupně v dalších cyklech dochází k posunu k „**Toto z toho mohu vytvořit**“ s tím, že je potřeba přijmout vše co obsahují.

V popisu každého setkání jsou citovány autentické dojmy některých účastníků. Po přečtení jsem dostala velkou chuť se cyklu zúčastnit. Bohužel vzdálenost mi to nedovoluje. Autorka velmi srozumitelně a přehledně popisuje proces, který v ateliéru probíhá, i na příkladech jednotlivých účastníků. Je to jeden ze způsobů, jak může terapie uměním probíhat.

Autorka článku:

Ing. Jana Koniřová

Umělecká terapeutka se zaměřením na arteterapii, pěstounka, odborná asistentka Asociace arteterapie ČR/MAUT



Psychomotorika v mateřské škole

...aneb překážkové dráhy trochu jinak

„Již na pedagogické fakultě nás učili, jak je pohyb v předškolním věku důležitý. Měli jsme v rozvrhu i předmět s názvem Pohybové hry a hraní. V praxi pro mě bylo samozřejmostí zahrát si s dětmi alespoň jednu pohybovou hru denně. Psychomotorika však dává hraní další, z mého pohledu terapeutický, rozměr. Tímto článkem chci inspirovat (nejen) pedagogy, vzbudit v nich zájem o psychomotoriku, a demonstrovat, že její praktické užití nevyžaduje velkou námahu. Myslím si, že v učitelském povolání je důležité občas vybočit ze zajetých kolejí a dělat věci jinak. Psychomotorika má v tomto obrovský potenciál a troufnu si tvrdit, že bude bavit jak děti, tak pedagogy.“, říká Martina Kulašová...

S psychomotorikou jsem se poprvé setkala před čtyřmi lety a hned od začátku mě tento druh pohybové aktivity nadchl. Mohla jsem si hrát jako dítě, užívat si radost z pohybu bez „dospěláckých“ problémů a starostí. Nebyl důležitý výkon, ale prožitek. Na základě vlastní zkušenosti jsem se rozhodla zařadit psychomotorické činnosti do výchovně-vzdělávacího procesu v mateřské škole, kde nyní pracuji sedmým rokem.

Co je psychomotorika

„Psychomotorika je forma záměrné pohybové aktivity, která je zaměřena na prožitek z pohybu. Vede k poznávání vlastního těla, okolního světa i k prožitkům z pohybových činností.“ (Blahutková, 2015, s. 38) Rozvíjí osobnost člověka v oblasti fyzické, psychické i sociální, a tak vytváří tzv. bio-psycho-socio-spirituální pohodu jedince. Jedná se o propracovaný vědní obor, který ke svému působení využívá jednoduché hry, činnosti s tradičním (lavičky, švédské bedny, žíněnky, balony...) i netradičním (PET víčka, padák, hadice, kelímky...) nářadím a náčiním,



aktivitu se speciálními psychomotorickými pomůckami (vozík na kolečkách, šlapátka, rOLON, káča...), kontaktní prvky i relaxační techniky. (Blahutková, 2007). Děti u nás ve školce zaujaly např. hry s PET víčky a padákem, ovšem nyní jsou pro ně nejzábavnější překážkové dráhy. Je pravda, že tzv. „opičí“ dráhy jsem s dětmi realizovala běžně. Díky psychomotorice vím, že i tuto pohybovou aktivitu mohu dělat jinak a vytěžit z ní více pro další práci s dětmi. A o svoji praktickou zkušenost se chci s vámi podělit.

Psychomotorika je forma záměrné pohybové aktivity, která je zaměřena na prožitek z pohybu.

Ideálním prostorem pro tuto aktivitu je tělocvična vybavená potřebným nářadím a náčiním. Předpokládám, že většina mateřských škol, stejně jako ta naše, ale tělocvičnu nemá. My k pohybovým aktivitám využíváme prostor herny o velikosti cca 8x4 metry a překážkové dráhy zde realizujeme bez problémů. Na prvním místě je samozřejmě bezpečnost dětí, proto je nezbytné zkontrolovat funkčnost všech použitých pomůcek a rohy nábytku, který se nachází v blízkosti, překrýt dekou nebo speciálními krytkami. Při této aktivitě děti padají celkem často, pedagog však musí prostředí připravit, aby se pád obešel bez zranění. Na stavbu dráhy využíváme Polikarповu stavebnici (velké dřevěné kostky), molitanové kostky, tyče, obruče, balanční lávku, lavičku, žebřiny, malou švédskou bednu, lano, žíněnky,



prolézací pytel. Pokud nemáte k dispozici dostatek pomůcek, dobře poslouží i židle a stoly.

