

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE  
DIVADELNÍ FAKULTA

# **DISERTAČNÍ PRÁCE**

Praha, 2012

MgA. Václava Křesadlová

**AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE  
DÍVADELNÍ FAKULTA**

Herectví se zaměřením na autorskou tvorbu a pedagogiku

**DISERTAČNÍ PRÁCE**

**AUTORSKÉ HERECTVÍ A JEHO PROMĚNY V RÁMCI TERAPIE ZÁVISLÝCH**

**MgA. Václava Křesadlová**

Vedoucí práce: Doc. Mgr. Jan Hančil

Oponenti práce: Doc. PhDr. Vladimír Chrz, Ph.D.

prof. MgA. Karel Makonj

Datum obhajoby: 09/2012

Přidělovaný akademický titul: Ph.D.

Praha, 2012

ACADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE  
**THEATRE FACULTY**

Acting, Authorial Creation and Pedagogy

**DISSERTATION**

**AUTHORIAL ACTING AND ITS CHANGES DURING THE THERAPY OF ADDICTS**

**MgA. Václava Křesadlová**

Supervisor: Doc. Mgr. Jan Hančil

Opponents: Doc. PhDr. Vladimír Chrz, Ph.D.

prof. MgA. Karel Makonj

Date of defence: 09/2012

Academic degree apportioned: Ph.D.

Prague, 2012

## Prohlášení

Prohlašuji, že jsem disertační práci na téma

**AUTORSKÉ HERECTVÍ A JEHO PROMĚNY V RÁMCI TERAPIE ZÁVISLÝCH**

vypracovala samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne .....

.....  
podpis diplomanta

## **Upozornění**

Využití a společenské uplatnění výsledků diplomové práce, nebo jakékoliv nakládání s nimi je možné pouze na základě licenční smlouvy tj. souhlasu autora a AMU v Praze.

## Evidenční list

Uživatel stvrzuje svým podpisem, že tuto práci použil pouze ke studijním účelům a prohlašuje, že jí vždy řádně uvede mezi použitými prameny.

Jméno	Instituce	Datum	Podpis

## Abstrakt

Ve své disertační práci se snažím reflektovat vlastní zkušenosti s aplikací autorského přístupu k herectví v terapeutické komunitě pro drogově závislé. V tomto zařízení působím již dvanáct let jako terapeut, garantuji program neverbální techniky a pravidelně 1x ročně vedu divadelní projekt.

Disertační práce je rozdělena do dvou hlavních částí. Nejprve se zabývám otázkami autorského herectví a jeho pedagogikou. Pokouším se přiblížit specifika, která v sobě nese autorský přístup k herectví. Dále popisuji dialogické jednání a hereckou propedeutiku na základě volné hry a kolektivní improvizace. Tyto dramatické experimenty pomáhají aktérům při vlastní stavbě psychosomatické kondice, jež je jádrem studia na Katedře autorské tvorby a pedagogiky DAMU.

Druhou část práce věnuji svému působení v oblasti léčení klientů s drogovou závislostí. Snažím se přiblížit problematiku léčby v komunitě, zvláště se zaměřuji na otázky spojené s dramatickým projevem klientů. V komunitě Magdaléna vedu program „neverbální techniky“, vytvořila jsem vlastní koncepci tohoto programu a v disertační práci ji podrobně popisuji. Dále se pokouším přiblížit přípravu divadelních projektů v komunitě a jedenáct konkrétních inscenací.

Nakonec uvažuji nad vztahem mezi autorským herectvím a psychoterapií. V obou případech vnímám jako nejdůležitější schopnost tvořivě jednat v přímém kontaktu s druhými. Pozastavuji se nad otázkou sebe-zkušenosti v terapii a psychosomatické kondice v autorském herectví a jejich vzájemným vztahem.

## **Abstract**

In my dissertation, I try to reflect my own experiences with application of authorial approach to acting in therapeutic community for drug addicts. I work as a therapist for twelve years in therapeutic community Magdaléna. I guarantee nonverbal technique program and I lead a theatre project once a year periodically.

My dissertation is divided to two main parts. First I focus on questions about authorial acting and its pedagogics. I try to explain specifics that are brought by authorial approach to acting. I also describe acting with the inner partner and drama propaedeutic based on free playing and collective improvisation. These dramatic experiments help participants during their own building of psychosomatic condition, which is core of studies on Authorial acting and pedagogics department, DAMU in Prague.

Second part of my dissertation is dedicated to my own work with drug addicts. I try to describe problems of therapy in community, especially the questions connected with dramatic expression of the clients. As I told before, I lead nonverbal technique program in Magdaléna community and I created my own conception of such program and it is described enough in my dissertation. I also try to explain drama projects preparations in community and show such cooperation in eleven specific performances we did with different clients during the time.

Finally, I reflect relationship between authorial acting and psychotherapy. I perceive the ability to act creatively in direct contact with the others as the most important thing in both cases. That is why I demur at the question of a self-experience in therapy and psychosomatic condition in authorial acting and their mutual relationship.



**Autorské herectví a jeho proměny v rámci**  
**terapie závislých**

## Obsah:

Abstrakt .....	7
Abstract.....	8
Poděkování s věnováním .....	14
Poděkování .....	16
Úvod .....	17
Katedra autorské tvorby a pedagogiky .....	19
Herectví směřované k autorské tvorbě .....	20
<i>Autorský způsob přístupu k osobnosti</i> .....	24
<i>Moment zrodu</i> .....	27
<i>Autorské herectví jako svobodná tvorba</i> .....	29
<i>Nedivadlo – ozřejmění protikladem</i> .....	32
Dialogické jednání .....	35
<i>Experimentace</i> .....	38
<i>Přející pozornost</i> .....	40
<i>Asistování</i> .....	42
<i>Autorská prezentace</i> .....	45
Herecká propedeutika na základě volné hry a kolektivní improvizace	47
<i>Průběh a obsah setkání</i> .....	51
<i>Volná improvizace ve skupině</i> .....	54
<i>Tvorba divadelního představení</i> .....	58
Psychosomatická kondice .....	61
<i>Otázka celosti v psychosomatické kondici</i> .....	65
<i>Reflexe a její význam pro psychosomatickou kondici</i> .....	68
Magdaléna o. p. s. ....	73
Terapeutická komunita .....	74
TK Magdaléna .....	75
Jaroslav Plichta .....	80
Neverbální techniky .....	83
<i>Myšlenkový základ programu</i> .....	85
Způsob poznávání vlastní neverbality .....	85
Sémiotická funkce a symbolická hra – Jean Piaget .....	86
Hra jako hlavní fenomén, sledovaný programem neverbálních technik .....	88

Pocitované bezpečí .....	92
Aktivní zapojení klientů.....	94
Hledání stavby setkání a její variabilita .....	95
Reflexe a její význam v programu .....	102
<i>Tematické okruhy v programu neverbálních technik</i> .....	103
Improvizovaný rozhovor .....	105
Vyprávění.....	108
Společné dramatické hry a cvičení .....	111
Práce s hlasem či slovem v rámci programu neverbálních technik	114
Dialogické jednání v programu neverbálních technik .....	115
<i>Pár slov na závěr kapitoly</i> .....	117
Divadelní prvky uvnitř terapie .....	120
<i>Nácvik rolí</i> .....	120
<i>Využívání technik v průběhu skupinové terapie</i> .....	122
<i>Jednání jakoby</i> .....	124
Divadelní prvky v interakci klientů.....	126
<i>Komunitní rituály</i> .....	127
Festival Komunit – Kulturfest.....	129
Divadlo v terapii .....	133
<i>Podněcování a udržení motivace</i> .....	136
<i>Průběh přípravy inscenace</i> .....	140
Od mapování témat ke vzniku scénáře .....	141
Zkoušení .....	144
Nesnáze .....	149
<i>Divadelní inscenace (2001 – 2010)</i> .....	153
2001 – O dvou dívkách, dvou mládencích, modrovousím duchu a ukrutné rudolící čarodějnici .....	154
2002 – Brouci .....	156
2003 – Faust .....	158
2004 – Horroror.....	160
2005 – Vražda v cirkuse .....	162
2006 – Vinetůůů .....	163
2007 – Dobytku smíchu netřeba .....	164
2008 – Pú, prasátko, králíček a já .....	165

2009 – Svatební košile.....	166
2010 – Daidalos a Ikaros.....	167
Terapie, autorské herectví a vědomí psychologického pole .....	171
Závěr .....	175
Literatura.....	177
Dokumentace.....	181

Motto:



---

<sup>1</sup> Victor Vasarely - Kofist

## Poděkování s věnováním

První moje setkání s autorským přístupem k herecké a dramatické tvorbě Ivana Vyskočila se uskutečnilo v roce 1995. Ze zvědavosti jsem se přihlásila na otevřený seminář dialogického jednání. V té době jsem studovala na Katedře výchovné dramatiky (dále KVD) a bylo mi 18 let. Byl to pro mě důležitý zážitek, setkání sama se sebou v podobě, kterou jsem znala ze soukromé samomluvy, ale která se přítomností ostatních lidí zcela proměnila. Na začátku jsem vůbec netušila, co vlastně dialogickým jednáním hledáme, co zkusíme, ale stále mě cosi zevnitř nutilo znovu a znovu se pokoušet to nalézt. Důvěřovala jsem profesoru Vyskočilovi a zároveň jsem tušila, že díky tomuto zkoušení se dostávám ke zkušenosti, která je důležitá a bude pro mne mít zásadní význam. V dialogickém jednání jsem vstupovala do vlastního chaosu a pomaličku jsem začala být schopná v něm existovat i za přítomnosti jiných lidí. Bylo to jako tápání ve tmě, kdy si oči postupně zvykají a začínají rozlišovat kontury toho, co se v prostoru nachází. V dialogickém jednání tento prostor vystupuje jako „psychosomatická krajina“ a oči jako možnosti vztahu, výrazu a tvorby. Přístup Ivana Vyskočila k pedagogice, divadlu a k filosofii mě natolik okouznil, že jsem po prvním semestru začala navštěvovat dialogické jednání 2x až 3x týdně v různých skupinách.

Postupně jsem začala využívat i možnost docházet do otevřených přednášek profesora Vyskočila a docentky Evy Vyskočilové na Katedře autorské tvorby a pedagogiky (dále KATaP). Po nějaké době jsem navíc požádala tehdejší asistenty doc. Libuše Válkové a Ady Fryntové, aby mě zařadili mezi své pokusné žáky. Nakonec se mi podařilo dostat se přímo do péče nejprve doc. Válkové a o rok později i paní Fryntové. Na KVD jsem v té době zažívala také skvělé semináře herecké propedeutiky Hany Smrčkové<sup>2</sup>. Na KATaP jsem nalézala něco, co se mnou hluboce rezonovalo. Měla jsem obrovskou touhu osvojit si vše, co mi bylo umožněno, poznávat a pochopit v čem spočívá výjimečnost

---

<sup>2</sup> V té době Hana Smrčková ještě působila i na KATaP a její přístup, dle mého názoru, po právu patří mezi přístupy pedagogiky autorského herectví.

tohoto přístupu. Na KATaP jsem díky nebývalé péči a investici všech, mohla rozvíjením hrového jednání, dramatického cítění, hlasové tvorby a řečového jednání, poznávat sebe z různých stran a postupně si vytvářet vlastní psychosomatickou kondici. Ze zájmu jsem přicházela tak často, jak to jen bylo vedle studia na KVD možné. Později jsem začala studovat na KATaP jako interní student a ukončila jsem diplomovou prací v roce 2003. Díky tomuto studiu se mi podařilo nalézt vlastní přístup k herectví, autorství, hlasové tvorbě a řečovému jednání.

Nyní, po sedmnácti letech od svého prvního setkání s dialogickým jednáním, se snažím napsat tuto disertační práci a je mi jasné, že vše, o co jsem se ve svém profesním životě pokoušela, vycházelo především ze zkušenosti nabyté na KATaP. Ať už jsem pracovala jako umělecký pedagog nebo arteterapeut, vždy jsem se opírala o hodnoty a principy, které mi umožnili zakusit a porozumět jim moji pedagogové s panem profesorem Vyskočilem v čele.

S velkým díky věnuji tedy tuto disertační práci prof. Ivanu Vyskočilovi, doc. Evě Vyskočilové, doc. Libuši Válkové, Haně Smrčkové a Adě Fryntové.

## **Poděkování**

Především děkuji vedoucímu této disertační práce Doc. Mgr. Janu Hančilovi za podporu a pomoc. Rozhovory nad tématy i jeho precizní připomínky k textu mi pomáhaly k lepšímu formulování myšlenek a k lepší orientaci v dané problematice.

Děkuji také klientům a kolegům z TK Magdaléna. Spolupráce s nimi mě přivedla k poznání, které v této práci popisuji.

Děkuji své rodině a Ibrahimovi za podporu a lásku.

V neposlední řadě děkuji čtenářům této disertační práce za zájem a trpělivost.



## Úvod

V průběhu mého působení v komunitě Magdaléna jsem zjistila, že umělecké vzdělání v dramatickém oboru může být dobrým základem i pro terapeutickou práci. Dokonce je možné objevit takový způsob kontaktu s lidmi, který na jedné straně vede ke schopnosti herecky tvořit a na druhé straně pomáhá v léčebném procesu. Chtěla bych touto disertační prací popsat svoji dlouholetou zkušenost a upozornit na myšlenky a zákonitosti, které jsem díky vlastní praxi mohla nahlédnout.

Průběh studia na KATaP inspiroval mou terapeutickou práci. Během tohoto studia jsem totiž sama prošla osobnostní proměnou, i když se mnou nepracovali terapeuti, ale umělci pedagogové. Většinou se tak dělo na základě snahy o hlubší porozumění sobě i oboru a potřebě autentického projevu. Tato zkušenost mi pomohla hlouběji porozumět procesu změny a jeho těžkostem a byla mou základní výbavou i pro terapeutickou práci se závislými.

Stejně jako terapie, tak i pedagogika autorského herectví, dává člověku možnost poznat sebe samého. Vede jej k jednání, které pomáhá hlubší proměně jeho vlastních postojů i životního stylu. Aby mohlo docházet k tomuto „učení expanzí“<sup>3</sup>, je třeba vedle procesu přijímání nového zároveň zakoušet proces vzdávání se toho, co je nadbytečné. Proto nejprve přichází hledání odpovědi na otázku: Co je pro mě dobré? Otázka je směřována nejen směrem ven (co mám získat), ale i dovnitř (čeho se mám zbavit). Pro mnoho lidí bývá tento princip nepříjemný, protože začíná zjištěním, že jsem v něčem nedostatečný a to „něco“ ke mně hluboce patří. Znamená to, že změna musí být pro studenta i klienta důležitější než jeho zvyky a stereotypy.

Otázky využití divadelních principů a herecké práce v terapii mají pro mne zvláštní naléhavost. Snažím se přijít na to, co klientům se závislostí může nabídnout autorský přístup. Hrové jednání a další principy běžně sledované v herecké pedagogice na KATaP nabízím

---

<sup>3</sup> termín Finského psychologa Yrjö Engeströma, navazuji v tomto případě na článek Vladimíra Chrže – „Dialogické jednání jako transformace skrze kontradikce“, sborník z konference Osobnostní herectví – učitelství, NAMU, Praha 2010

klientům jako hlavní obsah programu neverbálních technik. Dále se pokouším o pravidelné zařazování tvorby divadelní inscenace do terapie. V současné době již není pochyb o tom, že zážitek s hraním divadla či sledování divadla hraného jinými lidmi, má v sobě uschovaný terapeutický potenciál. Pokouším se tedy dát zprávu o své experimentaci v oblasti propojující autorské herectví a terapii závislostí.

Doufám, že tato disertační práce otevře prostor i pro další diskusi na téma dramaterapie a teatroterapie, a tak pomůže i dále toto téma rozvíjet.

## **Katedra autorské tvorby a pedagogiky**

„Autorské herectví představuje organickou jednotu a součinnost tří základních osobnostních složek, funkcí. Koncipující, konající a reflektující. Zpravidla všechny tři a jejich funkční vzájemnost bývá třeba revitalizovat, kultivovat a rozvíjet.“

Ivan Vyskočil<sup>4</sup>

## **Herectví směřované k autorské tvorbě**

### ***Autorský způsob výchovy***

Katedra autorské tvorby a pedagogiky vznikla v devadesátých letech dvacátého století. Jejím zakladatelem je profesor Ivan Vyskočil, který je žijícím nositelem myšlenkového základu studia. Vznik katedry byl logickým vyústěním jeho celoživotního hledání a nalézání divadla svého druhu či přesněji „Nedivadla“, hledání alternativy ke klasickému pojetí herectví. Jedná se o pojetí herectví, které se snaží prozkoumávat otázky psychosomatické podstaty mezilidského kontaktu v přítomné chvíli formou divadelní experimentace. Navazuje na myšlenkový koncept existenciální a fenomenologické filosofie, a má na zřeteli přesahy divadla do ostatních společenských oborů, jako je psychologie, pedagogika, teologie a další. Potřeba sdílet a sdělovat propojuje společenské vědy s dramatickým uměním. Situace veřejného vystoupení prostupuje velké množství oborů (nejen společenských) všude tam, kde vzniká potřeba předávat či konzultovat své poznání s druhými lidmi. Autorské herectví tedy na jedné straně opouští divadelní prostor a na druhé straně hlavně z tohoto prostoru čerpá. Skrze vážný zájem o divadelní situaci, dramatiky, její podrobné zkoumání a realizování se autorský herec dostává k jisté mohoucnosti - být schopen veřejně vystupovat v širším slova smyslu. Výuka na KATaP

---

<sup>4</sup> Hic sunt leones, s. 12. Nakladatelství AMU 2003

je koncipována tak, aby po jejím absolvování byl student schopný vědomého, osobitého projevu s jasným vlastním zacílením. Dále se učí schopnosti vnímání sebe sama jako problému - jako otázky ke zkoumání. Snaha o sebepoznání a sebeproměnu je hlavní předpoklad ke studiu psychosomatických disciplín. V neposlední řadě je stále pečováno o situaci hry, kterou je možné vnímat jako „alchymistickou nádobu“ tohoto studia. Hra vytváří bezpečný prostor, který umožňuje integrovat nová poznání do naší osobnostní struktury s lehkostí sobě vlastní.

Jak jsem předeslala „*Je ... třeba vědět a mít stále na paměti, že studium autorského herectví (hráčství, aktérství) není tradiční a standardní studium na herce, není výchova k herectví, nýbrž je výchova k autorské osobnosti.*“<sup>5</sup> Ač se vše odehrává na vysoké škole, vedle pojmu studium, se objevuje také pojem výchova. Dokonce hlavní předměty, u jiných hereckých oborů DAMU pojmenované jako technika, jsou na KATaP nazvány: výchova (k hlasu, k pohybu). Je podstatný rozdíl, jestli někoho učíme technice nebo jej k něčemu vychováváme. Většinou se o výchově hovoří u dětí a její hlavní pole je v kruhu rodinném. Pojem výchova poukazuje na blízkost, na vztah, na laskavé vedení a to, k čemu býváme vychováváni, je respekt ke konkrétním hodnotám (v tomto případě se jedná o hodnoty kultivovaného projevu a osobnostní umělecký projev). Hlas, pohyb nebo řeč jsou oblasti, kterými již nějakým způsobem vládneme, ale potřebujeme být vychováváni k tomu, jak se máme ke svému hlasu, řeči, pohybu vztahovat a také si uvědomovat, jakým způsobem se díky nim projevujeme a vztahujeme k okolnímu světu. Jednou z hlavních myšlenek v rámci výchovného systému na KATaP je, že hlas, pohyb nebo řeč nemáme, ale **jsme** hlasem, pohybem, řečí. Proto se je neučíme ovládat, ale jsme vychováváni k tomu, abychom dokázali v těchto oblastech naplno existovat. Jak je tedy již asi patrné, pro autorské herectví není důležité studenta vycvičit, aby byl použitelný pro jakýkoli režijní záměr, ale přivést jej sama k sobě, aby integroval svoji osobnost pro uměleckou i jinou veřejnou činnost. Spolu s každým

---

<sup>5</sup> Ivan Vyskočil – Hic sunt leones, s. 12. Nakladatelství AMU 2003

drobným úkolem je zde připomínána filosofická podstata tohoto jednání a osobní vztah. Autorská cesta k herectví se díky tomu pro mnohé stává celoživotním studiem, které postupně s talentem prohlubuje a zároveň problematizuje vnímání sebe sama a vlastního způsobu života. Studium autorského herectví tak dává dostatek prostoru pro osobní zrání a pro postupný vývoj člověka, který je sice již věkem dospělý, ale má stále před sebou možnosti vlastního vývoje.

Herectví je vnímáno jako kultivace osobního projevu, propojená s jevištní mohoucností a zároveň i s každodenním životem. Každý student brzy pozná, že pokud si i mimo veřejný prostor neudrží kvalitu vlastního projevu, je jeho umělecký i osobnostní vývoj velmi pomalý. Pokoušení se o trvalou změnu nezdravých stereotypů osobního projevu bývá prvním krokem k autorství a svou podstatou zasahuje do prostoru běžného života. Autorský projev neznamená hýčkat si vlastní problémy a chyby jako svou osobitost, ale odhalovat je a proměňovat, docházet postupně k tomu, co je mi vlastní ze zdravé škály výrazových možností.<sup>6</sup> Každý student získává dostatek podnětů a je vržen do velkého množství situací, které mu umožňují, ba ho přímo nabádají, aby hledal a nacházel osobní výrazový materiál. Výchova k autorskému herectví se může pojmenovat také jako cesta k prohloubení a scelování vlastní osobnosti, která vede skrze vlastní experiment a zpětnou vazbu od druhého člověka. To vše bývá předáváno pedagogy s lidským porozuměním a dostatečným prostorem, aby si student mohl vytvořit vlastní poznávací struktury. V tomto přístupu je zakotvena vize a naděje, že to, co je osvojováno tímto způsobem, nebude později používáno účelově nebo jednostranně, ale vždy celostně.

Procesuální stránka výuky je velmi důležitá a je na ní brán velký zřetel „*Jelikož autorský životní postoj není prostě dán, je jako takový záležitostí učení, výchovy a vzdělání, je sám událostí procesu osvojování.*“<sup>7</sup> Jednotlivá setkání se studenty bývají koncipována pedagogem jako drobné události tvorby. To jsou podstatné zážitky

---

<sup>6</sup> Zkušenost s touto prací na vlastním výrazu a jaký je problém změnit něco, co mám již zažité, byl pro mě na začátku práce v komunitě významnou zkušeností pro hlubší porozumění toho, co člověk musí všechno udělat a jak mu to nejde, když se pokouší v terapii o osobní proměnu.

<sup>7</sup> Ivan Vyskočil, Autor – autorství, s. 11, nakladatelství AMU, Praha 2010

tvůrčí spolupráce na situaci veřejného vystoupení, kdy student postupně nabývá psychosomatickou kondici<sup>8</sup> a pedagog stále hlouběji prozkoumává svůj studijní obor. Nejvíce patrné momenty, kdy se student stává hlavním tvůrcem pedagogické situace, jsou u předmětů, jako je dialogické jednání, autorské čtení, herecká propedeutika. Setkání je koncipováno tak, aby sám student byl tím, kdo tvoří a především jeho tvůrčí potenciál vytváří atmosféru i náplň setkání. V době, kdy jsem na KATaP začínala studovat, mívala více než polovina předmětů i individuální podobu výuky. Zážitek přímého kontaktu s pedagogem je pro výchovu k autorskému herectví také velice důležitý, protože není nikterak rozptýlena pozornost, chyby i úspěchy jsou o to intenzivnější a objevené principy tvorby osobnější.

Vedle mistrovství pedagoga v jeho umělecké a pedagogické práci je neméně důležitá vzájemná spolupráce pedagogů, aby bylo možné zužitkovat pokroky studenta i v jiných oblastech, než je ta, kterou vyučuje. Student se komplexně rozvíjí především v prostoru intenzivní spolupráce. Myslím si, že je pro osobnostní učení neméně podstatné, jestli spolu způsob výuky, úhel pohledu jednoho každého pedagoga (na předmět i na celý systém vzdělávání v oboru) a vnitřní filosofie společně ladí a jestli pokrok studenta v jednom studijním předmětu pomáhá pokroku i v předmětech dalších. Na KATaP byla vždy podstatná myšlenka psychosomatické kondice studenta pro autentický projev a všichni kmenoví pedagogové ze svého úhlu pohledu pracovali na tomto konceptu. Spolupráci zakládajícího pedagogického týmu bylo vždy možno uvnitř studijního procesu intenzivně vnímat. Pokud jsou základní hodnoty pedagogem žité, přirozeně vnímanému studentovi, který je ochotný skutečně vložit sebe sama do procesu studia, se tyto hodnoty vrývají samy do podvědomí. Udržení otevřené a tvůrčí atmosféry je základem pro autorské herectví. *„Cesta studia psychosomatických disciplín, společného studia učitelů a žáků, je cestou programově prožitkovou, zkušenostní, empirickou, cestou reflexe, primárních zážitků a zkušeností a v tom ohledu cestou*

---

<sup>8</sup> více v kapitole Psychosomatická kondice

*sebepoznání, cestou živé vynalézavé tvořivé praxe.*<sup>9</sup> Činnost pedagoga, který vede studenta k autorství, je tedy přímo podmíněna jeho vlastní schopností být autorem ve svém studijním předmětu. Kmenoví pedagogové KATaP<sup>10</sup>, dle mého názoru, splňovali tyto parametry a každé setkání s nimi bylo pro mě výjimečným zážitkem. V komunikaci s nimi byl patrný otevřený vztah i původnost a novost každého setkání.

### ***Autorský způsob přístupu k osobnosti***

Pro autorský přístup je často sdílený proces, s realizováním jeho aktuálních možností, sledovaným produktem. Zaměření na osobnostní práci, která se týká připravenosti k jednání, vede přímo k existenciálním otázkám. Uchopení sebe sama a schopnosti vstoupit do procesu tvorby v přítomné chvíli je možné nazvat jedním z hlavních úkolů autorství. „Uchopení sebe sama“ nemíním ve smyslu dotlačit se do nějakého předem připraveného konceptu, ale začít se poznávat a zjišťovat, kde se nachází a jakou má podobu moje vlastní tendence k tvorbě. Důležité je, nepřestávat se tázat po smyslu svého konání a stále znovu hledat způsob, jak si skutečně na tuto otázku odpovídat (jednáním).

Velký význam v autorském přístupu nese fakt, že podstatnější část lidské osobnosti je nevědomá<sup>11</sup> a že tato část je navíc sama v neustálé autonomní činnosti (ne jen v době spánku). V rámci studia je potřeba tento fakt integrovat do vědomí a tvořivě s ním nakládat. Nevědomí k nám často promlouvá například v symbolech, v náhlých hnutích, nápadech, ale také náladou, pohybem, intenzitou emoce a dalšími způsoby. Ve skutečném autorském projevu je nutné hledat způsob, jak dávat vlastnímu nevědomí prostor pro projev a jak je integrovat do veřejného vystupování. Student i pedagog oboru autorská

---

<sup>9</sup> Ivan Vyskočil – Psychosomatický základ veřejného vystupování (sborník z konference) s. 7, AMU Praha 2000

<sup>10</sup> Konkrétně myslím s hlubokým obdivem a s vděkem na prof. Ivana Vyskočila a setkávání v předmětech dialogické jednání, autorské čtení a příprava autorské presentace, rozpravy (psychologie, filosofie a hra) na paní Hanu Smrčkovou a její hereckou propedeutiku, na paní Doc. Libuši Váľkovou a výchovu k hlasu s metodikou, na paní Adu Fryntovou s přednesem a v neposlední řadě na paní Doc. Evou Vyskočilovou CSc. a její hodiny psychologie.

<sup>11</sup> nic o ní nevíme – ani student, ani pedagog



tvorba by měli být schopni zaznamenávat a vědomě zpracovávat „ozvěny z nevědomí“ a integrovat je do tvůrčí práce. Situace učení i pedagogický koncept bývá natolik otevřený, aby překvapivý moment vstupu nevědomí mohl být přivítán. V některých předmětech (dialogické jednání, herecká propedeutika, výchova k hlasu) je přímo „počítáno“ na tyto momenty a na každý jejich náznak je student upozorňován. Hlavní hereckou dovedností, jež vyplývá z respektu k nevědomé oblasti psychiky, je schopnost improvizace. Student se snaží dospět k takovému uvolnění, aby objevené situace nepřekvapovaly jen diváka, ale také aktéra, který by si s nimi však měl umět poradit (směrem k rozvíjení překvapivých momentů). Díky rozvíjení schopností k autenticky vznikající improvizaci je možné postupně se dostávat i k hlubšímu srovnání se sebou samým, zde ovšem záleží na míře vlastních dispozic každého člověka.

Kromě herecké dovednosti a schopnosti být v roli, je pro autorské herectví ještě důležitější otázka: Kým jsem bez role? V průběhu hledání odpovědi na tuto otázku je potřeba si všimnout toho, co vychází z nás osobně, jaké nápady, způsoby vztahů, jaké postoje. Nejde o psychologickou analýzu, ale o otevřenou hru vlastních možností s dalšími vlastními možnostmi. Uvědomovat si, kým jsme, když se dostáváme do veřejného prostoru před ostatní. Je důležité rozpoznat, kdo jsem já bez role, já ve všech rolích současně, já jako mýtus, já jako panteon, já jako tajemství. Je zde prostor na prozkoumávání způsobů, jak se dostává náš vlastní příběh na jeviště. Co to znamená, předstoupit před druhé očištěn od rolí, a je-li to vůbec možné? Není důležité znát odpověď, ale klást si tyto otázky v průběhu zkoušení, protože pomáhají očišťovat dramatickou hru od předstírání. Pro divadelní herectví vnímám důležitou otázku podobného druhu a to: Co z lidské osobnosti nepodléhá na jevišti rolím. Opět je dobré, problém podrobit přímému zkoušení a hledání u každého studenta. Kvalitní herectví, ať už autorské nebo ne, často poznáme podle toho, že i když je herec v roli, zůstává mu reálný průběh jeho psychických funkcí - myšlení, cítění, vnímání, tušení (intuice). Neexistují lidé, u kterých neprobíhají tyto základní psychické procesy. V průběhu hry je nutné

umět u sebe zabezpečit, aby naše základní psychické funkce mohly být aktivní. Hrát je v rámci jevištní stylizace, je nesmyslné. Každý herec by měl být aktivní ve vlastním myšlení, cítění, vnímání i tušení v průběhu celé jevištní existence a energie s těmito funkcemi spojená, by měla přirozeně proudit. Při práci na charakterizaci postavy je možné pouze modifikovat způsob myšlení, cítění, vnímání a tušení jako charakterovou zvláštnost postavy. Pro diváka je vždy zdaleka patrné (v negativním smyslu slova), když herec tuto část sebe začne předstírat. Co to znamená skutečně myslet, cítit, vnímat a tušit uvnitř hry, je při studiu autorské tvorby postupně objevováno díky dialogickému jednání a herecké propedeutice. Přímou experimentací se student učí svobodně existovat ve všech čtyřech základních psychologických funkcích a nevzdávat se jejich aktivního zapojení v průběhu dramatické hry.

Od samého začátku studia je zaměřena pozornost na otázku: Jak u jednoho každého studenta probíhá kontakt se sebou samým? Pokud se snažíme zachytit tento kontakt v různých situacích našeho počínání, není možné padat příliš často do automatismu. Sama snaha o zachycení vnitřního postoje k sobě, nás učí nacházet i vnitřní postoj k dění okolo sebe a neustále tento jasný postoj zaujímat. I poetika autorské tvorby zahrnuje aktivní nakládání s vnitřním postojem sama k sobě a potažmo i k dění. Vyjevování tohoto postoje bývá hlavním motorem improvizace a podstatně usnadňuje kontakt s partnerem i s divákem, pomáhá mu orientovat se v situaci i v celé hře. Je to způsob, jak objevit potřebné uvolnění pro pokračování hry a jak se zaměřit vlastním soustředěním na konkrétní detaily. Díky tomuto principu<sup>12</sup> si můžeme dovolit otevřeně zkoušet a doladovat detaily i přímo před diváky, protože vnitřní reflexe se postupně může rozšiřovat na setkávání se v divadelním prostoru jako na událost svého druhu.

Studiem autorského herectví není člověk směřován k tomu stát se hercem. Otázky jeho profese zůstávají otevřené. *„Autorskému herectví jde víc o umění existovat a sdělovat i sdílet, než o umění hrát. Rozumí se existovat na scéně, na jevišti – i na tom tradičním a existovat také*

---

<sup>12</sup> mít neustále s patrností postoj k sobě a k dění

„v životě“, „na jevišti života“.<sup>13</sup> Odklon absolventa od herecké profese je zcela v intencích autorské tvorby, protože se tento obor dotýká mnohem širšího spektra činností. Vede člověka ke schopnosti porozumět svým vnitřním tendencím, a tak se stávat spoluautorem vlastního života. Praktikování experimentací na KATaP (dialogické jednání, autorské čtení, herecká improvizace) jsme neustále konfrontováni s pociťovaným smyslem našeho jednání a vedeni k jeho aktivnímu prohlubování a zpřesňování.

### ***Moment zrodu***

Ať se podíváme kamkoli, nic živého neexistuje v konečném tvaru. V každém okamžiku je možné říci, že se něco nového objevilo, že něco vzniklo i v rámci jednotlivých bytostí. Stejně tak i autorské herectví se vztahuje k tomuto modelu. Hlavní pozornost se upírá na průběh vzniku tvaru, počínající komunikaci a rodící se divadlo. Zachytit moment zrodu je hlavní snaha v experimentech i v otevřených autorských tvarech. Být vědomě přítomen chvíli, kdy se rodí hra, gesto, myšlenka, dílo... a být schopen tento moment vyjevit a sdílet s druhými, to je ideální osobní výbavou pro autorství. Pokud se zeptáme spolu se Stanislavským po centrálním úkolu pro autorského herce, určitě bude mít tento princip velmi důležitou pozici. Dokázat si uvědomit zrod vlastního hlasu, gesta, slova, je základní dovedností pro podchycení výrazových možností aktéra. Je důležité hledat odpovědi na otázku: Jak zachytit momentu zrodu v prvotním záchvěvu u sebe sama? Co je ta nejmenší jednotka, „samý kořínek“ tvorby? Dá se říci, že okamžik zrodu začíná nějakým počátečním tvůrčím chvěním, impulsem, který se možná postupem amplifikace dostává z nevědomé do vědomé oblasti lidské psychiky. Čím dříve jsme schopni všimnout si tohoto procesu, tím získáváme přesnější povědomí o vznikajícím dění. Důležité je, zachytit tento moment zrodu a přitom neochromit vlastní přirozenost. K takovému

---

<sup>13</sup> Ivan Vyskočil – Hic sunt leones, s. 8, Nakladatelství AMU 2003

uvolnění ve veřejném prostoru, aby výše popsaný proces mohl vznikat, je možné dospět jedině experimentací. Schopnost nechat se tvořit nebo přesněji nechat „to“ vytvořit skrze vlastní tělové a myšlenkové možnosti, je možné nabývat pouze postupně, jako zkušenost svého druhu, která je nazývána psychosomatickou kondicí.

