

PODPORA EXPRESIVITY KLIENTOV S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM PROSTREDNÍCTVOM DRAMATOTERAPIE

SUPPORTING EXPRESIVITY OF CLIENTS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES THROUGH DRAMATHERAPY

Ivana LIŠTIAKOVÁ

ABSTRAKT:

Príspevok sa zaoberá expresivitou ako vlastnosťou človeka, ktorá sa uplatňuje v umeleckých terapiách. Autorka sa venuje sa dramaterapii, definuje kľúčové princípy dramaterapie a poukazuje na možnosti rozvoja expresivity prostredníctvom týchto procesov. Výsledky zrealizovanej kvalitatívnej štúdie indikujú, že dramaterapia vytvára priestor pre expresiu klientov s mentálnym postihnutím primeraným a kreatívnym spôsobom a môže tak predchádzať prejavom problémového správania klientov.

KEÚČOVÉ SLOVÁ:

expresivita, dramaterapia, mentálne postihnutie

ABSTRACT:

The paper deals with expressivity as a human characteristic, which is applied in art therapies. The author focuses on dramatherapy, defines key principles of dramatherapy and mentions the possibilities of enhancement of expressivity through these processes. The results of the conducted qualitative study indicate that dramatherapy creates space for expression of clients with intellectual disability in an appropriate and creative way. Therefore, it can prevent symptoms of problematic behaviour in clients.

KEYWORDS:

expressivity, dramatherapy, intellectual disability

Úvod

Expresivita je schopnosť človeka vyjadrovať vnútorné obsahy svojho vedomia a nevedomia formami, ktoré sú zrozumiteľné, pochopiteľné a jemu blízke. V ideálnom prípade sú zrozumiteľné aj jeho okoliu. Každý človek prežíva mnoho udalostí a pocitov, ktoré ovplyvňujú jeho myslenie a postoje. Pre duševné zdravie je dôležité, aby tieto obsahy mal s kým zdieľať a cítil sa prijatý, akceptovaný taký aký je so všetkými zážitkami, činmi a názormi.

Zdieľanie sa deje napríklad v rozhovoroch s rodinou, či priateľmi. Avšak v prípadoch rôznych problémov, dysfunkčných rodín, či inak oslabených sociálnych vzťahoch, môže človek trpieť nedostatkom príležitostí na vyjadrovanie svojich životných skúseností. Paradoxne, práve kvôli ohrozeniam, ktorým je človek vystavený, či už z vonkajšieho prostredia alebo kvôli ochoreniu, či postihnutiu, sa potreba zdieľať zážitky ešte zvyšuje.

Pennebaker et al. (2001) hovoria, že vo všeobecnosti je dobré hovoriť o problémoch a že vyjadrenie emócií ľuďom pomáha prekonať ťažké životné situácie. Na druhej strane však tiež zistili, že časté zdieľanie so sociálnym okolím môže napovedať o slabej adjustácii človeka, ktorý nie je so situáciou vyrovnaný a potrebuje o nej rozprávať. Keď človek zažije silnú emocionálnu skúsenosť, má tendenciu o nej s niekým hneď hovoriť, či už je pozitívna alebo negatívna. Dokonca o nej hovorí opakovane a s rôznymi ľuďmi. K oneskorenému rozoberaniu situácie dochádza len v prípadoch, že išlo o pocity hanby alebo viny.

Možnosť podeliť sa o svoje zážitky, myšlienky môže byť limitovaná v prípadoch, keď prostredie nie je dostatočne inkluzívne, neprijíma odlišnosť a neuvedomuje si potrebu rozličných foriem komunikácie. Ľudia s nejakým postihnutím alebo inakosťou sa dostávajú do znevýhodnenej pozície, nemajú priestor na zdieľanie, spoločnosť nemá záujem „počuť“ ich pohľad na svet.

Vyjadrovanie a zdieľanie pocitov v expresívnych terapiách

Expresívne terapie, vrátane dramatoterapie, umožňujú zdieľať osobné i celospoločenské obsahy alternatívnymi spôsobmi, prostredníctvom umenia, umeleckých činností a produktov. Pre človeka je prirodzené komunikovať prostredníctvom tela, výrazu tváre, vizuálnych symbolov, farieb, rytmu, melódie, metafory, či príbehu. Avšak súčasná spoločnosť sa najviac orientuje na komunikáciu verbálnu, racionálnu a viazanú na každodennú konsenzuálnu realitu. Poznanie ľudstva sa však rozširuje aj na iných úrovniach (napr. kolektívne nevedomie a archetypy ako ich popisuje Jung). Podobne aj individuálne poznanie človeka sa buduje na základe komplexnej skúsenosti emocionálneho a racionálneho charakteru. Preto je v niektorých prípadoch náročné dostať sa k obsahu týchto skúseností a vyjadriť ich len verbálne, resp. len „prístupovou cestou“ rozumu. Mnohí ľudia preferujú iné kanály poznávania a následne aj vyjadrovania sa. V teóriách učenia sa Gardner (2006) hovoril o rôznych typoch inteligencie – vizuálno-priestorová, telesno-kinestetická, hudobná, interpersonálna, intrapersonálna, lingvistická a logicko-matematická. Teória senzorickej integrácie (Ayres, 2005) upozorňuje na potrebu vyváženej zmyslových skúseností, ktoré umožňuje primerané fungovanie v prostredí. Expresívne terapie tieto preferencie rešpektujú a facilitujú spojenie človeka so sebou samým a so svetom. Podporujú expresiu tvorivým spôsobom, ktorý je dostupný aj ľuďom s inými než racionálno-verbálnymi preferenciami. McNiff (1981, citovaný podľa Malchiodi, 2005) poukazuje na to, že konanie v terapii a i v živote všeobecne sa málokedy obmedzuje na jeden spôsob expresie.

Dramatoterapia, ako jedna z expresívnych terapií, využíva ako spôsob vyjadrovania prostriedky dramatického umenia a divadla. Kľúčovými zložkami sú vstupovanie do roly a „rozprávanie“ príbehov. Severoamerická dramatoterapeutická asociácia (NADTA, 2016) popisuje dramatoterapiu ako aktívny prístup, ktorý podporuje zmenu prostredníctvom vlastnej skúsenosti klientov. Britská asociácia dramatoterapeutov (BADTH, 2011) poukazuje na využitie liečivého potenciálu drámy a divadla v terapeutickom procese. Metódy dramatoterapie sa zameriavajú na podporu kreativity, imaginácie, učenia sa a rastu. Poskytujú vhlád i katarziu. Dramatoterapia môže byť orientovaná aj na podporu vývinu dieťaťa (Jennings, 2011; Kováčová, 2011). Valenta (2011) definuje dramatoterapiu ako podpornú terapeuticko-formatívnu disciplínu v špeciálnej pedagogike zameranú na pomoc ľuďom s postihnutím alebo iným znevýhodnením. Majzlanová (2004) odporúča v dramatoterapii s ľuďmi s mentálnym postihnutím pracovať so známymi motívami – napríklad s rozprávkami. Využitie obsahového materiálu, ktorý klienti poznajú, vytvára pocit bezpečia a úspešnosti, čo zvyšuje motiváciu klientov, aktivizuje ich a udržiava ich plnú pozornosť a angažovanie sa v činnosti. Majzlanová (ibidem) ďalej poukazuje na dôležitosť názornosti a rozdelenie aktivít do menších celkov. Valenta (2011) vysvetľuje potrebu klientov oboznámiť sa so spôsobom práce v skupine prostredníctvom dramatoterapie. Klienti si postupne zvykajú na možnosť sebavyjadrenia a zdieľania.

