

Milan Valenta



DRAMATERAPIE

4., AKTUALIZOVANÉ A ROZŠÍŘENÉ VYDÁNÍ



 **GRADA®**



Milan Valenta

DRAMATERAPIE

4., aktualizované a rozšířené vydání

Grada Publishing

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

prof. PaedDr. Milan Valenta, Ph.D.

DRAMATERAPIE

4., aktualizované a rozšířené vydání

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400
www.grada.cz
jako svou 4481. publikaci

Recenzovali:
doc. PhDr. Josef Valenta, CSc.
doc. PaedDr. Jan Slavík, CSc.

Odpovědná redaktorka PhDr. Pavla Landová
Sazba a zlom Milan Vokál
Návrh a zpracování obálky Michal Němec
Počet stran 264
Vydání 4., v nakladatelství Grada Publishing 2., 2011

Vytiskla Tiskárna PROTISK, s.r.o., České Budějovice

© Grada Publishing, a.s., 2011
Cover Photo © fotobanka Allphoto

ISBN 978-80-247-3851-2 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-7520-3 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2012

OBSAH

Úvodní slovo	9
Úvodní slovo ke 4., aktualizovanému a rozšířenému vydání	11
1. Rozdílné tváře dramatu	12
1.1 Paradivadelní systémy edukační povahy	13
1.1.1 Dramatická výchova	13
1.1.2 Divadlo ve výchově	14
1.2 Paradivadelní systémy terapeutické povahy	15
1.2.1 Psychodrama	15
1.2.2 Sociodrama	17
1.2.3 Psychogymnastika	18
1.2.4 Teatroterapie	18
1.3 Další paradivadelní systémy	20
2. Co je dramaterapie	23
2.1 Definice dramaterapie	23
2.2 Odlišnosti mezi dramaterapií a psychodramatem	24
2.3 Odlišnosti mezi dramaterapií a výchovnou dramatikou	26
2.4 Vzájemné vztahy paradivadelních oborů v systému	28
2.4.1 Duální pojetí dramaterapie	30
2.4.2 Dramaterapie z hlediska přístupu terapeuta	32
2.5 Klientela dramaterapie	38
2.6 Cíle dramaterapie	38
2.7 Improvizace a další prostředky dramaterapie	41
2.8 Formy dramaterapie	42
3. Interdisciplinární zdroje dramaterapie	45
3.1 Dramaterapie a hra	45
3.1.1 Johan Huizinga	46
3.1.2 Roger Caillois	46
3.1.3 Pojetí hry v transakční analýze Erika Berneho	48
3.2 Dramaterapie a vývojová psychologie	51
3.2.1 Erik H. Erikson	51
3.2.2 Jean Piaget	52
3.3 Dramaterapie a dramatická výchova	54
3.3.1 Modely vývoje dramatické akce	55
3.3.2 Úrovně vstupu do role	56

3.4	Dramaterapie a psychoterapie	57
3.4.1	Hlubinná psychoterapie	58
3.4.2	Kognitivně-behaviorální psychoterapie	60
3.4.3	Humanistická (antropologická) psychoterapie	60
3.4.4	Relaxační a psychofyziologické postupy	61
3.5	Dramaterapie a rituál	61
3.5.1	Antropologicko-terapeutický vhled	63
3.5.2	Rituální model divadla	75
3.5.3	Závěr	83
3.6	Dramaterapie a teorie divadla	86
3.6.1	Divadelní jazyk založený na pohybu a zvuku	91
3.6.2	Divadelní jazyk založený na obrazech a sochách-loutkách	92
3.6.3	Dialog a jednota protikladů	93
3.6.4	Triumf a zoufalství, chaos a řád	94
3.6.5	Metafyzická integrace	94
4.	Základní pojmy v dramaterapii	100
4.1	Katarze, abreakce a korektivní emoční zkušenost	100
4.2	Další účinné faktory skupinové terapie	103
4.3	Role	104
4.4	Skupinová dynamika	107
4.5	Distancování	109
5.	Historie a současnost dramaterapie	112
5.1	Historické kořeny	112
5.2	Dramaterapie v západních zemích a u nás	114
5.2.1	Západní Evropa	114
5.2.2	Slovensko	115
5.2.3	Současná situace v České republice	116
6.	Taxonomie dramaterapeutických rolí z archetypálního hlediska	119
6.1	Princip a metoda rolí	119
6.1.1	Invokace (vzývání) role	120
6.1.2	Pojmenování role	120
6.1.3	Hraní a zpracování rolí	121
6.1.4	Explorace subrolí	122
6.1.5	Reflektování role	123
6.1.6	Vztahování fiktivní role k všednímu životu	123
6.1.7	Integrovaní rolí za účelem vytvoření funkčního systému rolí	124
6.1.8	Sociální modelování	125
6.2	Obsahy nevědomí a archetypy	126
6.3	Rolové (arche)typy	127
6.3.1	Somatické role	128
6.3.2	Kognitivní role	131
6.3.3	Afektivní role	132
6.3.4	Sociální a kulturní role	133

