

Dynamika psychických procesů a výtvarná tvorba

Hana Stehlíková Babyrádová
Pavel Šafář
Júlia Zorkovská
Jana Ovčáčková



DOKORÁN

muni
PRESS

Dynamika psychických procesů a výtvarná tvorba

Hana Stehlíková Babyrádová
Pavel Šafář
Júlia Zorkovská
Jana Ovčáčková

Dokořán
Masarykova univerzita
2018

Vydání publikace bylo podpořeno v rámci projektu specifického
výzkumu PdF MU Výchova uměním MUNI/A/1107/2015

Recenzentky

doc. Mgr. Petra Šobáňová, Ph.D.

Mgr. Bc. Pavla Novotná, Ph.D.

Vědecká redakce Masarykovy univerzity

prof. Ing. Petr Dvořák, CSc.

Mgr. Iva Zlatušková

Ing. Radmila Droběnová, Ph.D.

Mgr. Tereza Fojtová

Mgr. Michaela Hanousková

doc. Mgr. Jana Horáková, Ph.D.

doc. PhDr. Mgr. Tomáš Janík, Ph.D.

doc. JUDr. Josef Kotásek, Ph.D.

doc. Mgr. et Mgr. Oldřich Krpec, Ph.D.

PhDr. Alena Mizerová

doc. Ing. Petr Pirožek, Ph.D.

doc. RNDr. Lubomír Popelínský, Ph.D.

Mgr. Kateřina Sedláčková, Ph.D.

prof. RNDr. David Trunec, CSc.

doc. PhDr. Martin Vaculík, Ph.D.

prof. MUDr. Anna Vašků, CSc.

doc. Mgr. Martin Zvonař, Ph.D.

© Dokořán, 2018

© Masarykova univerzita, 2018

© Hana Stehlíková Babyrádová, Pavel Šafář, Júlia Zorkovská, Jana Ovčáčková, 2018

ISBN 978-80-7363-870-2 (Dokořán. Praha)

ISBN 978-80-210-8950-1 (Masarykova univerzita. Brno)

1

Proměny duše v arteterapii

Hana Stehlíková Babyrádová

Charakter terapie jako procesu	9
Proměnné a konstanty v terapii uměním	16
Katarze – dynamika proměny	21
Smysl tvorby a procesy léčení psychiky	25

2

Přístupy k práci s archetypem v terapii uměním

Pavel Šafář

Archetyp v terapii uměním	37
Jungjiánská analytická arteterapie – práce s vnitřními obrazy v terapii	50
Aktivní Imaginace	50
Sen jako cesta k nevědomí – práce se sny v terapii	57
Mýtus v terapii – mytologický přístup k diagnóze psychické poruchy a psychického profilu osobnosti	63
Dynamika vnitřních obrazů – symboly proměny duše	74
Symbolické jednání – otevřenost symbolu	74
Symboly bytostného Já	85
Archetypová psychoterapie – slovo a obraz v terapii	87
Změna paradigmatu	87
Archetypová – estetická psychoterapie	90
C. G. Jung, umění a arteterapie – terapeutické aspekty symbolu	96
C. G. Jung a moderní umění	96
Symbol a terapie	108

3

Premena energie — rituálně správanie a umelecká tvorba

Júlia Zorkovská

Je zvyk železná košeľa?	125
Rituál a pohľady naň	129
Očista tela na povrchu	132
Obsedantno kompulzívna porucha a rituál	132
Prieniky obsedantno-kompulzívnej poruchy a rituálu	136
Sklička dotykov	137
Byť ľahká, ako pierko, čistá, ako víla	146
Anorexia nervosa a rituál	146
Prieniky anorexie nervosa a rituálu	148
Umenie odolať – návrh konceptu odkazujúci na anorexiu	154

4

Hra jako terapie duše

Jana Ovčáčková

Tělo pláštěm duše	162
Na povrchu	176
Vzpomínka na dítě	186
Dětství v kostkách aneb hra jako zdroj inspirace	198

5

<u>Resumé</u>	213
<u>Literatura</u>	214
<u>Věcný rejstřík</u>	220
<u>O autorech</u>	222

*I ten, jehož duše je zahrada,
potřebuje věci, lidi a myšlenky.
Je však jejich přítelem, ne jejich
otrokem a šaškem.*

