

Názov príspevku

Práca s telom ako prienik dramaterapie a ďalších expresívnych terapií

Autor: Mgr. Ivana Lištiaková, PhD.

Pracovisko autora: Ústav špeciálnepedagogických študií, Pedagogická fakulta, Univerzita Palackého v Olomouci

Abstrakt: Príspevok ponúka analýzu viacerých dramaterapeutických prístupov (rolová metóda, EPR, psychodráma, a iné) z hľadiska spôsobu práce s telom, pohybom a telesnými signálmi. Zameriava sa aj na vzťah dramaterapie a iných expresívnych terapií, najmä psychomotorickej terapie, terapie hrou a arteterapie, vychádzajúc z ich prienikov v práci s telom. Neverbálne súčasti metód a techník expresívnych terapií umožňujú klientovi získať spojenie so sebou samým a dosiahnuť hlbšie pochopenie na úrovni tela a emócií, ktoré je až následne podrobené racionálnej reflexii. Telo a jeho pamäť sú nielen prostriedkom poznania, ale aj zmeny. Expresívne terapie používajú prácu s telom ako cielený terapeutický nástroj, ale objavuje sa aj ako sprievodný jav umeleckej exprese a recepcie.

Kľúčové slová: dramaterapia, expresívne terapie, stelesnenie, estetická vzdialenosť

Grant: Podpora vytváření excelentních výzkumných týmů a intersektorální mobility na Univerzitě Palackého v Olomouci CZ.1.07/2.3.00/30.0041

Title of the paper

Embodiment as an intersection of drama therapy and other expressive therapies

Author

Mgr. Ivana Listiakova, PhD.

Workplace

Institute of Special Education Studies, Faculty of Education, Palacky University in Olomouc

Abstract: The paper offer an analysis of drama therapy approaches (role method, EPR, psychodrama and other) from the perspective of embodiment, movement and body signals. It is focused on the relation between drama therapy and other expressive therapies, mostly psychomotor therapy, play therapy and art therapy, based on their overlaps in embodied work. Nonverbal parts of methods and techniques of expressive therapies allow clients to gain connection with themselves and to achieve deeper understanding on the level of body and emotions, which undergoes a rational reflection only afterwards. Body and its memory are not only the means of knowledge, but also the means of change. Expressive therapies use embodied work as a purposeful therapeutic tool, but it emerges as an accompanying part of artistic expression and perception.

Key words: drama therapy, expressive therapies, embodiment, aesthetic distance

Contact:

Mgr. Ivana Listiakova, PhD.

Institute of Special Education Studies

Faculty of Education

Palacky University in Olomouc

Zizkovo nám. 5, 771 40 Olomouc

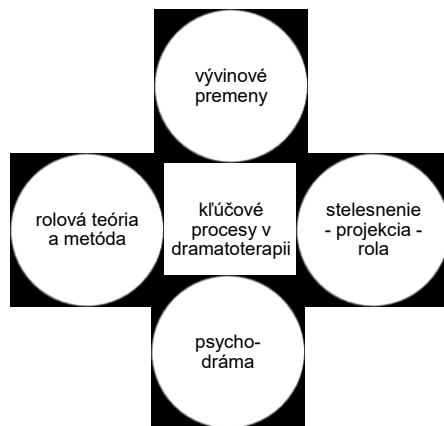
E-mail: ivana.listiakova@upol.cz

1. Úvod

Práca s telom, stelesnená expresia a vnímanie odpovedí prichádzajúcich cez signály tela sú jedným zo základných prostriedkov terapeutickú zmeny v kreatívnych umeleckých terapiách. Napriek tomu, že každý z terapeutických smerov disponuje svojimi teoretickými východiskami a z nich plynúcimi špecifickými metódami, považujeme za dôležité hľadať ich spoločné princípy a premostenia.