Zachytit moment zrodu u druhého člověka je mnohem snazší, než jej zachytit u sebe sama. Proto je třeba vytvářet si takové experimentální situace, které umožní poodhalit toto tajemství. Například dialogické jednání je přesně taková experimentální situace, kdy jde o společný pokus, zkoušku před zraky jiných, kteří jako svědkové pomáhají verifikaci objevených momentů zrodu. „...experimentování je vždy to, co se právě tvoří – nové, pozoruhodné, zajímavé, jež nahrazuje zdání pravdy a je náročnější než pravda. Co se právě tvoří, není to, co končí, ale ani to, co začíná.“<sup>14</sup> Na základě tohoto Deleuzova výroku je skutečně možné všimnout si podstaty myšlenky zrodu, která ani nezačíná, ani nekončí, ale rodí se. Zrovna tak jako dítě žije již před svým narozením, i tvůrčí momenty již žijí před svým vyjevením, před svojí realizací. Jediné, co je skutečně v naší moci, je být u zrodu spolu s dalšími lidmi. Proto se nejedná o podchycení impulsu vzniku (divadla, myšlenky, nápadu...), ale o podchycení momentu zrodu již existujícího (divadla, myšlenky, nápadu...), tedy o otevření a průběh vyjevení konkrétního bytí. Někdy to pro vlastní ego neznamena pracovat a vědomě vytvářet hodnoty, ale naopak jít tomuto zrodu z cesty. Proto práce na sobě pro schopnost zachytit moment zrodu nespočívá pouze v osvojování si nových dovedností, ale také (a to možná ještě ve větší míře) zbavování se zbytečné horlivosti, chtění a dalších sebesprosazujících se aktivit.

Ze stejného důvodu se v průběhu přípravy autorského představení často píše jen minimální scénář, spíše impulsy pro možné situace. Zkoušení samo je pak reflektováno zpětným pohledem a aktér pracuje pouze s tím, co a jak se skutečně odehrálo. Jde spíše o tříbení vnímavosti ke stavbě konkrétního tvaru, než o tvar samotný. Záleží opět na pozornosti, aby mohl nastat moment zrodu i přímo ve chvílích

---

<sup>14</sup> Deleuze, Guattari, Co je filosofie?, s. 99, Oikoymenh, Praha 2001

veřejné prezentace. „Zkouška divadelního tvaru je především situací pro průzkum tématu „ téma je věc základní zkušenosti. Jak to říká Max Frich: téma je zkušenost, která si hledá příběh. Situaci k vyjádření.“<sup>15</sup>. Zkouška jako přihlášení se k nehotovosti, nabízí nové možnosti pro komunikaci s divákem, ale i pro vlastní aktéry, kteří hledají a objevují nové aspekty této otevřené situace i své vlastní přítomné tvorby. Proto, aby bylo možné skutečně zkoušet a ne připravovat hotový tvar, by měl student získat schopnost zkoušet takovým způsobem, aby během zkoušení neuzavíral své možnosti do jediného tvaru, ale naopak otevíral a přivykal principům volné dramatické hry. To ovšem nevylučuje nutnost určité fixace momentů, které se při minulé zkoušce vydařily. Objevení situace k vyjádření konkrétního tématu si žádá nalézání přesných tvarů a objevování jednotlivých částí těchto tvarů s ohledem na jejich „trefenost“<sup>16</sup>. Je důležité také najít způsob, jak je možné fixovat „trefené části“, aby o svůj smysl nepřicházeli opakováním. Autorské představení tedy vzniká mezi dvěma principy napětí, které by mělo být autenticky řešeno přímo na jevišti, jako zkouška před divákem. Z tohoto důvodu se říká, že autorské představení nemá nikdy reprízy, protože je stále zkouškou. Pro divadlo ve zrodu je důležité, aby aktér byl vědomě účasten průběhu tvoření a otevíral se jeho svébytným možnostem. Dá se také říci, že myšlenka zkoušky, která dále pokračuje i před diváky, přenáší ještě více těžiště na vznik divadelního představení, do přítomné chvíle, přímého kontaktu a schopnosti aktérů vše zpracovat společnou hrou.

### ***Autorské herectví jako svobodná tvorba***

Pro autorské herectví je příznačné soustředění se na přítomnou chvíli. Jednáme-li plně zakotveni v přítomné chvíli, jsme zároveň i přirozeně rozkročení mezi minulostí a budoucností. Z minulého jednání vycházíme a vztahujeme se k budoucnosti (k možným důsledkům a reakcím).

---

<sup>15</sup> Ivan Vyskočil, *Nedivadlo Ivana Vyskočila*, s. 133, Český spisovatel, Praha, 1996

<sup>16</sup>Hojně užívaný termín Ivana Vyskočila

Pokud tuto tezi vnímáme jako něco, co je možné zažívat v rámci praktického zkoušení, stává se zážitek času součástí vlastní zkušenosti. Vnímáním časového rozpětí se dostává autorský herec k prohloubení vlastní existence a z tohoto plynoucím tvůrčím možnostem. Hloubka a intenzita zapojení v přítomné chvíli je jistým druhem soustředění, které ovlivňuje i obsah jednání samého. Když autorský herec vstupuje na jeviště, měl by zůstat otevřený vůči impulsům (které přicházejí díky vnímání přítomnosti) a s ochotou měnit svá vlastní očekávání. Připustíme-li si naplno dopad bytí v přítomnosti, je důležité si zároveň připouštět i etickou rovinu našeho jednání a počítat s tím, že uvolnění, jež je nutné dosáhnout pro existenci v přítomné chvíli, odhaluje také naše osobnostní rysy.

Pro učení se intenzivní přítomnosti je důležitý princip reflexe. Jakýkoli drobný pokus je proto podroben reflexi a student autorského herectví se tak učí nebát se pohledu zpět na dosah svého jednání. Je důležité pokusit se porozumět tomu, co jsme udělali i tomu, co se samo z nás, díky tvůrčí situaci, vytvořilo. K autorskému herectví patří schopnost unést zpětnou vazbu a zároveň ji dokázat poskytovat sobě i druhým. Schopnost reflexe, která začíná u vlastní osoby, se postupně rozšiřuje na vzdálenější témata, ale měla by být stále propojená osobním postojem, s reflexí vlastního přičinění pro vznik té konkrétní situace. Reflektování vlastního jednání a aktivní postoj k němu přináší studentovi kromě prohloubení vlastní odpovědnosti i pocit svobody. Být schopen si uvědomovat dosah svých činů při jevištní existenci, může pomáhat přenosu tohoto principu i do všedního života. Díky přijetí zpětné vazby je možné si uvědomit sebe jako součást většího celku, jako někoho, kdo je aktivní součástí společného klimatu. Připomínám, že základní myšlenky autorské tvorby vznikaly v období šedesátých let dvacátého století a stále z myšlenek té doby čerpají. *„Svoboda jakožto osobní odpovědnost, osobní angažovanost na otevřené rozpravě, diskusi, poradě a dohodě, na tvořivé účasti na realizaci, seberealizaci, na poznání a přijetí i druhých. To je význam a smysl autorství. Jistěže důraz na osobní, vlastní odpovědnost má*

*dominantní étos*<sup>17</sup> Odpovědnost otevírá prostor, pro přihlášení se ke svému jednání, poznávání, co mé jednání způsobilo, rozvíjení nebo opravování toho, co již bylo vytvořeno. Svobodu také není možné realizovat bez osobní interakce s druhými lidmi. Pokud vědomí a rozvíjení vlastního vnitřního smyslu nemá obsaženu také rovinu respektu a citlivosti vůči smyslu, který sleduje druhý člověk, stává se pouze okouzlením sebou samým, vlastním životem a nevede k hodnotám, které nás mohou přesáhnout. Autorský princip sledovaný jedním, by měl respektovat a snažit se o komunikaci s autorským přístupem druhého člověka.

Pocitovaná svoboda je přímou podmínkou autorského projevu a je potřeba neustále se snažit situaci svobody vytvářet. K pocitu svobody patří mimo jiné i pobídka „vyjděte ze sebe“, kterou často opakuje pan profesor Vyskočil při dialogickém jednání, obsahuje dva významy současně. Znamená to, vyjádřit se svými výrazovými možnostmi a zároveň vzít na vědomí sebe a své předešlé jednání. Svoboda, která umožňuje projevit se v dostatečně intenzivním výrazu a zároveň péče o osobní kontinuitu jsou, dle mého názoru, pilíři autorského herectví. Osobní kontinuitou v jednání, myslím vědomí, které stále vždy znovu strukturuje jednání, jež v sobě integruje zpětnou vazbu. *„Proto každé obcování s hrou, s hraním, ba i herectvím, má-li být pravé a tvořivé, vyžaduje jasné a živé etické vědomí, étos jako takový. To se týká vědomé osobnosti. V tomto ohledu je autorské herectví osobní“*<sup>18</sup> Přes hrou získané zkušenosti se po způsobu kruhů na vodě mohou dostávat hluboko do osobních postojů člověka. Díky tomu, že se autorství nevzdává přesahu do osobního a občanského postoje, pomáhá pocítit tvorbu v mnohem širších souvislostech. *„...vedle divadelních a dramatických umění, zejména autorské herectví, je to především pedagogická tvorba a sociální tvorba vůbec. To je vlastní životní oblast dramatické kultury jakožto kultury výsostně duchovní.“*<sup>19</sup> Svoboda

---

<sup>17</sup> Ivan Vyskočil, Autor autorství, s. 9, Nakladatelství AMU, Praha 2010

<sup>18</sup> Ivan Vyskočil, Hic Sunt Leones, s. 8, sborník z konference, Nakladatelství AMU, Praha 2003

<sup>19</sup> Ivan Vyskočil, Autor – autorství, s. 11, sborník z konference, Nakladatelství AMU, Praha 2010

autorské tvorby je otevřena do široka, protože autorství je daleko více ve svém důsledku postojem k životu než profesí.

## ***Nedivadlo – ozřejmění protikladem***

Pro porozumění autorskému pojetí divadla Ivana Vyskočila, bych se ráda zastavila nad myšlenkou Nedivadla. Dle mého názoru, mi pomůže poodhalit motivy, které prostupují autorským herectvím. *„Nedivadlo je kontinuálním pokusem o otevřené divadlo na základě dramatické hry, o divadlo jakožto dílo ve zrodu, o autorskou účast a výzvu k souhře. Je to divadlo programově chudé. Vědomě se zříká nákladných divadelních obvyklostí, neboť věří v sílu a podstatnost myšlenky, představy, setkání, jazyka, fantazie, dramatické hry.“*<sup>20</sup> Tak popisuje prof. Ivan Vyskočil vlastní „divadelní vynález“. Koncept Nedivadla otevírá pole výzkumu divadla a nechává jím prostupovat otázky filosofické, obecně společenské i duchovní. Přináší dotek prazákladu divadelnosti, zbavuje se konvence rolí, naplňování scénáře a vstupuje stejně jako filosofie přímo do chaosu. *„Filosofie, věda a umění nás nutí protrhnout nebe a ponořit se do chaosu. Neboť jen za tuto cenu můžeme chaos přemoci. ...nefilosofie se nachází právě tam, kde rovina čelí chaosu. Filosofie potřebuje nefilosofii, která ji chápe, potřebuje ne-filosofické chápání. ...nepotřebuje však tento zápor jako počátek ani jako účel, v němž by se měla svému uskutečnění rozplynout, nýbrž potřebuje jí v každém okamžiku svého dění či svého rozvoje.“*<sup>21</sup> Nedivadlo je tedy prakticky filosofující koncept, který může přinést určitou obrodu. Postoupíme-li dále ve filosofickém uvažování, které se snaží pomocí myšlení bojovat proti chaosu, objevíme další protivenství, které mnohem víc omezuje lidské myšlení než neuchopitelný chaos. *„...zápas proti chaosu se neobejde bez jisté spřízněnosti s protivníkem, protože zároveň probíhá zápas jiný, totiž zápas proti mínění, jež předstírá, že i ono je ochranou*

---

<sup>20</sup> Ivan Vyskočil, Nedivadlo Ivana Vyskočila, na přebalu knihy, Český spisovatel, Praha 1996

<sup>21</sup> Deleuze, Guattari, Co je filosofie?, s. 98, Oikoymenh, Praha 2001



*proti chaosu.*“<sup>22</sup> Nedivadlo se také pokouší zápasit proti mínění, proti zvyku, stereotypu, a dalším principům, které zatemňují a zneřehledňují existenci v přítomné chvíli. Snaží se uvedené problémy lokalizovat a zvýraznit vstupem do chaosu improvizace.

Abychom lépe porozuměli Nedivadlu, jako divadlu svého druhu, je zajímavé, podívat se na některé podobné pojmy, které upozorňují na pravý opak. V Indii jako součást hinduismu existuje pojem Áhinsá – Nenásilí. Mahátma Gándhí pečlivě propracoval podoby nenásilí jako aktivního postoje ke světu, ke konfliktu, k dosažení rovnosti a lásky. Byla to výsostná tvorba v oblasti mezilidského kontaktu, duchovní politiky. Připadá mi zajímavé podívat se na myšlenku nedivadla také ve srovnání s myšlenkou nenásilí. Činit nenásilí neznamená nečinit násilí, stejně tak dělat nedivadlo neznamená nedělat divadlo. Nenásilí není slabost, která vede člověka k opuštění situace a není to cokoli kromě násilí (útěk, pasivní rezistence nebo ignorance konfliktu samého), je to cesta, která má řešit a vyřešit konflikt, ale neagresivním způsobem. Nedivadlo, stejně tak neopouští prostor divadla, ale obohacuje jej o jiné zacílení. Nedivadlo aktivně hledá druhou stranu téže mince, adekvátní protipól ustrnulým divadelním konvencím, ale zachovává divadelní situaci.

Co se stane s jevem, který se objeví ve světle popření svého dosavadního smyslu? Začne se dotýkat své netušené celosti, protože akcentuje svou odvrácenou stranu, tu, která doplňuje a ozřejmuje téma jako takové. S pohledem na přímý protipól v intencích jungovského přístupu k terapii se hovoří o intervencích, jejichž „opak platí také“. V terapii je totiž mnohem důležitější osvětlit, zaktivovat či vstoupit do problematické oblasti, než být nositelem pravdivého tvrzení. V důsledku intervence není nijak podstatné, jestli se terapeut dotkl osvícené nebo odvrácené strany jednoho tématu, ale je důležité, co tato intervence vyvolá dál v terapeutickém procesu. V této optice má pojmenování protikladného jevu stejnou cenu, jako přímé pojmenování problémů, protože vše je bráno z hlediska procesu a ne z hlediska potřeby dotknout se pravdy. Z toho vyplývá, že dotkneme-li se pravého opaku

---

<sup>22</sup> Deleuze, Guattari, *Co je filosofie?*, s. 177, Oikoymenh, Praha 2001

problému, zasáhne problém sám a tak přivedeme klienta „na stopu“ možného řešení.

„Ne“, před jakýmkoli pojmem poukazuje na existenci pravého opaku, který se však nachází uvnitř pole souvislostí. C. G. Jung nazývá toto „Ne“ stínem, který je u veškerých psychologických otázek přítomný a jeho integrace do vědomí přináší podstatný posun v seberozvoji osobnosti. Stín je často brán, jako temná část naší psychiky, je to odvrácená strana, která nás doplňuje a jejíž integrace nás vede k celosti. Myšlenka, že může existovat něco jako Nedivadlo spolu s divadlem, je pozoruhodná, protože snaha poznat odvrácenou stranu divadla, otvírá nový prostor pro divadelní tvorbu. Divadlo je však obrovský fenomén a praxí osvítit stejně strukturovaný a obsažený protipól, znamená hledání po dlouhá staletí a velké množství experimentátorů. Nicméně Vyskočil svým Nedivadlem otevřel možnosti tohoto odvráceného prostoru. Zaměřením se na princip otevřené dramatické hry se postavil do kontrastu k pevnému nastudování dramatického textu. Přináší to, co se děje ve skrytu, obnažené přímo na jevišti, pomocí dramatické hry a volné improvizace: To nepředmětné v herectví staví do světla reflektorů a to předmětné naopak nechává nepředmětnému ve skrytu sloužit. Vyskočilova snaha odhalovat a rušit stereotypy, nánosy a pouštět se do chaosu a světa protikladů byla realizována konkrétní divadelní formou - Nedivadlem. Nedivadlo jako myšlenka, jako přímý protipól divadla, samotné Nedivadlo přesahuje a zasloužilo by si další experimentátory, aby prozkoumali jeho možnosti i z jiných úhlů pohledu.

„...není života ve společenství, v němž bychom byli zbaveni sebe sama a nutnosti zaujímat stanovisko, a není vnitřního života, který by nebyl jakýmsi prvním pokusem navázat vztah s druhými.“

Merleau – Ponty

## **Dialogické jednání**

Hlavní disciplínou na katedře Autorské tvorby a pedagogiky je dialogické jednání neboli jednání s vnitřním partnerem (vnitřních partnerů). Co je dialogické jednání, bylo již mnohokrát popsáno, ale přesto se to pokusím alespoň v krátkosti opět shrnout. Dialogické jednání koncipoval prof. Ivan Vyskočil jako způsob otevřeného experimentu. Tato koncepce vzešla po jeho dlouholeté autorské činnosti v oblasti divadelní, pedagogické a literární. Vychází ze zkušenosti zkoumání autorských jevištních tvarů „Textapeal, Nehraje se, Nedivadlo“ v propojení s pedagogickou praxí (LŠU pro pracující v Josefské ulici). Filosofickou inspiraci je možné vystopovat ve fenomenologii, dialogickém personalismu v psychologii především Jeana Piageta, C. G. Junga, Berna, u pedagogiky herectví Stanislavského, experimenty Brechta a dalších. Hodnoty a principy, které jsou popisovány v kapitole Autorská tvorba, se v dialogickém jednání ve velké míře zrcadlí. Je to disciplína umožňující dramatické experimenty, které je možné připodobnit také k filosofickému „nošení se do chaosu“<sup>23</sup> pro odpovědi na otázky vlastní existence, či „pouhému“ způsobu vnitřní hry. Hlavní otázka se týká celosti a vlastní komplementarity na bázi vnitřního rozhovoru.

Situace všedního života, na které se odkazuje dialogické jednání, jsou momenty obecně známé, chvíle samomluvy nebo samo-hry. Tím jsou myšleny ty situace, kdy se člověk sám přistihne, že sám se sebou

---

<sup>23</sup> Viz kapitola Nedivadlo - ozřejmění protikladem

mluví nahlas a také si odpovídá. Někdy v tomto rozdvojení i jedná, krátí si hrou dlouhou chvíli nebo se potřebuje vyvést ze strachu, či z omylu. Aktér dialogického jednání se pokouší tento spontánní moment u sebe vyprovokovat za účasti druhých, kteří celou situaci svou přítomností verifikují. V jednání se sebou samým nezáleží pouze na otázce a odpovědi, ale především na tělové proměně, kdy aktér z jedné své postavy přechází do druhé. Zatímco v myšlení tento rozhovor probíhá bez tělové proměny, v dialogickém jednání je tato proměna potřebná pro přehlednost situace a stavbu zkoušení (je také sledována všemi účastníky). Jako bychom se navraceli do období kolem třetího roku života, kdy naše myšlení bylo převážně tělesné a otevřené ostatním v celém svém průběhu. Je to návrat a zároveň není, protože naše životní zkušenosti nesou podstatně jiná témata i fyzické dispozice jsou jiné, než bývaly v dětství.

Dialogické jednání probíhá ve volném prostoru, na jedné straně sedí účastníci v řadě na židlích a sledují experiment. Z této řady vždy jeden vystoupí do volného prostoru, aby sám zkoušel. Toto uskupení připomíná rozdělení divadelního prostoru na jeviště a hlediště. Účastník dialogického jednání, sedící na židli je divákem/svědkiem a v určitý moment vstane a jde do volného prostoru a stává se aktérem. Jeho zkoušení trvá většinou asi tak dvě až pět minut. Aktér, který vstupuje do prostoru, nemá žádný úkol ani předem danou situaci či téma. Svým vlastním jednáním naplňuje volný prostor a určený čas. Téma experimentu se během zkoušení samo vytváří skrze pobyt<sup>24</sup> v prostoru, vynoří se z aktivity aktéra. Všichni jsou předem upozorněni na to, že vše se odehrává v přítomném čase, zcela bez ambic po dokonalosti, ale s očekáváním momentu nefalšované radosti z přítomné chvíle. Pokusem se aktér snaží navázat, vyjevit a rozvinout se sebou nějaký vztah. Soustředěním na komplementaritu jednotlivých částí a pociťovanou pravdivost situace se pokouší zachytit před zraky druhých vlastní citové a myšlenkové pochody tak, aby mohly být vnímány jím i ostatními účastníky. Snaží se o čitelnost dění pro sebe i pro druhé tím, že se pokouší o vlastní plné zapojení (hlasu, těla, popřípadě slova).

---

<sup>24</sup> Pojem zavedl Martin Heidegger

Celé situace je kromě zkoušejících účastníků přítomný ještě takzvaný asistent, který sám nezkouší, jen se dívá. Má za úkol shrnout to, co společně s diváky/svědky viděl a zařadit to do kontextu hry a jiných možných oblastí. Asistent připomíná, že každý pokus je přijat jako osobní praktická odpověď na otázku: „Co je to dialogické jednání?“ a snaží se pojmenovat, jak rozumí právě tomuto případu odpovědi. Asistent pohlíží a upozorňuje na zvlášť „trefené“ a zajímavé momenty, rozebírá experiment každého jako pokusu o výstup, pokus o vědomé propojení se se sebou samým, pokus o náhled do toho, co probíhá v nevědomé oblasti vlastní psychiky. Mluví například o plnosti zapojení hlasu a pohybu, o jednotlivých postojích postav, které se ve zkoušení objevily apod.

Dialogické jednání probíhá vždy stejně, má stejný úkol ve stejné situaci. Proměnné je pouze pojetí jednoho každého experimentátora. Dialogické jednání může být a také bývá vnímáno jako, paradivadelní aktivita, studijní předmět, prostředek k udržování herecké kondice, prostředek pro sebeuvědomování, autoterapie a mnoho dalšího. Ve skutečnosti je vším a zároveň ničím současně. Je to zkrátka disciplína, ve kterém je velké množství proměnných ze strany individuality aktérů, diváků, asistentů. Díky tomu, že se jedná o prostor otevřený drobným osobním experimentacím veřejného a zároveň osobního vystoupení, bere na sebe vždy ten účel, který si je konkrétní experimentátor schopen uvědomit. Každý ví nebo alespoň tuší, proč se on sám účastní experimentu a co mu to přináší. Účastníci o tom píší pravidelně zprávy, reflexe. Zaznamenávají, co objevili pro sebe, co jim dělá problém, co pro ně dialogické jednání znamená atd.

Koncept dialogického jednání otevírá možnost zakusit, co to znamená, když jednotlivé vnitřní tendence člověka dostávají možnost projevit se vedle sebe jako samostatné póly, jako jednající postavy. Tento osobní projev s vlastní psychologií, hlasem, tělem by měla mít každá z představovaných postav k dispozici, ať je jakkoli stylizovaná. Je důležité objevit vztah a typ komunikace mezi jednotlivými postavami, vyjevuje se tím velmi konkrétně dramatika naší vlastní existence. Hra vždy osvětluje symbolickou rovinu každého hnutí a umožňuje tím

aktérovi vstoupit hloub do tvůrčího procesu. Drobná hnutí se tak stávají základními spouštěcími impulsy pro nové postavy a vztahy. Zaměřená pozornost a následné naplnění původně tušených možností organicky tvoří hru, situaci a postavy, jež svou stylizací odkazují na různou poetiku. Schopnost tvorby vycházející z momentálního dění se postupně vylepšuje, jak aktér, díky opakujícímu se zkoušení, získává zkušenost. Zkušenost se transformuje do psychosomatické kondice, která posléze umožňuje vlastní spontaneitu přenášet i mimo situaci dialogického jednání, do běžného života. Vytváří se tak nový (zdravý) stereotyp, který se v běžném životě může realizovat sám bez nutnosti racionalizace (konsteluje se). Tuto novou zkušenost, pokud na ní dále pracujeme, je si třeba zpětně uvědomovat a reflektovat, protože ji takto můžeme dále rozvíjet a prohlubovat.

## ***Experimentace***

Po popisu celkové situace dialogického jednání bych ráda upřesnila některé děje, které uvnitř probíhají. Nepředemětná povaha materiálu pro experiment přirozeně vede člověka k uvědomování si vlastní přítomné existence, která získává ve chvíli předstoupení před ostatní účastníky divadelní parametry. Vnímání bývá v mnohém intenzivnější než v běžném životě, aby pomohlo aktérovi zvládnout obtížnou situaci. Když je aktér vyzván ke zkoušení, nejprve se snaží soustředit a uvolnit z přebytečného stresu, aby mohl zachytit tvořící se téma. Jeho pozornost je zaměřena na vlastní jednání a snaží se v situaci hry ztělesnit postavu vycházející z momentálního nastavení. Současně se aktér zaměřuje na zachycení zárodků reakcí na předešlé jednání a pokouší se otevřít možnost přeměny vlastní tělesnosti do nové postavy. Pro přirozenou tělovou proměnu aktér může využít například zmíněný náznak reakce, aby tak lokalizoval počátek doplňujícího postoje či charakteru postavy. V ideálním případě se podaří zachytit kontrastní postoj a postavu k té předešlé. Aktér se dále snaží chvíli setrvat u vytvořeného vztahu a obou jednajících pólů, aby tématu

řešenému mezi dvěma póly mohli být všichni účastní, porozumět mu a sledovat jeho vývoj. Snaha otevřít se přímému opaku našeho jednání je důležitý úkol, protože směřuje k úplnosti. Z potřeby zážitku celosti aktér otevírá a rozprostraňuje svůj vnitřní rozhovor, aby porozuměl svému plnému dění. Tedy spolu s tím, co bývá běžně projevováno, se aktér snaží odhalit i to skryté, tušené a často zcela cizí, ale to, co by mohlo doplnit tvořící se celek. Dotknout se přímého protipólu k našemu obvyklému jednání znamená, porozumět z jiného směru a někdy i z větší hloubky tomu, co je smyslem našeho momentálního zkoušení. Většinou je inteligence těla rychlejší a přesnější než naše intencionální jednání a protipól se vyjeví sám a rychleji než bylo aktérem očekáváno. Je to často překvapení i pro všechny zúčastněné. A odehraje se tak ten nejcennější moment, na který všichni čekáme, kdy sami žasneme, co jsme řekli či udělali.

Z vlastních poznatků, které jsem získala při zkoušení samém (aktivně se účastním 17 let), je nejdůležitější zjištění, že neexistuje konec či plné mistrovství dialogického jednání, ale stále je to proces, který přináší nová zjištění o samotné disciplíně, o vlastní kondici a schopnosti jednat, respektive odhalovat kontradikce svého jednání. Nemálo záleží na postupně získávané zkušenosti. Na začátku je třeba přivyknout poněkud zvláštní situaci<sup>25</sup>. Postupně aktér začíná být schopen zachycovat (také díky komentářům), co se v prostoru odehrálo a začíná si uvědomovat, co je schopen vnímat a jakým způsobem spontánně jedná. Postupně zaznamenává důležitost hlasu, jeho intenzity a co musí udělat, aby mohl zaslechnout svůj hlas pomocí odrazu. Postupně se mu zlepšuje citlivost i na podněty, které jsou v běžném životě spíše součástí stereotypního chování a tedy málo vědomé. Objeví, že jakékoli i to sebemenší předstírání ruší autenticitu jeho hry a současně i kontakt s diváky. Odbourává různé typy strachu na různých psychických rovinách, aby mohl prozkoumat i to, co se zatím strachem skrývá. Většina těchto objevů nepřichází ve stejném sledu u všech experimentátorů, ale je také závislá na vlastních možnostech a předpokladech. Je zajímavé, že některé z poznatků

---

<sup>25</sup> Situace před lidmi bez předem daného úkolu.

a dovedností konkrétní aktér pochopí okamžitě a jinou věc třeba podobně náročnou až za 10 let. Stejně jako průběh a obsah zkoušení i získávání jednotlivých schopností si aktér ovlivňuje sám. Vše je závislé na osobním způsobu zkoušení, na jeho zájmech a dispozicích, na jeho životním příběhu.

Na počátku zkoušení dostává aktér mnohá doporučení, co není dobré dělat, co ho bude odvádět od soustředění na sebe, na téma, od přítomné chvíle. Například je to doporučení nekontaktovat publikum, nepoužívat rekvizity, nezbavovat se nashromážděné energie prudkým pohybem (plácnutím do stehů), nedívat se z okna... Většina těchto dobrých rad je důležitá pro začátečníky, jako hranice, jako ulehčení samého základu vznikající kondice. Postupně už není potřeba držet se těchto dobrých rad, protože s přibývajícím kondicí je toho aktér mnohem více schopen v přítomnosti zpracovat a uvědomovat si. I pravidlo, které ošetřuje prostor veřejné samoty (nedívat se na diváky) je dobré v určité chvíli porušit, protože s přibývajícím kondicí přestává být funkční. V jednu chvíli aktér pocítí potřebu a sílu vyzkoušet si veškeré tendence, které mu přijdou na mysl i překračovat doporučení. Zůstává pravidlem jen to nezákladnější: soustředit se (na to, co vzniká), uvolnit se, nebát se a nelhat. Více pravidel v určitém stupni kondice již není zapotřebí. V průběhu zkoušení každý prochází své stereotypy a prakticky prověřuje jejich funkčnost. Funkční stereotyp protkнутý vlastním vědomím, by měl nahradit ty nefunkční.<sup>26</sup>

## ***Přející pozornost***

O přející pozornosti jsem již psala v první části této kapitoly, ale cítím potřebu tuto otázku více rozvést. V momentě, kdy účastník dialogického jednání plní funkci svědka/diváka, snaží se nabízet aktérovi svoji přející pozornost, tedy takovou pozornost, kdy si vzájemně přejeme, aby se zkoušení podařilo. Je to osobní nastavení k účasti, investice pozornosti

---

<sup>26</sup>Zbavování se automatismů je důležitý úkol, díky němuž je možné zachytit pedagogický i terapeutický dosah dialogického jednání.



a otevřený zájem. Přející pozornost je velmi důležitá, aktivuje pole pro hru a pro experiment pozitivním nastavením. Míra přející účasti, kterou jsou diváci-svědci schopni investovat, je přímo propojená s chutí experimentovat. Dostatečně pozitivní naladění a vzájemná zvědavost na experimentace přispívají aktérovi ke schopnosti pozitivního vztahu k sobě samému. I míra soustředění skupiny přímo navozuje soustředění tomu, kdo zkouší. Jako zkoušející mimo jiné integrujeme do svého zkoušení způsob, jakým je na nás nahlíženo, a proto nám přející pozornost umožňuje jistou bezstarostnost. Opět to připomíná základní situaci v dětství. Milované dítě je od rodičů touto pozorností syceno a díky ní nemá strach a daří se mu v poznávání světa, ve hrách i různých jiných pokusech. Tedy přející pozornost je také obrana proti strachu. Pokud aktér ví, že je ve vstřícné atmosféře nemusí se ani schovávat za nějakou masku, může zkoušet, říkat a dělat, co ho skutečně napadá. Za každým převratným experimentem (ve smyslu, že zkoušení vedlo k něčemu novému) je tato integrovaná přející pozornost, nastavení na přijetí nového impulsu.

V atmosféře lhostejnosti je velmi obtížné toto zkoušení provádět. Zájem o danou věc a o způsob, jak k ní jeden každý přistupuje, je u účastníků důležitý a u asistentů bezpodmínečný. Většinou se podepíše na zkoušení, když aktér vnímá, že je přítomen někdo s negativním vztahem k němu nebo zachytí pohled někoho, kdo se nudí. I přející pozornosti se účastník postupně učí, i ta bývá součástí kondice. Setkávala jsem se dokonce se studenty, pro které bylo dávat přející pozornost hodně obtížné a vyčerpávající, často nevydrželi až do konce setkání a odcházeli po svém pokusu. Schopnost dávat přející pozornost, je možné prohlubovat stejnými způsoby jako zkoušení samo, je to práce se soustředěním, uvolněním a tělovým napětím. Je možné si přesněji uvědomovat s čím vším je tato pozornost na druhého propojená a také v čem je experiment druhého pro nás cenný. V přející pozornosti je schovaný pozitivní vztah, který je možné stále více prohlubovat - víra ve schopnosti zkoušejícího a naděje, že se podaří něco mimořádného. Je to schopnost investovat sebe. Pro účastníky je i přející pozornost výzvou, ale nebývá tak často chápána. Jako asistent si všímám rozdílu

v setkání, kdy si účastníci jdou hlavně zkoušet a kdy přicházejí kvůli celé situaci dialogického jednání.

## **Asistování**

Název asistent vznikl na základě běžné univerzitní terminologie, asistent je již pokročilý student<sup>27</sup> daného předmětu, který pro potřeby cvičení zastupuje pana profesora. V dialogickém jednání vnímám toto pojmenování jako velmi šťastné, protože dle mého názoru na mnoha úrovních přesně vystihuje tuto roli. Asistent je účasten u experimentů dialogického jednání, má úvodní a závěrečné slovo a dává komentář ke každému zkoušení. Asistenti jsou v lepším případě dva<sup>28</sup>. Přestože vede hodinu dialogického jednání, pečuje o motivaci aktérů, povzbuzuje je ke zkoušení a je zodpovědný za atmosféru setkání, vztahuje se k jednotlivým výstupům spíše jako jejich pomocník než jako vedoucí. Není náhodou, že dialogické jednání se nevyučuje, ale z jistého úhlu pohledu je možné říci, že aktéři mají asistenci, je jim asistováno. Připomínám, že dialogické jednání patří mezi nepředemětné formy herectví<sup>29</sup>. Být asistent znamená ze své podstaty, být ten, kdo je někomu „k ruce“. Účastník svým zkoušením vytváří obsah dialogického jednání v tu konkrétní chvíli. Asistent je tu také z potřeby zkoušejícího, protože člověk, který vstoupí do volného prostoru, kde je si sám sobě partnerem, potřebuje svého asistenta, který je (profesionálním) svědkem a pomůže mu zorientovat se v situaci, která právě proběhla. Aktér jako by byl v průběhu svého pokusu ve tmě, asistent a diváci/svědci ze své pozice mají snazší možnost reflexe (jakoby měli prostor před sebou osvětlený). Pro verifikaci pokusu je nutné připomenout, co se odehrálo a nabízet nějaký náhled a vztah. Proto po každém experimentu přichází reflexe asistenta, která by měla aktéra opět spojit s tím, co se již odehrálo. Jean Paul Sarter upozorňoval na

---

<sup>27</sup> Dialogické jednání není možné zcela vystudovat, proto stále používám pojmenování student.