Stavba překážkové dráhy

Do přípravy dráhy zapojte děti. Tady jsou dvě možnosti. Můžete dát prostor dětské kreativitě a do výsledné podoby dráhy již nezasahovat (je však nutné zkontrolovat bezpečnost překážek) nebo jste hlavním stavitelem dráhy vy a děti postupují podle vašich instrukcí. Doporučuji vyzkoušet obě varianty a střídat je. V prvním případě je zajímavé sledovat děti při stavbě překážek. Je to nácvik vzájemné spolupráce, respektu a

schopnosti komunikovat. U druhé varianty volíte překážky podle toho, co chcete u dětí rozvíjet (např. rovnováhu, přeskoky, plazení, přelézání, překonání obavy z výšky atd.)

Všichni na start!

Před samotným startem určíme překážku, u které budeme začínat. Děti vytvoří zástup a po jednom vstupují na dráhu. Jakmile dítě zdolá první překážku, vyrazí druhé, pak třetí atd. Je

Do přípravy dráhy zapojte děti.

dobré dodržovat pravidlo pořadí, což v praxi znamená, že se děti nebudou předbíhat. Každý si dobře zapamatuje, kdo je před ním a toto místo bude jeho po celou dobu hry. Běžně se stává, že někomu trvá zdolání překážky delší dobu a toto pravidlo učí děti počkat a respektovat tempo ostatních. Velmi důležitý je

i způsob zdolávání překážek. Ten si určí každý sám nebo jej pedagog názorně předvede a děti po něm opakují. První možnost je pro děti velmi zábavná, zkouší různé způsoby, jak překážky zdolat, rozvíjí svoji kreativitu, mladší se inspirovali staršími dětmi a snaží se je napodobit. Tato varianta je také o něco hlučnější a děti se u ní zaručeně vydávají. Pokud ale chcete rozvíjet konkrétní pohybové dovednosti, je vhodnější

udělat dětem názornou ukázkou a v průběhu hry dbát na správné provedení. Takto dosáhnete většího soustředění a děti jsou při aktivitě klidnější a opatrnější. S otevřenými očima necháme děti dráhu projít minimálně pětikrát, aby si jednotlivé překážky zapamatovaly a zdolávání poslepu pro ně nebylo tak obtížné.

A teď poslepu!

Zdolávání dráhy se zavázanými očima je o dost náročnější, proto dávám dětem možnost volby. Kdo tuto činnost dělat nechce, nemusí. Někteří děti se jenom dívají nebo se mohou jít věnovat tiché aktivitě ke stolečku.

Když jsem s dětmi realizovala dráhu se zavazanými očima poprvé, zúčastnily se pouze čtyři z dvaceti. Čím častěji však činnost opakujeme, „odvážlivců“ přibývá. Což je typický příklad vzájemného učení a motivace – když to zvládnul můj kamarád, já to zvládnou taky! Děti posouvají své vlastní hranice a učí se překonávat obavy z nové situace. Což může pozitivně působit i na jejich sebevědomí. (Pozn.: některým dětem je nepříjemné samotné zavázání očí. Proto je vhodné zařazovat tento prvek do her častěji, aby si na něj zvykly a vnímaly ho jako zábavu, ne ohrožení.)