Carl Gustav Jung



Proměny duše v arteterapii

Hana Stehlíková Babyrádová

Charakter terapie jako procesu

*Nebe nelze najít nahoře ani dole,
vpravo ani vlevo, nebe lze najít přesně
ve středu prsou člověka, který má víru.*

Salvador Dalí

Psýché – duši člověka je obtížné pozorovat, její povahu nelze přesně popsat a ještě obtížnější je ji pochopit či stanovit pro ni nějakou definici. Psychiku člověka lze přirovnat k řece, jejíž proud se neustále proměňuje, a do něhož vstupuje mnoho postranních ramen, z nichž přitékají další proudy měnící její obsahy a celkové složení. Popsat detailně principy dynamiky psychických procesů je velmi těžkým úkolem pro odborníky, jako jsou psychologové, psychiatři, pedagogové či antropologové nebo sociologové. Umělci psychiku nepopisují, ale podvědomě ji vyjadřují skrze svoje díla. V umění jsou psychické fenomény symbolizovány, a právě skrze symboly jim lze částečně porozumět. Umělci, spontánní tvůrci, ale i charismatické osobnosti zabývající se terapií uměním, mají určitou výhodu, jelikož procesuální dynamiku neustále se proměňující psýché zakoušejí v dobrodružství tvorby, která se v kontextu léčení psychických poruch stává svobodným nástrojem vyjádření niterných obsahů duše jedince.

Sledovat dynamiku psychiky znamená věnovat pozornost mentálním pohybům, jež jsou málokdy předvídatelné. Podmínkou vzniku každého, jakož i mentálního pohybu je však vždy určitý impuls – motivace. Fenomény motivující psychické pohyby jsou tedy důležitými faktory ovlivňujícími jakékoliv dynamické aspekty duševních hnutí. Zde je třeba vzít v úvahu, že motivační fenomény mohou



Kresby barevnými voskovkami a fixy provedené s klienty psychiatrické léčebny byly motivovány jednoduchým zadáním, které směřovalo k zobrazení stavu vlastní mysli a pocitů. Zobrazení „proudících energií“ je v tomto případě jakousi uvolňující etudou podobající se automatické kresbě. Způsob takové vizualizace vlastního nitra signalizuje procesualnost a neustálou možnost změny. (foto Jana Ovčáčková)



Obraz vznikl v kurzu arteterapie a byl vytvořen jednou studentkou, která do něj promítla svůj tísnivý životní příběh. Zadání k vytvoření obrazu znělo: Vyjádři jednu z polarit emocí – buď obraz slasti, nebo strasti. Jak autorka obrazu sama uvedla, vyjádřila obě polarity v jedné kompozici. (foto Jana Ovčáčková)

sahat do hluboké časové minulosti. Například prožitky, osudová setkání a klíčové události z dětství ovlivňují lidskou psychiku po celý život. Jelikož jsou časově odlehlé, je těžké je znovu vyhledávat a vracet se k nim; pro odstartování léčebných procesů je to ale mnohdy zcela nezbytné.

V krásné literatuře jsou dynamické a někdy exaktně zcela neuchopitelné psychické procesy hlavním námětem díla, a to jak v krátkých literárních útvarech, jako jsou povídky, glosy, nebo i ve složitějších žánrech, jako jsou romány, autobiografické reflexe apod. Způsoby uchopení a vyjádření různých duševních dění slovy jsou různé. Tyto způsoby nelze nějak kategorizovat, pouze si lze všimnout, že za nejlepší autory beletrie bývají považováni ti umělci, jejichž svérázné výpovědi obsahují co nejvíce skrytých významů – konotací (metafor). Takovým autorem – mistrem metaforických sdělení – je například Jorge Luis Borges, jehož vyprávění jsou mnohdy těžko rozluštitelná, ale v každém případě z nich cítíme širokou spletnost lidské psychiky a zároveň opatrnost ve věci fixace jakýchkoliv „věčných pravd“: „Když se blíží konec, vzpomínky ztrácejí podobu. Zůstávají jen slova. Jaký div, že čas spletl slova, která kdysi byla mým obrazem, se slovy, jež symbolizovala osud toho, kdo mě po dlouhá staletí doprovázel. Byl jsem Homér. Zakrátko nebudu jako Odysseus. Nikdo. Zakrátko budu všichni: budu mrtev.“ (Borges, 2009, s. 218) Nechme se tedy poučit takovými a jim podobnými literárními díly ve věci hledání podob proměn lidské duše a zůstaňme u skromného přání naučit se iniciovat pohyby skrze obrazná vyjádření.