6.3.5	Duchovní role	138
6.3.6	Estetické role	139
6.4	Přehledná taxonomie rolí	140
7.	Struktura dramaterapeutického procesu	145
7.1	Ujasnění cílů při plánování sezení (z pohledu dramaterapeuta)	145
7.2	Struktura dramaterapeutického sezení	146
7.3	Etapy terapeutického procesu	149
8.	Dramaterapeutické techniky	151
8.1	Techniky vybrané pro začátek lekcí (sezení)	151
8.1.1	Citová exprese	151
8.1.2	Skupinová interakce	155
8.1.3	Tělesná aktivace	157
8.1.4	Budování důvěry ve skupině	160
8.1.5	Pozorování a koncentrace	162
8.2	Techniky vybrané pro pokračování lekcí (sezení)	163
8.2.1	Exprese a komunikace	163
8.2.2	Techniky rozvíjející role a charakter	168
8.2.3	Kooperace terapeutické skupiny	172
8.2.4	Sebepoznávání	175
8.3	Techniky pro uzavření lekce a terapeutické série	182
8.3.1	Dávání a přijímání	183
8.3.2	Skupinová tvořivost	184
8.3.3	Skupinová percepce	186
8.3.4	Pohled zpět a slavnosti	187
9.	Strukturované dramaterapeutické projekty	189
9.1	Přehled konvencí využitelných v dramaterapeutických projektech	190
9.2	Náměty dramaterapeutických projektů	200
9.2.1	Spontaneita	201
9.2.2	Tvořivost a improvizace	207
9.2.3	Komunikace	210
9.2.4	Hra v roli	216
9.2.5	Estetická distance	219
9.2.6	Poruchy paměti	225
9.2.7	Poruchy pozornosti	227
9.2.8	Mentální retardace	231
9.2.9	Dramaterapie se seniory	240
9.3	Možnosti dramaterapeutické intervence u osob s poruchou autistického spektra	250
	Literatura	256
	Rejstřík věcný	259
	Rejstřík jmenný	263

ÚVODNÍ SLOVO

Dramaterapeutická klinika v New Haven je vcelku útulné zařízení nacházející se v bývalé hospodě na okraji městského centra. Z nádraží mě tam dovezla Kate – pravidelná účastnice postgraduálních kurzů newyorských dramaterapeutů, pořádaných The Institute for the Arts in Psychotherapy, který má v Connecticutu svoji pobočku. Cestou autem jsem Kate oznámil, že je prvním živým dramaterapeutem, se kterým jsem se kdy setkal, čemuž nechtěla věřit, a také že se mnou bude těžká práce, neboť moje angličtina není z nejlepších, čemuž uvěřila okamžitě. Nicméně věrna terapeutickému principu pozitivní zpětné vazby prohlásila moji americkou angličtinu za perfektní a zcela dostačující tomu, co bude obsahem kurzu. Značně mi to zvedlo sebevědomí až do chvíle, než jsem pochopil, že výcvik v kurzu je zaměřen na oblast nonverbální komunikace. Vlastně to tak úplně není, neboť veškerý postgraduální výcvik dramaterapeutů jmenovaného institutu je zaměřen na tzv. vývojové proměny v dramaterapii (*developmental transformations*), což je vysoce improvizovaná forma terapie, v níž „hraje“ dramaterapeut společně s klientem (klienty) tak, aby se prostřednictvím volných asociací usnadnilo „vyplavování“ hluboko ukrytých obrazů a pocitů. V takto pojaté terapeutické improvizaci má samozřejmě svoje místo kromě nonverbální komunikace i slovo.