<sup>28</sup> Stejně tomu bývá i ve skupinové psychoterapii.

<sup>29</sup> Nepředemětné - co se bude odehrávat, předem nikdo neví, předmět není předem dán, předmět vzniká v průběhu zkoušení

to, že introspekce je vždy retrospektivní, proto je návrat důležitý pro zúročení pokusu.

Způsob reflexe má své fáze, někdy připomíná i rituál. První reakce je vždy přijímající. Asistent otevřeně přijme celý experiment, a tak ho zařadí do skupiny povedených pokusů, často ještě zdůrazní ty nejzajímavější momenty, ze kterých měl zkoušející radost, nebo byly něčím jiným významné. Občas se stává, že účastníci berou toto první přijetí jako kliše, ale je skutečně nutné, ještě před podrobnější reflexí, přijmout pokus jako platný. Upřímné přijetí je vždy první a velmi důležitý krok, často jenom díky tomu jsou další připomínky přijímány kladně a nabývají svůj smysl.<sup>30</sup> Potom, co je experiment jako takový přijat, snaží se asistent připomenout ty momenty, ve kterých zkoušející byl nejvíce soustředěný a zároveň uvolněný, kdy bylo možné zažít jeho přítomnost v nejvíce vrstvách. To znamená, že asistent vybírá ty pozitivně nejvýraznější momenty, kdy je vyrovnaná intenzita jak výrazu těla, tak i hlasového výrazu, kdy zkoušející sleduje a realizuje nějaké téma, kdy se aktér nechal zaujmout vlastní hrou a dále jsou to většinou ty momenty, na které reagovali i diváci/svědkové. Asistent se snaží také upozornit na momenty, které se nepovedlo sledovat a realizovat, i když byly nasnadě. Snaží se nabídnout možnosti, co se mohlo stát, proč nebylo pro aktéra možné dosledovat impuls k jeho výrazu, co by mohl udělat, která část vlastní mohoucnosti (hlas, gesto, chůze, slovo) mohla být více dotována vlastní pozorností a zároveň aktivněji projevována. Popřípadě upozorní, kde (v jakém projevu) byla latentně připravena pomoc k vyvedení z obtížné situace. Pokud je asistent inspirován či vnímá nějakou paralelu, nabízí své asociace nebo citace k tomu, co se objevilo ve zkoušení. Jako nejzazší možnost reflexe je i pokus přehrání určité sekvence, ale pouze opatrně, aby u aktéra nevyvstal pocit, že je někdo v jeho experimentu přesnější či lepší než on, aby asistent nevzal experiment aktérovi tím, že překryje jeho původní náměty svými. V mém případném přehrání vždy zdůrazňuji, že se jedná o jiný pokus a že to vše mohlo být ještě jinak.

---

<sup>30</sup> Tento moment je i v terapii velmi důležitý, a když se mi daří před interakcí s klientem (ať je jakákoli) dát najevo, že je klient přijímán, je velká šance, že mě uslyší a možná si i vezme mou připomínku k srdci.

Asistent tvoří své reflexe na základě své přijíací pozornosti a propojení se zkušeností s vlastní zkoušením. Hlavní schopnost, o kterou se asistent opírá, je schopnost vcítění se do druhého člověka a díky této schopnosti se snaží nacházet komentář. Někdy stačí i „pouhé“ úvodní poděkování a přijetí experimentu, aby reflexe asistenta pomohla procesu verifikace a tím nabídla zkoušejícímu, aby snadněji přeměnil svůj konkrétní zážitek ve zkušenost a zařadil jej do vlastní struktury psychosomatické kondice. U aktérů je také možné v rámci reflexe sledovat a pokoušet se pojmenovat jejich vývoj v rámci dialogického jednání a změny, které nastaly v porovnání s předešlými experimenty.

Asistentem dialogického jednání se můžete stát až po delší zkušenosti s vlastním experimentováním a potom, co je účastník k asistování vybrán a vyzván panem profesorem Vyskočilem. Asistent má také příležitost sám experimentovat na setkáních, která jsou pro něj určená, kde je možné dále prohlubovat vlastní kondici. Pro dobré asistování je pravidelné praktikování dialogického jednání důležité. Blízkost vlastních experimentů (čerstvých v paměti) pomáhá přesnější formě vcítění do druhého a porozumění procesů zkoušení. Vlastní tělová přítomnost asistenta je mnohem intenzivnější a pro dobrou reflexi připravenější, pokud on sám aktivně zkouší. Asistování se podobá situaci například v analýze, kdy člověk, který analyzuje druhého, musí být také sám analyzován. Protože každý jde svou vlastní cestou, není možné plně provázet či přímo učit druhého člověka nějakým konkrétním dovednostem. Je možné setkat se, nabídnout svou přijíací pozornost, své přijetí a svůj úhel pohledu, mluvit o možných podobnostech s vlastní zkušeností, podhalit vlastní strukturu poznání přes experimenty dialogického jednání. Dobrý asistent se dle mého názoru projevuje spíše nedirektivně a s respektem k osobní cestě účastníků.

## ***Autorská prezentace***

Přímým pokračováním dialogického jednání je autorské čtení a příprava autorské prezentace. Více jsem se o tomto zmiňovala ve své druhé diplomové práci, ale pro úplnost a porozumění kapitolám, které budou navazovat, se pokusím alespoň krátce promluvit i o této oblasti autorské tvorby. Autorské čtení je situace, kdy student čte před ostatními studenty svůj autorský text, který si pro tuto příležitost připravil. Dostává zpětnou vazbu, která je zaměřena na možnou veřejnou prezentaci, na možný tvar. Ve chvíli, kdy student vytvoří text, který se hodí pro jevištní zpracování, začíná pracovat na autorské prezentaci. Většinou se jedná o zkoušení ve dvojici, autor sám zkouší a druhý mu dává zpětnou vazbu, popřípadě spolu s ním zkouší, aby se objevily další možnosti schované uvnitř. Já jsem měla možnost takto jeden rok spolupracovat s panem profesorem Vyskočilem. A došla jsem pro sebe k velmi podstatnému uvědomění si, jak i pevnější divadelní tvar je možný zpracovávat autorským způsobem. Je to takový tvar, aby v momentě inspirace bylo možné opustit připravenou verzi a opět se k ní stejně snadno vrátit. Připravovaný tvar musí dostat takovou vnitřní stavbu a volnost, aby inspirace mohla přijít a byla bez obav realizována. Ale zároveň v průběhu zkoušení se pracuje na prohloubení a zpřesnění tématu, aby prezentace měla i svůj věcný potenciál dobře prozkoušený. Ještě chci zdůraznit, že přítomnost druhého člověka alespoň na části vlastních zkoušek, podstatně pomáhá. Pozornost a v některých chvílích i partnerské zkoušení nijak neubírá na autorství vlastní prezentace, spíše naopak. V době mých vlastních zkoušek se občas stalo, že pan profesor náhle vstoupil do improvizované situace a má sólová inscenace měla rázem dvě postavy. Byl to přirozený a obohacující moment, a pro mou tvorbu to pak znamenalo hledat způsob, jak integrovat to, co vzešlo z improvizace dvou do tvaru divadla jednoho herce. Nebyla jediná zkouška, která by byla stejná jako ta předešlá, stále vyvstávaly nové impulsy, nové hry. Dokonce ani před premiérou se nezkoušelo pro jistotu pevných částí, byla jsem si naplno

jistá pouze v kostře příběhu. A potom při hraní mého představení s názvem „A“ bylo snazší zachytit vlastní improvizální potenciál.

Pro svoji pozdější praxi jsem si pojmenovala tento autorský způsob vytváření představení jako divadelní tvar „s kapsami“<sup>31</sup>. Když takové představení hrajete, v povědomí, máte na základě předešlého zkoušení množství cest, množství dohrávek, drobných dílčích situací, připodotknutí, pohybových sekvencí, možných písni, dokonce i vědomí několika míst, kde by něco mohlo vzniknout, ale zatím nevíte, co by to bylo. S autorsky připraveným tvarem stojíte na jevišti s přibližnou představou, kudy a kam představení povede, ale jak to bude vypadat do detailu, to zjistíte až na základě akce a druhu pozornosti diváků. Vzhledem k tomu, že na jevišti realizujete vlastní text, můžete tvořivě pracovat nejen s hereckým výrazem, ale i s textem samotným. Autorské herectví tedy neznámá pouze, že autor hraje svůj text, ale také že nepřestává být autorem v průběhu celého představení. Tváří v tvář divákovi je schopen proměňovat tvar i text. Je nutné rozlišovat mezi autorským herectvím a interpretací vlastního textu. Prakticky vzato, protože možnosti změny jsou stále přítomné, jedná se při autorské prezentaci o neukončený tvar. Je to „tvar ve stavu zrodu“.

---

<sup>31</sup> tvar „s kapsami“ - je to zatím pracovní název, doufám, že se mi v budoucnu podaří nalézt lepší pojmenování

„...pouze v hereckém umění je tvůrčí osobnost, materiál, nástroj i samo umělecké dílo organicky spojeno v jednom objektu a nemohou se navzájem od sebe oddělit.“

Alexandr Tairov<sup>32</sup>

## **Herecká propedeutika na základě volné hry a kolektivní improvizace**

V době mého studia na Katedře autorské tvorby a pedagogiky i na Katedře výchovné dramatiky vyučovala předmět herecká propedeutika paní Hana Smrčková. Kromě vlastních hodin jsem navštěvovala i setkání jiných skupin jako pozorovatel a nyní k ní opět docházím na katedru Výchovné dramatiky na náslechy<sup>33</sup>. Přístup Hany Smrčkové k výuce herecké propedeutiky lze charakterizovat jako autorský. Jedná se o vlídné a věcné vedení zaměřené na získávání základní schopnosti hrát dramatické hry v plném zapojení sebe a v otevřeném kontaktu s druhými. Protože se tak děje přímo, formou improvizace, každé setkání je událostí rovnou divadelnímu představení. Veškeré aktivity v sobě nesou základ dramatické situace a je možné je řadit mezi drobné formy improvizovaných dramatických tvarů. Z mnoha pokusů, kterých jsem byla svědkem, mám dodnes silný divadelní zážitek. Jedná se o přirozenou cestu, kdy student dospívá ke zkušenosti s hereckou technikou a schopností herecky tvořit. Hlavním úkolem je, co nejdetailněji zvládnout principy dramatické hry, protože z dramatické hry vyrůstá divadelní představení. Dramatickou hrou se divadelní představení realizuje a schopnost být uvnitř a tvořit dramatickou hru spolu s druhými, je základem pro hereckou práci. Dramatická hra ve

---

<sup>32</sup> Odpoutané divadlo, str.: 29, nakladatelství AMU, Praha 2005

<sup>33</sup> Potřebuji si znovu ozřejmit způsob zkoušení a dramatické tvorby z tohoto úhlu pohledu. Tento přístup k herectví i ke studentům mě velmi ovlivnil v přístupu k učení základů herectví i při tvorbě programu neverbální techniky v terapeutické komunitě.

formě volné improvizace je v této herecké propedeutice základním prvkem i metodou, která vždy odhalí, co student již pochopil a k čemu se ještě musí postupným hledáním dopracovat. Zvláštnost tohoto přístupu oproti jiným způsobům učení herectví vnímám tak, že se vše odehrává skrze aktivitu, která má smysl sama v sobě a svébytně stojí na jevišti i mimo něj. Po jistém zvládnutí dramatických her, už není třeba mluvit o propedeutice, již se jedná přímo o přípravu divadelního tvaru a o herectví. Výhoda takového herectví je v tom, že je hluboko propojeno s vlastními kořeny.

Když se na pojmenování herecká propedeutika (před-příprava, úvod) podívám jako na symbol, vybavuje se mi předsíň, možná divadelní šatna. Je to prostor, který je blízko jeviště (hned vedle). Obrazně řečeno pokusy herecké propedeutiky se nacházejí v prostoru, kde běžně odkládáme přebytečné věci<sup>34</sup> a připravujeme se tak na vstup dovnitř do místnosti, na jeviště. Je dostatek času uvědomit si, co si s sebou potřebujeme vzít a co je možné ponechat v předsíni, šatně. Při herecké propedeutice je dostatečný prostor i čas ohledat sebe sama i vlastní herecký materiál a zkusit si představit a nalézt, co to prakticky znamená, když Tairov říká *„Představte si, že jste hercem. Vaše tělo (tj. vaše ruce, nohy trup, hlava, oči hlas) slouží jako výchozí materiál, z něhož budete tvořit. Tedy všechno jste vy sám, všechno je závislé na Vás.“*<sup>35</sup> V herecké propedeutice nejprve zažíváme první kroky přístupu k sobě svému a projevu jako k uměleckému materiálu, objevujeme osobní postoj, který pomáhá k dostatečnému zapojení sebe i k důležitému odstupu od sebe sama. Když si skutečně začneme uvědomovat kvalitu a možnosti vlastního hereckého materiálu, je potřeba nalézt způsob, jak jej opracovávat a zdokonalovat. S naším materiálem se paní Smrčková nesnaží manipulovat a dávat nám úkoly, které musíme zvládnout. Pomocí představ vstupujeme do prostoru dramatické hry, kde přirozeně a výrazně nakládáme s tímto materiálem sami od sebe. Přímo v tomto svobodném prostoru jednoho každého z nás, jsou označeny důležité chvíle, schopnosti, principy. Jedná se

---

<sup>34</sup> myšleno symbolicky – věci – komunikační stereotypy, předstírání, všední práce s hlasem či pohybem...

<sup>35</sup>A. Tairov, *Odpoutané divadlo*, s. 30, nakladatelství AMU, Praha 2005



o plné zapojení ve hrách, v nichž naše tělo a hlas má přirozený rozměr výrazného sdělení. Díky zážitku a označení chvíl, kdy kromě toho, že si hrajeme i sdělujeme směrem k divákovi, postupně si sami v sobě lokalizujeme pole, ze kterého vychází naše osobní herecká mohoucnost. K tomuto poli se dostáváme cestou vyladěné intenzity, dostatečné výraznosti těla, čitelnosti našeho projevu, propojeného hlasu. Vzniká takový způsob existence člověka, který přirozeně přitahuje a vede pozornost druhého člověka.

Hlavní oblastí zájmu herecké propedeutiky je svět našich představ a fantazie (naše symbolická rovina existence) její zachycení a transformace pro hru. *„Divadlo je k tomu, aby ukazovalo věci, které skutečně neexistují. Herecký projev musí být opravdový, ale to je jediná opravdovost, která tam smí být.“*<sup>36</sup> Stejně propojení nereálného děje s autentickým projevem se pokoušíme uskutečnit v rámci všech setkání herecké propedeutiky. Jedná se o fantasknost zažívanou reálným zapojením celého těla, skutečně pocíťovanou situací, konkrétním jednáním a myšlením reálného člověka ve službě hry a fantazie. Hrou je prozkoumávána pravdivost lidského zapojení v neskutečných situacích. Hlavní inspirační pole pro hereckou propedeutiku je volná dramatická hra, která u většiny dětí asi tak od 2 let až do mladšího školního věku naplňuje podstatnou část jejich kontaktu se světem. Jakoby děti z těchto her prakticky nikdy nevystupovali. Dalo by se i říci, že jsou tyto hry pod povrchem věčné komunikace, kde autonomně probíhají a záleží jen na způsobu uvolnění, aby se sama hra náhle projevila. Pro děti je tato hranice snadno průchozí a prakticky kdykoli do těchto her mohou vstoupit. Většinou se ani nerozhodují, že si teď budou hrát, ale náhle zjistí, že si prostě hrají. Ve skupině přátel se tyto hry mohou stát a stávají záležitostí celé skupiny dětí. Jsem přesvědčena, že i u dospělých autonomně probíhá taková dramatická hra kdesi pod povrchem reálného dění (v jungiánské psychologii je nazývána symbolickým životem). V dospělosti již není tak samozřejmé přecházet ze hry do reality a zpět. Od té doby, co jsme prošli pubertou, potřebujeme bezpečné zarámování těchto chvíl, abychom mohli svou

---

<sup>36</sup> R. Boleslavskij, *Herectví, šest prvních lekcí*, str.: 38, Československé filmové nakladatelství, Praha 1948

vnitřní hru realizovat. Důležité však je, že je možné volnou dramatickou hru ve vlastní psychice objevit. Lokalizujeme jí kdesi v průniku vlastní vědomé a nevědomé existence. To je nejspíš stejné pole, ve kterém se nacházíme při tvorbě. Osobní realizace volné dramatické hry může plnit funkci péče a kontaktu s tímto meziprostorem uvnitř naší psychiky. Péče o tento prostor je důležitá pro tvorbu uměleckou i osobní. C. G. Jung tyto lidské možnosti nazývá Transcendentní funkcí<sup>37</sup>.

Herecká propedeutika se svou podstatou snaží objevit přirozenost hry a postupně jí prozkoumávat a zdokonalovat. Veškeré zkoumání a zdokonalování se probíhá uvnitř hry samé. Spolu se schopností hrát si se zkoumá i základní princip herecké tvorby. Je to cesta, která nás navrácí do dětství. Nejedná se však o cestu dětinskosti, „mrckování“ a hraní si na děti, ale o podchycení dětské důvěřivosti, nekritické pozornosti, hloubky prožitku, která je v nás stále obsažená. Erick Berne v teoriích lidských her také staví vysoko dětský pól naší osobnosti *„Dítě (jako archaický stav ega) je vlastně v mnoha směrech nejcennější součástí osobnosti a životu každého jedince dodává přesně totéž, co do rodinného života vnáší skutečné dítě: radost, půvab a tvůrčí iniciativu.“*<sup>38</sup> Uvnitř zkoušení herecké propedeutiky, propojení se s kvalitou dětského prožitku podstatně napomáhá tvorbě i procesu učení.

Koncept herecké propedeutiky Hany Smrčkové koresponduje s myšlenkami, které jsem popsala v kapitole autorská tvorba a patří do koncepce autorského herectví. Pokud se na to, co se odehrává při herecké propedeutice, podíváme ve srovnání s dialogickým jednáním, nalezneme mnohé paralely, jako je například sledování momentu zrodu, vstup na jeviště bez předem zadaného tématu, sledování vnitřních impulsů a změny napětí pro celkovou změnu situace, důležitost reflexe, sledovaná práce s tělem a rozšiřování vědomí svého bytí v prostoru, sledování radosti ze hry, která je jako „lakmusový papírek“ pro smysl a účinek jednání. Jediný podstatný rozdíl je v tom, že tento studijní předmět je koncipován většinou pro zkoušení ve skupině, ve dvojicích

---

<sup>37</sup> C. G. Jung Výbor z díla II, kapitola 8, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2001

<sup>38</sup> E. Berne, Jak si lidé hrají, s. 24, nakladatelství Dialog, Most 1992

a zřídka se jedná o individuální práci. Vnitřní partner se integruje dovnitř postavy a vyjeví se pouze občas (podobně jak to bývá v divadelních hrách s monologem), partnerem je především druhý člověk a kontakt s ním je jedním ze základních mechanismů pro stavbu situace či rozvíjení představy.

### ***Průběh a obsah setkání***

Na začátku většiny setkání po úvodním přivítání, každý dostane možnost za pomoci jednoduchých cvičení s představou, zaměřit se na sebe a svou představivost a fantazii. Důležité je nejprve ověřit si své spojení mezi tělesností a duševní činností. Vnímat a zpřesnit si vlastní herecký materiál zpracováváním a realizací drobných pobídek ze strany pedagoga. Jedná se o drobné fantazie například o těle (prodlužování těla, změny materiálů, z čeho naše tělo utvořeno...), dále práce s intenzitou, výrazností, zrychlení zpomalení... Ve větší pokročilosti je ono ohledání a zpřesnění své herecké (hráčské) existence již uvnitř hry, ve které například z vnímaného pohybu vzniká postava, která poznává sebe a své možnosti, posléze komunikuje s ostatními a volně vzniká dramatická hra těchto postav. Pro zaměření na skupinu je možné využít rovnou skupinové hry, ve kterých se pracuje se skupinovým impulsem či s momentem zastavení děje, uvědomování si a verbalizace svých představ o situaci. Existuje mnoho variant cvičení, která umožňují studentovi základní uvědomění a zpřesnění svého momentálního stavu a naladění se pro herní situaci. Důležité je, aby si student mohl vyzkoušet nastavení intenzity, variabilitu tělového postoje ve spojení s představou, základní hru s tvůrčím impulsem, zkrátka vlastní tvárnost a herní připravenost. Ve více pokročilých skupinách tato začáteční evokace není nutná, protože potřebné vyladění je otázkou pár minut u někoho i vteřin a tak je možné rovnou přistoupit k volným dramatickým hrám.

Trochu se bráním pojmenování „cvičení“ pro aktivity herecké propedeutiky, protože nic, co se zkouší, nemá postup jasně účelovosti.

*„Jemnost a hloubka lidské psychiky nedají se ovládnout jen prostředky technickými. Vynucují si bezprostřední účast samé přirozenosti v okamžiku skutečného prožívání a jeho ztělesnění.“<sup>39</sup>* Veškeré aktivity jsou proto nabízeny jako otevřená možnost, jako hry pro zážitek. Nikdy není přesně určeno, jak má vypadat průběh hry, nebývá zacílená pozornost na zvládnutí konkrétního úkolu. Jen výjimečně dochází k zacílení na jeden problém, ale i v těchto případech je brán velký ohled na osobní hru, tentokrát s nějakým pevnějším pravidlem. Většinou je označen výchozí moment nebo je popsán způsob, jak se k postavě, situaci, výrazu dostat (sledujete gesto, pohyb a aktivně jej rozvíjejte, dokud se neobjeví slovo či představa). Ve všech případech aktivit je otevřený prostor pro zcela svobodnou hru. Využití prostoru pro vlastní invenci není pouze žádoucí, ale z povahy her vyplývá, že bez této investice hrát vůbec nejdou.

Pozornost je především zaměřena na rozvíjení osobních schopností, které umožňují hrát s plnou důvěrou ve vlastní představu a fantazii, v situaci, v partnera, v objevená témata, zkrátka v celkové dění. Jde o potvrzení smyslu hry samé v její plné hrové realitě a autenticitě. Osobní zkušenost plného zapojení člověka uvnitř a zároveň nadhledu nad situací, je třeba postupně nabývat. V herecké propedeutice pro získávání těchto dovedností jsou vytvořené kratší dramatické hry. V jejich základech je možné vysledovat různý akcent, i když stále je zaměřena pozornost na komplexní zapojení studentů. Jako základní zkušenost vnímám otázku odhalení tvůrčího impulsu a nakládání s ním tak, aby vedl ke zrodu postavy, situace či přinášel podněty k obohacení nebo změně fiktivní situace, postavy, vztahu... Některé hry jsou přímo zaměřené na schopnost objevit a rozvíjet impuls. Nejprve je důležité udržet tvůrčí napětí (pulsace mezi soustředěním a uvolněním), ve kterém je možno tvůrčí impuls přímo zachytit. Dále pak je potřeba dokázat tvůrčím způsobem s tímto impulsem zacházet. Je možné zkoušet hry, které jsou koncipovány na rozšiřování tohoto impulsu až k jeho plnému projevení vnitřní a vnější

---

<sup>39</sup> K. S. Stanislavskij, *Moje výchova k herectví I*, str. 43,

technikou<sup>40</sup> nebo jeho uchováním v rovině vnitřního napětí a pracování s kontrastním postojem. Impuls je možné také přenášet z jedné oblasti do druhé (z pohybu, do hlasu, do slova a zas zpět). Je možné rozvíjet pomocí cvičení schopnost vnímání a naladění na tvůrčí impulsy partnerů či schopnost rozpoznat a sledovat tuto práci u druhého člověka. V rámci celé skupiny je také možné pracovat s hledáním skupinového impulsu, který většinou ústí do společné atmosféry.

Pokud zaměříme náš úhel pohledu na otázku vztahu, která je velmi důležitá pro veškeré dramatické hry, je možné si povšimnout různých her, koncipovaných pro vztah se sebou, s partnerem a s divákem. V této oblasti je rozhodující práce s vnitřním napětím, sledováním a aktivním tvarováním impulsu a jeho možném vyústění do fyzické i psychické úrovně a projevení pohybem, hlasem, konkrétním postojem či jednáním. Hry a cvičení zaměřené na spolupráci s partnerem probíhají v mnoha podobách (např. hra dvou ve společné situaci nebo každý má svou vlastní situaci, ale hrají ve společném prostoru). Hry, které různým způsobem kladou důraz na spolupráci, se týkají schopnosti, jak přijetí partnera a partnerovi vize, tak i jeho bezpečné odmítnutí<sup>41</sup>. Dále je možné zaměřit pozornost na rozhovor partnerů, společné vyprávění a další aktivity uvnitř volné hry. V kontaktu s divákem (jako partnerem) se nejprve díky hře objevuje prvotní schopnost osobního výrazu, který vede pohled druhého člověka. Je důležité, aby tento způsob projevu byl u každého hráče objeven a aktivován. Dále pak jsou vytvořené hry, které jsou přímo koncipované jako vyprávění nebo je tu otevřena možnost v improvizaci komentovat dění přímo divákovi nebo možnost uvést diváka do děje formou retrospektivní vsuvky.

Samozřejmě je různá struktura setkání, když skupina teprve začíná nebo už je v herecké propedeutice pokročilá. Na úplném začátku, jsou hry mnohem kratšího trvání a více zacílené ke konkrétním problémům a postupně se otevírá větší volnost a možnosti delších celků. V jednodušších hrách je často pozornost zaměřená na detail

---

<sup>40</sup> Pojem zaveden K. S. Stanislavským

<sup>41</sup> Bezpečné odmítnutí - odmítnutí uvnitř hry, které nezruší hru samu

v komunikaci, nebo je pracováno například na symbolické rovině s energií. U složitějších dramatických her (např. společné vyprávění nebo volná improvizace) sama improvizace akcentuje, co je potřeba poznat a pojmenovat si. I přes velké množství rozdílných dramatických her, je třeba neustále zdůrazňovat autentický projev, maximální spolupráci s partnerem, vědomý a zároveň svobodný výraz se zachytitelným vývojem, důvěra v sebe a v situaci, napojení na nevědomé vrstvy vlastní psychiky. Vrcholem herecké propedeutiky je schopnost volné improvizace, která má smysl sama v sobě a zároveň tvoří a udržuje psychosomatickou kondici. Druhou možností transformace herecké propedeutiky je stavba divadelního tvaru, která je také formou studia herectví.

### ***Volná improvizace ve skupině***

Ve chvíli, kdy je skupina připravena natolik, že je schopná větších bloků volné improvizace, není již nutné zkoušet drobná přípravná cvičení, protože volná improvizace všechny principy obsahuje, a tudíž její praktikování samo pomáhá udržovat aktivní hereckou připravenost a zároveň rozvíjet psychosomatickou kondici. Volná improvizace byla zařazována již dříve v drobnějších celcích a postupně je možné dobu zkoušení prodlužovat. Nejprve bývá spíše experimentem, který podhaluje dovednosti, jež studentům ještě chybí, ale postupně se stává svébytným způsobem kondičního zkoušení. Pro jasnější porozumění se pokusím popsat, jak vypadá a co je zapotřebí pro volnou improvizaci tak, jak jí vyvinula paní Hana Smrčková.

Jedná se o skupinové improvizované dílo, které vzniká společně bez předem daného tématu a bez rozdělení rolí. Všichni zúčastnění jsou spolutvůrci hry a zapojením představivosti a fantazie se snaží vytvářet situace, které se postupně podle své hrové logiky řetězí do příběhů. Jednotliví účastníci do hry nevstupují za sebe jako osobu, ale přijímají na sebe různé role, proto se účastníci ve hře nikdy neoslovují svými občanskými jmény. Účastníci se nechávají vést tvorbou

a vzájemnou inspirací. V improvizaci je možný jakýkoli stylizovaný projev včetně tance i zpěvu. Mísí se i různé způsoby kontaktu, některé části mohou být vyprávěné divákovi, nebo si účastníci vyprávějí mezi sebou, je možný dialog mezi postavami, společné domlouvání na tom, co bude následovat, přímé jednání, vyslovení vlastních vnitřních problémů nebo vysvětlení postoje postavy (drobný monolog). Jednotliví účastníci se v průběhu improvizace různě střídají v hlavních a vedlejších úlohách v jednotlivých obrazech. Vše je v rámci svobodné hry, která je závislá pouze na tvůrčí inspiraci a spolupráci osob ve skupině. Tvoření prostředí i postav jsou závislé především na uskutečňování hry v přítomné chvíli a vše se může různě proměňovat. Jednotlivec sám je zde spolutvůrcem hry, sám především reaguje na to, co se děje kolem něj a zároveň vychází z vlastních představ a postojů k dané situaci. Mezi účastníky je důležitý respekt k sobě navzájem i k vytvářené hře. V improvizaci větších tvarů se přirozeně realizují i jejich lidské potřeby v rámci hry (odpočinout, vydýchat se, vysmrkat se, na chvíli odejít ze hry a za chvíli se opět navrátit) to vše je možné, aniž bude hra zrušena.

Pokusím se udělat ještě jeden popis volné improvizace tentokrát s preferencí způsobu vnitřního zapojení účastníků (hráčů). Skupina lidí se tedy pokouší o společnou dramatickou hru, ve které není dán předem žádný předmět, ani postava, ani prostor, ve kterém by se hra měla odehrávat. Vše začíná společným vědomím situace hry, jež sebou nese konkrétní psychofyzickou přítomnost - jasnou intenzitu a sdělnost projevu, ač se vůbec nic v tuto chvíli ještě neděje, již je to vnímáno jako hra. Skupina nejprve projde vzájemným laděním, vnímáním atmosféry, každý se snaží postupným zdůrazňováním vlastního pocitu, dát zprávu o svém stavu, ve kterém se nachází, aby bylo možné vypátrat, co je pro skupinu jako atmosféra společné. Toto první zvýraznění osobního stavu bývá velmi krátké a často je možné jej vysledovat v pohledu, drobném pohybu, reakci na cokoli zvukem. První jednání bývá spíše hledáním spojení s ostatními a s otevírajícím se tématem. První reakce bývají zaměřeny na cokoli, co se objevilo bezděčně (společný rytmus, nějaký pohyb, zvuk) a dále je postupováno

společným hledáním a zachycováním významu toho, co se začíná objevovat. Pokud je něco náhle zvýrazněno a všichni ze skupiny si toho všimli, najednou se lokalizuje téma, zatím ještě latentní, ale již přítomné. Pomocí vlastního postoje jednoho každého z účastníků začíná jakási amplifikace latentního tématu. Toto latentní téma se zpřesňuje postupně skrze postoje, hlasové projevy, pohledy, gesta a jednotlivá slova tak dlouho, dokud se neutvoří společná situace. Účastníci se snaží v situaci jednat, otevřeně přijímat či odmítat postavy, kterými se díky vyjevení situace náhle stali. Kromě sledování společné akce a osobního ponoření se do víru hry, ještě každý účastník aktivuje sebe v několika rovinách. Jsou to různé oblasti zájmů účastníka, ze kterých vychází jeho konkrétní jednání, bývá to vnímání, reagování a vnitřní procesy (uvědomování si vlastního projevu, vlastní postoj k dění, fantazie, vlastní tendence pro rozvíjení situace...) vnímání a spolutvoření vztahů mezi postavami (jaký je kontakt mezi vlastní postavou a postavou kterou ztělesňuje druhý a jaký mají vývoj, popř. jakou atmosféru vytvářejí), uvědomování si tvořící se situace, příběhu, tématu (reflexe toho, co se již odehrálo a jak to ovlivňuje postoje postav, jak je možné na to navázat, či to proměnit...) uvědomování si situace jako celku (rozšířená pozornost, na všechny účastníky i na vznikající děje), uvědomování si realizace možnosti změny (ve všech rovinách). Vždy je ve vědomí účastníků skutečnost, že stávající situaci i postavy je možné a žádoucí svobodně měnit, stále zůstávají aktivní možnosti vnímání jako na začátku hry a veškeré dění (gesta, hlas, slova, vztahy) či jakýkoli jiný detail může získat takovou autonomii, že promění celkové dění. Důležité je být si stále vědom možnosti „těhotenství“ jednotlivých detailů a očekávat zrod něčeho nového. Volná improvizace (dramatická hra) je otevřená možnostem vzniku a náhlé transformace veškerého materiálu. Jediné, co je bezpodmínečně pro volnou improvizaci nutné dodržet, je osobní existence všech účastníků v herní intenzitě, jejich spolupráce, soustředění, uvolnění, aktivní vytváření postojů k dění a otevření vlastní fantazie pro tvoření dramatické fikce. Pokud jsou dodržena základní pravidla, nevzniká zmatek ani z pohledu diváka. Tento způsob hry utváří jakési zvláštní



situace podobné snu, proto tento způsob dramatických her ráda nazývám „kolektivní bdělé snění“.

Aby se tato společná dramatická hra mohla hladce uskutečňovat, účastníci se postupně (pomocí jednotlivých cvičení) dostávají k určitým pravidlům, která by se dala nazvat herním kodexem. Kodex zatím nemá psanou podobu a ani já ještě nejsem u konce zkoumání volné improvizace, tak je možné, že jsem ještě některé principy sama neobjevila nebo ještě můj poznatek není přesný. Ze své praxe jsem pochytila tyto zásady: vždy zaujmout jasný postoj, nikdy nenegovat představu druhého, pokud převezmu pozornost na sebe, nesmím přestat jednat - dokud nepřijde reakce od někoho jiného, nesnažit se myslet nad hrou, ale ve hře, vše, co se odehraje, není myšleno osobně, vše je hrou. M. Čechov v herecké technice přesně popisuje důležité parametry improvizace takto *„Herec v sobě musí vypěstovat citlivost k tvůrčím impulsům ostatních. Improvizující skupina prožívá neustálý proces dávání a přijímání. Malý náznak od partnera – pohled, pauza, nová či nečekaná intonace, pohyb, povzdech, nebo i sotva postřehnutelná změna tempa - se může stát pro ostatní tvůrčím impulsem, vyzváním k improvizaci. Musíte mít odvahu naprosto se spolehnout na svého improvizujícího ducha. Sledujte psychologický tok vnitřního života (citů, emocí, přání a dalších impulsů)...vnitřní hlas nikdy nelže.“*<sup>42</sup> Tento popis přesně zapadá do konceptu volné improvizace. Spojení sama se sebou „vnitřním hlasem“, vlastními psychologickými funkcemi se nesmí při improvizaci přerušit ať je aktér v jakékoli herní situaci, protože toto propojení pomáhá průběhu hry a zajišťuje autenticitu. Zmiňuji-li na tomto místě autenticitu, myslím na ni jako na uvěřitelnost, jak osobního prožitku jednotlivých účastníků, tak i zapojení celé skupiny. Uvěřitelnost toho, co se děje z pohledu diváka i z pohledu partnera, který je uvnitř situace. Čím hlubší je zapojení osob i skupiny ve hře a propojení s vědomím toho, co se odehrává, tím silnější je i zážitek autenticity.