2. Práca s telom v dramatoterapii

Dramatoterapia vzišla z praxe psychoterapeutov, ktorí začali uplatňovať dramatické metódy práce, ako aj z praxe divadelných umelcov, ktorí si uvedomovali liečivé účinky drámy (Johnson et al., 2009). Preto je tvorená mnohými školami, prístupmi, metódami. V príspevku sa budeme venovať štyrom vybraným dramatoterapeutickým a príbuzným prístupom – Morenovej psychodráme (Garcia & Buchanan, 2009), vývinovým premenám podľa Johnson (2009), rolovej teórie a metóde (Landy, 1994, 2009) a konceptu dramatického vývinu EPR (stelesnenie – projekcia – rola) podľa Jennings (1998, 2011). Prelínajú sa v základných princípoch, ktoré sú spoločné pre všetky z nich a tvoria účinné faktory dramatoterapie (Obr. 1). Definujú dramatoterapiu a vysvetľujú spôsob, akým je efektívna. Ide o kľúčové procesy, ktoré definoval a skúmal Jones (2007). Patria medzi ne: projekcia do príbehu hrdinu; empatia a estetická vzdialenosť prostredníctvom práce s metaforou; hra v role a personifikácia; interaktívne publikum a prítomnosť svedka; hra; prepojenie drámy a každodenného života a transformácia; práca s telom alebo stelesnenie.



Obrázok 1 Kľúčové procesy ako prienik rôznych prístupov v dramatoterapii

3. Stelesnenie (Embodiment)

Základnou zložkou dramatoterapeutického procesu je stelesnená práca, t.j. zapojenie prežívania cez telo, pohybu, akcie a konania, namiesto tradičných verbálnych psychoterapeutických prostriedkov. Telo človeku dáva odpovede, ktoré sú rovnako validné, ako intelektuálne konštruované odpovede. Vnímanie tela a stelesnená hra odbúravajú racionálne obrany, pri zachovaní pocitu bezpečia.

Rozumieť jazyku tela si vyžaduje tréning, resp. „rozpomenutie sa“ na fylogeneticky nižšie formy života (Lutz, 2013). Pohybové cvičenia, aktivizačno-relaxačno-koncentratívneho charakteru umožňujú človeku ponoriť sa do seba, do svojho tela a nechať ho prehovoriť. Učenie sa pýtať sa cez telo a počúvať jeho odpovede začína dôverou v tento „jazyk“.

Moreno nazval schopnosť intuitívne a promptly odpovedať spontaneitou (Garcia & Buchanan, 2009). Od impulzivitu sa líši zásadným spôsobom, a to najmä v tom, že spontánne konanie nie je čisto reaktívne, je vedomé a spája sa s kreativitou. Empatia

a individuálne konanie jednotlivca v skupine vychádza aj z vnímanej (uvedomelej alebo podvedomej) reakcie tela človeka na stelesnenú prítomnosť a prejavy ostatných ľudí. Farmer a Geller (2003) napísali, že pochopenie často prichádza až cez konanie a často sa líši od toho, čo sme si pôvodne mysleli, že by sme mohli urobiť.

Telo komunikuje navonok (neverbálna komunikácia), ale komunikuje predovšetkým smerom k svojmu majiteľovi. Popova (2014) hovorí, že telo je náš partner a nie náš nástroj. Kontakt s telom a hlboká úcta k nemu sa spája s vedomím vlastnej ľudskosti a dôstojnosti (Hicks, 2011).

Reč signálov tela dostupná cez intuíciu a spontánne konanie sa podobá princípom umeleckej tvorby. Umelci výpovedi tela dôverujú. Komunikujú sami so sebou a so svetom v umeleckej forme, ktorá zodpovedá komplexnosti javu, ktorý pociťujú, prežívajú, myslia. Na rozdiel od verbalizácie, umelecké prostriedky skúsenosť neredukujú, práve naopak, umožňujú jej ďalšie rozvíjanie prijímateľom. Umenie predstavuje priestor pre vyjadrenie múdrosti tela. Umelecká expresia je stelesneným zachytením okamihu a večnosti. Obsahuje istú mieru univerzálnosti danej skúsenosti. Z toho vychádza aj výskum založený na umení (McNiff, 2012; Sajnani, 2012). Živosť umenia a prísnosť vedy sa v ňom spájajú. Vďaka výskumu založenému na umení je možné porozumieť fenoménu skúsenostného charakteru. Výskum založený na umení sa spolieha na umeleckú expresiu, ako spôsob poznávania a/alebo prezentácie výsledkov. Výskum tak rešpektuje komplexnosť javu a jeho plasticitu, na rozdiel od plochosti kvantitatívneho výskumu a úzkeho výseku skutočnosti v kvalitatívnom skúmaní.