Expresia v dramatoterapii

Expresivita je vlastnosť, ktorá sa u každého človeka prejavuje rôznym spôsobom a v rôznej miere. Kringet al. (1994) skonštruovali škálu merania expresivity jednotlivcov (z angl. EES – Emotional Expressivity Scale), ktorá pozostáva zo 17 sebaopisovacích položiek a sleduje mieru, do akej ľudia navonok prejavujú svoje emócie. Autori tejto škály hovoria, že neverbálne vyjadrenie emócií často „povie“ viac než slovný popis. Ľudia sa odlišujú v tom, do akej miery dávajú najavo svoj emocionálny stav – nazývajú to expresívnosťou. Pod týmto pojmom rozumejú čisto prejavovanie emócií (nie ich prežívanie), pričom využitá môže byť vokalizácia, mimika tváre, či gestá. Sebaopisovací hárok obsahuje položky ako napríklad: „Nechávam si

svoje pocity pre seba.“, „Dokážem sa pred druhými ľuďmi rozplakať.“, „Neviem zakryť to, ako sa cítim.“, „Cítim sa úplne inak, než ako si ľudia myslia.“.

Expresia v dramaterapii sa deje prostredníctvom verbálnych i neverbálnych spôsobov prejavu. Expresiu podporujú procesy, ktoré sú počas dramaterapie účinné. Jones (2007) o nich hovorí ako o kľúčových procesoch a zaraďuje k nim dramatickú projekciu, hru, rolu, empatiu a estetický odstup, stelesnenie, prítomnosť aktívneho svedka, prepojenie drámy a každodenného života, transformáciu a triangulárny vzťah medzi terapeutom, klientmi a umením.

Dramatická projekcia vychádza z princípov projekcie všeobecne, teda pripisovania vlastností, ktoré sú človeku vlastné niekomu alebo niečomu inému. V terapeutickom chápaní sa projekcia používa ako nástroj na odhalenie, či objavenie vlastností, ktoré by inak zostali nedostupné. Hodermarska (2009) popisuje dramatickú projekciu ako vzťah medzi umeleckou metaforou a realitou, ktorý tým, že niečo zahalí do symbolu, roly alebo príbehu, vlastne odhaľuje skutočnú podstatu. Dramatická projekcia sa uplatňuje v situáciách, keď klienti projikujú svoje životné skúsenosti do príbehov alebo predmetov, bábok, či masiek. Dramatická projekcia umožňuje vytvárať estetický odstup, ktorý predstavuje ďalší z kľúčových procesov. Landy (1994) popísal estetický odstup, alebo distanciu, ako rovnováhu medzi emocionálnou a racionálnou stránkou človeka a považuje ju za cieľ terapeutického procesu. V dramaterapii sa reguluje miera odstupu prostredníctvom projektívnych techník, ktoré distanciu predlžujú, a teda pomáhajú získať racionálny nadhľad. Na druhej strane, techniky, ktoré využívajú stelesnenú prácu, distanciu znižujú a umožňujú človeku zvýšené emocionálne prežívanie a empatiu.

Okrem estetického odstupu prispieva dramatická projekcia k vytvoreniu špecifického vzťahu medzi klientom, terapeutom a umením, ktorý je typický pre umelecké expresívne terapie. Umenie, v prípade dramaterapie ide o drámu a divadlo, je médiom, sprostredkovateľom kontaktu a porozumenia medzi klientom a terapeutom. Klient i terapeut sú v interakcii s umeleckou expresiou a vďaka jej symbolu, či forme dokážu spolu efektívnejšie komunikovať.

Hra je ďalším z kľúčových procesov v dramaterapii. Každý človek je schopný hrať sa a hrať sa rád, je len potrebné objaviť spôsob jeho hry. Môže ísť o humor, predstieranie, súťaženie, fyzickú hru, či intelektuálne hádanky. Hra je prirodzená aktivita, a to nielen pre dieťa. Dôležitým komponentom hry je hravosť, tvorivosť a spontánne konanie, ako i to, že z hry je možné kedykoľvek vystupovať a opätovne sa do nej vracieť, v závislosti od pocitu bezpečia, ktoré participantom v danom momente poskytuje.

V hre sa človek stáva niekým iným, preberá určitú rolu. Rola umožňuje preskúmať nové formy konania bez strachu zo zlyhania, či neprijatia okolím. Klient môže hrať rolu rôznym spôsobom. Jednou úrovňou môže byť aj jednoduchá identifikácia sa s postavou v príbehu, iným príkladom je rola v symbolickej hre, v ktorej hráči predstierajú, že sú niekým iným.

Už vyššie spomínané stelesnenie je dôležitým komponentom v dramaterapii, pretože vďaka stelesnenej hre a akcii klient získava priamu skúsenosť seba samého v určitom konaní. Princíp stelesnenia vychádza z porozumenia psychosomatiky človeka, prepojenia tela a mysle. Dramatoterapeuti poukazujú na to, že človek niekedy „myslí“ lepšie cez telo než len cez rozum. Stelesnená hra zapája rozhodovanie sa v akcii na základe pocitu a intuície.

Skúsenosti nadobudnuté v dráme sa prenášajú do každodenného života práve kvôli možnosti stelesnenia a hry. Klient vie, že išlo o vymyslenú hrovú situáciu, avšak podarilo sa mu v nej zažiť nové vlastnosti, zručnosti seba samého a tie sú reálne a prenositeľné do konsenzuálnej reality. Napríklad, klient pocítil svoju moc a silu v role kráľa z rozprávky. Uvedomuje si, že nie je kráľ, ale tiež získal skúsenosť, aké to je byť niekedy silným. A túto skúsenosť si so sebou prenáša do iných situácií.

Vďaka týmto princípom sa klient v dramaterapii môže slobodne a kreatívne vyjadriť, dokonca objavuje obsahy, o ktorých vedome nemusel uvažovať.