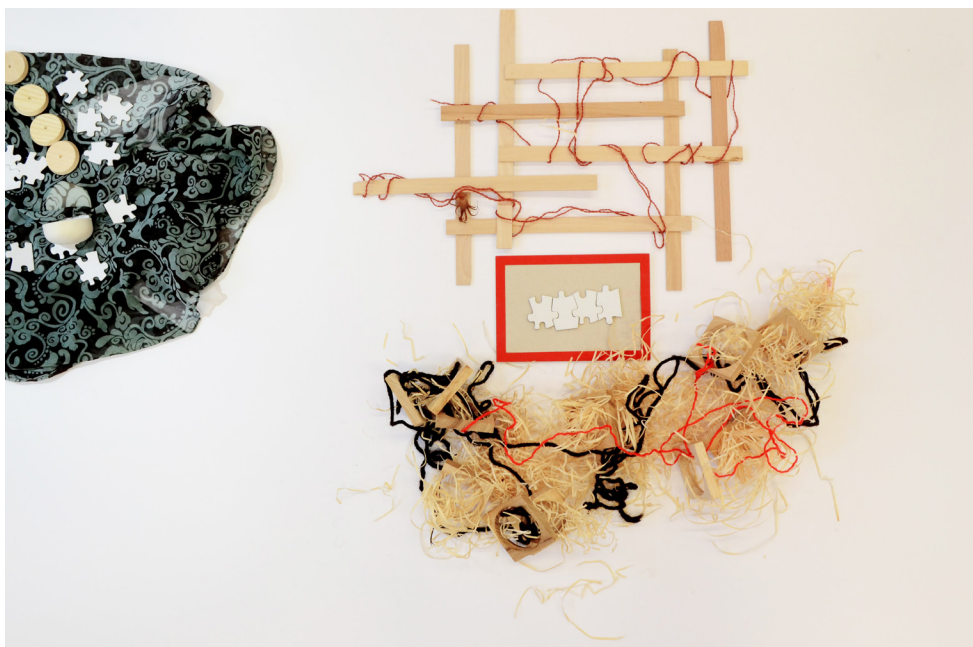
„Abych ilustroval, jak se expresivní umění používá k usnadnění stavu naladění, chtěl bych popsat cvičení, které často používám ve svých třídách. V tomto konkrétním cvičení začleňuji zvuky, rytmus, pohyb, vytváření obrazů a poezii, aby se ukázalo především to, co se stane, když se umění používá postupně, nebo to, co se často označuje jako „intermodální přenos.“ (Knill et al., s. 231, 1995)

Jak uvádí Knill, velmi důležitou součástí arteterapie související s dynamikou psychiky jsou etudy zahrnující synkretismus smyslů probouzející činnosti, v nichž dochází k transferu jednoho smyslu do druhého a zároveň k dynamizování psychických „událostí“ v mysli i v duši klienta.

V arteterapii je možno se mezioborovými postupy nebo přímo imaginativními technikami výtvarníků inspirovat. Přitažlivým zdrojem současné arteterapie je také celá oblast intermediálního umění, kdy je procesuální charakter tvorby násoben kooperací několika lidí tvořících ve vzájemné interakci ve skupině. K takovému sdílení tvůrčích procesů vybízí například jeden z mnoha intermediálních umělců Petr Váša, který napsal o svých originálních mezioborových uměleckých postupech knihu nazvanou *Tomatom*, v níž uvádí následující výzvu: „Spolupracujte jeden s druhým i sami se sebou, ať se vaše schopnosti a nadání svobodně mísí. Používejte různá média. Dělejte divadlo, video, performujte. Múzy dělají, že režírují svět kolem sebe.“ (Váša, 2014, s. 100) Z Vášova výroku je zřejmé, že nejde jen o to, že lidi „dělají umění“, ale důležité je také „že umění (múzy) tvoří svět“ a utváří i nás samotné (ve smyslu působení na naše chování, vztahy, emoce a tedy i na veškerý náš duševní život). Pokud jde o arteterapii, je pro ni právě takový druh umění jakousi „pokladnicí výzev“. To, zda se ten či onen umělecký experiment v arteterapii ujme, souvisí pouze s jeho léčebným potenciálem, který je ovšem jen těžko měřitelný.