Telo je vnímané ako bytosť. Telo je človek. Nejde o „masu mäsa“, ale aktualizovanú osobnosť plne prítomnú tu a teraz, ktorá v umelecko-expresívnom konaní premýšľa, objavuje, skúma, pýta sa, odpovedá, vyjadruje, komunikuje, získava a ponúka vhlad a pochopenie. Telo je fyzickým prejavom duše a mysle. Stelesnené vhlady sú komplexné a ťažko rozobrateľné do lineárneho spôsobu myslenia, ktorý je viazaný na reč. Niektoré dramaterapeutické školy, napríklad vývinové transformácie alebo EPR, preto nepracujú s verbálnou reflexiou dramaterapeutických stretnutí. Vychádzajú z premisy, že odpovede v stelesnenej podobe sú dostatočne silné a pre klienta pochopiteľné. Nie je potrebné ich rozptýliť rozprávaním. Predstavitelia iných škôl, napríklad Landy (2009) alebo Valenta (2011) považujú verbalizáciu za dôležité ukončenie intervencie. Opierajú sa o predpoklad, že myslenie človeka a jeho konanie je úzko prepojené s rečou, a teda, až to, čo je vypovedané sa stáva „skutočným“. Zároveň je reflexia klientov vhodnou spätnou väzbou pre terapeutov, čo sa týka monitorovania progresu a evalvácie terapeutického procesu.

4. Estetická vzdialenosť

K cieľom dramaterapie patrí pomoc klientovi v dosiahnutí rovnováhy, charakterizovanej tzv. estetickou vzdialenosťou (distanciou, odstupom), ktorú popísal Landy (1994). Predstavuje balans medzi emocionálnym a intelektuálnym fungovaním. Dosahuje sa vďaka práci s telom a vhodnou voľbou dramaterapeutických techník, ktoré vo väčšej alebo menšej miere pracujú so stelesnením. Človek v pozícii malej vzdialenosti je plný až preplnený emóciami. V terapii potrebuje získať nadhľad. Vhodné sú preto techniky, ktoré sú vzdialenejšie od klienta, či už prostredníctvom metafory alebo fyzickou vzdialenosťou od tela, napríklad príbeh klientovi prehrajú ostatní členovia skupiny. Naopak, človek, ktorý príliš premýšľa, analyzuje a racionalizuje, sa potrebuje dostať do kontaktu so svojimi emóciami. To je možné prostredníctvom ponorenia sa do techník, ktoré umožňujú precítenie cez telo, napríklad hranie rol alebo práca s maskou. Estetická vzdialenosť je teda rovnováha emocionality a racionality. Tiež sa dá prirovnať k paradoxu priestoru „akoby“, ktorý je v dramaterapii i divadle prítomný. Herec je v role, je postavou, v ktorej prežívanie je emocionálne zaangažované, a zároveň si uvedomuje samého seba ako herca na javisku kontroluje svoje konanie. Podobne klient v dramaterapii prežíva hru a zároveň si je vedomý, že sa hrá (Hodemarska, 2013).