Myslím si, že volná improvizace v podobě, které se mi dostalo od paní Hany Smrčkové, má v sobě nemalý umělecký i terapeutický

---

<sup>42</sup> M. Čechov, O herecké technice, s. 36, nakladatelství

potenciál. Tento způsob improvizace je možné ještě více otevřít k veřejnému vystoupení nebo fixací některých částí vytvořit pevný divadelní tvar. Je možné uvažovat i o jeho využití v psychoterapii. Můžeme se například pokusit dovést klienta terapeutického zařízení k takovému vědomí sebe, že je si schopen společně hrát s druhými. Když v důsledku toho dokáže mít nad svou hrou takový osobní nadhled, že dokáže vytvářet situace a ve skupině uplatňovat svou vlastní schopnost představitivosti a fantazie, to je podle mého názoru, vrcholně terapeutický čin. Jak je psáno v úvodním citátu, člověk je materiálem pro divadlo a klienti, kteří mají problémy se sebepřijetím, sebeprosazením a vůbec vztahem k sobě samému, pokud touží po takové společné hře, mají dostatečnou motivaci k osobní změně. Při praktikování volné improvizace velmi rychle a jasně poznají, kdy se jejich problémy začnou lepšit, protože se zlepší i schopnost improvizovat (být s druhým v přítomnosti a ve hře). Ve volné hře se projevují nevědomé aspekty osobnosti, a když nejsou alespoň trochu propojené s vědomým náhledem, hře spíše škodí, než aby jí pomáhaly. Uskutečnění volné improvizace s klienty terapeutického zařízení s sebou tedy zákonitě musí nést i terapeutický efekt. V následující části s názvem Neverbální techniky, kde podrobněji popisuji program, který jsem vyvinula pro klienty komunity drogově závislých, je možné si povšimnout, že jsem se inspirovala přístupem Hany Smrčkové k herecké propedeutice.

### ***Tvorba divadelního představení***

Důležitý pro mou další práci byl i zážitek tvorby divadelního představení postupem kolektivních improvizací. Tato stavba tvaru je zajímavá svou hravostí přítomnou v průběhu celého zkoušení. Zážitek tvorby samé je jako propojující nit v jednotlivých výstupech a dramatických situacích. Není to tedy „dřina“, která na konci přinese divadelní tvar, ale je to množství drobných dramatických událostí, jež se postupně spojí a vytváří tak celou inscenaci. Při tvorbě divadelního tvaru, jako logickém pokračování herecké propedeutiky, je opět velmi důležitá

schopnost osobní tvořivosti v přítomné chvíli. Je to zkoušení celé skupiny lidí, kteří si vyberou divadelní hru, předlohu nebo jen konkrétní téma. Některé obrazy, části, sekvence, otázky jsou vytyčeny a stávají se spouštěcím momentem pro dramatickou hru. Pomocí těchto improvizovaných her se objevují různé situace, které v divadelní hře ani v předloze nemusí být zachycené, vzniknou však ze zkoušení samotného. Pokud nejsou využité přímo do inscenace, zážitek s nimi může pomoci například při charakterizaci postavy, nebo pro přesnější podchycení atmosféry. Dramatické situace nevznikají jako realizace vizí jednoho člověka, ale samy o sobě vycházejí ze zkoušení otevřených možností hry, která je již nějak tematicky vymezená. Zkoušení samo má reflektující pohled, ale většinou ne směřem ke stavbě, ale spíše k autenticitě, dynamice, vzájemné spolupráci. Inscenace bývá často strukturována vnitřní logikou hry a velmi zřídka pohledem zvenčí. Pokud se náhle objeví potřeba dát věci konkrétnější tvar, je to většinou invence někoho zevnitř skupiny, který náhle uvnitř zkoušení reflektuje nebo rekapituluje celou situaci a posouvá ji tak dále.

Já sama jsem zažila tento způsob zkoušení na hře *Láska k bližnímu* od Leonida Andrejeva. V této hře nás bylo sedm a vytvářeli jsme nepřeborné množství postav. Krom velkého zážitku z průběhu celého zkoušení jsem si odnesla pocit, že hra je vytvořena námi, že není jen nazkoušena. Plně jsem se vyzнала v celém tvaru zevnitř v obsahové stránce i ve struktuře jednotlivých jednání, rozuměla jsem každému hnutí každé postavy. Věděla jsem, že jsem svobodná a budu schopná začít i opřít jakýkoli pokus o improvizaci na jevišti. Ve chvíli, kdy jsme si proměnili role, neměli jsme nikdo problém zorientovat se do hloubky v jednotlivých postavách. Jakoby se nám celé představení díky způsobu zkoušení dostalo hluboko pod kůži a pokaždé znovu s námi ožilo. Kromě uměleckého zážitku jsem si odnesla z tohoto představení a jeho zkoušení podstatné zážitky pro svou pedagogickou praxi. Zážitek s tímto divadlem mě provází stále při vlastní tvorbě a vnímám ho jako vrchol skupinové práce, kterou jsem osobně zažila. Pokaždé, když tvořím divadelní představení s klienty v komunitě nebo

studenty na taneční konzervatoři se vnitřně opírám o tento vlastní zážitek. A ráda bych dala pocítit druhým něco podobného.

„...psychosomatická kondice. To je jistá zralost, připravenost, pohotovost a někdy i potřeba, chuť, puzení veřejně vystupovat, jednat, chovat se, prožívat přímo, bezprostředně spontánně, kreativně a produktivně, svobodně a odpovědně.

Ivan Vyskočil<sup>43</sup>

## **Psychosomatická kondice**

Výbava, se kterou by měl student autorské tvorby vstupovat do světa, se nazývá psychosomatická kondice. Jakmile jsou základy této kondice položeny, měl by student být schopen ji nadále prohlubovat a rozvíjet. Na stavbě této osobní mohoucnosti v oblasti projevu se podílejí všechny studijní předměty s dialogickým jednáním v čele. Disciplína dialogického jednání vévodí především z toho důvodu, že student v rámci experimentace sám vstupuje do vlastní psycho-somatické struktury, poznává jí a vytváří svůj jedinečný základ pro vznik této kondice. Přes dialogické jednání student poznává a rozvíjí (v rámci situace hry) svůj osobní projev - způsobem sobě vlastním. V experimentaci dialogického jednání se projevují současně všechny výrazové možnosti. Proto se dialogické jednání stává místem, ve kterém si student může uvědomit svůj pokrok i co se týče dalších studijních disciplín. Výchova k hlasu, k pohybu a přednes pomáhají zpřesňovat a zakotvit mohoucnost studenta v těchto jednotlivých osobních projevech samostatně a propracovávají psychosomatickou kondici ve speciálních oblastech. Toto vyčlenění a zacílení je nutné z toho důvodu, že intenzivní práce na jednotlivých možnostech vlastního způsobu projevu napomáhá studentovi projít proměnou z osobního způsobu projevu do osobitého způsobu projevu. V pojmu osobitý způsob projevu vnímám daleko větší přítomnost roviny

---

<sup>43</sup> Psychosomatický základ veřejného vystupování, s. 7, sborník z konference, nakladatelství AMU, Praha 2000

veřejného vystoupení než v pojmu osobní. Různorodá péče o lidský projev napomáhá tomu, aby se student začal poznávat, a rozvíjel své vlastní kvality. Aby svou prací na rozvoji těchto kvalit začal přirozeně objevovat své vlastní možnosti zobrazování a sdělování v kontaktu s druhými.

Psychosomatická kondice se vytváří jako pole, ze kterého vychází schopnost plně existovat v přítomné chvíli. Možnost „existovat“ bych ráda upřesnila pojmem Martina Heideggera být pobytem. *„Bytostnost“ pobytu spočívá v jeho existenci. Rysy, jež je na tomto jsoucnu možno vykázat, nejsou tudíž vyskytující se „vlastnosti“ tak a tak „vypadajícího“ jsoucna výskytového, nýbrž vždy ty které způsoby (v psychosomatické kondici - hlas, slovo, pohyb – poznámka V. K.), jakými je tomuto jsoucnu možno být, a jenom to. Veškeré ‘být něčím’ znamená u tohoto jsoucna primárně být. Proto titul „pobyť“, kterým označujeme toto jsoucno, nevyjadřuje, co to jsoucno je, jako třeba stůl, dům, strom, nýbrž vyjadřuje bytí.“<sup>44</sup>* Dle mé zkušenosti nejspíš zážitek vlastního pobytu v experimentaci dialogickému jednání vnitřně organizuje vytváření psychosomatické kondice (její stavbu). V ostatních psychosomatických disciplínách student prožívá a lokalizuje také svůj pobyt, tentokrát však v určitém svém způsobu projevu (v bytí hlasem, v bytí pohybem, v bytí slovem). Dotknutí se vlastního bytí „jež není tak a tak vypadajícím“, přes jednotlivé vlastní způsoby projevu, dodává vytvářející se psychosomatické kondici přesnost, jak v projevu samém, tak i v možnostech rozvoje tohoto projevu. Vlastní veřejný projev (hlasem, slovem, pohybem) je konkrétním tvůrcem psychosomatické kondice, je zároveň i jejím uskutečněním a je také materiálem pro následnou analýzu v rámci sebereflexe. Osobitý projev je nějak lokalizován v kondici, vždy z ní vychází a zpětně ukazuje na stav celé psychosomatické kondice aktéra. Díky zážitku veřejného vystupování, následné sebereflexe a práce na možném zpřesnění a vylepšení vlastních schopností, může student postupně dospívat k plnosti své existence ve veřejném prostoru. Děje se tak postupným uvědomováním si vlastních kvalit projevu a jejich rozvíjením. Pomocí

---

<sup>44</sup> Martin Heidegger, *Bytí a čas*, s. 59, 60, nakladatelství Oikoymenh, Praha 1996

psychosomatických disciplín je třeba na sobě pracovat, aby se mohl náš projev stát aktivním materiálem herecké tvorby (v širším smyslu slova).

Psychosomatická kondice je mohoucností člověka, a musíme tedy připustit této kondici stejnou proměnlivost, jakou má člověk sám. Stejně jako lidská bytost se postupně rozvíjí, proměňuje a tvoří. Však všude, kde se objevuje progres, není možné vyloučit regres, proto je nutné vlastní kondici stále udržovat. Péče o udržení psychosomatické kondice spočívá v jejím uplatňování a reflexi vlastního jednání. Kondice vzniká na základě opakované zkušenosti se sebou samým: jak jednáme, jak se projevujeme a hlavně jak integrujeme zpětnou vazbu a připouštíme možnou proměnu sebe. V tomto procesu se odhaluje i náš vnitřní vztah k sobě, především schopnost, jak se sebou dokážeme nakládat v rámci osobního růstu.

Psychosomatickou kondici vnímám také jako stavbu, na které se podílí mé vědomí a nevědomí současně. Nevědomí, díky kondici, ztrácí svůj charakter „škodilce“ a stává se spoluhráčem, jehož náhlý vstup je vítán. Je to dle mého názoru tatáž kondice, po které se táže C. G. Jung, jako po připravenosti pro transcendentní funkci<sup>45</sup>. *„Nazývá se transcendentní, protože umožňuje přechod od jednoho postoje ke druhému organicky, tj. bez ztráty nevědomí“*<sup>46</sup> Ve spojení s transcendentní funkcí C. G. Jung popisuje mimo jiné i schopnost některých pacientů vyřadit kritické myšlení a nechat volně vstupovat a rozvíjet své fantazie. Hovoří také o tom, že tato schopnost není běžná, ale je možné se v ní vycvičit. Rozvíjení této schopnosti má důležité místo v psychosomatické kondici a hra je její spolehlivý indikátor. Zážitek aktivní existence někde mezi vědomím a nevědomím (ve hře, při veřejném vystoupení, nebo třeba při aktivní imaginaci), ve kterém se neztrácíme, ale je pro nás díky předešlé zkušenosti bezpečným, pociťuji jako hlavní aspekt psychosomatické kondice. Pro

---

<sup>45</sup> Transcendentní funkce je psychická funkce vyrůstající z napětí mezi vědomím a nevědomím a přispívající k jejich sladění. Jejím projevem je vynoření se „třetího“, které vstupuje do nevědomí (ve formě symbolu nebo nového zaměření) transcenduje stávající vědomě diferencované protiklady. Transcendentní funkce je ve své podstatě jednou z autoregulačních funkcí psyché. Transcendentní funkce se projevuje symbolicky jako nový postoj vůči sobě a životu. /Definice z knihy - S. B. Perera „Komplex obětího beránka“ s. 131, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno, 2010/

<sup>46</sup> C.G. Jung, *Výbor z díla II*, s.332, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2001

mě má Tento „meziprostor“ dvě mapy, které se prolínají. Ve chvílích uplatňování psychosomatické kondice jako bych používala obě současně. Jedna vnitřní mapa je sestavena z pozitivních zkušeností, zážitků „trefených“ momentů, a tato mapa radí jak jednat, co sledovat a druhá mapa se skládá z pojmenovaných chyb, která upozorňuje, čeho se vyvarovat. Vyladění vlastní psychosomatické kondice většinou rozpoznávám z toho, zda „používání obou map“ je vyrovnané.

Psychosomatická kondice, jako osobní mohoucnost, je vždy uspořádaná podle vlastního klíče. Je možné pojmenovat, jaké aspekty do psychosomatické kondice mohou náležet, je však velmi obtížné zjistit, jaké vztahy je propojují, protože povaha vnitřní stavby je vždy osobní dílo. Situace, ze kterých vznikly naše zkušenosti, už většinou nejsme schopni rekonstruovat, protože se zanořily do nevědomí. Zkušenost, která z konkrétních zažitých a reflektovaných událostí vznikla, je také z části zanořená do nevědomí a objevuje se jako opora při našem konkrétním jednání. S psychosomatickou kondicí je to podobné, protože se skládá z konkrétních psychosomatických zkušeností. Většinou se jedná o zkušenosti procesuální povahy. Jde o vědomou osobní přípravu na to, abychom byli schopni být přítomni v procesu tvoření (tónu, jednání, zrodu slova...). Psychosomatická kondice by měla umožňovat nastavení takového způsobu existence, který je otevřen maximálnímu uvolnění a soustředění na přítomnost s vyladěnou intenzitou pro komunikaci. Pokud u sebe správně lokalizuji tuto vlastní mohoucnost, pociťuji ji jako ještě jedno tělo, či svébytné tělové napětí. Myslím si, že přesnější by byl termín „nadnapětí“. Tímto novotvarem se snažím pojmenovat takový psychofyzický stav, který ochraňuje a umožňuje napětí, přirozeně se tvořit v těle a člověku vnímat proměnu vlastního tělového napětí v průběhu dění (veřejného vystoupení). Vstupem do situace veřejného vystupování se nové (fiktivní) tělo samo aktivuje v rámci fyzického těla a svým vlastním vyzařováním se podílí na stavbě situace a (dle mé zkušenosti) se dokonce stává jakýmsi spouštěcím mechanismem pro vytvářející se



pole konkrétní situace<sup>47</sup>. Psychosomatická kondice, jak jsem již mnohokrát zmínila, je základní výbavou pro veřejné vystupování, ale často pomůže i v soukromí, zvláště ve chvílích hledání odvahy a v situacích komunikace s druhými lidmi.

### ***Otázka celosti v psychosomatické kondici***

V přídatném jméně psychosomatická je obsaženo propojení duševní a tělesné oblasti naší osobnosti. V oboru medicíny, kde se s tímto pojmem setkáváme, je možný jako ekvivalent pro psychosomatiku a také v pojmenování celostní medicína. „...„psychosomatický“ (případně somatopsychický) má podobný význam a smysl jako „celostní“, „bytostní“, „osobnostní“.“<sup>48</sup> O otázce celosti v autorské tvorbě jako o jednom z jejích hlavních aspektů, jsem se již zmínila. Již Aristoteles upozorňuje na to, že celek je více než součet jeho částí a tím obrací pozornost na objevení čehosi nového, když se části spojí v celek. V našem případě (psychosomatické kondice) se poukazuje na cosi, co přesahuje samostatně vnímané pojmy - tělesné a psychické. Z pohledu veřejného vystupování je možné nazvat novou rovinu osobním výrazem. Ivan Vyskočil na oslavě svých narozenin (26. 4. 2011) na otázku: Co je dialogické jednání? odpověděl: „*Dialogické jednání je způsob tázání se po celosti.*“ Myšlenka celku v dialogickém jednání je propojená s myšlenkou plné realizace protikladů (adekvátních protipólů). Existence s vědomím doplňku k té možnosti, kterou právě realizujeme, pomáhá k ucelení situace. Pokud usilujeme o celost, nejedná se o nějaký ideál ve smyslu dokonalosti, ale spíše je soustředěna pozornost na otázku úplnosti. Reflektovaný zážitek vlastní celosti je jedním z hlavních pilířů stavby psychosomatické kondice.

Pohled analytické psychologie je v otázce celosti zaměřen především na propojení vědomí a nevědomí a na přijetí vlastní stínové

---

<sup>47</sup> Myšlenku aktivujícího se pole se pokusím vysvětlit v závěrečné části.

<sup>48</sup> Ivan Vyskočil, Psychosomatický základ veřejného vystupování, s. 6, sborník z konference, Nakladatelství AMU, Praha 2000

strany<sup>49</sup>. „Celost je podporována tvůrčí prací s nevědomím, a zvláště prostřednictvím transcendentní funkce, která spojuje jáské vědomí s celostí bytostného Já.“<sup>50</sup> V autorské tvorbě je také obsažena snaha o propojení vědomí a nevědomí v jeden celek a ve všech disciplínách je tato snaha zakotvená. Navíc je v dialogickém jednání možné sledovat i částečné uchopení otázky stínu, a to v hledání adekvátního protipólu. Proto myšlenku celosti v autorské tvorbě vnímám nejen jako propojení duše a těla, ale odráží se v ní i ostatní roviny jako v analytické psychologii, jsou však více zaměřeny na tvorbu a herecký projev. V terapii je snaha dospět k celosti, podle C. G. Junga důležitým předpokladem individuálního procesu.<sup>51</sup> Nesnažím se tvrdit, že by autorská tvorba byla terapií. Díky vlastní zkušenosti s obojím jsem však zjistila, že ve chvíli vstupu do terapeutického výcviku, mi psychosomatická kondice (získaná studiem KATaP) pomohla uvolněně vstoupit do procesu vlastní psychoterapie, který patří do sebezkušenostní části výcviku.

Snaha o bytí v celosti nemůže být touhou po konkrétním výsledku, platném jednou pro vždy, protože člověk je především životem (stále se proměňujícím jsoucnem) a zachytit vlastní celost jako statický tvar, je nemožné. Celost jako součást života by měla být propojená vždy s přítomnou chvílí a tudíž s momentem, kdy se člověk svou celostí stává. Pokud se chceme zaměřit na celost jako na stav propojení jednotlivých částí bytosti, které tolik potřebujeme pro veřejné vystupování, je třeba se snažit odhalit proces, který k celosti vede. Musíme objevit, co pro nás samé konkrétně znamená - být cele zapojen, a svým vlastním zkoušením dospívat k zážitku celosti. Proto také, jak zdůrazňuje pan profesor Vyskočil: „daleko spíše záleží na tom **„být v kondici“**, jít cestou kondice, než na tom „mít kondici“ být v kondici zpravidla aktivuje intuici a imaginaci a autorský postoj.“<sup>52</sup>

---

<sup>49</sup> stín je obrazný pojem, který používá analytická psychologie pro všechny ty temné stránky a neužité části, které člověk sice má, ale nepřiznává si je – D. Schnocks, Slovník analytické psychologie s. 386, Portál, Praha 2006

<sup>50</sup> H. Hark, Slovník analytické psychologie, s. 379, Portál, Praha 2006

<sup>51</sup> individuace – označuje proces psychické diferenciaci a integraci, který má za cíl vývoj individuální osobnosti...K základním předpokladům individuace patří poznávat bytostné Já jako výraz celku, tedy jako úplnost osobnosti nikoli jako dokonalost. Slovník analytické psychologie s. 142 – 143, Portál, Praha 2006

<sup>52</sup> Psychosomatický základ veřejného vystupování, s. 7, sborník z konference, Nakladatelství AMU, Praha 2000

V pohledu mít něco je obsažená představa něco ovládat, vlastnit, tudíž mít nad vlastní psychosomatickou kondicí vládu. V myšlence „mít kondici“ je člověk nad kondicí, kdežto v myšlence „být v kondici“ je kondice něco, co nás přesahuje a my do toho můžeme vstoupit a vládnout sebou v daném poli. Opět se objevuje velká podobnost s analytickým pojetím psychoterapie *„Psychoterapie potřebuje pacienta přesunout do psýché, ne předpokládat, že psýché je uvnitř pacienta. Jsme v psýché, ne psýché v nás, jak to často zdůrazňoval C. G. Jung“*<sup>53</sup> Stejně tak celost není v našem vlastnictví, ale my se k ní můžeme postupně dostávat a musíme počítat s tím, že nás bude vždy přesahovat, tedy my v celosti, ne celost v nás. Pro potřebu zorientovat se v otázce celosti pomáhá reflexe veškerého veřejného vystupování i přípravy k němu. Retrospektivní pohled na naše konání může poodhalit momenty, kdy jsme se cítili celostně zapojeni nebo kdy nás druhý člověk upozornil na konkrétní moment, jež pokládá za celostní, v našem vystoupení. Posbírání těchto momentů a jejich uvědomění, upozorňuje na konkrétní cestu, jak je možné přes náš způsob „pobytu“ se k celosti dostat a jak se v ní právě my můžeme orientovat. Propojení konkrétních drobných zkušeností s pocitem celosti vede ke stavbě a rozvoji psychosomatické kondice a zároveň k vnímání vlastní proměnlivosti. Díky setkání se s vlastním projevem pomocí reflexe zjišťujeme, kým jsme a kým již přestáváme být i co pro nás znamená pojem psychosomatická kondice.

Se zaměřením na celek je třeba ještě zdůraznit, že části, ze kterých je tento celek tvořen, neztrácejí spojením v celek svou vlastní podstatu, ale jsou obohaceny o nový rozměr vztahu. Při práci ve skupině například v kolektivní improvizaci herecké propedeutiky vzniká celek díky aktivitě a vzájemným vztahům jednotlivých účastníků. Psychosomatická kondice pro práci ve skupině obohacuje vnímání vlastního celostního výrazu o tvorbu společného díla více osob. Při všech psychosomatických disciplínách je možné si prakticky uvědomit, jak je důležité vnímat hranice jednotlivých částí celku a jejich vztah. V otázce psychosomatické kondice jsou chvíle, kdy jasně vnímáme

---

<sup>53</sup> N. Cobb – předmluva, Planety v nás Thomas Moore, s. 12, nakladatelství Malvern, Praha 2011

výchozí impuls spojený s tělesnou oblastí i připojení se psychické oblasti či naopak. Když se například podíváme na otázku hlasové práce, která je jednou z psychosomatických disciplín, opět musíme konstatovat, že celostní pojetí je zde hlavním východiskem. Správná tělesná funkce, propojená s psychickou a estetickou funkcí, je základem zdravého hlasu. Při péči a rozvoji této psychosomatické mohoucnosti je možné zaměřit pozornost na jednotlivé části celku, ale i při „pouhém“ procvičování je nutné i přes akcent určité funkce mít zapojené i ty ostatní. Ve zpěvu (výchově k hlasu) je otázka celosti velmi aktuální. Objevuje se v mnoha rovinách a to v propojení vědomí s nevědomím, propojení jednotlivých pěveckých funkcí, propojení hlasu a sluchu, propojení rezonancí i celostního zážitku, který dobrý zpěvák zažívá i vyvolává. *„Jen ten, kdo vychází z celistvosti člověka a opět k ní směřuje, může z vlastníka hlasu vychovat člověka – pěvce. ...jak by mohlo být dosaženo tak vrcholného uměleckého díla, jako je dokonale vyškolený pěvecký hlas (s jeho bytostnou proměnou v umělectví), aniž by byla předem v duchu životná idea celku?“<sup>54</sup>*. Celostní pojetí kondice autorského herce má mnoho rovin a každá má své vlastní celostní pojetí. Vyplývá to nejspíš z celostního pojetí jako takového, že dílčí část a celek mají stejnou povahu. Tedy každá z psychosomatických disciplín nás samé přesahuje, ale neznamená to, že se v ní ztrácíme. Učíme se dostat do vztahu naše osobní pojetí celku s pojetím celku jednotlivých disciplín. Cestou rozvoje v psychosomatických disciplínách obohacujeme vlastní mohoucnost a rozšiřujeme naši osobní celistvost v podobě psychosomatické kondice.

### ***Reflexe a její význam pro psychosomatickou kondici***

Umět reflektovat, je základní dovedností pro teoretické studium na KATaP. Veškeré psychosomatické disciplíny mají jako součást studia zařazenu reflexi studijního procesu, který při jednotlivých setkáních

---

<sup>54</sup> F. Martienssenová, *Vzdělaný pěvec*, s. 221, nakladatelství Kora, Pardubice 1994

i u jednotlivých účastníků probíhá. Pomocí reflexe se student snaží postihnout co nejvíce rovin (např. vlastní vývoj, způsob, jakým jsou objevovány nové poznatky a jeho proměna, vztahy se spolužáky, s pedagogy, vztah k sobě a jeho proměna, intenzita a úroveň vlastního vystupování a jejich proměna, souvislosti s experimenty druhých, s jejich hledáním a objevováním ...). Postupně se tyto osobní poznatky dostávají do vztahu s širšími souvislostmi a s literaturou. Postup studia, ve kterém je na začátku sledována a podněcována vlastní zkušenost, je pro vznik psychosomatické kondice velmi důležitý. Psychosomatická kondice vždy vzniká na osobním základě a je i osobním způsobem strukturována. Poznatky druhých i seznamování se s literaturou jsou pomocné ve stavbě kondice jen v případě, že dochází k jakémusi srozumění, inspirujícímu kontaktu a vlastní poznatky jsou na podobné „vlně“ jako literatura či zpětná vazba druhého. Stává se například, že díky literatuře náš vlastní poznatek dostane přesnější pojmenování a posune tak naše hledání o krok dál. Velmi často třeba slýcháme tutéž reflexi na naše konání od druhého člověka a nedotýká se nás ani v nejmenším. V jednu chvíli ji však doopravdy uslyšíme a stane se pak na dlouhou dobu naším motorem, který nám pomáhá pokračovat v hledání na další úrovni. Je to stejná reflexe, ale přece je jiná s ohledem na situaci, ve které zaznívá, na otevřenost příjemce i na způsob, jak je vyslovená.

Osobní cesta má primární důležitost pro psychosomatickou kondici veřejného vystupování. Je to cesta motivovaná zevnitř. Student se díky dialogickému jednání učí být citlivý na to, co skutečně sám potřebuje, čemu chce rozumět, jak nacházet svá témata, související s veřejným vystupováním. Vývoj, který vychází z vnitřní motivace, je přirozený a je nutné jej sledovat. Nemálo důležitá je však také vnější motivace ze strany kolegů a pedagogů. Je to nabídka cesty, jež má konkrétní podobu a student je srozuměn předem s tím, v jakých podmínkách, jakým způsobem a s kým tato osobní cesta povede. Proto bych nerada zastínila vnější motivaci preferováním motivace vnitřní. Nejprve je nutné, aby byla aktivní vnitřní motivace, aby student vůbec mohl těžit z jednotlivých setkání s pedagogy. Motivace od pedagoga je

také velmi důležitá. Pedagog má tu možnost nahlížet na studenta, jako podstatně zkušenější partner pro studium. Sám prochází vlastní cestou psychosomatické kondice a rozvíjí obor, který učí a nabízí vlastní (zkušenější) pohled. Znalost oboru a pedagogický vztah přinášejí motivaci, která doprovází studenta oborem samým. Rozdíl mezi vnitřní a vnější motivací vidím v tom, že je odlišená, nikoli zcela oddělená, „*první je člověk ve světě a druhým svět v člověku*“<sup>55</sup>. Jedno bez druhého nemůže být. Je důležité, aby se student postupně naučil i způsobu, jak rozvíjet svou kondici v konkrétním uměleckém směru nejprve s dopomocí pedagoga a od určité chvíle i v jeho nepřítomnosti.

Pokud se zaměříme na otázku reflexe jako takovou, je možné v ní spatřit vrcholně lidské jednání. Jsou to momenty, kdy se člověk ohlédne zpět a snaží se porozumět tomu, co vykonal a souvislostem, které jsou s tímto činem spojené. „*Reflexe je výhradou lidské svobody proti nutnosti přírodní zákonitosti.*“<sup>56</sup> Reflexe je základní činnost, která u člověka vytváří jeho paměť a jeho svědomí. Spoluvytváří osobnosti strukturu „*Já – svět*“.<sup>57</sup> Pohledem zpět se spoluutváří naše osobnost, protože reflexí našeho jednání poznáváme, kým jsme, jakým způsobem se projevuje naše Já. „*Jak naznačuje slovo „reflexio“, totiž „ohyb zpět“, jde u reflexe o duchovní akt v opačném smyslu, než je u přírodního průběhu. Jde totiž o zastavení o sebeuvědomění, o utvoření obrazu, o zaujetí vnitřního postoje a o vypořádání se s tím, co nazíráme. Reflexi bychom tedy měli chápat jako akt uvědomování.*“<sup>58</sup> Akt uvědomování, tedy stávání se vědomým, přináší myšlenku odpovědnosti, a ta přímo odkazuje na myšlenky autorství. Návrat a vztah k vlastnímu konání, vytváří osobní kontinuitu člověka. Dialogické jednání, které je v samém středu tvoření psychosomatické kondice studentů na KATaP, je vytvořeno jako reflexe přímo realizovaná na poli dramatického umění. Vychází ve větší míře ze zveřejňování přímo procesu uvědomování si toho, co se s aktérem a v něm děje v průběhu veřejného vystupování. Když si uvědomíme, že tato

---

<sup>55</sup> Anick de Souzaenele, *Symbolismus lidského těla*, s. 47, nakladatelství Malver, Praha 2010

<sup>56</sup> C. G. Jung, *Slovník analytické psychologie*, s. 354, Portál, Praha 2006

<sup>57</sup> *Osobnostní struktura „já – svět“ - studijní text J. Nuttin, překlad F. Jiránek KATaP DAMU 2002*

<sup>58</sup> C. G. Jung, *Gesammelte Werke 8*, s. 241, Walter Vela, Zürich 1991

disciplína má ve svém konceptu ještě zařazenou reflexi, samotného zkoušení jednotlivce a navíc reflexi vlastního zkoušení jako celku ve vztahu k širším souvislostem, které student nahlíží skrze svůj vlastní život, dostáváme se k reflexi trojí úrovně. Způsob stavby vlastní psychosomatické kondice je neustálým reflektováním toho, kým jsme v přítomné chvíli a také způsobu, jak se sebou stáváme. Tento fakt dělá psychosomatickou kondici osobní, stále proměňující se strukturou.

Teoretická reflexe v rámci studia autorské tvorby nás spojuje s druhými, kteří jsou také na cestě vytváření vlastní kondice, protože slovo, jako konkrétní pojmenování, umožňuje přesněji komunikovat. Vytváří se tak společné pole s vědomím konkrétní kultury veřejného projevu. Zážitek bytí na plno se sebou samým i ve svém kontrapunktu (jak zažíváme v dialogickém jednání) je tak i propojen s určitým klimatem, který se tvoří vzájemnými vztahy a reflexí. V této atmosféře se vytváří psychosomatická kondice jako jistá sounáležitost a vstřícná pozornost, vnímavost vůči druhým (jež jsou na stejné cestě), zesiluje osobní zážitek a přináší více možností pro její variabilitu. Proces vytváření psychosomatické kondice se urychluje verifikací osobních pokusů ostatními účastníky a také přítomností někoho, kdo má již objevený přístup k vlastní psychosomatické kondici a dává reflexi z úhlu pohledu vlastní zkušenosti. V této reflexi nejde ani tak o hodnocení v kategoriích „dobře-špatně“, ale spíše v kategoriích příčinnosti. Je potřeba nezaměřovat pozornost jen na otázku přijetí a odmítnutí, ale snažit se zachytit fakta: co se odehrálo a jaký vztah, či možnosti tento případ jednání otevírá z pohledu celku. V otázkách reflexe se objevuje snaha pojmenovat skutečnost, ale tímto pojmenováním nezablokovat další možnosti toho, co se může vynořit z nevědomí, proto není primární uvažovat nad správností, ale spíše nad možnostmi.

Při reflektování veřejného vystoupení druhého člověka je důležité, mít stále ve vědomí, že jsme odlišné bytosti s odlišnou cestou a s odlišnou strukturou stavby psychosomatické kondice. Reflexe (zpráva druhému člověku) je vždy zanesená i obohacená vlastní zkušeností a jako na takovou je potřeba na ni pohlížet. Přesto nebo právě proto se formou reflexe stává psychosomatická kondice člověka

základem pro společné studium na KATaP a umožňuje společný zážitek: vědomí cesty, směru a smyslu. Zážitek vlastního smyslu, vědomí cesty a směru je jako takový v rámci konkrétního společenství přenositelný, i když (co se týká obsahu) nezahrnuje totéž.