Autorem teorie vývojových proměn v dramaterapii, ředitelem institutu a současně jedním z čelných představitelů „alternativního“ pojetí dramaterapie je David R. Johnson. Už od roku 1976 vede svou privátní praxi dramaterapie s řadou postgraduálních kurzů ve státě Connecticut i v New Yorku, je autorem mnoha odborných článků a publikací a respektovanou autoritou v této oblasti. Onou alternativou je tu míněn teoretický přístup i profesní výcvik terapeutů, poněkud odlišný od akademického pojetí disciplíny pěstované na dvou univerzitních pracovištích ve Spojených státech, a sice na New York University (Department of Music and Performing Arts Professions) a na California Institute of Integral Studies v San Francisku. Odlišnost pojetí vyplývá kromě jiného také z profesního životopisu zakladatelů zmíněných pracovišť – zatímco David R. Johnson je klinický psycholog, zakladatelkou kalifornského programu je lékařka Renée Emunahová a iniciátorem newyorského projektu je režisér a speciální pedagog Robert J. Landy.

A právě odborné práce uvedených mezinárodně uznávaných autorit tvoří bázi této publikace, která je navíc rozšířena o zkušenosti ze stáží v dalších amerických, anglických a nizozemských dramaterapeutických zařízeních i o poznatky z vlastní dramaterapeutické praxe autora. Publikace by neměla být chápána jako vyčerpávající kompilace pokrývající danou oblast, ale spíše jako praktická příručka zaměřená především na konkrétní techniky využitelné v dramaterapeutické praxi.

Zvláštní poděkování náleží newyorskému dramaterapeutovi Michaelu Reismanovi, M.A., R.D.T., dlouhodobě pobývajícimu v Čechách, který se podílel na výběru drama-

terapeutických materiálů a v jehož osobě se symbolicky integruje výše uvedené obojí pojetí dramaterapie. Jakožto žák Renée Emunahové absolvoval „klasické“ kurikulum přípravy dramaterapeuta na univerzitě, zatímco v pozici postgraduanta Johnsonova institutu prošel výcvikem na klinice v New Haven společně s ostatními newyorskými „uctívači“ vývojových proměn. Jen tak mimochodem – i s „mojí první živou dramaterapeutkou“ Kate. Svět dramaterapie je totiž nejen velmi mladým, ale zatím také velmi malým světem.

Září 2000

Milan Valenta

ÚVODNÍ SLOVO KE 4., AKTUALIZOVANÉMU A ROZŠÍŘENÉMU VYDÁNÍ

Učebnice *Dramaterapie* vychází již ve čtvrtém vydání (Netopejr 1999, Portál 2001, Grada 2007 a 2011), přičemž každé z předcházejících vydání reflektovalo chronologický vývoj jednoho z nejmladších oborů expresivních terapií u nás. Tak i toto poslední, čtvrté vydání přináší aktuální náhled na dramaterapeutické dění v České republice a stejně jako dvě minulá vydání nabylo novými subkapitolami v části teoretické i metodické. Vlastní obor urazil za „nadstavenou dekádu“ obdivuhodný kus cesty, od počátečního experimentování s „divadelní aplikací“, jakousi metamorfózou výchovné dramatiky, až po konsolidaci v samostatnou disciplínu arteterapie v širším kontextu, podepřenou akademickou základnou (včetně výzkumu), asociacemi, výcvikem, publikačními aktivitami, mezinárodními konferencemi i četnými institucemi praxe, v nichž dramaterapie „žije“.

V Olomouci 1. ledna 2011

Milan Valenta

1. ROZDÍLNÉ TVÁŘE DRAMATU

Zvykli jsme si na to, že divadelní múza si tradičně navléká dvě masky – veselou do komedie a smutnou, aby jí to slušelo v tragédiích. Ovšem drama (v zájmu zpřehlednění textu se dopustíme jisté terminologické nepřesnosti tím, že divadlo ztotožníme s dramatem) má ve skutečnosti mnohem více tváří než jen ty, které se „nosí“ v divadle jakožto svébytném druhu umění. Z divadelní historie můžeme vyčíst, že:

- při středověké výuce latiny byly čteny Terentiovy komedie a četba se ilustrovala pantomimou i vlastní inscenací her;
- tradici dále rozvíjely utrakvistické školy vyrůstající z luteránských principů i školy Tovaryšstva Ježíšova, kde byla divadelní cvičení prikazována studijním řádem – jezuité se zaměřovali především na techniku mluveného projevu, gestikulaci a nenucenost vystupování, veřejné vystoupení bylo metodou výuky;
- školní (divadelní) hrou jako didaktickou metodou se podrobně zabýval i J. A. Komenský, jenž za svého pobytu v Blatném Potoku koncipoval teoretické stati o uplatnění dramatické hry při výuce; byl to právě tento náš největší humanista, kdo poprvé teoreticky odlišil divadlo-umění od divadla-pedagogického prostředku.