Projektívne techniky v dramaterapii umožňujú externalizáciu a vzdialenie od tela podľa potreby. Môže ísť o prehranie situácie inými hercami, členmi skupiny, alebo prostredníctvom zástupného predmetu, bábky, masky alebo mejkapu. Naopak, keď je klient

príliš intelektuálne zainteresovaný, rozmyšľa a analyzuje, je potrebné, aby riešenie hľadal v tele, napríklad prostredníctvom prebrania roly, ponorenia sa do postavy, jej precítenia cez telo. S estetickou vzdialenosťou je možné sa hrať. Dramatoterapeut pozoruje klienta a volí techniky s primeranou mierou distancie. Aj v jednej aktivite je ale možné vzdialenosť meniť podľa potreby klienta.

5. Rolová teória a metóda

Stelesnenie v rolovej teórii a metóde je prítomné neustále, keďže klient prehráva rôzne roly alebo metaforický príbeh. Využíva sa gesto, pohyb, socha a jej animácia. Vstup do roly sa deje cez vžitie sa do stelesnenej formy roly a až z toho sa vynára verbálny popis. Slovo nasleduje až po zaujatí telesnej pozície. Stelesnené poznanie predchádza racionalizáciu, informácie vychádzajú z impulzov tela a aj terapeutické zmeny sa dosahujú v hre v stelesnenej role.

Rolová teória je postmoderná teória, ktorá vychádza z myšlienky, že každý človek hrá v živote množstvo rol. Existujú súčasne a človek medzi nimi podľa situácie strieda. Podľa Landyho (2009) zdravie predstavuje schopnosť hrať roly a meniť ich. Osobnosť je zložená z viacerých self, je tvorená všetkými rolami a protirolami. Cieľom dramaterapie je podľa tejto teórie rozšíriť repertoár rol, ktoré človek hrá. Každá rola existuje vo vzťahu k inej, svojej protirole, napr.: matka-milénka, matka-dcéra, matka-otec, atď. Protirola nie je protikladom roly, ale jej doplnkom. Cieľom je pomôcť klientovi tolerovať a prijať ambivalentný stav existencie oboch rol zároveň.

5.1. Psychodráma

Psychodráma používa vstup do roly a je typická striedaním malej a veľkej vzdialenosti. Protagonista prezentuje príbeh resp. nevyriešenú záležitosť zo svojho osobného života, zvyčajne nemá od problému odstup. Kolaps času a priestoru, s ktorým psychodráma pracuje, umožňuje dosiahnutie estetickej vzdialenosti. Čo sa týka práce cez telo, psychodráma je na začiatku stretnutia pomerne distantná. „Najprv myslím, potom konám.“ Slovo definuje pohyb a prejavy postavy. Vstup do roly je tiež cez verbálny popis postavy. Pokiaľ je klient plný silných emócií, má možnosť v psychodráme vidieť samého seba vďaka pomocným hercom a získať tak vhľad. Naopak, ak necíti emocionálnu zaangažovanosť, výmena rol ho postaví do stelesnenej pozície inej postavy, ktorá umožňuje empatické vcítenie sa. V tomto momente je psychodráma málo distantná. Dochádza k emočnej katarzii. Do pozície estetickej vzdialenosti sa človek opäť dostáva, keď dosiahne tzv. katarziu integrácie, rovnováhu medzi emóciami a pochopenie, začlenenie stelesneného a racionálneho porozumenia medzi odpovede na riešenú otázku života klienta.

Telesná blízkosť je prostriedkom „tele“, ktoré Moreno (Garcia & Buchanan, 2009) popísal ako prítomnosť vzájomného naladenia sa členov skupiny. Empatia v skupine je dôležitá z hľadiska udržiavania fokusovanej energie počas psychodramatického prehrávania, vstupu a udržiavania roly a tiež v technike dvojníka. Funguje na základe dôvery vo vlastné signály tela, telesnú blízkosť k druhému človeku a dotyk. Protagonista si intuitívne vyberá pomocných hercov, riadi sa spontánnosťou mysliaceho tela. Podobne aj terapeut sa vyladí na klienta a empaticky ho vníma vďaka fyzickému kontaktu alebo blízkosti počas úvodnej fázy tvorby kontraktu, kedy sa terapeut s klientom prechádza vo vnútri skupinového kruhu počas rozhovoru o situácii každodennej reality, s ktorou protagonista do psychodrámy vstupuje.