Dramatoterapia pre klientov s mentálnym postihnutím

Expresivita obsahuje v sebe intersubjektívnu dynamiku, o ktorej Slavík (2009) hovorí, že vzniká tým, ako človek rozumie a komunikuje výrazy v sociálnom kultúrno-historickom kontexte. Pohl (2009, s. 43) hovorí o dvoch cieľov v dramatoterapii pre ľudí s mentálnym postihnutím, a tými sú „komunikácia a spolupráca s okolím a uvedomovanie si a spracovanie vlastných emócií.“ Pohl (ibidem) ďalej hovorí, že dramatoterapia klientov viedla k tomu, že začali konať podľa seba, a nie podľa návodu, či inštrukcie. Tiež zistili, že za aktivity nie sú hodnotení, nemôžu v nich zlyhať, či urobiť chybu. Autor si všimol, že klienti s mentálnym postihnutím nemali príležitosti pre voľnú hru v skupine rovesníkov, vyjednávanie pravidiel, dynamiku vzťahov v skupinovej hre nezažili. Preto jedným z cieľov dramatoterapie bolo naučiť klientov uvoľniť sa a hrať sa. Osvedčilo sa používanie humoru ako spôsobu komunikácie. Langley (2006) sa zmienila, že dramatoterapia v kontexte pomoci ľuďom s rozličnými ťažkosťami v učení používa nie s cieľom „liečiť“, ale pomáhať v optimálnom fungovaní v každodenných aktivitách. Chesner (1994, citovaná podľa Langley, 2006) uviedla, že dramatoterapia môže vo veľkej miere napomôcť k prekonávaniu problémov spojených s inštitucionalizáciou klientov v zariadeniach. Brudenell (1987) poukazovala na to, že ľudia s mentálnym hendikepom žijú často vo svete plnom limitov, čo môže byť spôsobené strachom odborníkov z neznámeho, či nového prístupu. Napriek tomu, že v práci s klientmi s mentálnym postihnutím je potrebné byť si vedomý obmedzení, ktoré postihnutie prináša, avšak často sa stáva, že odborníci pristupujú ku klientom s vopred vytvorenou predstavou o tom, čo dokážu. Optika cez nálepku diagnózy je tak skôr prekážkou. Za najdôležitejší cieľ v starostlivosti o ľudí s mentálnym postihnutím Brudenell (ibidem) považuje rozširovanie horizontov a skúseností. V holistickom ponímaní podpory ide o multidisciplinárny prístup a predovšetkým o prístup založený na vzťahu – terapeuta ku klientom, ale aj k ostatným odborníkom. Odborníci musia byť schopní komunikovať a zdieľať medzi sebou, aby boli pre klientov tými, ktorým klienti môžu plne dôverovať. Dramatoterapia je pre klientov s mentálnymi deficitmi efektívna, ak je plne integrovaná s aktivitami každodenného života. Má potenciál riešiť mnohé oblasti – napríklad sebvýjadrenie, tréning sociálnych zručností, samostatnosť, či sebavedomie. Avšak skutočne účinná je len, ak nestojí v izolácii len ako voľnočasová aktivita, ale jej významu rozumejú všetci odborníci zapojení v starostlivosti o klientov. Fábry Lucká (2014) rozoberá dôležitosť rozvoja troch kľúčových kompetencií klientov s postihnutím, ktoré popísala OECD. Ide o 1) konverzačné kompetencie v pragmatickej rovine jazyka, 2) interakcie v heterogénnych skupinách a 3) autonómne konanie.

Metodológia výskumu

Cieľom prezentovanej štúdie bolo odhaliť momenty prejavu expresivity klientov v dramatoterapii a analyzovať ich v kontexte dramatoterapeutických teórií. Využité boli postupy kvalitatívnej metodológie. Zber dát sa uskutočnil realizáciou dramatoterapeutického programu, z ktorého päť po sebe nasledujúcich stretnutí bolo nahrávaných na videozáznam. Následne sa vyseletovali zaznamenané momenty, v ktorých vybraní klienti kreatívne, samostatne a hravo zobrazovali vnútorné obsahy, myšlienky v dramatickej aktivite, alebo inak rozvíjali dramatický námet. Identifikované jednotky boli následne analyzované z troch hľadísk:

- z hľadiska spôsobu expresie, popísaného ako umelecký expresívny prejav (Malchiodi, 2005), senzoričná preferencia (Fowler, 2008), či úroveň dramatického prejavu (Valenta, 2011),
- z hľadiska dramatoterapeutických faktorov, ktoré špecificky v danej aktivite podporujú expresiu klientov – kľúčové procesy v dramatoterapii (Jones, 2007) a
- v kontexte Morenovho prístupu v dramatoterapii, s poukazaním na rozvoj kreativity a spontaneity (Garcia, Buchanan, 2009).

Kreativitu podľa Morena je potrebné rozvíjať v prípade, že klient napríklad nepozná riešenia situácií, „nevie na niečo prísť“, správa sa rigidne, neobmieňa flexibilne svoje pôsobenie, pretože nevie, akým spôsobom ho obmeniť, nevie, ako by mohol konať aj inak než doposiaľ. Pre klientov s mentálnym postihnutím je táto situácia pomerne častá, a to z dvoch hlavných dôvodov: 1) obmedzenie intelektových schopností, 2) návyk na pasívne prijímanie inštrukcií spôsobený systémom pomoci. Preto rozvoj kreativity

v umeleckej oblasti môže pre klientov s mentálnym postihnutím znamenať mnohé zmeny v bežnom živote a každodenných aktivitách, v ktorých budú schopní sa sami za seba rozhodovať a tvorivo riešiť situácie, pokiaľ na to dostanú priestor.

Spontaneita je koncept, ktorý Moreno (citovaný podľa Garcia, Buchanan, 2009) popisuje ako schopnosť konať, „urobiť krok“, spôsobiť zmenu, pohnúť sa z miesta, konať bez strachu. Podporovať spontaneitu klientov s mentálnym postihnutím je dôležité hlavne z toho dôvodu, že v domácej starostlivosti sú na nich kladené požiadavky zvonku, ktoré musia plniť. Majú malý priestor pre samostatné konanie. Kvôli postihnutiu spoločnosť obmedzila ich možnosť rozhodovať sa o vlastnom živote. Dramatoterapia otvára túto oblasť konania.

Spôsob expresie klientov závisí od ich senzorických preferencií (Fowler, 2008). Niektorí ľudia sa radšej vyjadrujú verbálne, iní uprednostňujú pohyb, mimiku a gestiku, či zvuk. Valenta (2011) hovorí o postupnosti vyjadrovania sa z hľadiska náročnosti: pohybom, zvukom, obrazom, postavou a verbálnou expresiou.

V analýze dramatoterapeutického programu pre klientov s mentálnym postihnutím boli analyzované vybrané aktivity. Vybrané výsledky výskumu sú uvedené v nasledujúcich tabuľkách (Tabuľka 1 – 7).