Z příslušné divadelní literatury bychom se dále mohli dozvědět, že již ve 3. tisíciletí p. n. l. byl účinek divadla, tance a hudby doporučován Imenhotepem k léčbě nemocných Staroegyptanů a že v athénském divadle Dromokaiton každoročně pořádali představení duševně postižených. Jako další příklad využití divadla k jiným než estetickým účelům poslouží divadelní exhibice nejslavnějšího pacienta ústavu v Charentonu – markýze de Sade (Majzlanová, 1999). Ty jsou ostatně dostatečně známé nejen z divadelní historie, ale přímo z dramatické literatury.

Výše uvedené příklady „použití“ divadla k nedivadelnímu účelu, tedy k účelu, který prvotně nesleduje uměleckou hodnotu či estetický zážitek, ale jehož cílem je jakési „praktičtější“ využití dramatu, lze právě v duchu tohoto užití rozdělit na dvě skupiny:

1. divadlo (drama) – edukační prostředek;
2. divadlo (drama) – prostředek léčby (terapie).

Tomuto „jinému“ užití divadla jsme si navykli říkat paradivadelní systémy. Uvedli jsme si několik literárně dochovaných příkladů „zparadivadelnění“ divadla, tedy příkladů toho, jak se z divadla jako svébytného druhu umění vydělily v minulosti systémy sloužící jiným nežli prvotně estetickým účelům.

Kdybychom ale překročili hranici historie psané písmem a vydali se na pouť k nejranějším počátkům lidské civilizace, někam až do období mladšího paleolitu (30–10 tisíc let nazpátek), dospěli bychom k paradoxnímu zjištění, že tomu vlastně bylo naopak,

než jsme výše uvedli. Že se totiž už v životě lovce a později i neolitického zemědělce objevily jakési pre-paradivadelní systémy, jež od vlastního divadla coby umění dělila hlubina tisíciletí vývoje. Kdybychom skutečně mohli podniknout tuto vzrušující pouť do naší daleké minulosti, spatřili bychom patrně paleolitického lovce navlečeného do kůže uloveného zvířete, jak zobrazuje v magickém rituálu nikoliv sám sebe, ale zvíře štvané lovcem. Spatřili bychom možná první zemědělce v animistických maskách, vykonávající obřad související s rytmem roku, sezonní prací a úrodou, jehož smyslem bylo mimo jiné i uchování rodových tradic a odevzdání předky nabytých zkušeností dalšímu pokolení. A třeba bychom měli možnost vidět při práci i mistra rituálu – rodového šamana – kroužícího v extatické mimézi (napodobování) kolem nemocné ženy, která se třeba uzdraví proto, že uvěřila ve vyhnání démona ze svého těla. Lovecký rituál, rodový obřad a magický tanec souvisely s „praktickým“ využitím divadla, přesněji řečeno s využitím předdivadelního tvaru mimézy – cíle rituálu lovce i obřadu zemědělce byly kromě jiného také edukační, šamanova „performance“ měla terapeutickou povahu.

Ale dosti historického exkurzu a zpět do současnosti. V následujících dvou oddílech podáme stručný výklad nejfrekventovanějších paradivadelních systémů u nás i ve světě. Nepůjde o vyčerpávající taxonomii, cíl spočívá v něčem jiném – naznačit místo dramaterapie v tomto stávajícím systému.

1.1 PARADIVADELNÍ SYSTÉMY EDUKAČNÍ POVAHY

1.1.1 DRAMATICKÁ VÝCHOVA

Těž výchovná **dramatika**, **tvůrčív drama**, **dramatika** (v anglické terminologii *drama in education* či *developmental drama*) je podle jedné z četných definic (Valenta, J., 1999) improvizovaná, k předvádění neurčená a na vnitřní proces práce orientovaná forma dramatu, v níž jsou účastníci vedeni vedoucím (učitelem) k představování si, hraní a reflektování lidské zkušenosti.

Předmětem dramatické výchovy je činnost vycházející z obsahu dramatického umění a využívající jeho prostředků (např. improvizace, interpretace, vstupování do rolí, simulace), která směřuje k člověku a jeho obohacování, až po schopnost prožívání, sdílení a sdělování. Zjednodušeně lze říci, že dramatická výchova využívá původně dramatických prostředků k dosažení psychologických a pedagogických cílů (Valenta, M., 1995).