„Ke každému prožívání patří já, které prožívá, jistý způsob, jak prožívá (souzení, představování, cítění, chtění, pochybování, vnímání, hodnocení, tvrzení...), a pak to, čeho se týká tvrzení, chtění, pochybnost... – předmět: matematická poučka, rozhodnutí... něco, co se liší od způsobu prožívání samého“ (Patočka, 1995, s. 18), píše Jan Patočka ve svých úvahách o vztahu duše a těla, který ve vztahu k našemu tématu chápeme jako klíčový. Terapie duše uvádí výše uvedené procesy jako „...představování, cítění,... vnímání

či tvrzení“ do pohybu. Jejím cílem není najít pouze jedno integrované východisko. Pracuje s prožíváním a s hodnocením a znovuzačleňováním prožívaného (Descartovo ego-cogito-cogitatum, já prožívám prožívané – jak píše Patočka).



Instalace z drobných předmětů je výsledkem zadání terapeutické etudy, kdy měly studentky arteterapie za úkol vytvořit zcela osobní sestavu z přinesených drobných předmětů, symbolizující osobní příběh z jejich života. Každý detail z instalace byl nositelem informace vypovídající o pohybech v autorčině psychice a také o jejich vyhodnocení – šlo tedy o jakousi autoreflexi. (foto Jana Ovčáčková)

Psychoterapii a také i arteterapii je třeba vnímat jako oblasti specifických mezioborových činností, jejichž charakter je procesuální. Procesy probíhající v kontextech arteterapeutických setkání lze rozlišit dle toho, zda se jedná o dění související s duševními obsahy interními (vlastní nitro klienta a jeho osobnost), nebo zda jde o externí vztahy, které klient navazuje s prostředím a s lidmi ve skupině. Je třeba vzít na vědomí, že zmíněné procesy probíhají často paralelně a jejich účinky vzhledem k terapeutickým efektům se mohou buď křížit, nebo navzájem posilovat. Jak umění, tak i psychoterapie a arteterapie mohou být prováděny individuálně i kolektivně. Povaha psychických procesů, které při obou zmíněných druzích terapie probíhají, je daná sledovanými cílovými efekty, ale je také určována nečekanými náhodami. Procesy prevence a léčení psychických problémů a psychopatologických stavů jsou dlouhodobé a jejich průběh je poměrně složitý a mnohdy i nepředvídatelný. Předpokladem iniciace těchto procesů je jednak ochota a připravenost klienta ke spolupráci s terapeutem, a jednak i způsobilost terapeuta k práci s klientem. Časté otázky kladené v souvislosti s úspěšností psychoterapie a arteterapie se týkají problému, do jaké míry lze proces terapie naplánovat a také řídit, a jakou měrou je tento proces ovlivněn improvizací, empatií a neočekávanými zvraty. V arteterapii je procesuální charakter spolusdílení materiálu, prostoru a dění mezi terapeutem a klientem zcela dominantním rysem. Terapeut se často inspiroje procesuálním a také intermediálním charakterem současného umění, neboť tvůrčí procesy přirozeně počítají s náhodou, na jejímž sdílení se autor podílí spolu s „diváky“ (diváci se stávají také aktéry samotných děl). Dynamika vnímání, myšlení a samotné tvorby se přímo dotýká i pohybů v samotné psychice. Smyslem následujícího textu je naznačit a vyhodnotit povahu těchto pohybů na konkrétních příkladech arteterapeutické práce a naznačit možnosti inovace doposud běžných metod užívaných v terapii uměním, zvláště uměním výtvarným.



Terapie obrazem realizované na praxi studentů PdF MU v psychiatrické nemocnici. Technika domalované koláže umožňuje procesuální proměny obrazu motivovaného námětem krajiny. V průběhu práce se vynořují stále nové možnosti řešení kompozice (jde o vrstvení, prolínání lazur, kombinace různých fotografických detailů), při nichž se autorům nečekaně vybavují různé momenty ze života. Toto vynořování klíčových životních prožitků a případně i přání je podmínkou otevření pohybu v psychických strukturách. (foto Jana Ovčáčková)

Proměnné a konstanty v terapii uměním

„Umělecká tvorba vyžaduje prostor, a nesejde na tom, jak moc je, či není stísněný. Nezáleží ani na tom, jestli je to místo k rozjímání či úkryt před světem, obyčejný ateliér nebo vlastnoručně stlučený srub: tak nebo tak, vždycky je to odrazový můstek sloužící fantazii k rozletu. A pro umělce-vizionáře je tento hmotný interiér bez výjimky i interiérem duševním.“ (Cardinal, 2015, s. 16)

Roger Cardinal zde mluví o spontánním umění v surovém stavu, při jehož vzniku jsou prostor i čas vnímány jako nástroje tvorby. Téměř každý průběh záměrné terapie uměním však podléhá určitým pravidlům souvisejícím s etickými zásadami uplatňovanými v léčebné praxi a ve výchovné a sociální práci. Konstantní – trvalé aspekty práce arteterapeuta vyplývají z etických zásad platných pro sociální práci jako takovou a jsou dány také jeho osobním etickým profilem, souvisejícím s jeho charismatem.