Princípy psychodrámy uvádzame napriek tomu, že tento koncept chápeme ako príbuzný dramaterapii, a nie jej metódu. Ide o štruktúrovaný prístup vyžadujúci si špecifický tréning. Mnohé metódy a techniky, ktoré dramaterapeuti používajú však vychádzajú zo psychodrámy, preto sme považovali za dôležité venovať sa jej charakteristikám.

5.2. Vývinové premeny

Vývinové premeny sú ukázkou plne stelesneného dramaterapeutického prístupu. Johnson (2009) svoj koncept definoval ako improvizovanú hru s telom. Všetky významy sa vynárajú v hre s telom. Metóda je pomerne málo distantná, v zmysle toho, že sa obsahy hry verbálne nespracovávajú. Veľká a malá vzdialenosť sú súčasne prítomné v tzv.

diskrepančnej komunikácii. Počas hry si človek uvedomuje, že sa hrá a zároveň je plne prítomný v hre v role. Dokáže rolu udržať a v prípade potreby z nej ihneď vystúpiť. Podobne ako herec na javisku, hráč si je vedomý, že je postavou a zároveň samým sebou (Johnson et al., 2003; Hodemarska, 2014).

Koncept vývinových premien obsahuje štyri centrálné komponenty: hrový priestor, stelesnenie, stretnutie a transformáciu. Podľa Johnsona (2009, s. 89) základ vývinových transformácií tvorí „premena stelesnených stretnutí v hrovom priestore.“ Porozumenie stelesneniu vychádza z teórie emanácie, ktorá hovorí, že ľudská bytosť sa manifestuje cez telo – telo ako prítomnosť, telo ako túžba, telo ako persona a telo ako iné (Johnson, 2009). Ľudia prichádzajú do terapie často oddelení od svojho tela (telo ako iné) a potrebujú sa cez hlbokú hru dopracovať k vnímaniu tela ako prítomnosti. Koncept vývinových premien si váži vedomosť tela v poskytovaní spoľahlivých informácií vo forme myšlienok a pocitov. Aktivovanie tela ako zdroja terapeutickej zmeny je užitočné aj preto, že pomáha prekonať stereotypné správanie, ktoré je často zviazané s verbálnym jazykom (Johnson et al., 2003).

5.3. Stelesnenie – projekcia – rola

Stelesnenie je prvou fázou prístupu EPR: stelesnenie – projekcia – rola (Jennings, 1998), ktorý je ďalej rozvinutý v koncepte neurodramatickej hry (Jennings, 2011). Vývin je chápaný ako inherentne dramatický. Konanie dieťaťa prechádza viacerými štádiami dramatickej hry, ktoré pracujú s telom rôznym spôsobom a „hrajú sa“ tak s estetickou vzdialenosťou.

V období stelesnenia (E) sa dieťa hrá so svojím telom. Toto štádium zodpovedá senzomotorickej hre podľa Piageta (1977). Vzdialenosť je minimálna, dieťa je pohrúžené samo v sebe a málo vníma hranice medzi sebou a svetom. V štádiu projekcie (P) sa dieťa hrá s objektmi mimo jeho telo. Dramatická hra využíva veľkú vzdialenosť a nadhľad. V štádiu roly (R) je dieťa schopné vstupovať a vystupovať z roly, prítomná je estetická vzdialenosť, paradox situácie „akoby“, kedy je človek v stelesnenej role a zároveň si je vedomý existencie seba.

6. Kľúčové procesy v expresívnych terapiách

Podobne ako v rôznych dramaterapeutických prístupoch, aj kreatívne umelecké terapie všeobecne zdieľajú spoločné princípy. Jedným s týchto kľúčových procesov je práca s telom, ktorá má svoje miesto v dramaterapii, psychomotorickej terapii, terapii hrou, arteterapii i muzikoterapii.