Dramatická výchova může mít podobu jak samostatného předmětu ve školním kurikulu, tak může být chápána jako didaktická a výchovná metoda (běžně se využívá při výuce jazyků a společenskovedních disciplín), jako princip i obsah osobnostního rozvoje. V širším pojetí termínu dramatická výchova lze do této kategorie také včlenit dětské divadlo (tj. divadlo hrané nezletilci).

Na Slovensku uvádí léčební (speciální) pedagogové v odborné literatuře (Majzlanová, Škoviera, Fudaly, 2004) též speciální dramatickou výchovu, která je analogická k dramatické výchově s tím rozdílem, že její referenční skupinou jsou osoby se speci-

fickými potřebami (zdravotním postižením, s problémy či omezeními jako např. žáci a klienti diagnostických center, speciálních škol apod.).

V současné době je možno výchovnou dramatiku studovat na DAMU v Praze a JAMU v Brně, s disciplínou se setkávají studenti (především) primární pedagogiky, pedagogiky a speciální či sociální pedagogiky na pedagogických fakultách (v Praze, Brně, Olomouci, Ostravě, Plzni, Českých Budějovicích a v Liberci), na Teologické fakultě JČU v Českých Budějovicích, na středních pedagogických školách a pedagogicky i sociálně orientovaných VOŠ; řada fakult i edukačně výchovných institucí nabízí paletu kurzů od jednorázových akcí až po dlouhodobější studium. Tradiční postavení v tomto ohledu má pražská ARTAMA (www.ipos-mk.cz/artama) či Sdružení pro tvořivou dramatiku (www.drama.cz/std).

1.1.2 DIVADLO VE VÝCHOVĚ

Odpovídající anglický termín je *theatre in education* (TIE). Podstatou je divadelní představení hrané většinou profesionálními herci, které je zaměřeno na vzdělávací a výchovné (popř. u ohrožené skupiny mládeže i sociálně-preventivní) cíle. Některé soubory TIE dovolují žákům vstupovat do připravených rolí na scénu (tzv. *participation theatre*) a variovat tak částečně děj i obsah představení. Po představení většinou následuje rozbor obsahu hry a reflexe žáků společně s herci souboru.

J. Valenta (2005) vymezuje následující diference mezi strukturou TIE a „běžným“ divadlem:

1. Na počátku práce je buď konkrétní zakázka, kterou soubor TIE obdrží (od školského úřadu, školy, apod.) nebo si divadelníci provedou sami šetření v terénu zaměřené na problémy skupiny (či lokality), pro kterou mají hrát (mimochodem – stejně postupuje boalovské divadlo fórum, viz dále).
2. Soubor TIE pak pracuje jako celek na tématu a obsahu hry nebo hru napíše dramaturg souboru nebo soubor adaptuje a upraví již napsanou hru.
3. Členové souboru úzce spolupracují s institucí, pro kterou je hra určena – diskutují s žáky, pedagogy či klienty o vznikajícím představení, sbírají materiál, „testují“ části hry atd.
4. Následuje vlastní představení, které je odehráno v celku, nebo je přerušováno a diváci jsou pověřováni různými úkoly (vedoucími k debatě nad shlédnutou částí hry, ke splnění informativních cílů, či ke vstupu do hry).
5. Po představení následuje workshop a reflexe k tématu hry.

Ve světě existuje množství variací a proměn TIE, v České republice je díky spolupráci s anglickým expertem Johnem Somersem poměrně známé **interaktivní divadlo** (J.W.Somers@ex.ac.uk).

Poznámka:

Přestože divadlo ve výchově nemá v naší zemi takovou tradici a kořeny jako dramatická výchova, objevily se i u nás soubory orientované tímto směrem:

Agentura Bořivoj Praha

Kontaktní osoba: Mirka Vydrová
e-mail: mirka.vydrova@centrum.cz

Divadelní spolek SPOLUPOSPOLU

Kontaktní osoba: Hana Hronová
e-mail: spoupospolu@seznam.cz

Více o paradivadelních systémech edukační povahy pojednávají publikace Evy Machkové, Josefa Valenty, Briana Wayne aj.