Je však třeba počítat se skutečností, že do procesu terapie uměním vstupují vždy nejméně dvě individuálně založené osobnosti – klient a terapeut, mezi nimiž se vytváří téměř intimní pouto. Vztah mezi klientem a arteterapeutem podléhá také dynamice, která by měla být ze strany terapeuta pod kontrolou a z velké části by se měla vyvíjet podle určitého plánu. Příkladem zde může být jungiánský přístup, jehož uplatnění spočívá v tom, že klienti jsou vyzýváni dlouhodobě k tvoření obrazů, a tyto jsou pak v terapii postupně dešifrovány ve vztahu k odkazům na všeobecnou kulturní platnost a výklady symbolů, které autoři obrazového materiálu spontánně použili. Procesy, které se v setkání odehrávají, jsou tedy ovlivněny oběma stranami a dá se říci, že podléhají vždy neopakovatelnému,

jedinečnému průběhu. Terapeut nahlíží skrze slovní nebo obrazové projevy do klientova soukromého života, a to jej do jisté míry zavazuje k respektu osobnosti klienta a následovně k empatickému pochopení jeho problémů. Zatímco profil klientů je proměnlivý – terapeut pokaždé pracuje s jiným klientem, profily a procesy reprezentující chování terapeuta jsou zčásti neměnné (zahrnují určité etické konstanty). Zčásti však i terapeutovo chování obsahuje prvky improvizace, při jejichž aplikaci ale nesmí překročit základní etický kodex. Mezi fixní vlastnosti arteterapeuta patří zcela jistě otevřenost, vstřícnost, profesní nadhled. Arteterapeut by měl být také flexibilní ve věci sledování mnohdy nepředvídatelných procesů odehrávajících se během klientovy tvorby.

„A tak vloží emoční prožitky vlastních motorických orgánů do externích objektů a rozpozná je v kameni nebo v drápu nebo pěsti. Toto rozpoznání můžeme chápat jako objektivaci pojmů. V kameni je ukryta, jak by řekl Platón, idea nástroje, jeho podstata, kterou musí dělník nebo sochař z kamene vyprostit. Schopnost ‚rozpoznat‘ lidský motorický orgán v kameni nebo holi je navíc projevem schopnosti promítat pocity a impulzy periferních orgánů na vnější objekty. Projekce subjektivních pocitů naplňuje subjektivitou objekt, který pak bude prožíván jako živý a nadaný impulzy.“ (Frankl, 2003, s. 36) Tímto způsobem nás Frankl upozorňuje na jakési prazáklady tvorby, které souvisí se vztahem subjektu k prostoru a k objektům, které v něm nachází a které se projektováním idejí do hmotných předmětů stávají nástroji či uměleckými díly.

Hlavním hybným faktorem psychiky jsou emoce. Emoce mohou být však pouze zčásti kontrolovány, a pokud někdo prohlašuje, že má svoje emoce, nebo dokonce i city plně pod kontrolou, je to znakem spíše určitého stagnování psychického vývoje, anebo dokonce popření jeho dynamiky jako takové.



Kartonový objekt – vymyšlená stavba. Autorem objektu je klient psychiatrické léčebny, objekt vytvořil spolu se studentkou na praxi. Dynamika vytváření celého objektu byla podmíněna skutečností, že neexistuje předem daný koncept podoby výsledného díla. Improvizace při tvoření z papírů má abreaktivní ráz – autor transformoval do vznikajících tvarů svoje asociace a představy (foto Jana Ovcáčková)



Fotodokumentace vzniku společného obrazu tří klientů motivovaného námětem imaginární krajina. Voskový pastel, akvarel na papíře. Formát A1. (foto archiv autorky)