**Magdaléna o. p. s.**

Terapeutická komunita je místem víry v to:  
že se můžeš vědomě změnit  
že skupina může urychlit tuto změnu  
že individuum musí přebírat odpovědnost  
že struktura upevňuje

/heslo, které visí v komunitní místnosti/

## **Terapeutická komunita**

Pro základní ukotvení této kapitoly nejprve nabízím definici terapeutické komunity, která byla přijata Světovou federací komunit v roce 1981:

*„Hlavním cílem terapeutické komunity je podporovat osobnostní růst. Toho lze dosáhnout změnou životního stylu díky společenství lidí, kteří spolupracují na vzájemné pomoci. Terapeutická komunita představuje vysoce strukturované prostředí s definovanými hranicemi – morálními i etickými. To představuje sankce a tresty stejně jako možnost dosáhnout vyššího statusu a výhod. Zvláště významným faktorem v podpoře pozitivního růstu je pocit, že člověk se stává součástí něčeho, co jej přesahuje. Lidé v terapeutické komunitě jsou jejími členy – tak jako v rodině, nejsou pacienti instituce. Tito členové hrají významnou roli při řízení komunity a stávají se pozitivními vzory pro ostatní. Členové a tým fungují jako facilitátoři, zdůrazňují osobní odpovědnost za vlastní život a jeho zlepšení. Členové jsou podporováni týmem a dochází ke spolupráci na smysluplných úkolech ve prospěch komunity. Tlak skupiny vrstevníků je často katalyzátorem, který skrze kritiku a osobní vhled vyvolává pozitivní změnu. Náhled na osobní problém se děje prostřednictvím skupiny a individuální interakce, ale učení na základě prožitku, selhání i úspěchů a následků se považuje za nejsilnější faktor, vedoucí k trvalým změnám. Terapeutická komunita zdůrazňuje integraci individua v komunitě a pokroky jsou hodnoceny v rámci komunity vzhledem k jejím očekáváním. Napětí mezi jednotlivcem a komunitou se využívá ve prospěch jedince a změny takto*

*dosažené se využívá pro další úkoly při integraci dotyčného do společnosti. V komunitě existují dvě linie autority – horizontální a vertikální - to podporuje myšlenku sdílení odpovědnosti podpory procesu společného rozhodování – pokud je to prospěšné a v souladu s filosofií a cíli terapeutické komunity.“*

## **TK Magdaléna**<sup>59</sup>

Terapeutická komunita Magdaléna je zařízení určené pro resocializaci a léčbu drogově závislých. Je to instituce, která poskytuje rezidenční péči lidem s těžkou formou závislosti na tvrdých drogách a alkoholu. Pobyt v komunitě trvá minimálně deset měsíců s možností pokračovat v resocializaci v programu následné péče, jenž se nachází ve stejném prostoru jako komunita. Celková délka léčby je závislá na individuálních potřebách klienta. Instituce Magdaléna jako taková v současné době nabízí velké množství služeb týkající se problematiky závislostí: prevencí počínaje, přes kontaktní centra, psychiatrické ambulance, komunitu, následnou péči s chráněnou prací a doléčovací centrem se startovacími byty konče. Tak je možné klienta provázet po celou dobu: od rozhodnutí se pro změnu, přes léčby, až po ambulantní doléčování (kromě detoxifikace, ta probíhá většinou při nemocnicích). V této práci budu však popisovat pouze léčbu v komunitě, v níž působím a pro jejíž účely vytvářím speciální programy. Prostor, ve kterém je tato komunita umístěna, je rozsáhlý. Je to areál po bývalé vojenské základně. Kromě budovy komunity je zde dostatek prostoru pro chov zvířat i zahradničení, jež je důležitou součástí pracovní terapie klientů. Nachází se zde i truhlářská dílna, která slouží jako chráněná práce pro klienty následné péče. Zůstalo zde mnoho dalších vojenských staveb, které jsou využívány také pro potřeby komunity, například z jednoho

---

<sup>59</sup> Pro zcela konkrétní představu čtenáře o komunitě přikládám interní manuál této organizace (pouze pro studijní účely). Manuál je dokument složený z mnoha dílčích dokumentů, vztahujících se k chodu komunity. Je stále živý, znovu se pročítá a přeprocovává, podle nových zjištění o léčbě závislých a pro lepší praktické užití všech členů komunity. V případě hlubšího zájmu můžete navštívit internetové stránky [www.magdalenaops.cz](http://www.magdalenaops.cz), Naleznete zde veškeré výroční zprávy, diagramy úspěšnosti léčby a mnoho dalších informací.

hangáru je vytvořen divadelní prostor, ve kterém se odehrávají divadelní představení v době festivalu komunit – Kulturfest a na místě, kde se nacházel v dřívějších dobách radar pro monitorování celých Brd, je rozhledna. Postupem času se daří z nevládného vojenského areálu vytvářet příjemný prostor terapeutické komunity.

Klient vstupuje do komunity po detoxifikaci a po krátkodobé léčbě, některý i z výkonu trestu. Většina klientů se již pokoušela o krátkodobou léčbu několikrát a mají zkušenost, že na jejich závislost nestačila. Klient přichází s vlastním rozhodnutím, zbavit se závislosti (dobrovolnost pobytu je nutná). Počáteční vstup do takového zařízení se mi zdá být výjimečný z pohledu motivace k léčbě. Tato motivace se objevuje především ve spojitosti s negativním zážitkem sebe sama. Všichni prošli situací, ve které si plně uvědomili svoji „bídu“. Vědí, jací už být nechtějí, ale potřebují pomoci v hledání jiné identity, protože sami ji nalézt nedokážou. Zbavit se závislosti neznamena pouze posílit vůli, jak si mnozí lidé myslí, ale je potřeba se nově poznat z té strany, jež je vůči závislosti odvrácená. Závislost prorůstá osobností a zbavit se jí, může znamenat i nově definovat sebe sama. Martin Koojman definuje závislost takto: *„závislost je pokračující škodlivý proces, ve kterém se původně adaptivní jednání vymyká z kontroly a začíná být samo problémem.“*<sup>60</sup> Pro vstup do komunity je důležitá především motivace klienta, zda skutečně chce podstoupit terapii a vzdát se závislosti. Proklamování tohoto rozhodnutí ještě neznamena, že klient skutečně chce, důležité je jeho jednání. Co může pocítit klient v průběhu pobytu v komunitě, je možné si představit na základě textu, který napsal Richard Beauvais v době pobytu v Daytop Village: *„Jsme tady, protože už není, kam bychom unikli sami před sebou. Dokud se člověk nepostaví před zraky a srdce ostatních, utíká. Dokud člověk nevěří druhým, aby s nimi mohl sdílet svá tajemství, není v bezpečí. Když se bojí, že jej poznají, nemůže poznat sám sebe ani druhého. Bude stále sám. Kde jinde než mezi sebou najdeme takové zrcadlo. Tady – společně – se člověk může konečně podívat na sebe jasně. Neuvidí hrdinu svých snů ani trpaslíka svých nočních můr, ale pozná se*

---

<sup>60</sup> Martin Koojman, Terapeutické komunity pro závislé (s. 22)

*jako člověk, část celku, se svým dílem odpovědnosti. Na takovém místě můžeme všichni zakořenit a růst. Již nikdy sám – do smrti, ale jen s druhými a pro druhé.*<sup>61</sup>

Léčebný proces v komunitě probíhá na mnoha úrovních. Především je důležitý fakt, že klienti tvoří svépomocnou skupinu. Jednotliví členové skupiny se sebe vzájemně všímají a pomáhají si. Klienti žijí ve společném prostoru, společně procházení terapií, společně pečují o chod komunity, společně pracují, zkrátka procházejí společným programem<sup>62</sup>. Komunita nefunguje jako škola, kde je přijat ročník a všichni společně procházejí postupným vzděláváním, ale do komunity vstupují klienti jednotlivě. Každý sice prochází podobným procesem, ale ne všichni ve stejném čase. Pobyť klienta v komunitě je členěn do čtyř fází (0. fáze – 3. fáze) v těchto fázích se zrcadlí jednak délka pobytu, tak i vnitřní posun klienta v terapii a v jeho samostatnosti a zodpovědnosti.<sup>63</sup> Každá fáze bývá fakticky i symbolicky oddělena rituálem, který se odehrává na tzv. velké komunitě<sup>64</sup>. Skupina klientů je tedy složena ze členů, kteří jsou v různé fázi své léčby. Komunitní léčba patří mezi režimové léčby, to znamená, že pravidla a režim zařízení jsou pro každého závazná<sup>65</sup>. Zlepšující se schopnost žít v pevném režimu a v respektu ke všem pravidlům je významnou složkou terapie a pro závislé lidi, je to důležitý aspekt léčby. Psychoterapie v komunitě je současně skupinová a individuální. Každý klient blíže spolupracuje s jedním z členů terapeutického týmu, který ho provází v individuální terapii, schraňuje o něm a o průběhu jeho léčby veškeré informace a dělá další „garantskou“ práci<sup>66</sup>. Vedle individuálního psychoterapeutického poradenství, ještě pomáhá garant klientovi s měsíčním plánováním a spolupracuje při rodinné terapii. Propojení režimové léčby, skupinové a individuální terapie, pracovní terapie, vzdělávacích programů a speciálních terapeutických programů (arteterapie, neverbální techniky, keramika, zátěžové programy) tvoří

---

<sup>61</sup> Tamtéž

<sup>62</sup> Program týdne v příloze č. 1 s. 22, 23

<sup>63</sup> Detailnější popis jednotlivých fází naleznete v příloze č. 1 – s. 17 – 19

<sup>64</sup> Velká komunita je slavnostní setkání celé komunity 1x měsíčně

<sup>65</sup> Pravidla komunity viz příloha č.1 s. 12

<sup>66</sup> Příloha č. 1 s. 63 - 66

dynamický celek aktivit, které pomáhají klientovi v jeho osobnostním rozvoji a v boji se závislostí.

Terapeutický tým je složen z jednotlivých terapeutů a z pracovních terapeutů. Ve službě bývají vždy dva terapeuti. Celý tým se schází 1x týdně na poradě. V týmu panuje demokracie a vše důležité, co se týká klientů či průběhu terapie musí projít diskusí. Společně je stanoven terapeutický plán u každého klienta, veškeré důležité kroky jsou také reflektovány a diskutovány v celém týmu. Náhled na program a jeho tvorba je v kompetenci terapeutického týmu (samozřejmě s ohledem na zájem klienta) a na pravidelných víkendových konferencích se program neustále probírá a vylepšuje. Povinnosti každého terapeuta vůči klientům a organizaci jsou zaznamenány v etickém kodexu<sup>67</sup>, který musí každý, kdo nastupuje do práce v terapeutické komunitě, respektovat. Službu konající terapeut má na starosti kromě programů i koordinaci chodu celé komunity, bývá ve spojení s šéfem domu<sup>68</sup> (to je funkce klienta v 2. fázi léčby – svépomocná péče o skupinu) i s pracovními terapeuty. Vše, co se odehraje během služby, pečlivě zaznamenává do žurnálu, aby informace o dění byly přístupné celému týmu. Terapeutickému týmu je každý měsíc umožněna supervize, kde se za účasti supervizora mluví o problémech týmu, spolupráce a problémech konkrétních klientů. Supervize je důležitá pro vzájemné vztahy a pro lepší náhled na společnou práci<sup>69</sup>. Kromě společné supervize má každý terapeut možnost docházet na individuální supervizi, aby mohl probírat vlastní garantskou práci a jiné problémy, které jsou s psychoterapeutickou prací spojené. Terapeutická práce je obtížná, ale i zajímavá svou různorodostí, neustálým řešením problémů a komunikačních neshod mezi klienty a aktivním spoluvytvářením terapeutického týmu.

Myšlenka života v komunitě není pouze záležitostí léčby drogově závislých. Komunity je možné objevit jak na poli duchovní sounáležitosti, tak i v otázkách vzdělání či sociální pomoci i v oblasti

---

<sup>67</sup> Etický kodex příloha č. 1 s. 25 - 28

<sup>68</sup> Šéf domu příloha č. 1 s. 48

<sup>69</sup> Myslím si, že supervize by velmi prospěla ve školství.

umění je možné nalézt společenství, která mají prvky komunity. Život ve společenství lidí, kteří k sobě mají pozitivní vztah a sledují podobné hodnoty, je velmi intenzivní a přináší do života jednotlivce mnohá pozitiva. Komunita se tak stává specifickou „sociální dělohou“<sup>70</sup>, která umožňuje člověku pokračování ve vývoji. V naší individualistické společnosti je velmi málo velkých společně žijících rodin či jiných přirozených komunit. Tím, jak se čím dál více izolujeme, ztrácíme i možnost porozumět sami sobě, svému vnitřnímu světu. Pro lidi bojujícími se závislostí, je osamocení a vyčlenění ze společnosti intenzivním problémem a zážitek společného života, společného tématu, vzájemné podpory a jasné struktury ve společenství je velmi důležitý pro uzdravení. Díky interakci s druhými se dostávají k sobě a mohou se vzájemně inspirovat pro řešení svých problémů.

Do terapeutického týmu komunity Magdaléna jsem vstoupila v roce 2001 na popud prof. Jaroslava Plichty. Nejprve jsem byla přijata na program „keramika“. Pracovala jsem s klienty a pečovala o keramickou dílnu a docházela jsem jednou týdně na porady o klientech a supervize. Po třech měsících jsem dostala nabídku na větší spolupráci, nejprve jsem v době prázdnin zastupovala Jaroslava Plichu v jeho programech, vytvořila jsem první představení. Po prázdninách jsem nastoupila i do občasných služeb. Začala jsem více pronikat do problému klientů, vzdělávat se v oboru psychoterapie a mé působení se postupně rozšířilo i o garantskou práci. V současné době jsem v komunitě zaměstnaná skoro na plný úvazek.

---

<sup>70</sup> Pojem zavedli V. Chvála a L. Trapková - historie vzniku termínu možno nalézt například v příspěvku z konference o kvalitativním výzkumu v psychologii – *Rodina jako „sociální děloha“ a kvalitativní výzkum*, v Brně, leden 2002

...za dokonalými činy stojí přijetí. Přijetí není podvolení se. Přijetí v sobě nese dynamický prvek. Nese v sobě jednání.

Florinda Donnerová<sup>71</sup>

## **Jaroslav Plichta**

Jak jsem psala výše, do komunity mě přivedl prof. Jaroslav Plichta<sup>72</sup>. S Jaroslavem jsme se znali z KATaP, kde vedl předmět s názvem dramatika lidské existence a já jsem docházela na jeho přednášky. Setkávali jsme se intenzivně jak ve škole, tak i v práci po dobu osmi let. Bylo to pro mě velmi významné a inspirující. Jeho skutečná hluboká víra, jejíž principy osobně realizovat ve vztazích s lidmi, byla ojedinělá. Jeho otevřenost a vstřícnost ke zcela neznámým lidem byla překvapující a on překvapoval druhé velmi rád. Rád narušoval společenské stereotypy svým laskavým jednáním, rád diskutoval, vášnivě hájil duchovní hodnoty a pomáhal druhým. V komunitě i ve škole jsem (vedle jeho velmi podnětných přednášek) vnímala Jaroslava jako skutečného mecenáše (ne jen, co se týká financí). Jaroslav dotoval všechno a všechny, nás i klienty vztahem, zájmem, intenzivní spoluprací a to vše bez sebemenšího očekávání návratnosti své investice. Byla to od něj velká láska bez podmínek, všechno, co se dělo v komunitě, mělo okamžitě jeho plnou účast, pozornost a osobní dotaci. Jaroslav všechnu svou činnost žil naplno s druhými a cele existoval pro myšlenku komunity. Mít takového člověka v blízkosti a jako spolupracovníka, to s sebou neslo určitý pocit bezpečí a opory. Ne jednou zachránil Magdalénu před finančními problémy a měl dar být na blízku, kdykoliv někdo z nás nebo z klientů potřeboval.

Místo Jaroslava v komunitě bylo zcela výjimečné. Svým způsobem pečoval o atmosféru a dodržování filosofie zařízení a jak jsem již řekla,

---

<sup>71</sup> Bytí ve snění, Dharmagaia, Praha 1998

<sup>72</sup> Osobnost Jaroslava Plichty vnímám jako významnou v mnoha ohledech, ale z pohledu disertační práce se budu pouze zabývat jeho působením v komunitě, pokud by se čtenář chtěl o této osobnosti dozvědět více, může si přečíst jeho knihu: „Glosy k tajemství lidského hraní“ (vydalo NAMU v roce 2011)



vytvářel všem bezpečný prostor pro jejich vlastní práci. Nesloužil ve službách jako běžný terapeut, ale některé dny v týdnu býval účasten dění komunity. Nevynechal jedinou poradou o klientech a měl veliký zájem o každého člena komunity. Komunita pro něj byla něco jako rodina, dojížděl také každou neděli na společný oběd a posezení. Pro TK Magdaléna vytvořil ojedinělý program „neverbálních technik“, ve kterém prakticky úročil své životní i umělecké zkušenosti. Podoba tohoto programu, byla velmi otevřená. Měl svůj systém cvičení, který nabízel klientům k vyzkoušení. Na jejich základě se projevovali často v jiném světle než na terapeutických skupinách. Přiměl vždy klienty k aktivní účasti, i když často bojoval s jejich odporem. Klienti se sebe často báli, že se projeví v jiném světle, než jak se staví, ale Jaroslavovi se nedalo odolat. Velmi rád se pouštěl do konfrontačních diskusí, každou středu večer vedl vzdělávací program, ve kterém diskutoval s klienty o otázkách víry, postoje ke světu a společnosti. Opět tento program měl velký terapeutický význam, protože klienti museli formulovat své názory a vstoupit s nimi do diskuse a tak si tříbili své postoje. Neméně zajímavá byla jeho dramatická tvorba. Psal klientům divadelní představení na tělo, přímo sestavené z jejich příběhů. Tato představení měla ohromující atmosféru. Když jsem převzala tvorbu divadelního představení (protože o prázdninách Jaroslav býval mimo republiku), přinesla jsem úplně jinou poetiku, ale postupem času zjišťuji, že se (aniž bych se záměrně o to snažila) k jeho koncepci inscenování vlastních příběhů klientů postupně dostávám.

Po Jaroslavově smrti (25. 7. 2006) jakoby se z určitého pohledu vnitřní struktury musela komunita Magdaléna nově definovat. Začala chybět Jaroslavova podpora snad všude, kam jsme se podívali. Když to možná z venku nebylo poznat, jeho odchodem jsme jako komunita ztratili něco, co se nedá nahradit, ať se snažíme sebevíc. Jaroslav je zde pro nás stále přítomen, protože spoluvytvářel klima, terapeutický systém a jeho rady a připomínky jsou stále platné. Kromě našeho vzpomínání má také na zdi pověšenou svoji desku a každý klient, který vstoupí, aby se začal léčit, dostane při příjmu jeho pojednání s názvem

„Proč jsem v komunitě“<sup>73</sup>. Já osobně mu vděčím za obrovskou inspiraci a vytvoření prostoru pro uplatňování divadelních principů v komunitě. Po jeho odchodu jsem přebrala veškeré programy, které zavedl a pokouším se v jeho snahách pokračovat. Stejně jako osobnost Jaroslava Plichty jsou i programy, které vytvořil, otevřené dialogu, tvorbě, zkoušení a lidskému setkávání a ráda bych tyto kvality i nadále zachovávala.

---

<sup>73</sup> Příloha č. 2

Nerozumné dětské hraní by se nemělo úplně vytratit z lidské existence, protože v něm jsme byli otevřeným systémem v jeho ideálním stavu neomezené vnímavosti bez společenských zábran.

Jaroslav Plichta

## **Neverbální techniky**

Terapeutický program s názvem Neverbální techniky zavedl v komunitě Jaroslav Plichta. Existence tohoto samostatného programu, pokud je mi známo, nemá v komunitách u nás ani v Evropě obdoby. Jeho výjimečnost tkví především ve faktu, že se klient pravidelně (1x týdně) zabývá otázkami vlastního projevu, výrazu, fantazie a to v přímé podobě hry a hrového jednání. Problematika těla, psychosomatické kondice, výrazovost a neverbalita jsou uvedeny do vztahu s terapií rozhovorem. Vzájemná přízeň divadla a psychoterapie dávno není tajemstvím. Již J. L. Moreno vytvořil systém psychodramatu a propojil tak psychoterapii s dramatickou hrou<sup>74</sup>. Ve své praxi se snažím přistoupit k dramatičnosti trochu z jiné strany. Mým zájmem je autorsky pojímané herectví a přístup k sobě jako k tvůrci hry. Z terapeutické praxe známe tak zvané „techniky“, které se běžně objevují v průběhu terapeutických skupin, používají se k prohloubení tématu nebo k jinému zapojení klienta než jen na verbální úrovni. Většinou je „technika“ zařazena k urychlení procesu uvědomování si sebe sama a osobního tématu v rámci terapeutické skupiny. Techniky se při skupinách objevují v různých podobách (např. modelování rodinných vztahů, vyjádření svého postoje k ostatním členům komunity, přehrávání situace v komunitě, znázorňování změn svého postoje k životu, k lidem, konkrétním situacím apod.). Používání „technik“ ve skupinové terapii je

---

<sup>74</sup> Ve svém díle rozlišuje tři formy psychodramatu 1. psychodrama orientované na osobu (v centru pozornosti je jeden člen skupiny a jeho téma) 2. psychodrama orientované na téma (zpracování konkrétního tématu či symbolické události) 3. psychodrama zaměřené na skupinu (v centru zájmu je skupina a problémy, které uvnitř vznikají)

způsobem, jak se dostat rychleji k problému nebo o trochu hlouběji do tématu. Technika bývá plně řízena terapeutem a klient se snaží danou věc vykonat jako úkol. V běžné hodině a půl, což je doba trvání skupiny v TK Magdaléna, věnujeme „technice“ maximálně patnáct minut. To, co se pomocí „techniky“ odehraje, bývá zpět zahrnuto do uvažování o problému, který si klient do skupiny přinesl.

Program neverbálních technik nemá s těmito „technikami“ mnoho společného. Stává se nabídkou speciálního prostoru s dostatkem času a pozornosti k vlastnímu projevu jako takovému. Neverbalita zde není používána, ale otevírána k poznání, sebeuvědomování a sebekultivaci. Je to vyhrazený prostor pro setkávání se se sebou v jiné rovině a s jinými zákonitostmi, než je běžná konverzace. Speciálně vymezený čas a prostor neverbálních technik přináší bezpečný rámec pro poznání jiného druhu. Směřuje k otázkám porozumění vlastnímu projevu, které souvisí s otázkami lidské existence. Četnost tohoto programu je 1x týdně (ve čtvrtek) hodina a půl. V průběhu letních prázdnin je tento čas věnován zkoušení divadla (více v kapitole „Divadlo v terapii“). I při tvorbě inscenace se snažím udržet podobný způsob práce, kdy klientům nabízím prostor pro uvědomování si vlastního projevu a jeho možné souvislosti s osobními tématy.

Pro vedení programu neverbálních technik nebyla zatím vytvořena žádná normativní struktura, která by určovala, jakým způsobem má být tento program veden a co by měl obsahovat. Díky tomu je mi umožněno vytvářet zcela vlastní koncepci. Na druhé straně však cítím nedostatek diskuse s lidmi stejného zaměření, což vnáší do mých pokusů o popis procesu určitou dávku nejistoty. Z právě popsaného důvodu je reflexe mé práce odkázána především na pocit smysluplnosti, na pokroky jednotlivých klientů v terapii nebo na jejich zpětnou vazbu. V programu neverbální techniky se opírám o zkušenosti, které jsem získala ze studia (dialogického jednání v pozici aktéra i asistenta, herecké propedeutiky, výchovy k hlasu), dále navazuji na vlastní zkušenost z pedagogické praxe přesněji z pedagogiky herectví (děti /ZUŠ/, středoškoláci /Taneční konzervatoř Duncan Centre/ dospělí /DAMU - KATaP/) a hraje roli také má desetiletá terapeutická praxe v léčbě

závislých. Sama zkušenost s vedením programu neverbálních technik je v mém případě a v tuto chvíli asi pětiletá. Moje koncepce je stále ještě ve vývoji a nyní se pokouším o první popis podoby tohoto terapeutického programu.

## ***Myšlenkový základ programu***

### Způsob poznávání vlastní neverbality

Než začnu popisovat stavbu setkání a způsob práce jako takový, ráda bych popsala myšlenkový základ, který má vliv na konkrétní podobu vytvořeného programu. Největší důraz kladu na způsob pojetí neverbality člověka jako takové. Zaměřuji pozornost na neverbální složku jako na svébytnou součást projevu každého člověka. Veškeré naše společné pokusy v rámci programu, by měly vést u klienta k otevření celostního projevu, jeho základní orientaci ve své vlastní výrazovosti a schopnost vědomě existovat i na tělové úrovni. Zdůrazňuji, že mým cílem není výklad ani analýza, co jednotlivá nevědomá gesta mohou znamenat<sup>75</sup>. Jsem přesvědčena, že neverbální složka projevu člověka slouží při komunikaci s druhým člověkem výhradně k jejich přímé interakci. Snažím se tedy bránit zanesení této roviny komunikace účelovými analýzami. Neodmítám však zcela analýzu obsahů neverbální komunikace v obecné rovině. Podle mého názoru není vhodné, aby toto zobecňování probíhalo dříve, než klient dostane možnost pochopit sám (pomocí experimentace hrou) významy svých vlastních gest a postojů. Je důležité, aby nejprve zjistil, jakou roli má tato rovina komunikace pro něho samotného v jeho osobním příběhu. Ve chvíli, kdy si již klient uvědomuje své jednání i na neverbální úrovni, je na místě ptát se po možných kolektivních významech jednotlivých gest, mimiky, postojů apod. Prakticky se snažím, aby klienti mohli postupně dospívat k určité zkušenosti s vlastním projevem a dostávali se tak k rozvíjení vlastní psychosomatické kondice.

---

<sup>75</sup> což často bývá obsahem literatury, věnující se neverbální komunikaci

## Sémiotická funkce a symbolická hra – Jean Piaget

Otázka sebepoznávání a osobního rozvoje v procesu terapie i učení významně rezonuje s naším dětstvím. Dětství bylo veškerým kognitivním procesům výsostně otevřeno a pokaždé, když se opět pokoušíme o nové poznávání a proměnu, odkazujeme se přímo k tomuto období našeho života. Poznání v oblasti vývojové psychologie nám může pomoci ve vytváření podmínek pro co nejpřirozenější postupy. Při vytváření programu neverbálních technik často z této oblasti čerpám. Ve vztahu k otázkám komunikace se tedy zákonitě musíme vztahovat kamsi k počátkům vývoje jazyka. Jean Piaget ve své psychologii dítěte popisuje období, které je pro mou práci mimořádně důležité. *„Na konci senzomotorického období, tedy okolo jednoho a půl až dvou let, se objevuje základní funkce pro vývoj pozdějšího jednání. Spočívá ve schopnosti představovat si něco (označovaný předmět, událost, pojmenované schéma atd.) prostřednictvím něčeho jiného, co „označuje“ a co slouží jen této představě. Do této funkce patří řeč, obrazná představa, symbolické gesto atd.“*<sup>76</sup> V citované části je popisována sémiotická funkce, která přímo vytváří u člověka schopnost představy.

Možnost představovat si, otevírá prostor pro vznikající řeč, ale i pro rozsáhlý svět obrazů a symbolů. *„Sémiotická funkce vytváří dva druhy nástrojů: 1. **symboly**, které jsou „motivované“, tj. v něčem se podobají (ačkoliv jsou diferencovanými označujícími elementy) tomu co označují; 2. **znaky**, které jsou libovolné neboli konvenční. Symboly si člověk může sám vytvářet, protože jsou motivovány. První symboly v dětských hrách jsou příkladem individuální tvořivosti dětí ...(symboly) nevznikají z hotových vnějších předloh, přenesených do vědomí..., ale z přechodu od materiálního znázornění v aktu vnitřnímu znázornění mysli. Znak, který vzniká konvencí, je naopak nutně kolektivní. Dítě jej tedy získává na základě nápodoby, ale také tím, že se učí vnějším*

---

<sup>76</sup>Jean Piaget, Psychologie dítěte, s. 51, Portál, Praha, 1997

vzorům...“<sup>77</sup> Sémiotická funkce přináší dvě rozdílné možnosti porozumění světu. Dorozumívání se s druhými pomocí znakové funkce a vnitřní znázornění, které vede k osobnímu porozumění. Je možné, že se tedy tvoří současně dva systémy, které mají jako základ jednu funkci. Oba systémy je možné nazvat jazykem, protože vycházejí ze sémiotické funkce. Zatímco struktura jazyka, tvořeného ze znaků, je obecné povahy a pro druhé lidi srozumitelná, jazyk tvořený ze symbolů je ryze osobní a bývá srozumitelný především jedinci samému. Zatímco v dětství jsou tyto dva systémy ve velké blízkosti a prolínají se, postupem vývoje se systém znaků stává řečí, propojenou především s naším myšlením (myšlení bývá realizováno ve slovech) a systém symbolů se stává jazykem citu (těla). Systémem znaků tedy záměrně komunikujeme s druhými, zatímco systémem symbolů se obracíme především sami k sobě. Rozvinutou symbolickou řečí samozřejmě můžeme komunikovat i s druhými, například skrze umění.

Postupem vývoje a lidského zapomínání se však podstatná část symbolické řeči zanořuje do nevědomí a vynořuje se například pomocí snu (v podobě obrazů), uměleckou tvorbou a neverbální složkou naší komunikace. Odtud pramení můj zájem o neverbální komunikaci a potřeba poznávat ji. Je to jedna z cest, jak se dotýkat vlastního symbolického jazyka. Pokud k nám promlouvá nevědomá strana naší osobnosti, bývá to pomocí symbolů. Svůj úkol v rámci programu neverbálních technik vnímám ve smyslu ponechat symbolickou řeč v osobní rovině a tam si ji uvědomovat a rozvíjet. Snažím se pomoci klientům rozšiřovat (u někoho zcela objevit) jejich vlastní symbolickou řeč těla, kterou ve většině případů dosud nevnímali. Často je symbolická řeč jazykem čehosi v nás, co je autonomní a uplatňuje se především skrze naše nevědomé jednání. Poznáváním této „osobní řeči“ a jejím převedením do řeči obecně platné, může člověk lépe porozumět sobě, posílit vlastní psychiku a také včas odhalit osobní patologické tendence.

Potom, co se klient zapojí do terapie v programu neverbálních technik, brzy zjistí, že neví, co sděluje svým tělem a hlasem. Hlavním

---

<sup>77</sup> Jean Piaget, Psychologie dítěte, s. 56, Portál, Praha, 1997

způsobem, jak se dostávat k poznávání svého projevu je hra; podobně jako tomu bývalo v dětství: „...hra přeměňuje skutečnost tím, že ji víceméně asimiluje potřebám „já“.“ „... jazyk opět není s to vyjádřit potřeby nebo zážitky vlastního „já“. Dítě proto musí mít k dispozici také prostředek, kterým by se samo vyjadřovalo, tj. potřebuje spoustu označujících elementů, jež si samo vytváří a které se dají vytvářet podle jeho vlastní vůle. Tomuto požadavku vyhovuje systém symbolů v symbolické hře. ...Symbolická hra není jen asimilací skutečnosti subjektu, jako je hra vůbec, ale také asimilací založenou na symbolické řeči (a jí také zpevnovanou), kterou si subjekt konstruuje a může přetvářet podle svých potřeb.“<sup>78</sup> Potřeba hrát si symbolickou hru pro jasnější poznání se, dle mého názoru, s věkem neztrácí, ale je vytlačována kamsi na okraj našeho vědomí. V programu neverbálních technik umožňuji klientům, aby se dostali opět do středu vlastní symbolické hry. Pokud je dostatečně reflektovaná, pomáhá tyto dvě řeči promístit a umožňuje tak klientovi lépe se zorientovat ve svém osobním nastavení. Klienti mohou znovu aktivně realizovat svou symbolickou řeč a dostat ji opět do vztahu se slovním vyjádřením. Symbolická hra, realizovaná v dospělosti tak působí terapeuticky, pomáhá porozumět i vlastním, často nevědomým tendencím.

### Hra jako hlavní fenomén, sledovaný programem neverbálních technik

Lidskou hru a hravost vnímám jako stěžejní oblast, kterou se snažím aktivovat a následovat v programu neverbálních technik. Hra je aktivitou zvláštní povahy. Není možné nikomu přikázat, aby si začal hrát, stejně tak jak nedokážeme přinutit svojí vlastní mysl, aby začala snít. „Lidská hra je radostně laděná produkce imaginárního světa hry, je to podivuhodná radost ze „zdání“.“<sup>79</sup> Touha po radosti ze hry je jedním z předpokladů, který je potřeba u klientů objevit a pomáhat aktivovat. Nalezenou potřebu hrát si (která nás provázela v dětství a pomáhala

<sup>78</sup> Jean Piaget, Psychologie dítěte, s.57, Portál, Praha 1997

<sup>79</sup> E Fink, Oáza štěstí s. 21, Mladá fronta, Praha, 1992



nám vyvíjet se v psychologické oblasti) vnímám jako zásadní součást terapie. Tím, že se snažíme zaměřit pozornost na hru, se však neodkláníme od otázky dospělosti a zodpovědnosti, ke které by se klient v terapii závislosti měl dostat především. Solidnost a vážnost osoby hrou nijak neutrpí, naopak dostává nástroj, který nabízí určitý odstup a přiblížení se tématům našeho bytí z druhé strany. Život bez možnosti hry by byl nejspíš životem, sice plně prožívaným, ale bez nadhledu, bez uvolnění, stále uvnitř vlastního života, ať už tragédie či pozitivní emoce, život bez úlevy a bez odstupů. Myslím, že i sebereflexe by byla v tomto případě mnohem obtížnější.

V komunitě by měla snaha rozvíjet schopnosti ke hře přinést jiný úhel pohledu na klientovy starosti. *„Hra je základním fenoménem existence, právě tak původním a svébytným, jako je smrt, jako je láska, jako je práce a jako je moc, ale není s ostatními základními fenomény spjatá společným pachtěním za konečným cílem. Stojí zároveň proti nim – aby je tím, že je zpodobňuje, přijala do sebe. Hrajeme vážnost, hrajeme opravdovost, hrajeme skutečnost, hrajeme práci a boj, hrajeme lásku a smrt. A dokonce hrajeme ještě hru.“*<sup>80</sup> Tento popis fenoménu hry mi silně evokuje představu ruky, kde hra je palcem, který stojí naproti všem prstům. Palec je schopen dotknout se přímo každého dalšího prstu a je nejdůležitějším prstem pro činnost uchopování. Často i v terapii mluvíme o tom, že je to či ono (určité téma, motiv, emoci) nutné uchopit. V dětství jsme se pomocí hry snažili porozumět situacím, které se kolem nás a s námi odehrávaly a byly pro nás něčím významné či obtížné. Při ontogenezi člověka hrály ruce velmi významnou roli a především palec je tím zázrakem, který umožňoval používání nástrojů. Hra zrovna tak v našem osobním vývoji sehrávala významnou úlohu v otázkách, jak dění „uchopit a zpracovat“ pro vlastní porozumění a přirozeně je tak zařadit mezi naše osobní zkušenosti. Nejspíš díky naší hře a hravosti byl položen základ pro naše dynamické osobnostní struktury. Dalo by se tedy říci, že hra námi prostupuje, dokonce si myslím, že je to právě ona, která propojuje náš vnitřní svět s naším

---

<sup>80</sup> E. Fink Oáza štěstí s. 17, Mladá fronta, Praha, 1992

projevem. Způsob, jakým se projevujeme, může být brán jako způsob, kterým se hrajeme, tuto otázkou podrobně rozpracovává například Eric Berne v knize *Jak si lidé hrají*<sup>81</sup>. Není náhodou, že se různé naše životní úkoly nazývají rolami (role matky, otce, dítěte, dospělého apod.) a jsou také naplňovány mimo jiné i naším hrovým jednáním (zkouškou a zpřesňováním).