Překážková dráha zůstává stejná, navíc budete potřebovat jen neprůhledný šátek, kterým dítěti zavážete oči. Začíná se u stejné překážky a dítě se snaží absolvovat dráhu stejným způsobem tentokrát bez zrakové kontroly. Po celou dobu zdolávání překážek musí být pedagog v bezprostřední blízkosti dítěte, dělá tzv. záchranu. Někdy je nutné dítě podpořit slovně, jindy podat pomocnou ruku. Jakmile děti získají zkušenosti, mohou si dělat záchranu vzájemně. Tímto způsobem můžete v dětském kolektivu budovat důvěru a rozvíjet schopnost empatie. Moje zkušenost je taková, že pokud funkci záchranu dětem svěříte, plní tento úkol velice zodpovědně a někdy až přehnaně nevidícímu pomáhají. Tady je třeba dětem vysvětlit, že záchrana pomáhá až ve chvíli nejnútnejší – když si nevidící neví rady nebo by si mohl ublížit. V každém případě musí na děti pedagog dohlížet, proto nedoporučuji pouštět na dráhu více než dvě dvojice zároveň. U překážek ve výškách, dělá záchranu vždy dospělá osoba! Při zdolávání dráhy si všimněte projevů dítěte a na závěr si s ním o jeho zážitku promluvte. Co bylo nejtěžší, zdali mělo strach, nebo mu bylo něco nepříjemné...atd. Je důležité, aby děti dokázaly o svých prožitcích hovořit, rozpoznat a pojmenovat své emoce. Příjemnou odměnou na závěr je potlesk všech přihlížejících, protože absolvování dráhy se zavazanými očima opravdu vyžaduje odvahu! Víím to z vlastní zkušenosti.

Možné obměny

Dejte dětem při zdolávání dráhy do ruky míč. Může to být třeba vejce vzácného ptáka, které mu vypadlo z hnízda a úkolem dětí je vrátit ho

nazpět. Experimentujte s velikostí míče. Jednou použijte nafukovací balónek, jindy tenisák nebo molitanový míč. Pokaždé to bude trochu jiné a děti se tímto učí přizpůsobit se nové situaci. Velmi oblíbená je u dětí také hra, kdy koberec představuje moře plné žraloků a ony musí překážky zdolat tak, aby se koberce nedotkly, respektive nespady do vody mezi žraloky. (Pokud máte v kolektivu úzkostné dítě, žraloky vynechejte, ale ze zkušenosti víím, že to v dětech nevyvolává strach, naopak jsou více motivovány a opravdu se snaží.) Pro tuto obměnu je vhodné celou dráhu uzpůsobit - některé překážky dát blíže k sobě nebo je spojit, použít kostky či noviny jako kameny vyčnívající z vody atd. Fantazii se meze nekladou a čím zajímavější motivaci vymyslíte, tím více bude hra dětem bavit.

Je důležité, aby děti dokázaly o svých prožitcích hovořit, rozpoznat a pojmenovat své emoce.

Možná to všechno vypadá jako velká legrace, ale věřte, že když máte zavázané oči, musíte se zorientovat v prostoru a k tomu překonávat překážky, není to nic jednoduchého. Určitě se dostanete do situace, kdy nevíte, jak dál a nejspíš pocítíte i strach. Zvládnou to? Neublížím si? Bude lepší si ten šátek sundat, než spadnout... A nebudu toho pak litovat...? Prožitek z této pohybové aktivity může být pro děti velmi důležitý a ovlivnit je i v budoucnu. Každému z nás klade život do cesty zkoušky či překážky. Záleží na tom, jak se k nim postavíme. I děti se to potřebují naučit. A třeba se jim podaří přenést zkušenost ze školky do reálného života.

Autorka článku:

Bc. Martina Kulašová
Místopředsedkyně
tanečně-pohybové
terapie MAUT,
učitelka v mateřské
škole, vychovatelka,
oddílová vedoucí.



Rytmus

Ze správného dýchání se utváří kultivovaný slovní projev. Z uvědomění si a prožívání tělesného rytmu se vyvíjí pohyb. Kolektivní rytmické činnosti pomáhají lidem ke vzájemné komunikaci. Nabízejí různé podněty, které následně vyvolávají různé reakce (Antonova, 2009).

Dlouhá léta se věnuji muzikoterapeutické práci u cílové skupiny osob s mentálním postižením. Práci s rytmem proto začínám pozorováním a uvědomováním si tělesného schématu prostřednictvím rytmických cvičení. Společně pak s klienty pokračujeme v pozorování a napodobování přírodních jevů. Při jednotlivých cvičeních využíváme kromě sluchu, také hamat a zrak.

V rytmu dýcháme, chodíme, v rytmu bije naše srdce.