Z výskumu 1:

Názov aktivity	Predstavenie s filmovou klapkou
Popis aktivity	Klienti a personál sedia v kruhu. Klientom bola predstavená téma filmu a v diskusii sa zbierali nápady o tom, kto je potrebný pri natáčaní filmu. V úvodnej aktivite bola využitá filmová klapka. Keď klapka klapne, člen skupiny povie svoje meno a typ zmrzliny, ktorú má rád. Potom klapne klapkou pred ďalším človekom a posunie ju ďalšiemu človeku v kruhu.
Cieľ	Vzájomné spoznanie sa. Vstup do skupiny. Predstavenie témy stretnutia.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	K1 – pri uvedení aktivity sa smial (nový predmet ho zaujal). K2 – po klepnutí klapky sa pozrela na terapeuta a začala hovoriť o filme a filmároch (ešte sa nepreladila na inštrukciu, ale premýšľala nad témou stretnutia, vyjadruje asociácie, ktoré jej k téme filmu a filmovej klapky napadli – podpora pamäte a myslenia). K3 – pohotovo reaguje, verbálne vyjadruje, odpovedá, hovorí svoje meno a zmrzlinu. K4 – usmieva sa a energicky odpovedá. K5 – vtipne odpovedá (prejavuje svoju osobnosť, na chvíľu sa stáva vtipnou hviezdou v skupine). Klienti sa tešia, že môžu niečo pred skupinou povedať. Vzájomne sa počúvajú a zaujíma ich, čo povedia ostatní (porovnávajú odpovede iných s vlastnými odpoveďami?). Klienti si vzájomne pomáhajú (podpora spolupráce, vnímania potrieb v skupine) – K6 otočila klapku naopak. K1, ktorý sedel pri nej jej klapku zobral, otočil a ukázal, ako s ňou má klapnúť. K3 opravuje K4 pri použití klapky.
Analýza spôsobu expresie klientov	Klienti verbálne vyjadrujú niečo o sebe, čo im je známe a blízke. Prejavujú sa v skupine pred ostatnými klientmi a personálom a hovoria aj pred členmi skupiny, s ktorými by v bežnej konverzácii neprichádzali do kontaktu. Senzorické podnety poskytujú uchopenie klapky (taktilné a kinestetické), sluchové (klapnutie klapky). Dramatický prejav je na úrovni pohybu a zvuku.
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	Skupina je akceptujúca, klienti sa vzájomne počúvajú (prítomnosť svedkov má terapeutický účinok). Aktivita obsahuje známe prvky (oblíbená zmrzlina), ktoré pre klientov vytvárajú

	<p>pocit bezpečia.</p> <p>Zaradenie nových prvkov (filmová klapka, imaginatívna hra na filmárov) spôsobuje uvoľnenie a vzbudzuje hravosť a hru. Zapojený je princíp dramatickej projekcie.</p> <p>Použitie reálneho objektu umožňuje lepšie porozumenie inštrukcii a umožňuje senzorickú skúsenosť (taktilnú, vizuálnu a auditívnu).</p> <p>Imaginácia – klienti si predstavujú situáciu, ktorá vychádza z ich vlastnej skúsenosti.</p>
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	<p>Kreativita – úlohou klienta je spomenúť si na vlastnú skúsenosť (aká zmrzlina mu chutí).</p> <p>Spontaneita – úlohou klienta je vykonať novú doposiaľ neznámu aktivitu (použiť klapku); úlohou klienta je povedať niečo o sebe pred skupinou.</p>

Tabuľka 1 Analýza expresivity klientov v aktivite Predstavenie sa s filmovou klapkou

Napriek tomu, že aktivita bola primárne zameraná „len“ na zoznámenie sa v skupine, bola pre klientov zdrojom kreativity a spontaneity. Vytvoril sa priestor pre expresiu, prejavenie osobnosti pred skupinou, imagináciu a jej vyjadrenie navonok.

Z výskumu 2:

Názov aktivity	Natáčanie filmu
Popis aktivity	Klienti sa prechádzajú po priestore. Určené sú roly: režiséra (štartuje a stopuje pohyb), kameraman (v rukách má prázdny rámček z obrazu, do ktorého sa snaží zachytiť, čo najlepší záber), herci (všetci ostatní sa pohybujú po priestore a znázorňujú tému. Témy spočiatku navrhujú terapeuti, potom klienti sami. Zo záznamu je vybraná téma: strašidelný zámok.
Cieľ	Rozvoj spontánneho vyjadrenia, individuálnej improvizácie v skupine, vnímania sa v skupine navzájom.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	Klienti sa prechádzajú po priestore s nastraženými rukami vpred, vydávajú zvuky kvílenia duchov (K1, K5, K7). Niektorí z nich nadväzujú kontakt s inými členmi skupiny. K1 rukami zobrazuje strašenie a pristupuje bližšie k terapeutovi a personálu. K4 vymyslela nový pohybový prejav, zohýna sa až po zem, akoby sa klaňala. K3 k nej prichádza, straší ju rukami, K4 ho odtláča od seba preč a opakuje svoj pohyb. K9 (klientka nerozpráva) – pozoruje skupinu, stojí na mieste, usmieva sa, rukami znázorňuje strašenie a dotykom sa kontaktuje s okoloidúcimi hercami.
Analýza spôsobu expresie klientov	<p>Pohyb, zvuk a obraz – zapojené sú všetky tri úrovne, klienti sa snažia verne zobraziť strašidelnosť.</p> <p>Ide o vyslovene dramatickú hru – klienti majú rolu a hrajú ju, rozvíjajú tému, zatiaľ bez dejovej línie.</p> <p>Aktivita zapája najmä kinestetické vyjadrovanie sa (pohyb tela, mimika a gestika).</p>
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	<p>Imaginatívne navodenie hry – rozdelenie rol vo filme.</p> <p>Nadviazanie na známu aktivitu – podporuje orientáciu klientov v aktivite.</p> <p>Stelesnenie – zapojenie celého tela, prehrávanie podporuje emocionálne zaangažovanie sa v obsahu.</p> <p>Sociálne učenie – klienti „opakujú“ jeden po druhom, obzerajú sa, ako aktivitu robia iní, napriek tomu, že nie je určený líder aktivity.</p>
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	<p>Kreativita – klienti vymýšľajú rôzne spôsoby strašenia. Vyžaduje sa fluencia.</p> <p>Spontaneita – klienti konajú, istým spôsobom „idú do rizika“, pretože si nemôžu byť istí reakciami ostatných (možno preto preferujú interakcie s personálom).</p>

Tabuľka 2 Analýza expresivity klientov v aktivite Natáčanie filmu

Aktivita umožnila expresiu klientov s rôznou úrovňou funkčnosti podľa ich aktuálnych potrieb. Niektorí klienti invokovali interakciu s ostatnými, iní ostali v úzadí a boli aktívni iným spôsobom. Všetci boli súčasťou skupiny a zapájali imagináciu a emocionálne prežívanie. Ponúknutú aktivitu akceptovali s radosťou, čo je znakom toho, že napĺňala ich potreby, vyžadovala si kreativitu, ale neobmedzovala formu kreativity. Klienti mohli preukázať svoju osobnosť – napríklad vtipom alebo záujmom o druhého.