Klienti psychiatrické léčebny při tvorbě plošných masek, vytvářených prostřiháváním z papíru a následně barevným zpracováním technikou haptického nanášení plastelíny. Masky vznikaly nejdříve v přímé interakci s arteterapeutem a později je tvořili klienti sami. Podoba masky není v tomto případě přímo dopředu koncipována – vzniká při roztírání barevných hmot a je stále proměňována. Emocionální výraz masky se rodí pouze jakoby z náhody – v konečné fázi symbolizuje podoba hlavy některý z palčivých problémů klienta. (foto Jana Ovcáčková)

„Filozoficky jsem přesvědčen, že síla organizované arteterapie byla přesně v jeho rozmanitosti. Funkčně však tyto rozdíly – vyjádřené silnými, individualistickými a vokálními osobnostmi – často vedly ke konkurenční bitvě o moc a dominantní postavení v komunitě umělecké terapie, která spotřebovává důležitou vnitřní energii, která by mohla být lépe využita i jinde.“¹

Z Jungových úvah o smyslu arteterapie vyplývá, že při malování, kreslení či jiných výtvarných aktivitách inspirovaných duševními hnutími dochází k jakémusi přelévání sil zevnitř ven a naopak. Toto „přelévání“ či „proudění“ je podmínkou dalšího psychického vývoje klientů arteterapie, který je v symbolech předznamenán v jejich výtvarných produktech.

Na počátku každé tvorby, jedná-li se o tvorbu vypovídající o nitru jedince, jsou emoce. Emoce nevznikají náhodně – jsou to sociálně konstruované procesy, zahrnující osobní zážitky libosti a nelibosti, jsou často doprovázené fyziologickými změnami, motorickými projevy, a mají vliv i na proměny chování.

1 „Philosophically, I am convinced that the strength of organized arttherapy has been exactly in its inclusiveness of differences. Functionally, however, these differences – expressed by strong, individualistic and vocal personalities – have often resulted in a competitive battle for power and dominance in the art therapy community, which consumes important energy internally that could be better used elsewhere.“

Junge, M. B. (2014). *Identity and Art Therapy: Personal and Professional Perspectives*. Springfield, Illinois, U.S.A.: Charles C Thomas.

MLA (Modern Language Association)

Junge, Maxine Borowsky. *Identity And Art Therapy: Personal And Professional Perspectives*. Springfield, Illinois, U.S.A.: Charles C Thomas, 2014. eBook Collection (EBSCOhost). Web. 31 Jan. 2017.

Hliněné objekty vytvořené klienty psychiatrické léčebny. Anděl na první fotografii představuje spontánní práci, která vznikla mimo arteterapeutická zadání. Objekty na další fotografii vznikly jako otisky rukou a paží se záměrem vyvolat pohyb téměř „psychofyzický“ – fyzické otisky probouzely představy o prostoru a o budoucí prostorové instalaci motivované nejrůznějšími tématy, jako například schránka, vize domu, úkryt apod. (foto Jana Ovčáčková)



Katarze – dynamika proměny

*Už nezáleželo na ničem. Vyčerpávající
boj o neposkvrněnost duše, věčné
potlačování touhy železnou vůlí,
všechno bylo zbytečné. Stačil jediný
dotyk, aby vybuchla síla, která v něm
dřímala, a propukl chaos, v němž
rozum podlehl vášni a vůle ducha
vůli těla!*

*Zjistila jsem, že můj deník je svého
druhu katarze, ve které psaní neběhá
kolem dokolečka, jak to někdy dělají
myšlenky o některých událostech.*

Colleen McCulloughová

Dynamické proměny psychických stavů obsahují určité klíčové body, které nazýváme „katarze“. Tento pojem je převzat z řečtiny (katharsis), kde označoval vnitřní očištění člověka – zejména hrdiny dramatu, a byl spjat s momenty, kdy se dotyčný nacházel na pomezí dobra a zla. Psychoterapie převzala tento pojem také v souvislosti s faktem, že prožití uměleckého díla uvolňuje napjaté vztahy a stavy. Symbolizace této vyhrocené situace skrze dílo je katalyzátorem pro spuštění abreakce (uvolnění napětí). V tomto případě se mluví o katarzním efektu či účinku. Co se týká celkové dynamiky vývoje vztahu mezi arteterapeutem a klientem, mezi klientem a materiálem, mezi světem imaginace a konečnou podobou díla, je dosažení katarzního účinku klíčovým momentem terapeutického procesu.

„Umělecký terapeut, který popírá negativní účinky podskupin, doslova nevidí, co se děje v uměleckém ateliéru.“