Osoby s mentálním postižením vnímají rytmus přes kontaktní pohybové činnosti, které jim



jsou nejprve názorně předvedeny a následně je mohou zopakovat. Při společných cvičeních napodobujeme pohyb větví ve větru, plynutí vodní hladiny apod.

Dalším krokem při práci s rytmem je přechod od spontánní hry k pevné rytmické struktuře, kdy provádíme cvičení zaměřená na osvojení jednoduché rytmické struktury. Při provádění cvičení postupujeme velmi pomalu, aby si uživatelé stihli zapamatovat jednotlivé kroky rytmických celků. Postup celého cvičení několikrát opakujeme.

Když si uživatelé jednotlivé kroky osvojí, postupně přecházíme k nácvičku celého cvičení. Po zvládnutí všech rytmických kroků začínáme pozvolna zvyšovat a snižovat tempo cvičení. Někdy se stane, že některý z uživatelů při rychlejším tempu nějakou rytmickou fází

vynechá. Pokud tato situace nastane, bývá zpravidla nutné danému uživateli znovu



trpělivě prakticky předvést tuto fází. Nežádka bývá nutné, aby terapeut vzal uživatele za ruce a přehrál s ním celou rytmickou frází pomocí vedení rukou. Jakmile se uživateli podaří správným způsobem opravit chybnou rytmickou frází, bývá nezbytné vrátit se znovu na začátek cvičení a v pomalém tempu provést celé cvičení znovu. Po zvládnutí cvičení je opět možné tempo pomalu zrychlovat.

Osvojení rytmických cvičení pomáhá osobám s mentálním postižením ke zlepšení vnímání tělesného schématu, posiluje jejich sebedůvěru a tvořivost. Společné provádění rytmických cvičení posiluje vzájemné vztahy ve skupině. V neposlední řadě rytmická cvičení slouží lidem s mentálním postižením k lepšímu pochopení pevně stanovených pravidel, jejichž osvojení a zvládnutí jim následně usnadňuje život ve společnosti, kde je nutné řídit se určitými zákonitostmi, které je nutné dodržovat.

Autor článku:

Mgr. Petr Škranc
Muzikoterapeut a speciální pedagog s mnohaletou praxí v denním stacionáři pro klienty s mentálním a fyzickým postižením, předseda Asociace muzikoterapie ČR/MAUT



MAUT – Mezinárodní asociace uměleckých terapií

*Mezinárodní asociace uměleckých terapií je mezinárodní konfederací, která sdružuje odborníky i zájemce o umělecké terapie. MAUT zaujímá významné a jedinečné postavení, neboť je **jedinou profesní konfederací** v ČR, která sdružuje asociace, pracoviště, odborníky, studenty a zájemce o všechny umělecké terapie (arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie a tanečně - pohybová terapie) na mezinárodním poli a uděluje svým profesním členům **Mezinárodní certifikát**.*

Tento profesní člen je po splnění všech podmínek zapsán do **Mezinárodního registru uměleckých terapeutů** – arteterapeutů, muzikoterapeutů, dramaterapeutů, tanečně – pohybových terapeutů. MAUT spolupracuje v hojné míře s tuzemskými i zahraničními institucemi, s mezinárodně respektovanými terapeuty, vědci, lékaři i profesory. Důležitý je pravidelný kontakt s praktikujícími uměleckými terapeuty ve sféře zdravotnické, pedagogické i sociální. MAUT zastupuje a hájí zájmy svých členů na mezinárodním poli a významně a dlouhodobě podporuje a přímo ovlivňuje pozitivní rozvoj českých umělecko – terapeutických oborů v rámci arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie a tanečně – pohybové terapie a získal přední postavení na mezinárodním poli v možnosti podpory a stabilizace v otázkách legislativních, právních i profesních. Zástupci Ministerstva zdravotnictví uznali MAUT odbornou společností, která