1.2 PARADIVADELNÍ SYSTÉMY TERAPEUTICKÉ POVAHY

Přímými předchůdci dramaterapie jsou formy psychoterapie, které využívají divadelních technik a postupů. Prvotní příklady využití dramatu v terapii se vyskytují ve většině dějově orientovaných přístupů (Gestalt terapie, kognitivně-behaviorální terapie, analytická terapie...).

Mnohé „velké“ psychoterapeutické přístupy a školy využívají přímo či zprostředkovaně dramatických postupů v terapii svých klientů, a tak více či méně tak balancují na hraně paradivadelních systémů. Dříve než se budeme zabývat terapeutickými přístupy, které náleží zcela a beze zbytku do paradivadelních systémů, měli bychom se ještě zmínit o dvou, které také leží na jejich hranici, i když jaksí „z druhé strany“ než zmíněné psychoterapeutické směry. Jedná se o terapii hrou a herní specialisty.

Terapie hrou (*play therapy*) je zaměřena na využití terapeutického potenciálu her (tj. her v nedivadelním slova smyslu) v individuální práci převážně s dětmi (popř. jejich rodinami) nemocnými, sexuálně zneužitými, dětmi s problémy v péči o ně, dětmi s frustrujícím zážitkem bolestivé ztráty blízké osoby, dětmi trpícími rozvodem, neúplností rodiny či životem v rodině dysfunkční, dětmi s poruchami učení a chování. Terapie hrou vychází z pozic psychodynamických přístupů Eriksona a Bettelheima. Vedle toho je u nás rozvíjena i nedirektivní psychoterapie hrou podle Virginie Axlineové, vycházející z koncepce C. R. Rogerse (Vymětal, Rezková, 2001).

Herní specialista je kvalifikovaný pracovník dětských oddělení nemocnic, jehož hlavním posláním je udržet přirozený vývoj dětí a mladistvých hospitalizovaných v nemocnicích, humanizovat prostředí nemocnic, motivovat děti ke hře i v tomto pro ně málo bezpečném prostoru a snažit se eliminovat na minimální míru jejich úzkost a strach z operací a léčebných zákroků (podrobněji Valenta, M. a kol., 2001).

S herní a respitní (někdy i terapeutickou) prací na dětských odděleních nemocnic a dětských klinikách souvisí také postava tzv. kliniklauna (zdravotního klauna), který přináší dětem do stresujícího prostředí především uvolnění, radost a zábavu.

1.2.1 PSYCHODRAMA

Jen těžko si lze představit dramaterapii bez průkopnických prací J. L. Morena, zakladatele psychodramatické školy. Psychodrama je dramatická improvizace zaměřená k terapeutickým účelům, kdy klient dramaturgizuje svoje zážitky, přání, postoje a fantazii.

Psychodrama používá podle svého zakladatele pět základních prostředků:

- Jevišťe jakožto jasně vymezený a bezpečný prostor pro klienta-protagonistu, v němž realita („ted' a tady“) a fikce („jako by“) nejsou v konfliktu.
- Klient jako protagonista představující na jevišti především sebe sama (nikoliv tedy „herce“) a hrající „svůj příběh“ zcela svobodně a spontánně (tedy s důrazem na jednání a ne verbální deskripci, přičemž velmi důležitý je tělesný kontakt s koterapeuty a „pomocným egem“ – pohlázení, objetí, podání ruky, poplácání, procházení, společné jídlo...).
- Direktor plní funkci jednak terapeuta snažícího se udržet paralelu mezi dramatizací protagonisty a jeho životem, jednak režiséra provokujícího k akci a jednak analytika doplňujícího vlastní interpretací reakce publika. Nejdůležitější aktivitou režiséra je „nastartování“ klienta na počátku psychodramatu, poté režisér do děje zasahuje minimálně nebo nezasahuje vůbec.
- Publikum poskytující protagonistovi podporu (v ojedinělých případech naopak od něj tuto podporu požadující) a často zastupující veřejné mínění, jako tomu bylo v případě chóru v prvotních antických dramatech.
- Koterapeuti, pomocní herci, pomocné ego jsou nástroji v rukou protagonisty, znázorňujícími fiktivní či skutečné postavy jeho dramatu.

Psychodrama se dodnes ve výběru technik drží více méně osvědčených morenovských technik, mezi něž patří hraní vlastní role, sebeprezentace a monolog, projekce, interpolace odporu, výměna rolí, dvojník a *alter ego* (jako „moje druhé já“ – moje vůle či svědomí, moje odvrácená tvář, *alter ego diaboli*, moje silná stránka, moje agresivní já, moje naděje, skepse, absurdita...), zrcadlo (koterapeuti v roli „já“), pomocný svět a další méně známé techniky (uvádí se kolem třistapadesáti morenovských technik).