Malchiodi (2005) uviedla, že k hlavným charakteristikám expresívnych terapií patria sebavyjadranie, aktívna participácia, imaginácia a prepojenie tela a mysle.

6.1. Práca s telom v terapii hrou

Homeyer a DeFrance (2005) považujú terapiu hrou za „špecifickú formu detskej psychoterapie“ (p. 141). Hra je prostredie a skúsenosť, v ktorej sa deti učia o svete a o svojich zážitkoch v tomto svete. Hračky sa používajú namiesto slov za účelom systematickej expresie. Ich výpovede sú pravdivé, pretože je bezpečné ich vysloviť v projektívnej symbolickej podobe.

Práca s telom v terapii hrou je viditeľná už od raného štádia vývinu dieťaťa. V období senzomotorickej hry sa dieťa hrá len so svojím telom. Telo je hračka a prostriedok hry. Neskôr sa v hre dostávajú do kontaktu s telom objekty vonkajšieho sveta. Dieťa je v neustálej interakcii so sebou samým a s hrovými predmetmi. V symbolickej hre dieťa napodobňuje svet dospelých alebo prehráva jeho variácie podľa vlastných predstáv a porozumenia. Dopredu nad scenárom hry nepremýšľa, obsah hry je intuitívny. Výnimkou je organizácia hry jedným dieťaťom, ktoré zaujíma rolu režiséra a ostatní hráči stelesnene predstavujú pridelené úlohy. Až v období konštrukčnej hry si dieťa dopredu racionálne stanovuje postup. Myseľ predbieha telo, čo je princíp viditeľný vo väčšine aktivít dospelých, ako aj v smerovaní školského vzdelávania.

6.2. Práca s telom v psychomotorickej terapii

Primárny cieľ tanečnej a pohybovej terapie popísala Loman (2005) ako prekonanie prekážok v expresii, vytváranie spojenia s druhými ľuďmi a akceptáciu samého seba a svojho tela.

Podstatou tvorivého procesu v tanečnej a pohybovej terapii je stelesnenie. Spontánny kreatívny pohyb vplýva na významy vynárajúce sa v psychomotorickej aktivite. Pohyb tela je vnímaný ako jazyk, ako „materinská reč“ psychomotorickej terapie.

Szabová (2007) rozlíšila štyri úrovne psychomotorickej terapie: neuromotoriku, senzomotoriku, psychomotoriku a sociomotoriku. Jednotlivé úrovne pracujú s telom v interakcii a vo vzťahu s rôznymi elementmi. Neuromotorika sa zaoberá prácou so svalovými skupinami, uvedomovaním si vlastného tela a jeho ovládaním. Koncept neuromotoriky sa dá prirovnať ku konceptu pohybu vychádzajúceho z kognitívnych predstáv (Popova, 2014), ktorý je zameraný na uvedomenie si centra tela, regulovanie pohybu cez predstavu pohybu. Podobne, výsledky neurovied do skúmania pohybu dieťaťa zapája aj Jennings (2011) v modeli neurovývinovej hry, hoci z jej pohľadu ide o štádium dramatického vývinu dieťaťa. Senzomotorika pracuje so zmyslovým vnímaním tela a jeho vplyvom na pohybové vzorce. Spája sa s konceptom bazálnej stimulácie (Friedlová, 2007), Snoezelen metódy (Lištiaková, Ponechalová, 2010), senzorickej integrácie (Ayres, 2005). Senzualita je spojená s emocionalitou, ktorá tvorí jadro psychomotoriky v užšom slova zmysle. Pracuje s prežívaním pocitov a ich telesným vyjadrením a precítením. Sociomotorika prechádza od zaujatia jednotlivcom k cielenej práci s dynamikou skupiny a interpersonálnym kontaktom jej členov. Zaujímajú sa o neverbálnu komunikáciu, sociometriu a porozumenie vzťahom cez telesné signály.