uměleckým terapeutům, ale jeho činnost je zaměřena i na cílovou skupinu studentů těchto oborů. Názory studentů, kteří se na svou profesní dráhu připravují, jsou pro MAUT velmi cenné a inspirující. Sdílení představy současných studentů a podpora jejich pohledu na svět, podporuje možnost přípravy pro svůj obor nadšených profesionálů. Další a zásadní cílovou skupinou jsou samotní klienti a pacienti, rodiny lidí vyžadujících umělecko – terapeutickou intervenci a podpora možností při hledání účinné a bezpečné umělecko – terapeutické pomoci. Konfederace vznikla na základě jednání odborníků u „kulatého stolu“ v roce 2007, kde zazněla společná myšlenka podpory vzájemného a vstřícného dialogu mezi uměleckými terapeuty. MAUT podporuje spolupráci asociací, pracovišť, odborných společností a odborníků v oblasti uměleckých terapií s důrazem na spolupráci se studenty daných oborů i laickou veřejností. Zaštiťuje a realizuje mezinárodní výzkumy a

Základní pilíř tvoří 4 mateřské asociace: Asociace muzikoterapie ČR, Asociace arteterapie ČR, Dramaterapeutická asociace ČR, Asociace tanečně – pohybové terapie ČR, které zastupují všechny druhy uměleckých terapií a které dle daného druhu umělecko – terapeutické specializace sdružují jednotlivé členy, asociace, instituce státní i soukromé sféry z oblasti školství, sociální i zdravotnické z tuzemska i zahraničí.

získala zásadní postavení při jednáních s úřady státní správy. Samozřejmostí je úzká spolupráce s vysokými školami a vysokoškolskými pedagogy - zejména v otázkách vědy a výzkumu. MAUT se však intenzivně věnuje nejen erudovaným

podílí se na lektorské, přednáškové i publikační činnosti. MAUT garantuje a vytváří mezinárodní registr erudovaných odborníků, supervizorů a pracovišť v oblasti uměleckých terapií. Vytváří prostor a platformu pro efektivní komunikaci, reprezentuje ČR na

evropském a světovém odborném poli. MAUT je řádným členem EMTC (Evropská konfederace muzikoterapie), WFMT (Světová federace muzikoterapie) a jako odborná společnost se jedná na poli legislativním, s úřady státní správy, včetně ministerstev. Jednání probíhají i na úrovni vlády ČR. MAUT vznikl s ohledem na potřebu vzniku umělecko - terapeutických profesí, zkvalitnění služeb, legislativní ukotvení uměleckých terapií, zajištění většího bezpečí pro klienty ve státním i komerčním sektoru. MAUT hájí zájmy svých členů, profesních členů i mezinárodně registrovaných odborníků a pracovišť, dohlíží na dodržování etiky v umělecko - terapeutické praxi. V současné době se MAUT podílí společně se vzdělávací institucí Akademie Alternativa s.r.o. na meziresortní diskusi o budoucí podobě profesních standardů a legislativních normách, které jsou klíčové pro uznání jednotlivých umělecko-terapeutických profesí v ČR. Členy se mohou stát zájemci z řad laiků i odborníci v daných i příbuzných oborech. MAUT podporuje vzdělávání a osvětu laiků i odborné veřejnosti formou kurzů, přednášek, konferencí i tvůrčích dílen; spolupracuje s dalšími subjekty v tuzemsku i zahraničí.



Časopis Umělecké terapie 01 – Květen 2016

Šéfredaktorka: Ing. Babora Bardecká, Ph.D.

Editace, jazyková korekce: Ing. Jana Konířová, Ing. Barbora Bardecká, Ph.D.

Redakční rada: Mgr. Marie Beníčková, Ph.D., Mgr. Tomáš Beníček, Bc. Martina Kulašová, Ing. Jana Konířová, Ing. Barbora Bardecká, Ph.D.

Fotografie: Zdroj web Akademie Alternativa, MAUT

V případě zájmu o publikování článku či jiné informace nás prosím kontaktujte zde:

info@maut.cz

www.maut.cz

www.akademiealternativa.cz

6. ročník Mezinárodní konference ARS Therapeutica 2016 Olomouc 29.10.2016

Předběžný harmonogram:

Sobota 29. 10. 2016

08:00 - prezentace účastníků (prezentační listina, workshopy atd.)
08:30 - ranní společné probuzení Tai chi / Mgr. Lucia Poledníková

09:00 - oficiální zahájení konference v "Hlavním sále"
Vernisáž "III. ročníku oboru arteterapie - budoucích Absolventů 2017"

8:55 - 10:20 / Dětský koutek s vlastním hlídáním (pro rodiče s dětmi z pátečního workshopu)

9:10 - 10:20 / Přednáškový blok I.