Stelesnená hra je dôležitým aspektom v rozvoji tvorivosti – človeku pomáha predstavovať si. Klienti sú kreatívnejší priamo v akcii než v premýšľaní o nej. Pern (2015) hovorí, že človek si predstavuje cez telo, pretože všetky metafory vychádzajú zo stelesnenej skúsenosti. Znamená to, že imaginácia je aktívnou silou, ktorá sa viaže na prostredie a je sprostredkovaná pomocou emócií. Avšak na vytváranie skúseností nestačí „vidieť“, ale je potrebné tvoriť, niečo robiť, či vyrábať (Vico, 1982, citovaný podľa Brinkmann, 2015).

Z výskumu 3:

Názov aktivity	Etudy – stretnutie so známym človekom
Popis aktivity	Klienti sú vyzvaní, aby k niekomu zo skupiny prišli a pozdravili sa s ním, ako keď stretnú niekoho známeho na ulici. Ich úlohou bolo ukázať, aké rôzne pozdravy používame.
Cieľ	Budovanie sociálnych zručností.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	K3 – ihneď po vysvetlení aktivity, bez toho, aby bol vyzvaný k akcii, ihneď vstal a inštrukciu zrealizoval (pochopil ju, spontánne reagoval). Prešiel na druhú stranu miestnosti/kruhu ku K10, podal jej ruku a povedal: „Dobrý deň, pani.“ K10 na vyzvanie pokračovala. Prišla sa pozdraviť k terapeutke, ktorá ju k akcii vyzvala. Následne sa postavila terapeutka a rozhliadala sa ku komu príde. K9 za ňou natiahla ruku na signál, že chce byť pozdravená. Podávala ruku, usmievala sa. Očným kontaktom kontrolovala u personálu, či môže „novú“ osobu pohladiť a objasť. Potom ešte dlho triasla rukou terapeutky. Zatiaľ sa K8 otočila k sestre z personálu, ktorá sedela vedľa nej a podala jej ruku. Sestra potom podišla ku K2, ktorá sa na opýtanie, ako sa má rozosmutnela a povedala, že už nikoho nemá. Sestra ju zobrala za ruku a previedla v kruhu ku ďalšiemu členovi skupiny. Vybrala pre K2 ďalšiu členku personálu. Nevšimla si, že K7 naťahuje za nimi ruku. Ďalšia sestra povedala: „Kde je nejaký chlap?“ K1 natiahol ruku (čo sestra nevidela) a vybrala si preto terapeuta.
Analýza spôsobu expresie klientov	Verbálna expresia, taktilný kontakt (podanie ruky). Pohybové vyjadrenie (klient má možnosť vstať zo stoličky a prejsť cez miestnosť alebo zotrvať na mieste, ak preferuje bezpečie svojej stoličky). Niektorí klienti preferovali zrealizovať aktivitu ešte počas prebiehajúcej predchádzajúcej dvojice, iní si počkali, kým bude „scéna“ patriť len im.
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	Známa situácia, klienti s ňou majú skúsenosť. Možnosť ukázať sa pred skupinou. Možnosť riešiť situáciu aj inak než sa očakáva – prostredie akceptujúce nové nápady.
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	Kreativita – klienti vymýšľali nové pozdravy, rozvíjali svoje myslenie a pamäť a informácie používali v novom kontexte. Spontaneita – klienti sa odvážili experimentovať s novými typmi konania.

Tabuľka 3 Analýza expresivity klientov v aktivite Stretnutie so známym človekom

Zapojenie personálu do terapeutického procesu sa ukázalo ako veľmi nápomocné, podporujúce skupinovú prácu a vzťahy klientov a sestier/sociálnych pracovníkov. Personál klientov dobre poznal – čo bolo

výhodou, pretože mohli klientom pomôcť, ale i nevýhodou, pretože vstupovali do procesu s vopred vytvorenými predpokladmi toho, čo klient zvládne alebo nezvládne, či ako bude (alebo by mal) reagovať. Dôležitým aspektom bolo však pozorovanie, že v dramaterapii sa personál dokázal tiež veľmi uvoľniť a niekedy až takmer „zabudli“, že sú tam pre klientov a vstupovali do hry oni sami ako klienti. Dramaterapia bola v zariadení ponúknutá dvojicou dramaterapeutov ako program vzdelávania pre personál. Slúžil ako inšpirácia v netradičných – dramaterapeutických formách práce s klientmi. Ukazoval personálu potenciál klientov, zmeny, ktoré je kreatívnou formou práce možné dosiahnuť. Treba poznamenať, že personál tohto konkrétneho zariadenia mal vo všeobecnosti veľmi dobrý vzťah s klientmi, v zariadení vládla priateľská a akceptujúca atmosféra. Sestry pristupovali ku klientom v osobnom vzťahu, nie z pozície moci opatrovateľa. Spozorovali sme však vysokú potrebu personálu, aby sa venoval niekto aj im – bola to potreba možno nevyjadrená, nevedomovaná, popieraná, alebo jej nebola pripisovaná dôležitosť. Avšak v spontánnej hre, z expresie členov personálu bola zjavná potreba zdieľať, hovoriť o sebe, smiať sa, uvoľniť sa. Niektorí členovia personálu „zaberali“ väčší priestor „na úkor“ klientov. Nejde nám v tomto prípade o kritiku, ale o poukázanie na to, že tieto potreby personálu boli zjavné – a ich odhalenie považujeme za dôležité, pretože starostlivosť o zamestnancov pomáhajúcich profesií je rovnako dôležitá ako starostlivosť o koncových užívateľov ich služieb. Analýza tohto dramaterapeutického programu z hľadiska vplyvu na personál však nie je predmetom tejto štúdie.

Klienti boli v tejto aktivite povzbudzovaní k interakcii – spôsobom, ktorý im vyhovoval, ale zároveň bol primeraný situácii pozdravu známeho človeka. Klienti si pri interakcii potvrdzovali a prehlbovali vzájomné vzťahy. Potvrdzovali si tiež svoje zručnosti v spoločenskom kontakte.