6.3. Práca s telom v arteterapii

Arteterapia, ako napísala Malchiodi (2005), tak ako ostatné expresívne terapie zahŕňa fyzickú aktivitu, kinestetické a percepčné skúsenosti, používa telo a ponúka uchopiteľné a pretrvávajúce produkty a vďaka týmto prostriedkom umožňuje psychickú a fyzickú relaxáciu. Aj v arteterapii je prítomná práca s telom a stelesnenie významov. Podobne ako v senzomotorickej hre, výtvarná tvorba sa spája so senzorickejšími skúsenosťami. Nejde len o vizuálnu formu, ale napríklad aj o taktilné podnety v práci s hlinou, vôňu olejových farieb, zvuk ceruzky šrafujúcej plochu papiera. Kontakt s výtvarným materiálom tak vyvoláva telesné reakcie a uľahčuje počúvanie signálov tela.

Príbeh v arteterapii sa odohráva v mysli, vďaka umeleckému zamestnaniu tela. Práca na výtvarnom produkte človeka pohltí a odstráni myšlienkový balast. Toto stelesnené prežívanie umožní očistenie mysle a otvorí cestu kreativite.

Arteterapeutický proces je možné chápať ako expresiu príbehu, ktorý vznikol v procese tvorby, t.j. stelesnenej interakcie so sebou samým alebo ostatnými. Tvorba je stelesneným vyjadrením ideí, ktoré vychádzajú z myšliaceho tela.

7. Práca s telom ako senzorickejšia aktivita

Expresívne terapie prinášajú do psychoterapie akciu a ako napísal McNiff (1981 citovaný podľa Malchiodi, 2005) umožňujú rôzne módy expresie – vizuálne, auditívne, taktilné, či kinestetické. V edukácii, podobne hovoríme o štýloch učenia sa, ktoré prioritne podporujú určitú senzorickejšiu kvalitu (Rief, Heimburge, 2006; Mareš, 2008). Zapojenie senzorickejších kanálov, ktoré ľudia preferujú je ako hovoriť ich jazykom.

Ayres (1972, 2005) popísala význam senzorickej integrácie pre efektívne fungovanie v prostredí. Multisenzorickejšie prístupy v terapii sa používajú najmä na relaxáciu a stimuláciu. Senzorickejšia rovnováha predchádza ďalšie úrovne psychologického vývinu. McNiff (1981 citovaný podľa Malchiodi, 2005) si uvedomoval senzorickejšie kvality expresívnych terapií. Spájajú umelecké hodnoty kreativity a estetiky s hlboko ľudským a absolútne základným spojením so zmyslovými systémami tela.

Stelesnenie je najkomplexnejšia forma expresie. Zapojenie tela ponúka všetky senzorickejšie kvality. Ako Malchiodi uviedla (2005), zahrnutie rozličných módov vyjadrenia podporuje komunikačné príležitosti, efektívnosť a autenticitu kontaktu.

8. Záver

Neverbálne/preverbálne súčasti metód a techník expresívnych terapií umožňujú klientovi získať spojenie so sebou samým a dosiahnuť hlbšie pochopenie na úrovni tela a emócií, ktoré je až následne podrobené racionálnej reflexii. Telo a jeho pamäť sú nielen prostriedkom poznania, ale aj zmeny. Expresívne terapie používajú prácu s telom ako cieleň terapeutický nástroj, ale objavuje sa aj ako sprievodný jav umeleckej expresie a recepcie. V ďalšom výskume považujeme za dôležité skúmať prieniky a špecifiká, spoločné a odlišné kľúčové procesy v expresívnych terapiách.