Program neverbálních technik, který se má vážně zabývat hrou a obsahuje myšlenky spojené s nastolením hry v životě klientů, by měl také reflektovat (a činí tak) základní parametry hry jako takové. S R. Cailloisem<sup>82</sup> definujeme hru jako

1. **svobodnou** – k níž hráč nemůže být nucen, aniž by hra okamžitě přišla o svou povahu přitažlivé a radostné zábavy
2. **vydělenou z každodenního života** – vepsanou do přesných a předem daných časoprostorových mezí
3. **nejistou** – jejíž průběh ani výsledek nemůže být předem určen, v níž je hráči a jeho iniciativě a investici ponechán určitý prostor
4. **neproduktivní** – jež nevytváří ani hodnoty ani majetek, ani žádné nové prvky
5. **podřízenou pravidlům** – podléhající konvencím, které pozastaví podobou hry působnost běžných zákonů a zavedou během trvání hry zákony nové, které jedině ve hře platí
6. **fiktivní** – doprovázenou specifickým vědomím alternativní reality nebo neskrývané iluze ve vztahu k běžnému životu.“

V přístupu ke klientům je dobré mít tato pravidla na paměti. Z těchto parametrů je asi patrné, že požadavky na program, ve kterém se jeho účastníci zabývají hrou, jsou mnohem více propojeny s hledáním atmosféry a podmínek. Klienti by se měli natolik osvobodit a uvolnit, aby si mohli začít hrát. Role vedoucího tohoto programu je specifická právě s ohledem na potřeby vznikající hry. Zadávat konkrétní úkoly a žádat jejich plnění v takovémto programu nemá smysl. Mnohem důležitější je vytvářet situace nějak ohraničené, ve kterých klient zažije

---

<sup>81</sup> E. Berne, *Jak si lidé hrají*, Nakladatelství Dialog, Most 1992

<sup>82</sup> R. Caillois, *Hry a lidé*, s. 31- 32, Nakladatelství studia Ypsilon, Praha 1998

sebe v nejistotě improvizace. Nejlépe, když hra je v porovnání s realitou bláznivá, neklade nároky na žádné speciální dovednosti a její téma je tvořeno v průběhu jejího dění. Každé zkoušení má své zadání, nikoli jako omezení svobody, ale jako bezpečí pravidel. Vždy je podtržena skutečnost, že se jedná o hru a i v reflexi je s jednáním klienta takto nakládáno. Klienty je často potřeba přimět k aktivitě přímo vlastní hravostí, uvolněností, otevřeností, aby pro ně bylo snadné se ke hram přidat.

„Rozdělení her na čtyři základní kategorie, podle toho, zda v dotyčných hrách převažuje princip soutěže (Agón), náhody (Alea), chování „jako by“ (Mimikry) nebo závratí (Ilinx).“<sup>83</sup> Pro neverbální techniky je stěžejní oblast her pojmenovaných jako „Mimikry“. Tato oblast je propojena jak s dramatickým uměním, tak i s vlastní symbolickou hrou každého. Jsou to hry našeho chování, spojené s polem naší komunikace se sebou i s druhými, hry, jimiž jsme schopni i hrát sebe. Nemám tím na mysli, že nutím klienty, aby hráli vlastní chování, ale že hledám způsoby, jak se ve hře chovat a jednat za sebe, i když představuji postavu nebo vytvářím situaci. Termínem „jednat ve hře za sebe“ se dá také nazvat jednat autenticky (s pociťovanou pravdivostí jak ze strany aktéra tak i diváka). R. Caillois varuje, že extrémní podoba hry „Mimikry“ je chorobné lhářství. Dlouholetou praxí jsem však učinila poznání, že právě klienti s tímto postižením mívají problém se do hry zapojit. Domnívám se, že je to právě ze strachu z odhalení. Jakoby právě tyto hry paradoxně odhalovaly pravdivost více než hry jiného druhu i než jiné terapeutické programy v komunitní psychoterapii.

Pro program neverbálních technik je neméně důležitý fakt, že hra je přímou aktivitou, jednáním svého druhu. „Svět hry se nevznáší v pouhé říši myšlenek, má vždy své reálné dějiště, avšak přece jen není nikdy reálnou věcí mezi reálnými věcmi.“<sup>84</sup> Existuje někde na pomezí reálného a symbolického světa, ale je aktivitou, je děním a to je pro terapeutickou práci v komunitě zásadní. Nemá smysl pouze o hře

---

<sup>83</sup> R. Caillois, Hry a lidé, s. 33, Nakladatelství studia Ypsilon, Praha 1998

<sup>84</sup> E Fink, Oáza štěstí, s. 21, Mladá fronta, Praha, 1992

hovořit, ale musí se skutečně hrát. Je nutné do ní vstoupit, nechat se hrát a všímat si, co hrou vzniká, jak kdo v poli hry jedná. V programu neverbálních technik není možná pasivita ani tělesná ani duševní. Bez aktivity a investice vlastní osoby v přítomné chvíli žádná hra nemůže začít, a to je přednost i nejčastější problém tohoto programu. Podstatou her v neverbálních technikách je setkávání se v nereálném světě představ s reálnými lidmi. Jde o hledání způsobu, jak je možné porozumět skrze hru a jednání symbolickému světu, který si každý z nás interpretujeme jinak. Doufám, že klienti často dospějí k zážitku společného kontaktu a společné aktivity v přítomném čase, která svým děním osvětluje a zpřítomňuje symbolický svět. Proto se snažím soustředit především na hru jako na „*konečnou tvorbu v magické dimenzi zdání*“.<sup>85</sup>

## ***Průběh setkání a jeho stavba***

### Pociťované bezpečí

Neverbální techniky svojí podstatou mohou přinášet pocity nebezpečí, protože kladou úkoly, ve kterých není možné se plně kontrolovat. Hra může poodhalit něco, co je skrýváno, ať vědomě či nevědomě. Jednání, akce, čin, se dá mnohem obtížněji korigovat, protože není možné vše v mysli těsně před projevem připravit. Důležité je tedy, aby si klient byl vědom, že nebude posuzován, tedy ani odsuzován. V každém setkání, i během koncipování programu, je stále na prvním místě, udělat maximum pro to, aby se klient mohl bez obav projevit i v rámci skupiny. Čím větší je pociťované bezpečí, tím bývají klienti otevřenější a odvážnější. Je zajímavé, jak proměnlivý je aspekt pociťovaného bezpečí v tomto programu. Bývá to například jeden z prvních signálů, že se ve skupině pod povrchem odehrává něco jiného, než co je vidět v komunikaci s terapeutem. Pokud něco klienti tají (erotické vztahy, boje

---

<sup>85</sup> E. Fink, Oáza štěstí s. 31, Mladá fronta, Praha, 1992

o moc, agresi apod.), bývá to poznat přímo na pociťovaném bezpečí uvnitř tohoto programu. Klienti se pak nechtějí zapojovat do zkoušení. V takových momentech je většinou velmi obtížné program vést, dokud se daný problém neotevře ve skupině. Když pocit bezpečí není dostatečný, začnou klienti například označovat zkoušení „za blbost“ a otevřeně se staví proti, i když to předtím nedělávali. Bývá to důsledek toho, že v situaci, kdy se navzájem na sebe klienti dívají, začnou se bát projevovat, aby jejich tajemství nevyšlo najevo. Náhle jim začne být pohled druhého nepříjemný, protože přestanou „být na sebe vzájemně zvědaví“. Jejich téma se přesune z poznávání sebe a monitorování osobnostní změny na zamaskování vlastního přestupku proti řádu. V improvizaci, jež je ústřední náplní, se potom nemohou uvolnit, protože nedokážou riskovat vstup do neznáma před zraky druhých klientů.

V případě, že se klienti necítí úplně bezpečně, aby mohli zkoušet, je třeba se nejprve snažit o nastolení pocitu bezpečí a nikdy nevyžadovat aktivitu nátlakem. Na dobré atmosféře je možné pracovat i mimo tento program a to přímým kontaktem s jednotlivými klienty. Terapeut, který sám o sobě není důvěryhodný a srozumitelný v běžném setkání, vždy bude mít problém u takového programu, protože nenastolí atmosféru, která vede k uvolnění a otevřenosti klientů. Proto je důležité neustále pečovat o vzájemné vztahy. Nemálo se do pocitu bezpečí promítá také otázka, zda má program respekt a vážnost uvnitř celého systému terapie. Komunikace s kolegy o tom, co se v programu odehrává, je z tohoto ohledu také důležitá. Je třeba dát kolegům možnost spolupráce, protože jakýkoli přesah tohoto programu do ostatních je velmi cenný. Je důležité nepodceňovat atmosféru mezi klienty, ani mezi terapeuty. Vše má vliv na uvolnění, pozornost a ochotu zapojit se do zkoušení uvnitř neverbálních technik.

## Aktivní zapojení klientů

Pro lepší pochopení atmosféry v průběhu setkání nejprve upozorňuji, že pro program neverbálních technik platí stejné pravidlo jako pro všechny terapeutické programy v komunitě, a to, že je účast i aktivita povinná. Na jednu stranu toto pravidlo pomáhá klientům se zapojovat. Na druhé straně, díky povinnosti být aktivně přítomen, se také objevují klienti, kterým se buď nechce zapojovat, mají strach se zapojit nebo se snaží program rušit či zesměšnit. Mít program jako povinnost je na jedné straně dobré, docházka není ohrožena váháním a leností, však na druhé straně fakt povinnosti provokuje ke „zlobení“ a bojkotu programu. Z praxe jsem zjistila, že bojkotující klienty není výhodné nechávat mimo hru, ani je příliš tlačit do zkoušení. Je dobré je jemně podporovat a zároveň počítat se skupinovou dynamikou, která v motivaci a usměrnění klienta bývá často důležitější, než terapeutické vedení. Pokud se klient nechce zapojovat například do práce ve dvojici, nepokouším se nijak o nátlak, ale nechávám vzniklou situaci řešit klienty samé. Tento problém lze například s úspěchem řešit zavedením principu volby partnera. Ostatní klienti vždy velmi přesně zareagují v případě, že se jeden z nich odpojuje od skupiny a vyhýbá se tak případnému konfliktu nebo má strach z kontaktu s druhými. Toto odpojení od skupinového dění bývá časté, zvláště u závislých jedinců. Jedná se o obranný mechanismus velmi podobný užití drogy. Klient, aby se nemusel nijak exponovat, se tváří, že není přítomný a prostě nereaguje.

Pro jasnější představu - princip volby partnera znamená, že klienti, kteří mají chuť si dané cvičení vyzkoušet, si volí k sobě někoho, kdo by jim mohl v prostoru pomoci nebo toho, s kým by si potřebovali vyzkoušet zrovna tuto hru. Bývá skoro pravidlem, že je takto vybrán ten klient, kterému se nechtělo zařadit do zkoušení. Odmítnout druhého klienta je mnohem těžší, než odmítnout terapeuta. Pokud se tak přece stane, bývá problém mnohem hlubší a ostatní klienti se snaží pomoci dotyčnému, aby svůj problém otevřel později při jiném terapeutickém programu. Některé terapeutické školy nechávají klienty, kteří se

nechtějí zapojit stranou s tím, že až budou chtít, tak se zapojí sami. To je u klientely závislých trochu problematický přístup, protože distancovat se od dění patří přímo k jejich problémovému způsobu chování, který se snažíme terapií zmírňovat. Snaha o zapojení klienta do hry i přes jeho nechuť je principem, který odlišuje tento program od většiny pokusů tohoto druhu na jiném poli ať psychoterapie či pedagogiky. Aby se však atmosféra setkání neničila vyžadováním účasti a aktivity, zaměřuji se na poutavost při zadání, na skupinovou sounáležitost, či srozumitelnost nabídky. V některých případech pomáhá i mé vlastní zapojení buď při demonstraci cvičení, nebo se nabídnu v konkrétní hře klientovi za partnera sama.

### Hledání stavby setkání a její variabilita

Pokusila jsem se vytvořit takovou stavbu setkání, která je spíše obecnějšího rázu a mohla by tak přinášet základní řád do každé lekce. Vytvoření této struktury mi pomáhá vědomě pracovat s vymezeným časem tak, abych mohla společně s klienty vytvářet jistým způsobem ucelené zážitky, které je možné posléze zařadit se do osobní struktury poznání jako další zkušenosti. Obvyklý průběh setkání dělím na pět částí, nazývám je:

1. Odemykání neverbálního prostoru
2. Probuzení k aktivitě
3. Hledání odpovědi na hlavní otázku
4. Uvedení do širších souvislostí
5. Aktivní zakončení

K těmto jednotlivým částem setkání jsem dospěla postupným zkoušením, kdy jsem intuitivně a na základě předchozích zkušeností hledala nějakou optimální stavbu pro všechna setkání. Existence konkrétní stavby lekce pomáhá v orientaci mně i klientům. Od chvíle, kdy jsem si formulovala jednotlivé fáze průběhu setkání, získala jsem ve vedení programu nový rozměr. Stejně jako dříve pracuji uvolněně a tvořím každou lekci před i v jejím průběhu, ale díky formulované

stavbě cítím přesněji „tep“ setkání ve vztahu k vytyčeným fázím. Jednotlivé fáze sice nejsou od sebe ostře odděleny, je však patrné, v jaké části se zrovna nacházíme.

Každé setkání vnímám jako živý organismus a snažím se vytvořit co neoptimálnější podmínky pro podchycení a rozvinutí tématu každé lekce. Občas se stane, že z vytyčeného směru odbočím a vydávám se cestou improvizace. Vždy se tak děje s ohledem na téma, které se tvoří. Velmi mně pomáhá v průběhu práce reflektovat, jak se vzdaluji nebo přibližuji k obvyklé stavbě. Včasná reflexe dění poodhalí důvod, proč k odbočení došlo. Na začátku lekce si vždy kladu určitou otázku, abych na ni mohla pomocí společného zkoušení s klienty nalézat odpovědi. Téma setkání jako takového je většinou možné formulovat až v závěrečné části lekce. Nedodržení stavby setkání většinou poukazuje na existenci skrytých témat. Abych mohla společně s klienty za vymezený čas lokalizovat témata lekce a pomohla jim dospět k trochu ucelenému zážitku, je třeba se v průběhu dění dobře orientovat.

Neuzavřené tvary člověka neuspokojují, proto se snažíme podvědomě dokončovat to, co jsme započali. Lekce by měla být jako celek uzavřená, ale téma samo by mělo zůstat otevřené. Mám radost, pokud se mi podaří dospět u klientů k ucelenému zážitku z lekce. Je však také dobré, když se na závěr vyskytují ve větší míře otázky, které jsou základem našeho dalšího hledání. Ve stavbě lekce se zrcadlí má snaha, aby klient na konci setkání odcházel s pocitem naplnění ze zkoušení a zároveň si odnesl další otázky, spojené s jeho každodenním jednáním a vnímáním osobního tématu.

### *Odemykání neverbálního prostoru*

Na úvod každého setkání nejprve „odemykám neverbální prostor“. Tímto obrazným pojmenováním mám na mysli situaci, kdy připomínám, jaké jsou nejrůznější způsoby neverbálního projevu. Klienti mě doplňují o své zážitky, např. čeho si všimli v poslední době v životě komunity a co bylo pro ně něčím významné. Snažím se zaměřit pozornost na



různé roviny neverbální komunikace /vždy připomínám – mimické, gestické, posturické, proxemické a haptické možnosti/ a nabádám k pozornosti a plné existenci v těchto oblastech pro budoucí cvičení. Potom zmiňuji sdělování na úrovni hlasové /dynamika, intenzita, melodie, harmonie.../ a připomínám, že i tato oblast je otevřena pro naše zkoušení. Většinou ještě zmíním existenci posunků, smluvených gest a znaků, které nebudeme při cvičeních příliš potřebovat, protože mají mnoho společných rysů s verbální komunikací. Při cvičení neverbálních technik se více pracuje se symbolickými obsahy než s konkrétními znaky. Dále připomínám, že jde o zkoušení a hru a nabádám klienty k soustředění a eliminování strachu. Pokud mám připravenou výchozí otázku pro naše setkání, sdělím ji a pouze ve výjimečných případech si ji nechám pro sebe. Záleží na oblastech, kterých se tato otázka týká. Někdy otázku formuluji záměrně podle toho, co je uvnitř skupiny zrovna důležité, nebo se stává, že někdo z klientů projeví přání, co by rád u sebe objevil či pochopil nebo se výběr týká toho, co skupině zrovna chybí atd. Samozřejmě jsou setkání, kdy se otázka zpřesňuje v průběhu zkoušení a je formulována až na závěr.

V úvodní fázi občas připomínám povedená zkoušení a nalézání z minulých setkání a dávám prostor k rekapitulaci předchozích objevů. Důležité v této fázi práce je přimět klienty ke spolupráci, zaměřit pozornost na konkrétní oblasti lidského projevu a vyprovokovat v klientovi chuť zkoušet. Přeji si, aby se klienti zbavovali strachu z neznámého, nebáli se riskovat, experimentovat. Snažím se u nich probudit zájem, chuť objevovat a poznávat sebe v přímém kontaktu s druhými.

### *Probuzení k aktivitě*

Hned po krátké motivační diskusi následuje fáze probuzení k aktivitě. Není to pouhé rozcvičení těla, rozehtátí jako při tělocviku. V průběhu této části je nutné aktivizovat klienty k vědomé vnitřní i vnější činnosti,

protože jde o konkrétní aktivitu na propojení představy, hlasu a pohybu ve spolupráci s druhými lidmi. Klienti procházejí na úvod cvičeními, která člověka vedou k určitému vnímání a ovládnutí vlastní intenzity výrazu, uvědomování si dynamiky, souvislosti mezi vnějším a vnitřním světem. Vždy je také zařazena alespoň drobná hlasová rozcvička. Aktivní příprava, kterou popisují, by se dala přirovnat důkladnějšímu rozehrání, které dělají někteří herci před představením nebo před veřejným vystoupením volné improvizace. Vždy zařazují cvičení zaměřené na kontakt s druhým člověkem i s celou skupinou, také na citlivé momenty zrodu společné akce, na vnímání atmosféry a jejích změn. Rozcvičení vždy strukturují s ohledem na otázku a téma, které nás bude provázet; je jiné, když klienty připravují na hlasovou práci a jiné, když bude více pozornosti soustředěno na pohyb. Samozřejmě jinak se člověk připravuje na práci individuální nebo ve dvojicích a jinak na práci celé skupiny. V této části se většinou objevují krátká dynamická cvičení s jasným vyústěním. Většinou je celá skupina v prostoru a všichni se připravují buď nezávisle na sobě, nebo ve spolupráci (podle zadání). Moje vedení skupiny je přímé i boční – zadávám úkoly i komentuji vznikající situace. Pečlivě se věnuji také přístupu jednotlivých klientů k zadávaným aktivitám. Snažím se o co nejvstřícnější postoj, ponoukání a pobídky k intenzivnímu projevu a dávám pozitivní afirmace. Pokud se tato část setkání vydaří, přinese s sebou rozehrání, uvolnění, všímavost, zklidnění i vzájemnou pozornost. Celkově je pozvednuta intenzita projevu klienta v hlasové i pohybové oblasti.

### *Hledání odpovědi na hlavní otázku*

Po krátkých cvičeních se otevírá prostor pro hlavní část našeho setkání. Náplň je sestavena podle předem formulované otázky (např. hledání komunikace prostřednictvím haptiky). Většinou se pracuje ve dvojicích nebo v menších skupinkách. Náplň této hlavní části je interaktivní. Není to však žádné „dělání scének“ nebo nacvičování rolí

či výstupů, jsou to přímé experimenty, zaměřené na pociťovanou autenticitu, sdílenou empatii a osmělení se k jednání dle vlastního rozhodnutí a chuti. U většiny cvičení zadávám pouze spouštěcí moment a pravidla hry. Nikdy neurčuji, jakou má mít cvičení náplň či vyústění, vše závisí pouze na improvované tvorbě klientů. Pravidla se týkají způsobu komunikace. Inspirací je pro mne minimalismus, který umožňuje přesněji a hlouběji zacházet s tématem. Když se klienti obávají přílišného odhalení nebo je potřeba uvolnit atmosféru ve skupině (po odchodu klienta nebo delší sérii mimořádných skupin), otevírám fantazijní rámec. Většina pokusů je zaměřená na krátké situace kontaktu dvou a více osob a jejich komunikačních tendencí, které jsou odhaleny během drobných improvizací. Hlavní část programu bývá náročná na pozornost, proto jí někdy prokládám společnými uvolňujícími cvičeními. Ta vedou k jednoduché, většinou radostné akci a potom se opět vracím k podobné situaci zkoušení a soustředění. Pokračování bývá ve stejném duchu a se stejnými principy. Tato část bude podrobně popsána v následující kapitole s názvem „Tematické okruhy v programu neverbálních technik“.

Část klientů zkouší a jiná část sleduje dění. Kromě dění v prostoru je dobré sledovat a občas upozornit i na aktivitu těch, kteří se dívají. Odůvodňuji tuto pozornost faktem, že ti, kdo jsou v prostoru, potřebují podporu a pozornost diváků, aby pro ně bylo snazší se soustředit a existovat ve větší intenzitě než v soukromí. Jedná se o upozornění na účinek přející pozornosti a na fakt, že divák ze své pozice často mívá jiný obraz o situaci i zkoušení samém než aktér uvnitř hry. Reflexe všech cvičení musí přicházet ze dvou stran, aby se neustále mohly propojovat zážitky a představy aktérů a diváků. Možnost propojení vnitřního světa a vnějšího projevu aktéra pomocí společné reflexe sebou nese podstatné terapeutické možnosti. Pojmenování toho, co se odehrálo, věnuji vždy pár minut bezprostředně po výstupu, aby zkoušení každého klienta bylo přijato a dostalo jasné místo v celkovém dění. Reflexe se většinou týká jak osobní roviny (pociťované), tak i společné (sdílené).

Pokud se podaří tato část setkání, klienti mají radost z toho, jak zkoušeli a byli přijímáni ostatními. Mají dobrý pocit z toho, že překonali sami sebe, že se dokázali déle soustředit, že si navzájem rozuměli a dokázali se sledovat. Uvědomují si určitý osobní pokrok, nebo významnou krizi, kterou se snažili překonat. Povedená hlavní část rozpoutává diskusi k přesnějšímu porozumění tématům.

### *Uvedení do širších souvislostí*

Další část opět přímo navazuje na předcházející. Její náplní je shrnutí toho, co se odehrálo. V této části setkání řídím a podněcuji diskusi, snažím se příliš neinterpretovat a nepoučovat, spíše pomáhám v pozornosti otázkami, nebo vyzváním někoho, kdo zkoušel podobně, aby přiblížil svůj úhel pohledu. Snažím se o zakotvení myšlenek klientů v širších souvislostech pomocí reflexe celého dění. Vše se odehrává formou společné diskuse. Pole zájmu se přesouvá od konkrétních pokusů k souvislostem a zákonitostem. Pozornost zaměřuji na odhalení způsobu vnímání jednotlivých klientů. Nechávám každého, aby sdělil, co pro něj bylo v setkání významné a jak to souvisí s jeho vnímáním světa. Snažím se klienty vést k osobnímu pojmenování principů, které podle nich mohou platit v mezilidské komunikaci. To, co si každý vyzkoušel anebo čeho byl svědkem během zkoušení druhých, společným pojmenováním verifikujeme pro jeho osobní zkušenost. Velmi mě těší, když klienti dokážou pojmenovat například důležité aspekty mezilidské komunikace či vzájemných vztahů. Pokud je to vhodné, doplním jejich představu o obecně známé teorie.

Dotkl-li se někdo v průběhu zkoušení svých osobních témat a byl jimi například zaskočen, snažím se, aby tato situace nezapadla. Občas se stane, že se u klienta otevře nějaká z komplexových oblastí. Pokud se tak stalo, je možné si všimnout, že se u aktéra objevily nebývale silné emoce nebo se aktivovaly obranné mechanismy vůči cvičení či kolegovi. Komplex se může také projevit komunikačním schématem, které klient sice zná, ale neumí je sám zastavit. Většinou začne sám

o takové situaci hovořit, nebo jej na ni upozorní ostatní. Pokud bylo zjevné, že se někdo dotkl silného tématu nebo se při hře necítil dobře nebo dokonce v průběhu z prostoru odešel, vždy se zeptám na jeho pocity nebo jej nějak kontaktuji (dotekem, pozitivní připomínkou k jeho způsobu zkoušení...). Pokud nekomunikuje, odkážu jej na prostor skupiny, která je většinou hned po programu neverbálních technik a na níž se může pokusit zpracovat to, co jej tak zasáhlo.

V závěrečné části našeho setkání je více než obvyklé, že si klienti vybavují obrazy, které jsou v přímém opaku k tomu, co zkoušeli. Není to známka jejich nesoustředěnosti, ale naopak hlubokého zapojení. Je velmi časté, že se skutečný problém může vyjevit i na základě kontrastní situace. Často teprve na základě této zkušenosti si klient vybaví již zapomenuté situace svého života, které mohou být klíčové pro jeho léčebný proces.

### *Aktivní zakončení*

V úplném závěru se všichni klienti aktivně účastní, například prostřednictvím drobného skupinového zadání, cvičení, o kterém ze zkušenosti vím, že jej mají klienti v oblibě. Bývá to krátká improvizovaná akce, může se jednat například o náhlý společný výskok či zavolání do prostoru. Jde mi o celkové odlehčení atmosféry. Po předešlé diskusi se snažím opět zaměřit pozornost na oblast tělesného projevu. Nebojím se zařazení jakékoli drobné „hlouposti“, ale musí být radostná a směřovat k pozitivnímu kontaktu s druhým. Nechávám klienty odejít až ve chvíli, kdy pociťuji, že je téma pro tentokrát završeno a zároveň otevřeno dalším úvahám. Víím, že na konci setkání si každý něco odnáší. Může to být zážitek z vlastního zkoušení, nějaká myšlenka, pocit uvolnění, nebo alespoň vědomí, že už to trápení má na týden zase za sebou. Na začátku celé lekce „odemykám“ neverbální prostor, ale na závěr rozhodně tento prostor nezamykám, naopak se jej snažím ještě v poslední chvíli více otevřít a to do široka. Na závěrečné cvičení nikdy nezapomínám, i když je mi jasné, že každý si svůj

„neverbální prostor“ opět svým stereotypním chováním postupně zase uzamkne a při příštím setkání bude nutné jej opět otevírat. Přesto je možné sledovat progres u jednotlivých klientů. Bezprostředně po neverbálních technikách bývají klienti hlučnější, více gestikulují, jsou intenzivnější ve svém výrazu. Ideální by bylo, kdyby jim tento stav vydržel do dalšího setkání, potom by bylo možné ještě hlouběji pracovat.

### Reflexe a její význam v programu

Vytvoření jakékoli zkušenosti je závislé na dostatečném propojení jednání a reflexe. Reflexe je osobní psychická aktivita člověka, jež zhodnocuje konkrétní aktivity pro vlastní duševní vývoj. Způsob reflexe dělá z neverbálních technik terapeutický program. Jedná se o dvě roviny tohoto procesu: o společnou reflexi dění a reflexi sebe sama uvnitř procesu. Způsobem reflektování je možné klienta pro dění i uvolnění neverbálního projevu získat i odradit. Proto je potřeba zacházet se vším, co se odehrává, s uznáním. Je dobré mít na paměti, že se reflexí snažíme o zhodnocení ve smyslu upozornění na hodnoty, které jsou s konkrétním pokusem spojené a poukázat tak na význam toho, co se odehrálo. V dobře probíhajícím programu i vztahu je možné přijímat prakticky veškerý projev a objevovat jeho hodnotu a smysl v konkrétní situaci či v konkrétním způsobu existence klienta. Takto je možné i eliminovat negativní dopad chybování.

Dobrá reflexe má moc vytvořit z domnělé chyby skutečnou přednost. Ve chvíli, kdy jednání člověka nezůstává pouze v rovině praktického dorozumění na rovině „dobře x špatně“, otevírá se mnohem větší pole pro setkání. Může se nedařit zkoušení nebo se stane, že klient určité věci projevuje negativně, ostře, konfrontačně nebo je zážitek při hře propojen s obrazem něčeho z minulosti. Pokud zaujmeme v rámci zpětné vazby dostatečně aktivní postoj, může se jakákoliv nesnáz obrátit k dobrému. Není třeba se lekat a děsit nepříjemných situací, ale hledat jejich poselství, význam v životě

konkrétního člověka. Ke všemu se můžeme v reflexi vztahovat a hledat souvislosti a smysl.

Pokud se zabýváme světem fantazie a přímá spojitost s běžným životem není příliš patrná, potom v reflexi můžeme pracovat s konkrétními zážitky jako se symbolem nebo je možné se zaměřit např. na rovinu osobního zapojení klienta ve vztazích. Proto se snažím nerežirovat druhým jejich komunikaci, nechávám odehrát to, co si klient začal zkoušet sám od sebe a prostě se spoléhám na následnou reflexi. Mám stále na paměti, že atmosféra přijetí druhými pomáhá snazšímu porozumění reflexe a umožňuje klientům i pozitivní náhled na sebe i svou změnu. Proto nešetřím pochvalou a snažím se ji projevit na začátku a často i na konci každého komentáře. Mé vlastní reakce na dění jsou součástí procesu vlastního samostudia a hledání způsobu, jak reagovat, aby to druhým při zkoušení pomáhalo a vedlo k plnému a uvolněnému projevu. Do tohoto prostoru patří i reflexe mého přístupu k programu a má vlastní sebereflexe, která mi pomáhá při tvorbě programu.

### ***Tematické okruhy v programu neverbálních technik***

Hlavním důvodem zařazení neverbálních technik do terapeutického programu je potřeba, nabídnout klientům prostor, kde by mohli zaměřit pozornost čistě na vlastní výrazové možnosti. Je důležité, aby dostali příležitost pro bezpečné vyjadřování emocí a možnost sdílet je s druhými v rámci herní situace. Tento požadavek se zrcadlí také v tematických okruzích tohoto programu. Pro program vytvářím hry, jež jsou ve větší míře hrami typu „Mimikry“ (Caillois – viz výše), je možné je ještě specifikovat jako hry otevřené dramatické tvorbě a improvizaci. Při vytváření jednotlivých lekcí se opírám především o hereckou pedagogiku autorské tvorby (jsem inspirována přístupem Ivana Vyskočila a Hany Smrčkové). Jednotlivé okruhy, kterými se v programu zabývám, jsem pracovně rozdělila do částí podle dramatické situace, vytvářené na základě vztahu aktérů a diváků. Rozdělují je do tří oblastí:

1. Hry realizované rozhovorem dvou a více osob (divák sleduje různě modifikované rozhovory aktérů),
2. Hry vznikající v situaci vyprávění (divák je přímo osloven aktéry)
3. Společné dramatické hry (krátké hry a cvičení pro uvědomování vlastního projevu si a kultivace herní kondice)

Díky otevřenosti jednotlivých cvičení, zůstává otevřená i oblast terapeutických témat a na přání klienta je možné se čemukoli hlouběji věnovat. Tyto okruhy nebývají pojmenovány předem. Ze zkušenosti vím, že téma, které má léčebný význam, se většinou vynoří „samo od sebe“ a klient si jej sám pojmenuje v reflexi (buď průběžné, nebo závěrečné). Jak jsem již popisovala výše, pracuji s velkým množstvím her a všechna cvičení jsou zadávána s dostatečným prostorem pro osobní tvořivost. Většinou určuji pouze spouštěcí moment a základní pravidla hry. Nikdy nezadávám příběh, ani účel zkoušení, protože se snažím zkoumat situace, které klient sám vytvoří a všímám si především jeho role uvnitř. Středem mého zájmu bývá klientova přímá aktivita – jeho tělový výraz a zvuk, jenž vydává. Jde o hledání způsobu, jak hlouběji a přesněji projevovat emoce a jak dospět k co nejpřirozenějšímu výrazu. Pokud se přece jen stane, že je nějak inscenováno terapeutické téma v situaci hry, děje se tak čistě na základě rozhodnutí klienta v průběhu improvizace.

Níže popsané tematické okruhy se tedy vztahují především k situaci, vyplývající ze vztahu aktérů a diváků. Zaktivizovanou terapeutickou oblast můžeme u klienta pojmenovat většinou až po skončení hry. Je to dáno především tím, že hra je dramatickou improvizací a svou podstatou pomáhá otevřít to, co si svým jednáním sám klient do hry (a často i do jiných komunikačních situací) nevědomě nese. Přijetí a rozvíjení terapeutického tématu se při neverbálních technikách děje pouze formou vytváření otevřených her, nikoli inscenováním příběhů, jak tomu bývá v psychodramatu.



## Improvizovaný rozhovor

Dostáváme se ke skupině her, jež označuji jako „improvizované rozhovory“. Klient vstupuje do kontaktu s druhým a posléze do situace dialogu neobvyklým (hrou modifikovaným) způsobem. Situace je vždy podobná: dva nebo více klientů vstoupí do herního prostoru a vzájemně se snaží navázat kontakt. Způsob, jakým tento kontakt probíhá, bývá nějak omezen. Vždy je možné se vyjádřit hlasem a pohybem, ale další specifikum teprve zadáváme (např. komunikovat, aniž se druhému podíváme do očí nebo naopak neztratit oční kontakt, někdy jsou povoleny pouze vybrané pohyby. K hlasové stránce přibývají konkrétní slova – zájmena vlastní, slova ano, ne, číslovky atd.). Zajímavé jsou například momenty, kdy jsou „jazykem rozhovoru“ vlastní jména členů komunity. Zde se projevuje spolu s hrou i v symbolické podobě reálná interakce mezi klienty. Tato hra (pokud se klienti uvolní) často pomůže vynést na světlo skryté interakce, které klienti vůči sobě mají.<sup>86</sup>

Způsob zkoušení improvizovaných rozhovorů má nepřeberné množství podob a proměn. Například zaměření se na preferenci jednotlivých smyslů přináší zcela jiný tělový zážitek či jiné vnímání partnera. Stačí pouze označit, který smysl by měl ve hře vévodit a hned klient objevuje zcela nový prostor, jiné asociace, jiný vztah. Podobnou variabilitu přináší také zaměření pozornosti na jednotlivé úrovně neverbální komunikace. Myslím tím rozhovor koncentrovaný na mimiku, na vzdálenost mezi postavami, na gesto a tak dále. Další obměny se týkají třeba možnosti zastavení, nepřirozeného zpomalení nebo naopak zkratky. Hry týkající se rozhovoru pomáhají klientům soustředit se na vlastní projev v přítomnosti. Je pro ně důležité, aby si začali uvědomovat proces akce a reakce. Odkrývá se také fakt, že při kontaktu s druhým člověkem hraje roli velké množství faktorů a ve většině

---

<sup>86</sup> Co se týče interpretace takovéto hry v souvislosti s reálnou situací ve skupině, dovoluji si ji pouze ve chvíli, pokud se o ní sami diváci nebo aktéři začnou zajímat. Tato interpretace musí být vedená opatrně, aby neutrpěla chuť klientů do dalšího zkoušení. Pokud se rozběhne sama (po jakémkoli zkoušení) společná diskuse s parametry terapeutické skupiny, je nejlepší zastavit program a přejít do mimořádné skupiny. Je to z důvodu ohraničení prostoru hry a pocíťovaného bezpečí klientů, které potřebují pro hraní. Jde mi také o udržení prostoru pro odlišný způsob práce, než je v rámci jiných terapeutických programů. Program neverbálních technik má svá specifika a ta je nutné chránit, protože zvyk klientů o všem do podrobnosti mluvit, může postupně změnit specifika této činnosti a příliš je přiblížit k ostatním terapeutickým programům.

případů náhle ustupuje logika, kterou klienti často očekávají. Díky následné reflexi této hry upozorňuji klienty na nepřeborné množství rovin jejich komunikace. Přináší jim také jisté rozčarování z nemožnosti svou vlastní komunikaci vědomím plně ovládat. Toto zklamání však kompenzuje možnost, sledovat estetickou stránku lidské komunikace, jež se před nimi otevírá.