Z výskumu 4:

Názov aktivity	Ovocný kôš
Popis aktivity	Terapeut určí roly: jablká, hrušky. Potom zvolá jedno z nich a participanti si musia vymeniť miesta na stoličkách.
Cieľ	Aktivizácia – pohybová. Príprava na tému jedlo a varenie. Pamäť a sústredenie. Rýchle reakcie.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	K1 sa pri zadávaní aktivity smial a zakrýval si tvár. K9 si zakrývala tvár, keď sa ostatní mýlili, či sú jablko alebo hruška (napriek tomu, že klientka nerozpráva a patrí k menej funkčným v skupine, jej vnímanie situácií a expresivita nie sú obmedzené). K11 sa prihlásil, že chce ísť do stredu zadávať inštrukciu. Usmieva sa pri tom, ako druhým „rozkazuje“. K9 si vyberá miesto, kam si chce sadnúť, ukazuje na neho prstom. Personál klientom našepkáva – niektorí inštrukciu akceptujú, iní si povedia podľa seba. K12 chce zadávať povel, chodí okolo participantov v kruhu a rozhadzuje rukami: „Podťe. Podťe.“ Ostatní klienti (K7, K8) ho upozorňujú, že musí povedať „jablká“ alebo „hrušky“. K12 povie „hrušky“ a potom si zakrýva a šúcha tvár. K15 stojí v strede kruhu a rozhliada sa, kde je voľná stolička.
Analýza spôsobu expresie klientov	Pohybová (kinestetická) a dotyková (taktilná) expresia. Výraz tváre, emocionálna expresia pri hre. Expresia v neverbálnej sociálnej interakcii. Expresia prostredníctvom smiechu.
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	Hra je nesúťaživá, počet stoličiek je dostatočný pre všetkých, nevyraďuje sa – klienti majú vždy možnosť zažiť úspech. Aktivita je zábavná. Umožňuje uvoľniť sa, zasmiať sa. Empatická projekcia – klienti si vzájomne pomáhali, keď videli, že niekto sa pri úlohe mýli. Posilnenie kompetencie klientov konať (empowerment) a rozhodovať sa sami za

	seba. Stelesnenie (embodiment) – spoznávanie seba samého v konaní, stelesnená hra.
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	Kreativita – v tejto aktivite je prítomná v nižšej miere. Uplatňuje sa v nachádzaní nových spôsobov, ako si rýchlo nájsť miesto – miesto, ktoré je blízko, alebo rýchly pohyb, a pod. Spontaneita – v tejto aktivite sa spontaneita uplatňuje vo vysokej miere. Participanti musia rýchlo reagovať na zmenené situácie, precvičuje sa pohotovosť, flexibilita v konaní a orientácia v priestore.

Tabuľka 4 Analýza expresivity klientov v aktivite Ovocný kôš

Z analýzy aktivity Ovocný kôš zaujímavo vyplynulo, že napriek tomu, že ide o jednoduchú hru, ktorá nie je primárne zameraná na expresiu vnútorných obsahov, aktivita podporila pohybovú expresiu klientov – každý z nich sa pohyboval svojim vlastným, výrazovým spôsobom. Zároveň boli viditeľné interakcie klientov medzi sebou, podporila sa empatia – klienti jeden druhého upozorňovali, že sú na rade, alebo si ukazovali voľné miesta. Pri pohybe v priestore prichádzali aj do fyzického kontaktu a komunikovali spolu neverbálne. V miestnosti bolo veľa smiechu, participanti boli uvoľnení a aj v spätných väzbách na konci stretnutia hodnotili túto aktivitu, ako veľmi zábavnú a mali záujem ju v budúcnosti opakovať. Išlo o aktivitu, ktorá využíva stelesnenú hru. Jones (2016) hovorí, že vďaka práci s telom sú klienti schopní objaviť svoj potenciál, čo im umožňuje efektívnejšie komunikovať a vyjadrovať sa prostredníctvom neverbality. Z terapeutického hľadiska táto aktivita umožňuje klientom zažiť seba samých v novej situácii, čím nadobúdajú novú fyzickú identitu, ktorú budú schopní preniesť i do iných životných situácií. Zapája sa teda i kľúčový dramaterapeutický proces prepojenia drámy a bežného života a transferu z hry do konsenzuálnej reality.

Z výskumu 5:

Názov aktivity	Nákup surovín na varenie
Popis aktivity	Klienti sedia v kruhu a pridávajú do nákupnej tašky imaginatívne suroviny, ktoré sú potrebné na prípravu vybraného jedla (z predchádzajúcej aktivity) – zemiakového knedlíku s údeným.
Cieľ	Imaginácia. Rozvoj kreativity a expresie.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	K14 – Povedal, že ešte zemiaky a pridal ich do nákupnej tašky. Na vyzvanie pomohol s nesením ťažkej tašky. K13 – Hneď reagoval a povedal surovinu, ktorú má rád – údené. Všetci klienti sledujú dianie v strede kruhu a voľne sa zapájajú do diskusie (najmä K13, K3).
Analýza spôsobu expresie klientov	Verbálna expresia spojená s pantomimickým naznačením akcie pridávania surovín do tašky. Imaginácia.
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	Imagináciu klientov naštartovalo úvodné pantomimické zobrazenie cesty do obchodu dramaterapeutmi. Klienti sa smiali a verbálne zadávali terapeutom inštrukcie, ako cesta do obchodu vyzerá – napr.: potrebujeme prilbu na bicykel, alebo do obchodu vedú ešte schody...
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	Aktivita bola predovšetkým zameraná na kreativitu klientov – či si vedia predstaviť situáciu a aké ingrediencie na prípravu jedla potrebujú. Spontaneita sa prejavovala v tom, že klienti neboli vyvolaní k odpovedi, ale mohli sa zapojiť, keď im niečo napadlo.

Tabuľka 5 Analýza expresivity klientov v aktivite Nákup surovín na varenie

Téma, ktorá je klientom blízka a nachádzajú si v nej spojenie s každodennou vlastnou realitou, je pre nich motivujúca a podporuje ich expresiu. To, že téma známa jednak znamená, že klienti sa cítia byť zorientovaní, a tak sa môžu sústrediť na rozvíjanie hry. Klienti téme rozumejú a vedia si ju prirovnať k situáciám, ktoré sa im stali (princíp prepojenia drámy a bežného života). Téma, ktorej klienti rozumejú, si nevyžaduje vysvetľovanie. Pre klientov má známa téma osobný význam. Zároveň spracovanie jednoduchých tém, ako sú každodenné činnosti, v dramatickej forme, pomáha klientom upevňovať si sociálne zručnosti, ktoré sú potrebné pri ich realizácii.

Z výskumu 6:

Názov aktivity	Klobúk, zvuky a pohyby
Popis aktivity	V skupine sa podáva klobúk. Ten, kto ho má na hlave urobí nejaký zvuk a pohyb a ostatní po ňom zopakujú.
Cieľ	Rozvoj tvorivosti. Prekonanie strachu prejaviť sa. Uvoľnenie a zábava v skupine, spoločný zážitok.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	K13 – urobil zvuk pripomínajúci fňukanie nespokojného dieťaťa. Ostatní klienti na neho reagovali, že „to už bolo.“ K3 – komentuje činnosti ostatných, dáva im rady K1 – smeje sa a robí zvuk kvikajúceho prasiatka (chce byť originálny) Klienti sa pri aktivite veľa a nahlas smejú. Niektoré pohyby opakujú, iné akoby ignorujú. K4 – začala spievať pesničku. K13 pokračoval. Ostatní klienti nie. K4 na vyzvanie následne urobila zvuk a pohyb volania Indiánov. Všetci ho hneď zopakovali.
Analýza spôsobu expresie klientov	Zvuk a pohyb. Klienti boli sami aktívni v tvorbe expresívneho prejavu a tiež mali možnosť kopírovať existujúce formy.
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	Experimentovanie – úloha ponúkala možnosť skúšať si úplne nové formy prejavu zvukom a pohybom. Opakovanie – bezpečie, že aktivitu zvládnem, že sa môžu obrátiť na iných a urobiť to isté, ak si nie sú istí alebo im to viac vyhovuje. Potvrdenie od skupiny, prijatie – to, že klienti opakujú niekoho vymyslený pohyb, dávajú mu tým najavo, že ho akceptujú, že prijímajú jeho prejav plne, až natoľko, že ho radi zopakujú. Zábava a smiech – klienti sa cítia prijatí tým, že druhých pobavili, že im zlepšili náladu. To ich podporuje v skúšaní nových vtipných foriem prejavu. Hra – aktivita sa zakladá na hravosti. Nie je potrebný hlbší význam zvuku, či pohybu. Sloboda – klienti zažívajú pocit slobody, že môžu ovplyvňovať dianie a riadiť skupinu. Využitie pomôcky – klobúk klientom pomohol v sledovaní vedúceho hry, pretože ho vizuálne označoval. Zároveň štartoval aktivitu klientov ako spúšťač pohybu a zvuku. Klobúk tiež znamenal prijatie roly – „teraz som niekto iný a môžem byť vtipný/trápny“.
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	Kreativita – klienti majú za úlohu vymyslieť zvuk a pohyb. Kreativita sa rozvíja na somatickej a senzorickej úrovni, nevyžaduje si premýšľanie. Klient si môže zvoliť, či si zvuk vopred premyslí, alebo „len tak“ niečo spraví a nechá sa viesť stelesnenou hrou. Spontaneita je podporená tým, že ide o zábavnú aktivitu, klienti teda prekonávajú strach konať.

Tabuľka 6 Analýza expresivity klientov v aktivite Klobúk, zvuky a pohyby

Klienti sa uvoľnili a zasmiali, čo naplňa dôležitý terapeutický cieľ. Znamená to, že sa cítili bezpečne a zrelaxovane. Takto pozitívne nabitá atmosféra umožňuje klientom zbaviť sa nahromadeného stresu a prejavíť sa ako jedinečné kreatívne osobnosti. Smiech pôsobí liečivo a vytvára priestor pre ďalšiu prácu a posilnenie interakcií a vzťahov v skupine.

Z výskumu 7:

Názov aktivity	Obdarovávanie
Popis aktivity	Jeden z klientov sedí v strede kruhu na stoličke. Ostatní k nemu po jednom prichádzajú a darujú mu nejaký darček, ktorý pantomimicky a slovným popisom zobrazia.
Cieľ	Podpora pozitívnych vzťahov v skupine. Prehĺbenie empatie. Imaginácia a kreativita.
Popis niektorých reakcií klientov (označenie K1-K15)	<p>K1 daroval K5 okuliare – skutočné (pomáhal si pomôckou). Klienti boli povzbudení k tomu, aby premýšľali nad tým, čo má daný človek rád. Klienti mohli vyjadriť svoje prianie. K4 povedala, že chce ako darček klienta K11. K11 mal problém niečo bez pomoci vymyslieť, bol ticho, iba zopakoval nápady iných klientov alebo návrhy terapeutky. K15 venovala K7 plačúcu bábiku, predmet, ktorý by sama rada dostala a na ktorý je fixovaná. K1 opäť využíval pomôcku (pero), ktoré slúžilo pre K7 ako ceruzka na oči, pretože ako povedal K1, rada sa maľuje. K9 ostala ako posledná. Išla do stredu až na vyzvanie. Ukázala na jednu zo sestier, že chce ísť do kruhu s ňou a posadila si ju do lona na kolená. Potom ešte ukázala na K15. Na záver klienti obdarovávali škriatka (terapeuta). Klienti odrazu postupovali rýchlo. K7 mu dala na klobúk ešte čapicu. K3 mu priniesol mikinu, aby mu v zime nebola zima. K4 priniesla vankúš. K7 vysypala zo svetra plno imaginárnych predmetov. K8 doniesla niečo imaginárne na jedenie. Klienti „učili“ škriatka ako predmety používať.</p>
Analýza spôsobu expresie klientov	Pohybová a verbálna expresia. Klienti vyjadrovali svoje nápady na darčeky. Ukazovali, že konkrétneho človeka poznajú a vedia, čo má rád. Vizualizácia pantomimického zobrazenia – imaginácia.
Analýza faktorov podporujúcich expresiu	Využitie predmetov – zadanie aktivity predpokladalo využitie pantomimického zobrazenia. Avšak klienti spontánne prešli v niektorých prípadoch k využitiu pomôcok – reálnych predmetov alebo zástupných predmetov, ktoré im uľahčili vyjadrenie sa. Inšpirácia jeden druhým a asociácie k predchádzajúcim nápadom.
Analýza komponentov kreativity a spontaneity	Kreativita sa uplatňovala v rovine kognitívnej. Narozdiel od aktivity s vymýšľaním zvukov a pohybov, v tomto prípade bolo treba „darček“ najprv premyslieť, vymyslieť a až potom zobrazíť. Kreativita bola teda potrebná v myslení a následne vo vymyslení spôsobu/formy zobrazenia. Spontaneita bola viditeľná v konaní klientov, ktorí hneď vstali zo stoličky a podišli k vybranému človeku s darčekom. Dlhو nerozmýšľali a išli do akcie.

Tabuľka 7 Analýza expresivity klientov v aktivite Obdarovanie

Aktivita explicitne poskytovala pozitívnu spätnú väzbu v skupine. Umožňovala využitie empatie klientov a prípadne aj zvýšenie empatie. Možnosť vypýtať si darček, aký klient chce, ho trénuje v zručnostiach požiadať o pomoc. Zároveň je vyjadrením starostlivosti o seba samého a uvedomovania si vlastných potrieb. Avšak tie vyvažuje starostlivosťou o ostatných.