Kontakt:

Mgr. Ivana Lištiaková, PhD.
Ústav speciálnepedagogických štúdií
Pedagogická fakulta
Univerzita Palackého v Olomouci
Žižkovo nám. 5, 771 40 Olomouc
E-mail: ivana.listiakova@upol.cz

Zoznam použitej literatúry

- Ayres, A. J. (1972). *Sensory Integration and Learning Disorders*. Los Angeles, CA.
- Ayres, A. J. (2005). *Sensory Integration and the Child. Understanding hidden sensory challenges*. Revised and updated by Pediatric Therapy Network. Los Angeles, CA: Western Psychological Services.
- Farmer, C., & Geller, M. (2003). Applying Psychodrama in the Family Systems Therapy of Bowen. In J. Gershoni (Ed.) *Psychodrama in the 21st century: clinical and educational applications*. (pp. 31–47). New York: Springer Pub.
- Friedlová, K. (2007). Bazální stimulace® v základní ošetrovatelské péči. Praha: Grada.
- Garcia, A., & Buchanan, D. R. (2009). Psychodrama In D. R. Johnson & R. Emunah (Eds.), *Current approaches in drama therapy* (2nd ed., pp. 393–423). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Hodemarska, M. (2013). Introduction to drama therapy. Unpublished lectures. New York: New York University.
- Hodemarska, M. (2014). Developmental Transformations. Workshop. 18.3.2014. Olomouc: Palacky University in Olomouc.
- Homeyer, L. E., & DeFrance, E. (2005). Play Therapy. In C. A. Malchiodi (Ed.). *Expressive Therapies*. (pp. 141–160). New York; London: The Guilford Press.
- Hicks, D. (2011). *Dignity: The essential role it plays in resolving conflict*. Yale University Press.
- Jennings, S. (1998). *Introduction to Dramatherapy*. Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Jennings, S. (2011). *Healthy attachments and neuro-dramatic-play*. London ; Philadelphia, PA: Jessica Kingsley Publishers.
- Johnson, D. R., Smith, A., & James, M. (2003). Developmental transformations in group therapy with the elderly. In C. Schaefer (Ed.), *Play therapy with adults* (pp. 78–106). New York: Wiley & Sons.
- Johnson, D. R. (2009). Developmental transformations: Towards the body of presence. In D. R. Johnson & R. Emunah (Eds.), *Current approaches in drama therapy* (2nd ed., pp. 89–116). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Johnson, D. R., Emunah, R., & Lewis, P. (2009). The development of theory and methods in drama therapy. In D. R. Johnson & R. Emunah (Eds.), *Current approaches in drama therapy*. (2nd ed., pp. 16-23). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Jones, P. (2007). *Drama as therapy: Theory, practice, and research* (2nd ed.). London ; New York, NY: Routledge.
- Landy, R. J. (1994). *Drama therapy: Concepts, theories and practices*. (2nd ed.). Springfield, IL: Charles C. Thomas.

- Landy, R. J. (2009). Role theory and the role method of drama therapy. In D. R. Johnson & R. Emunah (Eds.), *Current approaches in drama therapy* (2nd ed., pp. 65–88). Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Loman, S. T. (2005). Dance/Movement Therapy. In C. A. Malchiodi (Ed.). *Expressive Therapies*. (pp. 68–89) New York; London: The Guilford Press.
- Lutz, I. (2013). Ritual and body memory. The archetypes of healing – a theatre research project. Unpublished material for a workshop 4 October 2013. New York: New York University.
- McNiff, S. (2012). Opportunities and challenges in art-based research. In *Journal of Applied Arts & Health*, 3(1), pp.5-12.
- Mareš, J. (1998). *Styly učení žáků a studentů*. Praha: Portál.
- Rief, S. F., & Heimburge, J. A. (2006). *How to Reach and Teach All Children in the Inclusive Classroom*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Piaget, J. (1977). *The Origin of Intelligence in the Child*. Harmondsworth, New York, Ringwood, Markahm, Auckland: Penguin Books.
- Popova, N. (2014). Workshop. 24 March 2014. Olomouc: Palackého Univerzita v Olomouci.
- Sajnani, N. (2012). Improvisation and art-based research. In *Journal of Applied Arts & Health*, 3(1), pp.79-86.
- Szabová, M. (2007). *Psychomotorika v liečebnej pedagogike*. Nepublikované prednášky. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave.
- Valenta, M. (2011). *Dramaterapie*. (4th ed.) Praha: Grada.