Každé cvičení má ještě jednu rovinu, na kterou je v reflexi zaměřena pozornost, a to na možný obsah rozhovoru (co mohlo být tématem kontaktu dvou postav). Klienti se na základě dynamiky hovoru, vzájemných reakcí, rytmu snaží např. pojmenovat, jaké téma by podle nich mohlo iniciovat u těchto konkrétních lidí takovýto rozhovor. Velmi často se otevřou osobní roviny postojů a vztahů. Přestože každá hra má v sobě obsažený prostor pro dotek v osobní rovině, není dle mého názoru dobře tuto rovinu příliš akcentovat, protože cílem těchto pokusů je prozkoumávání principů komunikace jako takové. Dotykáme se především oblasti plného zapojení klientů v kontaktu s druhým nebo pozornosti k partnerovi, jeho přijetí či nepřijetí a vnímání vlastního projevu. Do roviny osobní, terapeutické se pouštím jen ve chvíli, kdy si to klient vysloveně přeje.

Způsob práce, který nazývám improvizovaný rozhovor v podobě pro pokročilejší a ochotné prozkoumávat přímo svůj osobní příběh, nese například možnost prozkoumávat „zapouzdřené“ události, věty a postoje. Jedná se o takové momenty z minulosti, které se nám neustále vracejí v různých podobách například formou asociací, ať už v podobě nějakého slova, věty, pohybu, nebo se nám nějaká drobná sekvence vrací ve snech. Při některých setkáních se pokoušíme zaměřit pozornost přímo na tyto „obtěžující“ momenty a snažíme se jim pomocí dialogu porozumět. Klient si vybere pomocníka<sup>87</sup> a přesně řekne nebo předvede, co potřebuje prozkoumat. Většinou to bývá nějaká věta, příkaz, otázka, odpověď a ta je po té vzata jako materiál „jazyk rozhovoru“. Pro obsáhnutí většího pole a snazší kontakt s partnerem většinou k této větě přidáváme ještě zájmena vlastní a možnost proměny v pozitivum a negativum. (Například věta „To musíš pochopit.“

---

<sup>87</sup> Někoho konkrétního ze skupiny, o něž si myslí, že mu právě on může ve zkoušení pomoci.

je rozvinuta o další jako třeba - „To nemusíš pochopit. To musím pochopit. To nemusím pochopit. Pochop to! Nechápu! ...a další) Tato skupina vět pak může být východiskem zkoušení. Klient a jeho pomocník začínají tato slova říkat s konkrétním postojem k druhému a snaží se ve vznikajících situacích „emotivně angažovat“ a existovat ve hře co nejvíce „naplno“. Úkolem je prozkoumávat jednáním tento materiál. Klienti pak sami sebe zažívají ve hře (hrají si na sebe). I když se objevují momenty, které mohou být zatížené osobním problémem, jsou tu zároveň přítomny i momenty řešící tento problém. Většinou dojde k nějakému vyústění do katarze a následné úlevě, či alespoň k pocitu porozumění. V tomto cvičení se odkazují na fakt, že skutečné téma není v otázce pozitiva a negativa, ani směru interakce, ale o něco hlouběji, uvnitř vlastní psychické struktury. V problému samém bývá přítomno i jeho řešení (intuitivní či emotivní). U zkoušení tohoto druhu je zajímavé pozorovat, jakým způsobem na sebe klienti reagují. Vytyčený „problém“ se pak neřeší díky logice či vysvětlení, ale z vlastní emocionální podstaty. Způsob práce „hlubšího prozkoumávání zacyklených vět“ jsem v některých případech na přání klienta přenesla i do individuálních setkání.

Přenesení do individuálního času, se například stalo ve chvíli, kdy klient (Jan – případové jméno) nebyl s to i přes dlouhé intenzivní zkoušení nalézt východisko a tedy bylo jasné, že prostor v rámci programu neverbálních technik nestačí. Na přání Jana jsme za pomoci jednoho terapeuta opět obnovili situaci tohoto cvičení. Jednalo se o prozkoumání věty: „Na to nemáš nárok“. Zkoušení trvalo asi půl hodiny. Jan neustále utíkal, (kroky vzad), nedovoľoval si větší gesto rukou, jeho výraz byl buď příliš nesmělý a tichý nebo naopak tak hlasitý a agresivní, až se sám sebe lekal a vypadával ze hry. Musela jsem nabídnout možnosti mezi-reflexe – krátký rozhovor s účastníky - společný popis dění, vytvářených situací a reakcí. Až po třetím začátku Jan ve své improvizaci

objevil uvolňující postoj pomocí otázky: „Kdo na to má nárok?“ A odpověděl si neagresivním zvoláním „Já!“ a potvrdil odpověď několika významnými jasnými kroky vpřed. Pro Jana byla věta „Na to nemáš nárok“, spojena s jeho základním problémem ve vztahu s otcem. Byl zvyklý mu ve všem ustupovat, stejně jako to dělala matka. Toto zkoušení Janovi podle jeho slov pomohlo nalézt možný způsob čelení tomuto problému. Řešení našel mimo svůj známý stereotyp, což byl ústup a občasné agresivní útoky a hádky. Jeho zvolání mu potvrdilo, že by měl být odvážnější v kontaktu s otcem (i on má na to nárok). Dále na tomto tématu již pracoval se svým individuálním terapeutem a skupinou.

Hry tohoto typu ve skupinové práci nabízím teprve ve chvíli, když se klienti vzájemně dostatečně vnímají, dokážou se soustředit a mají pozitivní vztah k programu. Jedná se o velmi hlubokou formu cvičení typu rozhovoru, která zasahuje až k osobním komplexům, proto je důležité pracovat citlivě. Ne každá skupina dospěje tak daleko, abych neměla obavu jim tato zkoušení nabídnout. Jsou to cvičení, která potřebují maximální míru bezpečí, ve vztahu s pomocníkem, s divákem i s terapeutem.

### Vyprávění

Další skupina her je soustředěna okolo situace vyprávění. Při těchto hrách se kromě přítomné chvíle, na kterou se aktéři zaměří, objevují ještě roviny syžetu (o čem se vypráví), směr vyprávění (komu je sdělováno), důvod (proč sdělujeme právě toto). Opět zacházíme s improvizovaným projevem, tentokrát ve formě improvizovaného příběhu. Jelikož děj teprve vzniká (často pomocí asociačních řad či vnímání tělových změn a jejich transformováním do verbálního gesta), je opět podstatné vnímání přítomné chvíle a přicházejících impulsů.

Stejně jako v předchozí kapitole, může být jazyk vyprávění nějak modifikován (na tělo, na jednotlivá slova apod.). Jedná se o pokus vyprávět druhým o něčem, co se odehrálo v minulosti nebo se v přítomné chvíli hry děje, ale obsah sdělení obou případů má zcela svůj původ ve fantazii klienta. O fantazijní skutečnosti hráčů dostává zprávu divák, jež je hlavním partnerem aktérů. Zřídka se stává, že by se příběh, který si vyprávíme a hrajeme, propojoval s reálnou minulostí klientů. Hra většinou probíhá ve dvojici nebo ve skupině. Vyprávění bývá současně i herecky ztvárňováno, aby děj mohl vycházet z jednání v přítomné chvíli.

Pozornost je třeba zaměřovat především na bytostnou přítomnost každého hráče a všimnout si způsobu, jakým se začíná orientovat ve své fantazii. Pro snazší vstup do tohoto vnitřního světa většinou nabízím nějaký spouštěcí moment (věnuji mu následující odstavec). Pro tvorbu fiktivního vyprávění bývá intenzita výrazu a herecké zapojení těla velmi důležité. Často pomáhá také určitá stylizace, která umožňuje lépe se soustředit. Je třeba dostat aktéry do stavu hry, kdy je jejich fantazie přirozeně otevřená, stává se součástí i projevu těla. Schopnost vědomě nakládat s vlastním fantazijním světem přichází postupně, protože se jedná o specifické zkušenosti. Pro drogově závislého je velmi důležité, když se zabývá vlastní fantazií, jako něčím, co má hranice (co může sám vyvolat, co je možné svobodně opustit). Po jejich drogové minulosti nebo po zážitku psychotické ataky, mohou klienti vnímat tento svět jako nebezpečný či ohrožující. Díky vyprávění tohoto typu může klient získat zkušenost, že mu jeho fantazie opět patří a neznamena pro něj nic nebezpečného.

Pro otevření fantazijní situace vybírám vždy nějaký spouštěcí moment (jak jsem uvedla výše). Aby se vyprávění mohlo rozeběhnout, je potřeba jasně označit něco, odkud hra začíná. Zároveň je spouštěcí moment úkonem, který mění běžnou komunikační intenzitu v intenzitu hry. Většinou je tento spouštěcí moment udán skupinou například jako jednoduchá věta, kterou má aktér zopakovat již s patřičným výrazem (např. může být věta „Náhle se setmělo“) a dále již vyprávění pokračuje v jistém napětí či atmosféře. Dalším spouštěcím momentem může být

krok do neznámého prostoru, vyprávění se pak zaměří na zprávu z cesty (jak probíhá). Improvizované vyprávění také může vycházet z pohledu do očí druhého nebo z prostého pohybu či ze zaměření na jeden ze smyslů nebo na rytmus chůze. Pokud má klient nějaký zcela fantazijní obraz ze svého snění, nebo větu, která v něm delší dobu zůstává bez nějakého porozumění, i toto může spustit hru - vypravování. Může to být i věta z písně, či z knihy (vybraná losem), další nepřeborné možnosti hledání spouštěcího momentu si může vedoucí skupiny snadno vytvořit. Nikdy však nezačínám v „bodě 0“ jak nabízejí některé školy hereckého tréninku. Spouštěcí moment je vždy něco jasně označeného, jako vstup do jiného prostoru. Něco, co pomůže zacílit vlastní soustředění a vytvoří předěl mezi běžnou a herní situací.

Improvizované vyprávění je možné zaměřit i na příběhy, které klienti ve skutečnosti zažili. S těmito příběhy se běžně pracuje při skupinové terapii a při programu neverbálních technik již není třeba, aby byly znovu doslovně převyprávěny. Tento speciální program umožňuje trochu jiný způsob práce; je například možné uchopit pouze emocionální rovinu zvoleného příběhu a pomoci tak klientovi nahlédnout situaci z jiného úhlu. Pro tento způsob je nutná intenzivnější práce s neverbální složkou projevu, který se odráží v „jazyce hry“. Příběh může být například vyprávěn jen na základě vlastních jmen původních aktérů příběhu, sociálních rolí (matka, otec, učitelka) a jejich proměn. Děj příběhu zůstává pouze v představě aktéra, který se jej snaží sdělovat především svým výrazem, postojem, pohybem a hlasem, jenž je koncentrován do jednoduchých slov. Protože toto cvičení bývá vnímáno jako obtížné vzhledem k nutnosti uvolnění a otevření se, je při této hře většinou spolu s hlavním aktérem přítomný v prostoru ještě pomocník. Ten se může pomocí již použitých slov doptávat, rozumět či nerozumět situaci, projevovat účast, zintenzivňovat emoci apod. Dospěla jsem k poznání, že je možné prakticky cokoliv vyprávět pouze pomocí podstatných jmen, zájmen či sloves. Další variantou téhož je, že si klient z nějakého vlastního příběhu vybere klíčová slova a pomocí nich potom vypráví. Je dobré zdůraznit, že není podmínkou, aby setrval

striktně u svého příběhu od začátku do konce. Klient má vždy možnost, pokud se cítí inspirován v přítomné chvíli, rozvíjet momentální nápad, sledovat vznikající novou představu, udělat cokoli, co v daný okamžik potřebuje. Po zkoušení vždy následuje reflexe a je možné vše uvést k hlubšímu porozumění. Praxí jsem si ověřila, jak omezené množství slov pomáhá klientovi v soustředění se na rozdílné roviny problému.

Improvizované vyprávění přináší klientům mnoho důležitých zjištění, například postupné uvědomování si směru vlastní komunikace (kdo je adresátem naší promluvy). Je podstatné, že klient díky těmto hrám, začne rozlišovat, co říká sobě, partnerovi a co je pro diváka. Je zde patrná proměna a nárůst schopnosti klienta být v přímém kontaktu s druhými lidmi. Z tohoto zkoušení získává i poznání, že slova pronášená jen tak bez směru, průběh hry zmatou a na druhou stranu, že slova, směřovaná k druhému člověku, většinou automaticky pomáhají při tvorbě postoje. Postoj, jenž ozřejmuje důvod promluvy, napomáhá postupnému vyjevování dalších skutečností. Péče o vlastní postoj, tedy nezůstat bez názoru na věc, je další důležitý aspekt, jehož osvojení pomáhá i v terapii či v životě. Další možnost přináší zabudování reflexe přímo do hry a to většinou těsně před ukončením výstupu. U některých vyprávění je možné, aby si klient hru ukončil sám, předem domluveným znamením konce. U vyprávění o cestě to bývá dotek na nějakém místě, u vyprávění příběhu je to věta, která začíná slovy: „vyprávěl jsem vám to, protože...“. Tento způsob zakončení hry nutí klienta reflektovat, co se odehrálo, a tak dostává šanci doplnit, co by ještě mohlo v příběhu chybět.

### Společné dramatické hry a cvičení

Občas se objeví situace, ve kterých není úplně vhodné v rámci neverbálních technik zařazovat výše popsaná cvičení, směřující k hlubinnému prozkoumávání principu rozhovoru či vyprávění. Bývají to momenty, kdy jsou klienti velmi intenzivně zabráněni do terapie (například z důvodu řešení problému skupiny, odchodu člena, nebo interakčních

problémů) nebo není skupina ještě na takovou práci připravena, jak to bývá po letních prázdninách nebo když se promění většina skupiny. V těchto okamžicích se snažím nabídnout herní situace, které na jedné straně poodhalí výrazové možnosti klientů a zároveň motivují klienty pro hru a spolupráci. Ať už je potřeba uvolnit napětí ve skupině nebo opětovné nastartování spolupráce, vede mě to ke koncepci dynamičtějšího setkání se vzdělávacími prvky. Vysloveně se snažím pomoci klientům, aby si dovolili vše, co je trápí, na chvíli opustit a soustředit se na společnou hru. Po náročných skupinových sezeních, kdy jsou všichni vyčerpaní, bývá pro mě i pro klienty těžkým úkolem, nalézt společné uvolnění a jen tak si hrát nebo se plně zaměřit na rozvoj vlastní hravosti. Využívám tedy podobné situace k tomu, že vytvářím drobné úkoly a zkoušky, které klienty připravují pro společnou improvizaci a pomáhají prohlubovat herní kondici. Snažím se především pomoci klientům zažít společnou radost ze hry nebo pobavení ze sebe a nad sebou. Tento způsob setkání nevnímám jako „z nouze ctnost“, ale počítám s proměnlivostí různých potřeb a nálad klientů uvnitř dlouhodobé a intenzivní terapie. Snažím se vědomě využívat takových situací pro jiný způsob práce a vedu spíše pedagogickým způsobem. V reflektující části uvnitř setkání tohoto typu, zaměřuji pozornost především na hru samou a dílčí aspekty osobní připravenosti na kontakt s partnerem. Je to příprava a praktické rozvíjení dovedností, které pomáhají soustředit se a uvolnit se. Když je situace ve skupině obtížná, v průběhu neverbálních technik se mi ji povede buď trochu zmírnit, nebo naopak ještě více vygradovat. Často v takových chvílích následuje interakční nebo mimořádná skupina.

Jedním z úkolů, který si pro program neverbálních technik kladu, je, pomoci klientům neverbální projev vědoměji uchopit a rozvíjet. V setkáních při volných dramatických hrách dávám velký prostor pro uvědomování si a proměnu výrazových stereotypů.

František (případové jméno) měl zvláštní způsob projevu; stále se díval jakoby „do sebe“. Jeho pohled vůbec nebyl směřován na okolní svět (měl stále přivřené oči, nedíval



se na nikoho a na nic konkrétně). Každé setkání jsem se ho ptala, jestli mě vidí, jestli vidí to či ono. Pokaždé, když se skutečně podíval ven, dotkl se pohledem mě nebo někoho, či věci, vždy jsem ho chválila, jak hned jinak vypadá, že je přítomnější, živější. Při neverbálních technikách jsem mu občas vytvořila cvičení, které preferovalo pohled jako hlavní komunikační prostředek. Po nějaké době se sám František rozhodl, že se zkusí jeden týden dívat záměrně ven ze sebe, na druhé lidi, na svět kolem. Byl to pro něho nový zážitek, nejprve konstatoval, jak je to namáhavé. Začal však být mnohem lépe přijímán okolím, častěji se dostával do kontaktu s druhými a najednou jim měl co říci. Samozřejmě jeho léčba obsahovala spoustu těžkých momentů, ale ten týden, kdy byl pohledem přítomen, nabízel, že by se mu mohlo dařit, kdyby chtěl. Byla to pro něj zkušenost. Netvrdím, že mu pomohla výhradně tato intervence. Vše, co se komunitě odehrává, je společný proces. Nejspíš to ale pro něj byla intervence důležitá, protože František je už čtyři roky po léčbě a daří se mu abstinovat. Při našem setkání (cca dva roky po jeho léčbě) sám vzpomínal na naše přetahování. Byl to pro něj důležitý úkol, být se světem kolem sebe propojený jasným pohledem. Ze zprávy od něj vím, že dokonce tato drobnost (jestli se dívá ven nebo dovnitř) mu pomáhá rozumět vlastnímu psychickému nastavení.

Tento příklad ukazuje možnosti proměny osobitého projevu ve vztahu k terapii. Na úrovni těla jsou pobídky ke změně zcela konkrétní a jasné. Pokud je klient pozorný ke svému projevu, jeho kultivace působí změnu i v jeho osobnosti. Jedná se o boj s osobním stereotypem. V této oblasti se snadno orientují i spolu-klienti, protože skutečná změna je okamžitě poznat. Dokonce je může požádat o pomoc, aby ho upozorňovali, když bude zase reagovat „po staru“. Tato otevřenost se

velmi vyplácí, protože mnohé neverbální zvyky si uvědomuje více okolí než klient sám. V setkáních při volných dramatických hrách je prostor zkoušet drobná cvičení a dramatické situace, které je možné vytvořit klientům „na tělo“ – pro hlubší uvědomění jejich vlastních nežádoucích komunikačních stereotypů. Je možné vytvářet takové situace, kde klient přirozeně začne využívat to, co mu v projevu chybí (například potlačené smysly). Zkrátka do programu neverbálních technik jsou zařazena setkání, která mají primární cíl v rozvoji konkrétních schopností a pozornost není zaměřena na výpověď o osobních postojích klienta, ale na jeho projev a schopnost hrát si.

### Práce s hlasem či slovem v rámci programu neverbálních technik

Některá setkání se zcela vymykají koncepci, kterou jsem popsala v předešlých kapitolách. Bývají to setkání zaměřená přímo na mohoucnost v oblasti projevu. Většinou tato setkání mají více obsaženou vzdělávací složku, bývá to například hlasová výchova či řečové jednání. Pokud si vybereme jako hlavní téma setkání hlas<sup>88</sup>, pokouším se s klienty dospět k základní analýze jejich zacházení s vlastním hlasem a potom jim pomáhám s navozením správné funkce. Dostávají informace o dechu, oporách, rezonanci, výslovnosti, vnímání a tvoření melodie apod. Protože takové setkání bývá více vzdělávací, snažím se na závěr směřovat k prožitku s osobní výpovědí. Dobrou zkušenost mám se závěrem na zalesněném kopci uvnitř areálu, kde je rozhled do krajiny. Hlasovou lekci se snažím vést takovým způsobem, aby klienti byli schopni uvolněného volání bez zbytečného tlaku. Dokonce často klient, který zaslechne své zvolání, pocítí, jestli sám tomu, co zavolal, skutečně „věří“ (hlasový výraz nabízí pro pozorné uši mnoho sdělení). Každé hlasité zvolání či zazpívání, přináší určitý druh uvolnění, navíc ve spojení s přírodou bývá hlasová lekce silným zážitkem, ke kterému se klienti vracejí. Celkově mi záleží na tom, aby si základně v hlasovém projevu začali nacházet pocit svobody a jistoty.

---

<sup>88</sup> nejde pouze o hlasovou rozevčičku, která bývá zařazena jako jedno ze cvičení v části „probuzení k aktivitě“

Vrchol takového hlasového setkání je například v tom, že se klient pokusí formulovat větu, kterou by chtěl něco oznámit do velkého prostoru (aby se to konkrétně o něm vědělo), pokusí se ji zavolat do co největší dálky. Pro zpřesnění - zavalání věty, tedy oznámení, mívá podobu: „ Já *jméno a sdělení*“ (např. Já Petr už nelžu). Je zajímavé slyšet, co kdo chce sdělit a i jak je to mnohdy nesnadný úkol. Hlasová hodina je takový společný rituál, který klient zažije jednou, maximálně dvakrát v průběhu léčby.

Práci se slovem například zařazují, když má někdo z klientů děti a chtěl by pro ně namluvit pohádku na diktafon. Potom se zabýváme základními principy přednesu a tvorbou audio nahrávky. Snažím se ukázat klientům, jak převést psaný text do mluveného projevu. Také v individuální práci jsem občas klientům pomáhala s přednesem jejich vlastní poezie. Snažili jsme se dostat k emocionální rovině textu, a tak mohli snáze porozumět i myšlence. Jedná se opět o práci více vzdělávací, ale výsledek mívá terapeutický efekt, buď pro vztahy klienta s jeho blízkými, nebo jen pro něj samého.

### Dialogické jednání v programu neverbálních technik

Několikrát do roka nabízím klientům vyzkoušet si dialogické jednání. Celou lekci přizpůsobuji již stanoveným pravidlům (viz první část práce – Dialogické jednání). Po vysvětlení, co je dialogické jednání a proč se o něj pokouším já sama, nabízím klientům možnost vystoupit před ostatní. Plním pak roli asistenta dialogického jednání. Toto je jediná náplň programu neverbálních technik, při které netrvám na aktivitě klienta. Akcentování povinnosti zkoušet, by posouvalo dialogické jednání do zcela jiných pravidel a hlavně jiné atmosféry. Myslím si, že vnější tlak na zkoušení aktérů by mohl rozbít základní filosofii dialogického jednání, kde mimo jiné záleží na svobodě rozhodnutí, vstoupit do prostoru před druhé. Při jiných aktivitách je možné vyvinout tlak, protože klient již svobodně projevil svou vůli, stát se členem komunity, tudíž mezi jeho povinnosti patří aktivní účast na všech

programech. V dialogickém jednání však podle mé zkušenosti je důležité, aby byla v každém pokusu zachována svoboda rozhodnutí.

Přestože je dialogické jednání zařazeno do programu jen zřídka, i taková drobná „ochutnávka“ přináší klientům mnoho otázek a velmi často se stává, že zážitek z tohoto zkoušení určitým způsobem obohatí a někdy i posune klientovu individuální terapeutickou práci.

Klientka (příp. jméno Dagmar), se pokusila o dialogické jednání, ale nebyla schopná udělat nic, jen se rozplakala. Tento zážitek byl pro ni tak intenzivní, že se často stával tématem, ke kterému se při individuální terapii několikrát vracela. Nejspíš zaktivoval klientčinu potřebu porozumět, co a proč se tehdy odehrálo. Postupně si uvědomila, jak není schopná na sobě nic akceptovat a jak je pro ni těžké se pokusit soustředit na sebe samu, když se na ni ostatní dívají. Vážně se začala zabývat svými minulými traumatickými zážitky, protože zážitek paralýzy, která ji překvapila v průběhu dialogického jednání, jí pomohl poodhalit, jaký dopad mohou mít její úzkosti na její osobní projev. Tento zážitek ji vedl k postupnému otevírání vnitřních tabu (spojených se znásilněním, týráním). Dagmar dostala díky dialogickému jednání intenzivní podnět pro terapii. Získala motivaci k léčbě, protože si uvědomila, že má problém, na který se potřebuje intenzivně zaměřit.

Takto extrémní reakce na dialogické jednání je ojedinělá, ale zážitek několika výstupů před ostatními bez konkrétního úkolu, bývá u většiny klientů mimořádný. Klienti často popisují, jak se srovnávají se stresem, spojeným s vystoupením před druhými. Popisují zmatek, který u nich vyvolává fakt, že nemají stanovený úkol. Zároveň bývá velmi pozitivní reakce na možnost, otevřít rozhovor sám se sebou, který jim pomáhá zvládnout náročné situace. Otevře se i otázka schopnosti soustředit se na sebe a být se sebou v otevřeném kontaktu. Dialogické jednání

v tomto prostoru je spíše zkouška odvahy než systematické hledání vlastního tématu, ale i taková zkouška u mnohých pomůže poodhalit další možné oblasti jejich zájmu. Zvláště v momentech osobní krize klienta mívá zkouška dialogického jednání významný hybný potenciál.

Velmi by mě zajímalo, jak by fungovalo dialogické jednání v komunitě jako průběžný experiment ve vztahu k terapeutickému procesu, ale vnímám příliš mnoho negativ, která se staví do cesty. V komunitě bych si dokázala představit pravidelné konání dialogického jednání jen v případě, že by se vytvořila skupina, která by se setkávala z vlastní iniciativy za účelem zkoušení. Několikrát jsem se pokusila tuto možnost klientům nabídnout, ale nepodařilo se skupinu vytvořit, byl malý zájem. V komunitě Magdaléna je velmi naplněný program a další nepovinnou společnou aktivitu si v tomto prostoru ani já nedovedu dost dobře představit. Klienti mají velmi málo osobního času, určitě by byl problém s účastí na jakémkoliv pravidelném nepovinném programu. Navíc učit se zacházet s volným časem, má také velký význam pro terapii závislosti, proto je dobré zachovávat tento volný čas pro ryze osobní aktivity klientů. Stále však nechávám svou nabídku otevřenou.

### ***Pár slov na závěr kapitoly***

Program neverbálních technik je stále ve vývoji. Snažím se, aby co nejvíce zapadl do dění v komunitě a přirozeně patřil do terapeutického programu. Měl by být součástí terapeutického procesu a zároveň nabízet jiný úhel pohledu na klienta a jeho terapii. Prostřednictvím zkoumání možností hry se pokouším pomoci klientům budovat kondici pro osobní projev. I když hlavním principem je princip hry, hlavním tématem, které vše zastřešuje, je terapie závislosti. Pro svobodnou hru je potřeba se od těžkostí vlastního bytí odpoutat a pro terapii je důležité pomoci člověku porozumět vlastnímu problému a nalézt způsob, jak se s ním vypořádat. Jedná se o propojení dvou různých směrů uvnitř jednoho pole. Postupně se také pokouším definovat si možnosti tohoto způsobu práce pro individuální terapii. Bude to můj

další krok v prozkoumávání tématu propojení terapie a herecké pedagogiky.

Jak vyplývá z celé kapitoly, je zřejmé, že vše, co se odehraje v programu neverbálních technik, se může stát předmětem terapie. Není však dobré, záměrně vytahovat problémy napovrch, pokud to neudělá klient sám. Klient musí být vnitřně připraven na pohled přímo do svého problému, který se díky hře ukázal. Nebývá vhodné pro proces terapie pomocí interpretace hrového jednání vyžadovat od klienta, aby se zaměřil na konkrétní problém. Může se stát, že terapeut příliš brzy vnese do vědomí klienta něco, co mělo být ještě chvíli skryté v nevědomí a terapeutický proces se pak na jistý čas ochromí. V procesu terapie nemá smysl záměrně postrkovat sebe nebo klienta k řešení a vyřešení konkrétního problému. Není těžké vytvořit cvičení, která odhalují nitro, nebo přímo vyjví bolestná místa klienta, ale udělat to citlivě a v pravý čas, obtížné je.

Terapeutická komunita je v péči o klienta komfortním zařízením, protože 24 hodin denně je zde někdo připraven poskytnout odbornou péči. Ve chvíli, kdy klient objeví něco důležitého pro sebe a svou léčbu, může někoho vyhledat a promluvit si s ním o tom. Proto mohou být neverbální techniky z části koncipované i na otevírání skrytých problémů. Pro případné následování mé cesty, bych však ráda upozornila, že bez rezidenční péče o klienta by byla potřeba trochu koncepci poupravit. Práce na celostní úrovni, propojená s praktickými experimenty potřebuje vždy dostatečný rámec a ošetření. Tím spíše, pokud se pracuje s lidmi, kteří mají narušenou nebo oslabenou psychiku. Dobrá terapeutická práce se neměří intenzitou emoce, kterou klient prožívá při terapii. Intenzivní pláč nebo psychické vyčerpání není známkou, že se v rámci terapeutického programu pracovalo dobře a že se u klienta něco pohnulo k lepšímu. Je třeba počítat s tím, že intenzivně prožívané emoce mohou znamenat také retraumatizaci, která uvádí klienta spíše ve zmatek, což je v procesu terapie krok zpět. Umožnit klientovi sebezpoznání a pomoci mu s proměnou, aniž musí autenticky psychicky trpět, je to největší terapeutické umění. Pocit roztříštění, který může u klientů nastat v příliš ambiciózní a málo

vědomé práci s tělem, spíše komplikuje terapeutickou práci samu. I pro terapeuta v programu neverbálních technik je závazná terapeutická etika, která znamená určitou dávku zodpovědnosti k terapeutickému procesu skupiny i každého klienta samostatně. A také z pohledu vyloženě lidského při terapii platí, nečinit jiným to, co bychom sami nechtěli od druhých zažívat.

Každý člověk hraje na svém vlastním jevišti a všichni se nějak snažíme tomuto množství dějství porozumět.

Thomas Moore

## **Divadelní prvky uvnitř terapie**

Ještě než se zaměříme na terapii divadlem, nabízím pohled, jaký může mít divadelník, podívá-li se na procesy, jež se odehrávají v komunitě. Je zajímavé, že vysloveně na každém kroku je možné objevit divadelní prvky, které nemálo pomáhají terapeutickému procesu.

### ***Nácvik rolí***

Nejnápadnější a prvek, se kterým je možné se v terapii setkat, má i divadelní jméno: „nácvik rolí“ V průběhu léčby drogově závislých se s touto technikou můžeme setkat nejčastěji při lekcích „Prevence relapsu“<sup>89</sup>, kdy si klient mimo jiné v modelových situacích zkusí možná setkání, která by jej mohla ohrozit v abstinenci. Jedná se o přímý nácvik rolí, například pro setkání na ulici se známým uživatelem drog nebo s nabídkou drogy. Klient si prakticky zkusí, jak by zareagoval, a potom dostává zpětnou vazbu na své chování s pojmenováním chyb. Podobný princip (ale orientovaný do minulosti) se také používá ve chvílích, kdy se klient vrátí po selhání v abstinenci. Většinou dostává za úkol přehrát nezvládnuté situace. Snaží se uvědomit si a pojmenovat, jaké jednání jej konkrétně přivedlo k opětovnému užití drogy. Přehrání situace může přímo dovést klienta k vyjevení jeho vlastního problémového chování. Ostatní klienti potom tyto situace rozebírají a případně se snaží zahrát možnosti, jak to udělat, aby k problému v budoucnu již nedošlo.

---

<sup>89</sup> Program zařazený 1x týdně, který je tematicky zaměřený na otázky, jak je možné se bránit opětovnému užití drogy.



Výše popsané možnosti užití divadelních prvků v rámci jednoduché etudy mají terapeutickou účinnost spíše edukativně zaměřenou a tedy směřovanou k budoucímu jednání klienta s novým poučením. Jedná se spíše o výcvik bezpečného chování v nebezpečných situacích pro nutnou abstinenci. Ze zahané situace má klient dostat do vědomí jistý „balíček možností“, jak se vypořádat s náročnou situací. V pojmosloví výchovné dramatiky jsou takové etudy nazvané jako „život nanečisto“. Je však pravda, že toto pojmenování jsem vždy cítila jako problematické vzhledem povaze života. Pojmenování jako „příprava na život“ nebo „život na nečisto“ je nonsens, protože vše se odehrává v době, kdy člověk již žije, nikoli před jeho vlastním životem. Výše popsaný princip je spíše otevíráním nových možností v chování, které vznikají interakcí s druhými na základě dramatického ztvárňování budoucích možností. Také stojí za zmínku, že se modelování situací odehrává v rámci bezpečných vztahů, jako příprava na nebezpečná setkání. Tedy je to snaha o zabezpečení, o vzájemné jištění lidí se stejným problémem.

Uvědomováním si svého problému skrze herní situaci, prozkoumáváním jeho úskalí, se klient může vybavit psychologickými mechanismy, které mu pomohou zvládnout situaci, kdy jej bude daný problém přímo ohrožovat. Toto vše má v prevenci relapsu důležité místo. Pokud nácvik modelových situací, který je blízký také principu zkoušení divadelního představení, dále ještě zobecníme, dostáváme se do roviny příprav. Nácvik a zkoušení modelových situací je možné připodobnit zkoušení klasického divadelního tvaru. V obou případech se vytváří množství modelů chování, které je možné v případě odpovídající situace využít. Z divadelního pohledu by se v těžké situaci klient mohl vědomě oddálit od svého skutečného prožitku, vstoupit do bezpečí role a inscenováním si pomoci problematickou situaci překlenout. Modelování situací prakticky pomáhá ve chvílích ještě ne příliš velké jistoty klientů. Ve vztahu k divadlu mi popsaná aktivita připadá paradoxní, protože modelovou situací se klienti zaměřují na krátké komunikační sekvence, trénují způsoby, jak účinně a rychle odmítnout, tedy jak udělat, aby komunikace s rizikovým člověkem vůbec nenastala.

Divadelní zkouška se zaměřuje na pravý opak lidské komunikace. Jedná se o komunikaci mnoha vrstev a delšího trvání, důležitý je požitek z připravené komunikace, která pro diváky navíc ještě nese určitá sdělení. Jsou to tedy dva zcela odlišné výsledky, které však spojuje stejný princip – zkouška a příprava na jednání.

### ***Využívání technik v průběhu skupinové terapie***

Další příklad běžně užívaných divadelních prostředků v komunitě se objevuje v rámci skupinové terapie při tak zvaném „vyžití technik“. Divadelní principy se tak dostávají o úroveň hlouběji, než bylo popsáno v předešlém odstavci. Podílejí se tu přímo na procesu sebepoznání a tedy i změny. Pro zpřítomnění tématu se používají způsoby různého vyobrazení situací nebo modelování vztahových konstelací a také další možnosti, ve kterých klient na sebe bere nějakou roli. Může představovat sebe, nebo někoho jiného, kdo je důležitou postavou jeho životního příběhu. Při skupinové terapii, kde se většinou klient před a spolu s druhými snaží pojmenovat svůj problém nebo vidění světa slovy (vyprávěním). Využitá technika prohlubuje nebo ozřejmuje téma z jiného úhlu pohledu. Tyto dramatické výstupy většinou čerpají z minulosti klienta, snaží se o co nejvěrnější inscenování situací, často za asistence terapeuta a ostatních klientů. Jedná se především o situace z rodiny nebo situace, které klienta významně ovlivnily do dalšího života. V rámci skupiny bývá klient vyzván, aby určitou situaci přehrál, vymodeloval živý obraz a podobně. Zatímco vyprávění o určité situaci může klienta držet v bezpečné vzdálenosti od emocí v minulé době prožívaných, techniky naopak napomáhají tomu, že se klient znovu ocitá pomocí představitivosti a fyzického zapojení velmi blízko u prožívaného problému. Důvodem, proč terapeut vyzve klienta k předvedení nějaké situace, bývá často potřeba umožnit mu, aby se přiblížil svému prožívání, uvědomil si další roviny konkrétní situace, další možné pohledy na ni, jak odlišně tuto situaci vnímají ostatní aktéři.