Psychodrama směřuje k vytvoření modelu skutečnosti s abreaktivními prvky, pomáhá pochopit vlastní reakce a umožňuje tak korigovat emoce. Těto formy terapie se také využívá k proniknutí do minulých traumatických zážitků, k jejich rozkrývání a vyplavování na povrch tak, aby bylo možné je pojmenovat. To naznačuje, že v psychodramatu se vždy řeší osobní problém klienta. S. Kratochvíl (1995) považuje psychodrama za nejvýznačnější pomocnou metodu skupinové psychoterapie a vymezuje nejfrekventovanější oblasti využití psychodramatu v praxi:

- jako prostředek k odreagování a získání emoční korektivní zkušenosti;
- jako prostředek k ujasnění si pacientových skrytých motivů a nepřiznaných přání;
- jako možnost vyzkoušet si různé formy řešení konfliktových situací.

Řízení psychodramatu je u nás i v mnoha evropských zemích již tradičně v rukou psychiatra či psychologa. Naproti tomu ve Spojených státech je hranice mezi psychodramatem a dramaterapií oboustranně prostupná, a je proto zcela běžné, že dramaterapeut užívá čistě psychodramatických prostředků za účelem dosažení psychodramatických cílů. (Pro ilustraci: ve státě New York více než typ akademické kvalifikace – psycholog, psychiatr, speciální či léčebný pedagog, arteterapeut – rozhoduje profesionální zkušenost nabytá pod supervizí zkušeného terapeuta.)

Jistou variací psychodramatu je **psychomelodrama** – forma psychodramatické hry podbarvené hudbou, při níž hraje s pacientem výlučně terapeutický tým. Hudba zde pomáhá umocňovat a pozměňovat atmosféru scény (Kratochvíl, 1987).

Značně svébytnou a autonomní aplikací psychodramatu je **satidrama** (jakožto součást **satiterapie**, kde *sati* znamená všímavost – meditativní uvědomování a zapamatování si dějů v mysli jedince i v jeho vnější realitě). Satidrama rozšiřuje Morenovo patero základních nástrojů (jeviště, protagonista, režisér-terapeut, spoluhráči, publikum) o nástroj šestý, kterým je téma vycházející ze společného zájmu celé skupiny – všeobecně lidské téma jakožto centrální bod satidramatu, což je rozdílné od psychodramatu, kde se většinou zpracovává individuální téma (problém) jednoho protagonisty. Proces satidramatu se pohybuje ve třech fázích: *acting-out* (vyjádření problematiky v jednání), *noticing* (zaznamenávání skutečností tohoto jednání), *acting-in* (zvnitřnění zaznamenaných, vyzkoušených a osvědčených způsobů jednání). Předchůdcem satidramatu bylo v 70. letech minulého století **kosmodrama** Zerky Morenové a Mirko Frýby jako jakási eklektika sociodramatu s buddhistickými meditačními prvky (Frýba, 1993).

Jinou variací morenovského psychodramatu je figurativní psychodrama a Pесо terapie (Majzlanová, 1999). **Figurativní psychodrama** aplikuje figurativní modelování Gestalterapie, tj. skrze výměnu rolí přehrávat na jevišti vnější (objekty, osoby) a vnitřní (sny, fantazie...) svět. Takto vzniká vnější scéna (Každodenní JÁ) a vnitřní scéna (Integrativní JÁ). Kromě těchto rolí existuje ještě Kontrolní JÁ, Vnitřní protivník, Vedlejší bytosti. Hlavní technikou je výměna rolí mezi jednotlivými částmi JÁ.

Pесо terapie (autorem je Albert Pесо) vytváří bezpečný prostor pro to, aby klient externalizoval svůj vnitřní stav, řešil rozpory, problémy a nepříjemné zážitky a souvislosti z dětství, aby iracionální spojil s racionálním. Vyplavování problémů a jejich řešení se odehrává na tělesné (motorické) úrovni, přičemž vychází z přímé souvislosti mezi fyzickými pocity a slovy.