09:10 - 09:30 / Přednáška: Dr. Marie Beníčková (muzikoterapie)
09:35 - 10:20 / Přednáška: Ba. Denise Gospodarek (taneční terapie)

10:20 - 10:35 / coffe break

10:35 - 12:05 / Blok workshopů I.:

- a) Dr. Marie Beníčková - muzikoterapie
- b) Ba. Denise Gospodarek - taneční terapie
- c) Dr. Petr Exler - arteterapie a artefiletika
- d) Dr. Barbora Bartecká - pohybové divadlo
- e) Mgr. et MgA. Lenka Tomm - dramaterapie
- f) Bc. Martina Kulašová - hlídání dětí s uměleckou dílničkou

12:05 - 13:10 / oběd

13:10 - 14:20 / Přednáškový blok II.

13:10 - 13:30 / Přednáška: Doc. Dana Kollárová (tvořivá dramatika)
13:35 - 14:20 / Přednáška: Ing. Libuše Cvaková (taneční terapie)
13:00 - 14:30 / Dětský koutek s vlastním hlídáním (pro rodiče s dětmi z pátečního workshopu)

14:20 - 14:35 / coffe break

14:35 - 16:05 / Blok workshopů II.:

- a) Ba. Denise Gospodarek - taneční terapie
- b) Mgr. Petr Škranc - muzikoterapie
- c) Mgr. Tomáš Beníček - arteterapie
- d) Mgr. Josef Zajíček - dramaterapie
- e) M.O. Cusanová - pohybová terapie
- f) Mgr. Eva Hegarová - hlídání dětí s uměleckou dílničkou (pro rodiče s dětmi z pátečního workshopu)

16:05 - 16:20 / coffe break

16:20 - 16:55 / Přednáškový blok III.:

16:20 - 16:35 / M.O. Cusanová - pohybová terapie / pohyb - psoas

16:40 - 16:55 / Mgr. Kateřina Tomešková, Ph.D. / arteterapie a artefiletika
16:15 - 17:00 / Dětský koutek s vlastním hlídáním (pro rodiče s dětmi z pátečního workshopu)

16:55 - 17:10 / coffe break

17:10 - 17:30 /

17:35 - 18:05 Umělecké vystoupení:

17:10 - 17:30 Koncert pěveckého sboru a studentů muzikoterapie
Akademie Alternativa s.r.o. - umělecký vedoucí: Dr. Marie Beníčková
17:40 - 18:05 Mgr. Petr Škranc - přednáška s promítáním nového filmu z mezinárodního festivalu Mental Power

18:05 - 18:20 / coffe break

18:20 - 19:50 / Blok workshopů III.

- a) Mgr. Tomáš Beníček - taneční terapie
- b) Mgr. Eva Hegarová - arteterapie
- c) Dr. Marie Beníčková - muzikoterapie
- d) doc. Dana Kollarová - tvořivá dramatika
- e) Mgr. Kateřina Tomešková, Ph.D. - arteterapie a artefiletika

Dětský koutek s vlastním hlídáním (pro rodiče s dětmi z pátečního workshopu)

19:50 - 20:05 / coffe break

20:05 - 20:45 / Vystoupení a umělecko - terapeutická část

- a) Manželé Beníčkoví - Taneční konstelace / nová umělecko – terapeutická metoda
- b) Mgr. Josef Zajíček / Divadlo Terapie

19:50 - 22:00 / večeře

22:00 - 19.10.2014 / Společný improvizovaný večer hudby, zpěvu a tance.

Přineste si své hudební nástroje a vytvoříme dohromady kreativní večer s hudbou, zpěvem, tancem a příjemným slovem.

Cena vstupenky:

1.5. - 31.8.2016: 1000,- / člen MAUT (student Akademie Alternativa): 800,-
1.9. - 1.10.2016: 1250,- / člen MAUT (student Akademie Alternativa): 1100,-
od 2.10 a na místě: 1500,- / člen MAUT (student Akademie Alternativa): 1300,-