Záver

Dramatoterapia poskytuje klientom s mentálnym postihnutím príležitosti, ktoré ponúka svojim účastníkom aj vo všeobecnosti. Vytvára bezpečný priestor pre expresiu a interakciu. Podporuje pozitívne vzťahy medzi jednotlivcami v skupine, facilituje empatický záujem o ostatných, umožňuje identifikáciu a nastavuje zrkadlo. Prostredníctvom hry v priestore „akoby“ rozvíja fantáziu, kreativitu, spontaneitu a expresivitu klientov. Špecifickou výhodou využitia dramatoterapie v skupine klientov s mentálnym postihnutím je flexibilita metód a techník z hľadiska náročnosti, resp. expresívnej preferencie klientov. V jednej aktivite je možné rozvíjať rozličné potreby v závislosti od klienta a i v skupinovej práci si klient sám reguluje mieru či spôsob ich naplnenia. Dramatická hra a metafora, spúšťajú procesy imaginácie a kreatívneho spontánneho konania.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

- [1] AYRES, A. J. 2005. *Sensory integration and the child: understanding hidden sensory challenges*. 25th anniversary ed., and updated / by Pediatric Therapy Network. Los Angeles, CA: WPS, 2005. ISBN 978-0-87424-437-3.
- [2] BADTH. The British Association of Dramatherapists. 2011. *About dramatherapy*. [online] Dostupné na <http://badth.org.uk/> [Stiahnuté 2016-10-17].
- [3] BRINKMANN, S. 2015. Imagining cultural psychology. In *Culture and Psychology*, roč. 21, č. 2, s. 243–250. <https://doi.org/10.1177/1354067X15568981>
- [4] BRUDENELL, P. 1987. Dramatherapy with people with a mental handicap. In JENNINGS, S. (Ed.). 1987. *Dramatherapy: theory and practice 1*. s. 183-208. ISBN 0-415-02922-8.
- [5] FÁBRY LUCKÁ, Z. 2014. *Terapeutické intervencie a človek s viacnásobným postihnutím*. Bratislava: Musica Liturgica, 2014. ISBN 978-80-89700-02-8.
- [6] FOWLER, S. 2008. *Multisensory rooms and environments: controlled sensory experiences for people with profound and multiple disabilities*. London; Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2008. ISBN 978-1-84310-462-9.
- [7] GARCIA, A., BUCHANAN, D. R. 2009. Psychodrama. In JOHNSON, D. R., EMUNAH, R. (Eds.). 2009. *Current approaches in dramatherapy*. 2. vyd. London; New York: Routledge, 2009. s. 19-45.
- [8] GARDNER, H. 2006. *Multiple intelligences: new horizons*. New York: Basic Books, 2006. ISBN 978-0-7867-2187-0.
- [9] HODERMARSKA, M. 2009. Perfume: A meditation on the countertransference drama with babies who smell bad. In *The Arts in Psychotherapy*, roč. 36, 2009. č. 1, s. 39-46.
- [10] JENNINGS, S. 2011. *Healthy attachments and neuro-dramatic play*. London; Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers, 2011. ISBN 978-1-84905-014-2.
- [11] JONES, P. 2007. *Drama as therapy: theory, practice and research*. 2. vyd. London; New York: Routledge, 2007. ISBN 978-0415415569.
- [12] JONES, P. 2016. How do dramatherapists understand client change? A review of the 'core processes' at work. In JENNINGS, S., & HOLMWOOD, C. (Eds.). 2016. *Routledge international handbook of dramatherapy*. London; New York: Routledge, Taylor & Francis Group, 2016. ISBN 978-1-138-82972-5. s. 77-91.
- [13] KOVÁČOVÁ, B. 2011. *Vývinovo orientovaná dramatoterapia: možnosti a limity vo výchove a včasnej intervencii*. Bratislava: Musica Liturgica, 2011. ISBN 978-80-970418-1-6.
- [14] KRING, A. M., SMITH, D. A., NEALE, J. M. 1994. Individual differences in dispositional expressiveness: development and validation of the Emotional Expressivity Scale. In *Journal of Personality and Social Psychology*, roč. 66, 1994. č. 5, s. 934-949.
- [15] LANDY, R. J. 1994. *Dramatherapy: concepts, theories, and practices* (2nd ed). Springfield, IL: Charles C. Thomas, 1994. ISBN 0-398-05928-4.
- [16] MAJZLANOVÁ, K. *Dramatoterapia v liečebnej pedagogike*. Bratislava: Iris, 2004. ISBN 80-89018-65-3.
- [17] MALCHIODI, C. A. 2005. Expressive therapies: history, theory and practice. In C. A. MALCHIODI (Ed.). 2005. *Expressive therapies*. New York: Guilford Press, 2005. ISBN 978-1-59385-379-2.

- [18] NADTA. NorthAmericanDramaTherapyAssociation. 2016. *Whatisdramatherapy*. [online] Dostupné na <http://www.nadta.org/> [Stiahnuté 2016-10-17].
- [19] PENNEBAKER, J., ZECH, E., RIMÉ, B. 2001. Disclosing and sharing emotion: Psychological, social and health consequences. In: M. Stroebe, W. Stroebe, R.O. Hansson, & H. Schut. 2001. *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care*. Washington, DC: American Psychological Association, 2001, p. 517-539.
- [21] PERN, T. 2015. Imagination in Vico and Hobbes: From affective sensemaking to culture. In *Culture and Psychology*, roč. 21, 2015, č. 2, s. 162-184.
- [22] POHL, I. 2009. Osm let poté. In VALENTA, M. et al. 2009. *Rukověť dramaterapie II*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2009. ISBN 978-80-244-2274-9. s. 43-46.
- [23] SLAVÍK, J. 2009. Expresivita, výraz a transparentní znak jako prostředky terapie a výchovy. In VALENTA, M. et al. 2009. *Rukověť dramaterapie II*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2009. ISBN 978-80-244-2274-9. s. 11-29.
- [24] VALENTA, M. 2011. *Dramaterapie*. Praha: Grada, 2011. 978-80-247-3851-2.

O AUTORKE:

Mgr. Ivana LIŠTIAKOVÁ, PhD. vyštudovala študijný odbor liečebná pedagogika na Pedagogickej fakulte Univerzity Komenského v Bratislave (2009), kde ukončila doktorandské štúdium (2012, v odbore Predškolská a elementárna pedagogika). V rámci magisterského štúdia absolvovala semestrálne štúdium na Univerzite Eötvös Lóránd v Budapešti. Počas postdoktorandského projektu na Pedagogickej fakulte Univerzity Palackého v Olomouci absolvovala stáž na New York University v USA. Pracovala ako liečebný pedagóg poskytujúci terapiu senzorickej integrácie v multisenzorických miestnostiach (centrum Andreas, n.o. v Bratislava). Od r. 2008 pôsobí ako externý spolupracovník pri podpore učenia sa detí na medzinárodných školách v Bratislave (British International School, Quality School International).

Od roku 2012 až doteraz pôsobí na akademickej pôde ako vedecko-výskumný pracovník na Pedagogickej fakulte Univerzity Komenského v Bratislave v Ústave sociálnych štúdií a liečebnej pedagogiky

Odborne sa profiluje na oblasť využívania liečebnopedagogických terapií (dramatoterapie, biblioterapie, arteterapie) pri pomoci deťom a dospelým klientom.

KONTAKTNÉ ÚDAJE:

Mgr. Ivana LIŠTIAKOVÁ, PhD.

Univerzita Komenského v Bratislave, Pedagogická fakulta, Ústav sociálnych štúdií a liečebnej pedagogiky, Račianska 59, 813 34 Bratislava

E-mail: ivana.listiakova@gmail.com

Príspevok vznikol vďaka podpore projektu KEGA č. 069UK-4/2015 *Podpora sociálnej adaptácie adolescentov so zdravotným znevýhodnením prostredníctvom skupinovo orientovanej arteterapie*.