Poznámka:

Kontakt na nejbližší výcviková centra psychodramatu:

Magyar Pszichodráma Egyesület, 1125 Budapest, Kútvolgyi ut. 6, Hungary

Austrian Association for Group Psychotherapy and Group Dynamics. Britta Zalodek, Lenaugasse 3, A-1080 Wien, Austria

Katarína Majzlanová, Pedagogická fakulta UK Bratislava, Račianská 59, 831 34 Bratislava, Slovensko

Ateliér Satiterapie, Družstevní 584, 595 01 Velká Bíteš

1.2.2 SOCIODRAMA

Sociodrama prakticky splývá s psychodramatem s tím rozdílem, že psychodrama je více zaměřeno na přehrávání osobních problémů klienta, zatímco sociodrama na hraní rolí v situacích obsahujících odlišné sionormy a hodnoty (odtud též zřídka užívaný název axiodrama) – vztahy societ, sociopolitické problémy apod., které se bezprostředně týkají klientů (Valenta, J., 1999).

V našich zemích je zapotřebí vnímat význam morenovského sociodramatu především v kontextu s přístupem k minoritním skupinám obyvatelstva a k imigrantům ze

zemí s naprosto odlišnou sociokulturní a religiózní tradicí, kteří k nám přichází s odlišnými etickými normami i jiným hodnotovým systémem.

1.2.3 PSYCHOGYMNASTIKA

Protože podstatou psychogymnastiky je nonverbální vyjadřování situací a vztahů především prostředky pantomimy, užívá se pro tento druh terapie také označení **psychopantomima**. Klasickým tématem psychogymnastiky je například „zakázané ovoce“, k němuž klienti vyjadřují svůj vztah pantomimickým přehráním konfliktu – na jednom pólu je touha po dosažení určité hodnoty, na druhém pólu stojí morální, společenské důvody, které klientovi v dosažení této hodnoty brání (Kratochvíl, 1987). Vnějšími prostředky je psychopantomima téměř totožná s tzv. *dance drama*, postaveným především na expresi těla a výrazu preferujícím abstraktní a esenciální prvky pohybu (např. etuda „rozhořívajícího se ohně, který vše spaluje a ničí“).

1.2.4 TEATROTERAPIE

Koncem 70. a začátkem 80. let dvacátého století se v kulturním životě Evropy objevuje nový fenomén – divadlo hrané téměř výlučně postiženými herci (sluchově, tělesně a stále více i mentálně, popř. psychicky). Jeho život odstartoval inspirativní australský film *Stepping Out*, dokumentující přípravu a posléze i vystoupení divadla mentálně postižených herců s představením *Madame Butterfly* ve světoznámé opeře v Sydney. Objevil se nejen nový přístup k postiženým, který zcela rezonoval s duchem rozvíjejícího se procesu emancipace a integrace postižených, ale – aniž by to dříve kdo tušil – objevil se současně i nový druh divadla, který se od své klasické podoby liší přinejmenším stejně významně (zvláště v případě mentálně postižených herců), jako se od něj odlišuje dětské divadlo. Paralela s dětským divadlem ještě více vynikne, zaměříme-li se na specifické výrazové prostředky postižených herců, např. protiklad schopnosti simulace a vstupu do role s neschopností udržet charakter postavy v případě mentálně postižených herců apod.

V polovině 80. let již existuje řada regulérních divadelních souborů s převážně mentálně postiženými herci v Anglii, Francii, Španělsku, Belgii a Holandsku, přičemž některé z nich se časem zcela profesionalizují. V České republice je díky svému divadelnímu turné znám profesionální divadelní soubor mentálně postižených herců Maatwerk z holandského Rotterdamu, založený v roce 1987 umělcem Koertem Dekkerem jako specifický projekt Pameijerovy nadace. Za roky své existence Maatwerk nastudoval řadu upravených her klasického repertoáru včetně pouličního divadla a divadla pro děti. Maatwerk vystupuje pravidelně na scéně vlastního divadla, běžně hostuje na scénách jiných profesionálních souborů, má svoje pořady na národním televizním kanálu, účastní se světových festivalů *Very Special Arts*, pořádá divadelní turné.

Z výše řečeného by se dalo vyvodit, že činnost Maatwerku je čistě divadelní – umělecká, že zde není prostor pro terapii, a tudíž nemůže být ani řeči o jakémkoliv paradivadelním tvaru. Je to pravda jenom částečně, neboť umělecká příprava i vlastní performance je pro členy souboru vzhledem k jejich postižení také reedukací, kompenzací, sociální rehabilitací a v některých případech i resocializací, tedy jevy veskrze