Použitím technik se často klient dostane v představě přímo do konkrétní problematické situace, kterou zažíval v minulosti a díky tomu ji znovu může otevřít a pokusit se s ní nějak vyrovnat v bezpečném prostředí komunity a za účasti blízkých lidí. Tímto způsobem bývá otevřen prostor tam, kde byl uzavřen nějaký psychický problém klienta. Vstupování a přehrávání minulých situací, braní na sebe role někoho, kdo byl v situaci s námi, vžívání se do pocitů druhého, tak umožňuje minulosti, aby se stala v našem pocitu přítomnou a znovu se odehrávala. To jsou možnosti, které s sebou nese inscenování v terapii. Skrze dramatický projev, se kterým je často nakládáno na terapeutických sezeních, klient dochází k možnému novému náhledu na problém, k jeho lepšímu pochopení, nebo uskutečnění emocí, které si před tím nedovolil. Užití technik při terapeutickém sezení je mezi terapeuty často diskutováno, protože někdy se stává, že je to zážitek až příliš intenzivní a klientovi se vyjeví něco, co vypadalo jako bezpečně zapomenuté a náhle je před to opět postaven. V terapii založené především na osobní promluvě, nebývá klient sebou tak zaskočen jako při této formě terapie. Prostor komunity vnímám jako jeden z nejbezpečnějších pro využití tohoto způsobu práce vůbec. Klient je zde stále ve spojení, jak se skupinou, tak také s terapeuty a může se svým problémem zaobírat a konzultovat jej, jak dlouho potřebuje. V porovnání s ambulantními skupinami, kde se občas stává, že po otevření problému za pomoci jeho inscenování je klient vystaven velkému tlaku a navíc odchází do prostředí, kde na to jeho blízcí nemusí být připraveni.

Zatímco v prvním odstavci jsme se dotkli principů podstatně propojených s divadelní zkouškou, terapeutické techniky jsou podobné drobným divadelním kusům. Klient dostane zvláštní prostor a pozornost (pódium a diváky), někdy mu pomáhají ostatní klienti (hlavní a vedlejší postavy), většinou pracují s příběhem konkrétního klienta (divadelní hra). Jsou to drobná divadelní vystoupení, drobná mystéria, která však mají jasný účel: pomoci porozumět, znovu prožít, pocítit účast. Kdyby byly tyto drobné tvary posuzovány divadelníky, zajisté by vše bylo označeno za tu nejhorší divadelní „šmíru“. Na těchto sezeních probíhá

vše, co své studenty (na konzervatoři) učím jako nešvary herectví. Terapeutická optika je naštěstí zaměřena jiným směrem. Zatímco prožitek klienta směřuje do co nejintenzivnějšího prožitku sebe, u herce jde také o co nejintenzivnější prožitek, ale ve své podstatě spojený s diváky, kteří zážitek spoluprožívají. V dobře provedené tragické události na jevišti pláče divák a herec plakat nemusí, ale v dobře uskutečněné technice pro zpracování osobní tragédie většinou pláče aktér a zbytek skupiny se snaží svou intervencí pomoci. Zatím co divadlo umožňuje prožitek a další poznání, či nové emoce divákovi, inscenování v terapii totéž přináší přímo samotnému aktérovi. Opět je základní situace stejná jak v terapii, tak i v divadle, ale obsahy jsou ve vzájemném protikladu. Co je chybou a problémem ze strany hereckého zapojení, je z terapeutického pohledu to nejlepší a naopak.

### ***Jednání jakoby***

Jak postupuji a pokouším se zachytit divadelní principy terapeutického procesu, pokouším se vstoupit i do hlubších vrstev tohoto tématu. O stupeň hlouběji se opět setkáváme s divadelními principy. Tentokrát se zaměřuji na oblast nakládání klientů se sebou, v niterné osobní práci na změně sebe sama. Jedná se o nápadně podobný princip, ve kterém se ocitá i herec ve chvíli, kdy se snaží nalézt podstatu a proměnlivost své role v průběhu zkoušení. Je možné dokonce říci, že se jedná o pokusy, které směřují jak do hloubky postavy tak také do hloubky situace s ohledem na jasný osobní postoj. V terapii se to týká momentů, kdy klient hledá dosud nepoznané části sebe a objevuje své jednání jako výraz svého lepšího já. Klient v terapii je člověk, který se teprve postupně stává sám sebou. V komunitě má každý dostatek prostoru, aby si mohl objevit a vyzkoušet své různé podoby. Toto hledání se odehrává principem: „jednej jakoby“, který popisuje například Sugarman. *„Klienti mají jednoduše jednat, jako by byli zodpovědní. Mají jednat, jako by se nebáli. Když to udělají, ztratí svůj strach. Mají jednat, jako by byli plni energie, jako by rozuměli hodnotám*

*komunity, jako by byli člověkem, kterým chtějí být, myslet a cítit podle toho, jak jednají.*<sup>90</sup> Stejně tak i herec,<sup>91</sup> hledající tvar či postavu také „jedná jakoby“ to, co zrovna zkouší, bylo ono, co potřebuje najít. Reflexe od sebe či druhých mu pomáhá vyhodnotit, jak dalece tento konkrétní pokus byl autentický ve vztahu k druhému v situaci. Pro klienty to může znamenat něco podobného<sup>92</sup>. Po vyzkoušení něčeho, co by se jim mohlo podobat, dostávají zpětnou vazbu. V konfrontaci této reflexe a vnitřního pociťovaného smyslu se posouvají dále. Je to moment hledání sebe a hledání „se sebou“ (svým zkoušením), které je neustále prověřováno pocitem vlastní autenticity. V obou případech (hereckém i terapeutickém) je dobré na počátku přijmout premisu „nevím kdo jsem“ a tím je aktivována i potřeba zkoušet, hledat, nacházet.

V herectví je tento princip poměřován blízkostí inscenované ideje, v terapii se poměřuje s tím, co klient dokáže již zvládnout a také s pocitem vlastní autenticity. Jediné místo kam nepatří „jednání jakoby“, jsou momenty, kdy klient reflektuje sebe a své jednání. Nepatří ani na terapeutické skupiny, kde se snaží formulovat svoje téma či pochopit vlastní jednání z minulosti, porozumět rodinným vztahům apod. V terapii se střídají momenty „jednání jakoby“ s autentickou reflexí sebe sama. Když klient reflektuje své postoje, tříbí si schopnost pojmenovat, jak rozumí sám sobě, a tím toto poznání vřazuje do struktury vlastní osobnosti. Přijaté momenty, vyzkoušené přes „jednání jakoby“, jsou pilíři pro nový obraz sebe sama. V herectví se tomu podobá tvorba postavy pomocí zkoušení. Opět je tam rozdíl, ale tentokrát jen drobný, mezi dramatickou a terapeutickou skutečností, a to v tom, že objevená a přijatá zjištění o sobě klient integruje a stávají se jeho součástí. Herec je však má jako části mozaiky, skládající postavu a to, co integruje pro sebe, jsou principy jak na tyto momenty přicházet, jakým způsobem je objevovat i při jevištní prezentaci. Klient zrovna ty momenty, jak na danou věc přišel a co ho inspirovalo, nepovažuje za nijak podstatné a zůstávají často stranou.

---

<sup>90</sup> Sugarman, B., Daytop Village, a therapeutic community Holt, Rinehart & Winston, New York 1974

<sup>91</sup> herec musí umět zahrát i to že má talent, dokud v něj neuvěří

<sup>92</sup> vycházím z toho, jak klienti reflektují průběh léčby

## ***Divadelní prvky v interakci klientů***

Ještě jedno zastavení, tentokrát již nemohu říci, že opět postupujeme v terapeutickém procesu do hlubší roviny, ale přecházíme ke vztahu klienta s jeho kolegy. V interakcích na všech skupinových sezeních najdeme velké množství divadelních prvků, jsou to drobné divadelní výstupy s potřebou zaujmout. Každá interakce v komunitní místnosti má jak výjimečný prostor, tak i diváky. Její intenzita bývá podobná intenzitě divadelní interakce. Komunitní místnost je veřejný prostor, a proto veškerá komunikace klientů mívá charakter veřejného vystoupení. Snad nejzřetelnější příklad tohoto principu je možné dokumentovat na interakční terapii (např. při interakční skupině). Klienti reflektují jednoho konkrétního klienta a v jejich projevu je možné opět objevit určité divadelní prvky, které slouží snaze zasáhnout citovou rovinu a tím více mu pomoci a motivovat ho k práci na sobě. Martin Kooyman<sup>93</sup> tyto principy přímo nazývá také technikami, ale já z hlediska divadelní terminologie bych tuto skutečnost nazvala spíše ozvláštňením. „*Ve skupině se užívá následujících technik: 1. přehánění, 2. zesměšňování, 3. napodobování (chování určitého klienta), 4. nepřímá konfrontace hovorem o někom, kdo je přítomen ve skupině.*“<sup>94</sup> Situační divadelnost zde pomáhá zvedat působivost jednotlivých reflexí klientů a zároveň tak svou intenzitou přímo podporuje reálnou účinnost těchto reflexí. Neboť čím je zpětná vazba přesnější, ale i působivěji sdělená druhému, tím hlouběji se zaryje do jeho vědomí. Pokud si ji klient zapamatuje, může se na ni soustředit a aktivně s ní i posléze pracovat. Divadelnost terapeutických skupin je nápadná na první pohled nejen výše uvedeným principem ozvláštňení, ale i prostorem a jasně ohraničeným časem.

---

<sup>93</sup> zakladatel terapeutických komunit v Holandsku

<sup>94</sup> Martin Kooyman, *Terapeutická komunita pro drogově závislé*, s.48, Nakladatelství Lidové noviny, Praha 2004

## ***Komunitní rituály***<sup>95</sup>

V průběhu léčby klient prochází mnohými uzlovými situacemi a velká část z nich je nějakým způsobem ritualizovaná. Ve většině terapeutických komunit se rituály prolínají s životem uvnitř těchto zařízení. Nejpropracovanější se objevují při přijímání do komunity a při odchodu z komunity. Jsou to sváteční chvíle, které mají svou symbolickou rovinu a každý z členů komunity má své vlastní místo v tomto drobném mystériu. Jsou to drobné divadelní tvary, dramatické a symbolické hry celého společenství. Ve chvílích rituálu jsou všichni herci i diváky zároveň. Vždy jeden z klientů prožívá svou hlavní roli. Rituály členů čas trávený v komunitě a mají i jistou spirituální povahu. V postupném dospívání k novému způsobu existence každého člena představují výrazné předěly. Při přestupu do jednotlivých fází rituál přináší jednak svátečnost dané chvíle a také i symbolické oddělení nové podoby klienta od té staré. Divadelnost v tomto případě podporuje intenzivnější prožitek vlastní role v daném společenství. Při společném setkání (jednou měsíčně) se odehrávají významné momenty pro celou komunitu a dramatická rovina tuto důležitost ještě umocňuje. O propojení rituálu a divadla není pochyb a v komunitě je rituál důležitým prostorem pro zážitek kolektivní sounáležitosti i individuální proměny.

Jak bylo možné si povšimnout, v komunitě jsou divadelní postupy běžnou součástí terapeutického procesu. Lidské vztahy, které jsou hlavním léčebným mechanismem, jsou i pro divadlo východiskem a cílem. V herecké tvorbě se herec snaží své osobní obsahy dát do služby umění, a tedy svou tvorbu čistí od osobních projekcí. Činí tak z potřeby zobrazovat a dospět ke kontaktu s kolektivními obsahy daného gesta, výrazu, promluvy apod. V psychoterapii je cesta opačná. Vše musí zůstat propojeno s osobními obsahy klienta. Pokud nějaký projev toto pravidlo nesplňuje, je dobré jej opustit anebo naopak zaměřit se na něj, aby tato spojitost mohla být nalezena. Vždy, kdy

---

<sup>95</sup> Komunitní rituály – příloha č. 1, s. 78

klient tvoří a jeho tvorba je součástí terapie, bývá tato poměřována intenzitou rezonance s osobním světem klienta. Proto není divu, že i divadelnost uvnitř komunity směřuje daleko více k potřebám klientů, než k vlastní estetické rovině. Tento fakt ve své terapeutické práci zcela respektuji, ale zároveň se snažím pomoci klientům (v rámci vzdělávacího programu, neverbálních technik i běžné interakce) kultivovat jejich vlastní projev s ohledem na estetickou rovinu a rozšiřovat jejich kulturní přehled.



## **Festival Komunit – Kulturfest**

Jeden zářijový víkend se život v komunitě úplně změní. V tento čas probíhá v TK Magdaléna umělecký festival Kulturfest. Účastníci festivalu jsou klienti terapeutických komunit a veškerý zájem je zaměřen na setkání a na umělecké produkce účastníků. Tento festival není otevřený veřejnosti, protože jednou z podmínek léčby závislých je očištěné prostředí od drog a alkoholu, což je nutné garantovat i v době festivalu. Účastníci přijíždějí s výstupy, které jsou limitovány pouze časem (cca 30 minut) a je zcela na jejich rozhodnutí, zda přijedou s divadelním představením, hudební produkcí či tanečním výstupem. Součástí festivalu je i výtvarná dílna (s malířskými a sochařskými technikami). Navíc je do programu zařazen přátelský fotbalový turnaj. Kulturfest je svátek společné tvorby a hry, a pro klienty z komunit je to především kulturní a společenská událost. Ukázalo se, že setkání klientů v léčbě podstatně podporuje terapeutický proces. Často se stává, že se potkávají lidé, kteří se znali z pobytů v různých zařízeních (detoxifikační zařízení, krátkodobé léčby apod.) nebo z předchozího života. Mohou si díky určitému odstupu vzájemně potvrdit své osobní pokroky. Tato neformální setkání většinou zvyšují motivaci klientů k pokračující léčbě.

Tradice pravidelného setkávání klientů terapeutických komunit na festivalu Kulturfest začala v roce 1998. Je to ojedinělá akce v léčbě závislých a vznikla v TK Magdaléna jako protipól tzv. olympiádám. Zatímco pořádání olympiády putuje každý rok do jiného zařízení, Kulturfest je tradičně pořádán v naší komunitě. Vytvoření a udržení Kulturfestu v TK Magdaléna vypovídá také o prostorových možnostech komunity. Je umístěna uprostřed lesa v prostoru bývalé vojenské základny. Z jednoho bunkru je vytvořen divadelní prostor. Do areálu komunity se vejde mnoho lidí a přitom si stále zachovává svou intimitu. Dá se říci, že TK Magdaléna je ideální místo pro pořádání takovéto akce. Konání uměleckého festivalu v prostoru komunity má celoroční vliv i na terapeutický program. Komunita Magdaléna je jedna z mála

komunit, kde je příprava divadelního projektu součástí terapie. Klienti TK Magdalena jsou vždy hostitelé a na festival se připravují celé léto.

Vznik Kulturfestu, jako ekvivalentu olympiády, přinesl nový rozměr do společenského života klientů všech komunit. Nepřicházejí, aby spolu změřili své síly, ale aby se obdarovali uměleckou produkcí a nabídli tak něco bez ohledu na hodnocení. Není zde místo pro rivalitu, festival probouzí pozornost a zvědavost na umělecké produkce i na celou atmosféru. Důležité není vyhrát, ale hrát, tvořit, rozšířit vlastní mikrosvět a uvědomit si další možnosti intenzivních zážitků bez drog. Součástí Kulturfestu, jak jsem se již zmínila, je také výtvarná dílna, jedná se o malování na sololitové desky a vytváření soch z plynosilikátu. Tato dílna je ukončena vernisáží, při které všichni klienti hlasují o nejzdařilejší dílo. Tato část festivalu může vypadat jako soutěž, protože každá komunita má k dispozici jen jeden sochařský kvádr a jednu velkou desku na malování. Ale jde pouze o cenu diváků, tedy o sílu potlesku.

Neškodí připomenout, jak silným léčebným prostředkem je potlesk. Je to jednoznačně projevené přijetí. O to víc působí, když jej klient nedostává na základě výhry nad druhým, ale na základě osobní investice a tvorby. Zážitek potlesku je někdy pro klienty až šokující, většinou jsou dojatí a rázem šťastní. Na konci představení je přijímá najednou plný sál lidí a toto přijetí diváky pomáhá hercům dosytit jejich vlastní komplikovaný vztah k sobě samému. Je to zdravé opojení a intenzivní zasloužená odměna, zážitek, ke kterému je možné se později vracet i ve chvílích osobní krize.

Kulturfest je, co se týče vztahu divák - herec, zcela výjimečnou přehlídkou. Většina diváků totiž bude či již byla na jevišti v pozici herce. To znamená, že diváci mají mnohem hlubší pochopení a soucítění s herci než v běžném divadle. Jsou si přesně vědomi intenzity nutného usebrání a odvahy, kterou musí každý prokázat při vstupu na jeviště. Diváci se snaží všemožně podpořit, dokonce i v průběhu hry povzbuzují a jsou extrémně vstřícní. Herec za jakýkoliv drobný úkon dostane odměnu. Problém takto bezvýhradně přijímajícího vztahu se občas objevil i ve chvíli, kdy byl klient podporován v nevkusu,

či v exhibici. Publikum (do roku 2008) jednoznačně odměňovalo aktivitu a sebe-exponování, ale bohužel nerozlišovalo smysl nebo kvalitu výkonu. Divák-klient někdy působí více jako fanoušek než jako divák. Dokonce i ve chvílích nezdaru (zapomenutí textu, přeřeknutí) přichází od diváků ohromná podpora. Jde o prožitek sounáležitosti, spolupráce a fandění, spolu s I. D. Yalomem jí nazývám „intenzivním zážitkem katarze“<sup>96</sup>.

V prvních ročnících festivalu byla úroveň vystoupení hodně rozdílná, pamatuji si první roky, kdy vedle poměrně propracovaných představení bylo mnoho s velmi drsnou a negativní tematikou, značně vulgární, často se vztahovala ke světu drog a sexuality. Dost mě tato představení zneklidňovala, protože diváci stejně přijímali představení, která vedla k vyjádření smysluplné myšlenky jako kusy pouze prezentujících vulgaritu bez hlubšího smyslu. Tento problém se radikálně vyřešil sám v roce 2008, kdy se poprvé v historii festivalu stalo, že bylo jedno představení diváky nepřijato a doslova vypískáno ze scény. Bylo to právě představení plné vulgarity a sexistických narážek a vrcholem pro diváky bylo, když se hrálo o kouření marihuany. To, co bylo normálně dříve přijímáno, najednou narazilo na jasnou hranici. Dokonce na sekci komunit<sup>97</sup> se terapeuti dané komunity omlouvali za to, že nezasáhli, přestože věděli, co si jejich klienti připravili za představení. Divácká odezva poprvé přímo na festivalu dala mantinely, které si dodnes všichni pamatují. Jakoby naráz vstoupila vážnost, úcta a klienti konečně projevili vztah k vlastnímu uměleckému projevu a stanovili hranice pro přijímání jistých obsahů.

Úroveň představení se rok od roku zvyšuje, přestože se klienti mění (pokud jsou úspěšní v léčbě, zažijí festival jen jednou za život). Postupná kultivace se ukazuje i přímo v projevu klientů, v menší tendenci k předvádění, ve větší spolupráci a autentické hravosti. Těžko říci, jaký faktor hraje roli, protože jak klienti, tak i terapeuti se proměňují. Domnívám se, že si klienti předávají atmosféru a zážitky, jako se tradují mýty a pohádky. Klienti si svůj zážitek hýčkají

---

<sup>96</sup> I. D. Yalom, M. Leszcz, Teorie a praxe skupinové terapie, s. 100, Portál, Praha, 2007

<sup>97</sup> Sekce komunit – společné setkávání vedoucích pracovníků terapeutických komunit

a předávají mladším uvnitř jednotlivých komunit. Čas od času si i v naší komunitě klienti pouštějí záznam svého představení, někdy i zvou klienty, kteří v té době ještě v léčbě nebyli. Samotná existence tohoto festivalu je v různé intenzitě přítomna celý rok. Stojí tu jako obávaná i toužebně očekávaná událost. Je to zážitek, který dlouho doznívá a záhy jej vystřídá očekávání nového festivalu.

Z terapeutického pohledu je hraní divadelního představení velice přínosné. Stejně jako droga klientovi přinášela nevšední zážitky, divadlo ji může bez problémů konkurovat jako intenzivní prožitek sounáležitosti, komunikace, vztahu a fantazie. V atmosféře setkání je možné pozorovat skutečně intenzivní prožívání přítomného dění. Hluboký zážitek i prožitek je na straně herců i diváků. Stavby skutečně pozitivních emocí, jako společně prožívané radosti nebo dojetí, jsou zde přítomny v nebyvalé míře, dokonce i u hostů z prostředí mimo komunity, kteří nikdy s drogami do kontaktu nepřišli. Emocionální intenzita tohoto zážitku může provázet klienty dále léčbou i životem.

Na výročních komunitách<sup>98</sup> se hojně vzpomíná právě na festival, citují se jednotlivé části představení a teprve při takových příležitostech si člověk uvědomí, jak podstatný je tento zážitek pro léčbu drogově závislých. Nejsou dokonce výjimkou ani případy, kdy klient po zážitku festivalu začal vyhledávat divadelní prostředí a ne jen jako divák. Aktivně se začal zapojovat do různých divadelních spolků a divadlo se stalo jeho koníčkem, který mu přináší novou náplň a určitý smysl do jeho nové existence. V jednom případě, který se stal v komunitě Bílá Voda, se dokonce klient pro divadlo zapálil tak, že po léčbě vystudoval konzervatoř a nyní již hraje jako profesionál. To je ale výjimečný případ, rozhodně není cílem, aby se po zážitku festivalu v léčbě všichni klienti stali divadelníky. Katarze, kterou hraní divadla přináší, obsahuje zkušenost nově vnímané autenticity klienta a někdy hraje i mezní úlohu v terapii.

---

<sup>98</sup> Výroční komunita je setkání všech absolventů a přátel, které se koná jednou ročně – příloha č. 1, s. 80

Každý čin je jak doslovný, tak symbolický, každé slovo tak praktické a tak divadelní. Divadlo je primárním jazykem duše a leží těsně pod povrchem doslovného dění.

Thomas Moore

## **Divadlo v terapii**

Divadlo v terapii neboli teatroterapie se v různých sociálních zařízeních objevuje stále častěji. Jedná se o aktivitu, která se nachází někde na pomezí sociální a dramatické tvorby. Je to specifické divadlo i specifické terapie zároveň. Připadá mi důležité přijímat tento jev nejen sám o sobě, ale i z perspektivy obou oborů. Velmi často jsem se setkala s pohledem divadelníků na divadlo v terapii, který jej odmítal jako divadlo a přijímal jako terapii a pohled terapeutů, jež jej přijímal jako divadlo a odmítal jako terapii. Je to zvláštní situace, kdy se teatroterapie ocitá v jakémsi vakuu, ale proč se tak děje? Na čí straně je nedostatek? Na straně terapeutů, divadelníků nebo na straně teatroterapeuta? Přestože teatroterapie není novinkou, ještě stále nemá vybudované pevné místo v sociální a ni umělecké tvorbě (alespoň v Čechách). Pro uznání tohoto oboru je třeba, dle mého názoru, nejprve se přestat bát komunikovat. Myslím, že je co zlepšovat u všech zúčastněných stran. Uvědomme si například, jak bezpečné může být mezioborové pole. Člověk, působící v této oblasti, nemusí nést zodpovědnost za své dílo, protože ve chvíli nezdaru z pohledu divadelníků může říci, že se mu přece šlo o terapii a v případě nezdaru z pohledu terapeutického je možné poukázat, že jednalo o umělecký záměr. Myslím si, že je důležité nebát se nést zodpovědnost a čelit kritice, vnímat jí jako inspiraci a živou vodu. Víím, že teatroterapie je poněkud jiné divadlo a poněkud jiná terapie, ale ráda bych, aby to jiné neznamenal prostor pro skrytí, ale prostor pro otevřené zkoumání. Otevírám tedy tuto kapitolu disertační práce s vlastní otevřeností k reakcím a nabízím svých deset pokusů o divadlo v terapii. Rozhodla

jsem se také shrnout vlastní zkušenost do několika kapitol, abych přiblížila způsob, ke kterému jsem se sama postupně dopracovala.

Mé snahy o divadlo v terapii se odehrávají v komunitě pro drogově závislé a tento fakt podstatně ovlivňuje i způsob práce. Jiný přístup je třeba zvolit při práci s lidmi s trvalým fyzickým či mentálním handicapem. V této sféře je divadlo především otevřeným prostorem pro zájem, uvolnění a navázání vztahu se „zdravou“ populací. Tady divadelní projekt sleduje především záměry: dát o sobě vědět a rozpouštět problémy v komunikaci. V případě, kdy je divadlo pomocníkem v terapii a resocializaci lidí s nějakým psychickým problémem (jako u léčby závislých), se při realizaci divadelního projektu zaměřujeme na vlastní terapeutické možnosti zkoušení i hraní představení. V obou případech divadelních aktivit, je však třeba sledovat i rovinu uměleckou. V terapii jakéhokoli typu je možné vytvořit jak dobrou, tak i špatnou divadelní inscenaci a zároveň z pohledu sociální tvorby je možné vytvořit více či méně prospěšné divadlo pro konkrétní léčebný proces. Můžeme uvažovat o dvou tendencích v terapeutickém divadle: zdokonalování umělecké úrovně klienta a zlepšování podpory léčebné účinnosti skrze divadelní tvorbu. Ideální je rovnováha obou rovin. Je problematické, pokud prospěch jedné složky zapříčiňuje nepospěch složky druhé, v tomto případě by opodstatnění divadla v terapii ztrácelo svůj význam a je dle mého lepší, od něj odstoupit.

Terapeutická komunita Magdaléna je jedno z mála zařízení, které má zařazeno zkoušení a hraní divadelního tvaru přímo do terapeutického programu. Souvisí to s určitým pohledem na terapii drogově závislých, do kterého patří zájem o umělecký projev, jako o jednu ze známek zdravého způsobu života. V období letních prázdnin v pravidelném čase, kdy bývají v programu týdne ustanoveny neverbální techniky, je zařazeno zkoušení divadelní inscenace. Je to příprava na Kulturfest. Způsob práce musí být tak aktivní, aby za dva měsíce vznikla divadelní inscenace. Na přiloženém DVD je možné shlédnout představení, které jsme vytvářeli s klienty a podívat se i na změny a vývoj divadla v TK Magdaléna. Postupně jsem se propracovala přes

různé přístupy až k autorskému divadlu. Záznamy je třeba sledovat také s vědomím, že každá inscenace má mnoho proměnných, například jiné klienty, jinou atmosféru uvnitř skupiny, jiný tým, který o ně pečuje, ale stále stejný problém v anamnéze klientů. V jedné z následujících kapitol se pokusím alespoň rámcově přiblížit specifika jednotlivých inscenací ze strany terapeutického procesu.

Hlavní úkol divadla v terapii je (jak jsem již předeslala) možné pojmenovat jako snahu o vytvoření takového divadelního projektu, který bude co nejvíce plnit terapeutický koncept jak během zkoušení, tak i hraní představení. Zároveň by měla vzniknout alespoň trochu zajímavá inscenace s parametry uměleckého díla. Aby bylo možné tento úkol uskutečnit v terapeutické komunitě, je důležité dbát především na to, aby klienti co nejvíce pociťovali zodpovědnost za divadelní představení. Objevila jsem do jisté míry paradoxní princip, který však nejpřesněji vystihuje způsob práce i tendence terapeuta a autora inscenace v jedné osobě. Autorství terapeuta je nejsilnější ve chvíli, kdy se povede, že klienti sami sebe vnímají jako autory konkrétního divadelního projektu, i když se terapeut velmi aktivně účastní. Přestože role terapeuta/režiséra je velmi rozvětvená (pomáhá s hereckým projevem, s výtvarnou stranou, se stavbou scénáře, s hudbou, pečuje terapeuticky o klienty apod.), stále je nutné si držet od díla takový odstup, který umožňuje klientům jejich plné zapojení. Jestliže se smysluplně pracuje na inscenaci, stává se tato zcela přirozeně dílem klientů. Objevení osobního vztahu k tvorbě divadelní inscenace (přesněji k sobě samému tvořícímu), je hlavní předpoklad, aby mohla probíhat terapie i v tomto programu. Čím hlubší je klientovo autorství, tím i tato tvořivá terapie má větší účinek v rámci celkové terapie.

Idea, že klient bude hlavním tvůrcem, nebývá na samém začátku sdílena a je většinou vnímána jako rozmar terapeuta nebo příliš velký nárok. Velký nárok to většinou je spíše na pevnost a otevřenost terapeuta/autora v rámci procesu. Klienty je třeba nejprve nadchnout pro myšlenku, zahrát si divadlo, což není snadný úkol. Uvažme, že mají přece „mnohem vážnější starosti“ sami se sebou. Zkoušení divadla je v TK Magdaléna povinným programem, což s sebou nese jisté nesnáze,

kterým musí terapeut/autor čelit. Nejdůležitější je jeho pozitivní vztah ke klientům a k divadlu, dá se říci, že tento vztah musí být až neotřesitelný, protože vytvářet divadlo s klienty komunity, bývá v této rovině velmi náročné. Do zkoušení se míchají osobní problémy jednotlivých klientů, často se zkouška stane polem pro vzájemné boje (o moc ve skupině apod.). Velmi často je nutné pracovat s nechutí či leností účastníků. Na druhé straně se objeví i výjimečné chvíle, kdy je terapeut svědkem momentů propojení terapie a divadelní tvorby a vidí, jak se klienti proměňují a jak jim zkoušení a hraní divadla pomáhá. Pro tyto momenty stojí za to pokoušet se o divadlo v terapii. Pro mě osobně je zajímavé prozkoumávat osobnostní herectví v podmínkách psychoterapie, protože člověk v terapeutickém procesu se otevírá proměně sebe sama, a tak i herectví může pomáhat této proměně. Velmi mě zajímá hledání a objevování konkrétního způsobu herectví, které osobnostní proměnu nejvíce umožňuje a které člověka přímo provokuje k otázkám po svém vlastním tajemství.

### ***Podněcování a udržení motivace***

Motivace je základem nejen pro tvorbu divadelního projektu v komunitě. Při podpoře motivace klientů je prvotní **práce terapeuta na sobě a na vlastní motivaci**. Tato motivace má několik vrstev. Nejzákladnější rovinou práce je přesvědčení. To znamená: skutečně si být jista a plně věřit tomu, že má smysl hrát v komunitě divadlo a že má divadelní projekt terapeutický potenciál. K udržení tohoto druhu motivace patří, nebrat tuto skutečnost jako samozřejmost, ale skutečně zkoumat a hledat odpovědi na otázku: „V čem tato konkrétní pomoc spočívá?“ Pokud si autor/terapeut není v této základní otázce jistý, může být jen velmi obtížně nositelem motivace pro své klienty. Je důležité, aby autor/terapeut neměl divadla jako takového „plné zuby“ a pokud se tak přeci stane, je třeba se s tím vážně zabývat, porozumět té nechuti a aktivně ji transformovat. Další rovina ve vlastní motivaci terapeuta je v praktickém projevení tvrzení, že má smysl a je zábavné zkoušet,



připravovat a hrát právě toto divadlo a tímto způsobem. Pokud přijdou pochybnosti, je třeba je s klienty otevřeně a aktivně řešit. Pocit slábnutí této motivace upozorňuje na nějaký problém. Někdy se tento problém týká představení, někdy terapie. Rozpoznání problému je závislé na dobré komunikaci s klienty. Pro motivaci ke společné práci na divadelním projektu je třeba, aby terapeut připravený s chutí se věnovat každému, kdo přijde s otázkou na cokoli s divadelním projektem spojené. Dále je důležité mít rád klienty hrající divadlo (ať neohrabaně, nebo s chybami) a otevřeně se těšit z toho, když „se daří“, radovat se z každé povedené zkoušky. Pro úspěšnou práci je důležité vědomí přímé nutnosti osobní investice. Je třeba být stále v co největším možném osobním zapojení a toto zapojení by mělo být pro klienty čitelné a možné následování. Zkrátka v rámci komunitního programu je dobré brát přípravu divadelního projektu s klienty jako svátek. Záměrně zdůrazňuji tuto rovinu, protože tato práce vyžaduje od terapeuta až nakažlivou chuť hrát a v mnohém velké zapojení sebe. Vlastní příklad však působí pouze v tom případě, že mám klienty pozitivní vztahy. Nejprve je třeba pracovat na vztazích, jako takových a potom teprve se mohu pokoušet o divadelní představení.

Další zásada, která velmi pomáhá v průběhu zkoušení, je: **neztrácet čas**, připravovat se na každou zkoušku a probírat otázky divadla, kdykoliv je to jen trochu možné. Pokud klienti dostanou nějaký úkol, na kterém mají pracovat (např.: připravit si možnosti, jak s rozehranou situací naložit), musí se i terapeut připravit na další zkoušku. Sama sobě zadávám jiný úkol než klientům, ale vždy takový, aby na jejich zadání navazoval. Často klienti schválně zapomínají své úkoly, proto je nutné, jim je připomínat, a když přesto nic neudělají, musí jasně vidět, že brzdí proces a že to, co měli udělat, chybí pro další pokračování ve zkoušení. Mnohem snazší je pro klienty zahálka, když terapeut také zahálí, ale když klienti vidí hotovou práci a díru po vlastním úkolu, je to mnohem nepříjemnější situace. Ještě více demotivující než zahálka terapeuta, je jeho přílišná aktivita. Když terapeut udělá vymezené úkoly za klienty, strhne tak veškerou tvorbu na sebe. Tato chyba se mi vymstila při přípravě představení „Brouci“

(2002). Neztráčet čas znamená, dát úkol zvlášť klientům a zvlášť sobě, nejlépe, když tyto úkoly na sebe navazují nebo se jinak doplňují. Když se zajímáte o divadelní projekt i mimo určený program a mluvíte s klienty o jejich úkolech nebo jim jen tak položíte otázku u večeře: co vás ještě napadá k tomu, co jsme zkoušeli, dostane se divadlo za pevné hranice programu a je mnohem víc záležitostí klientů samých. Divadlo není pouze terapeutickou technikou, ale svébytnou zkušeností a to je velmi důležité, chceme-li, aby se klienti stali tvůrci. Příprava, promýšlení společné práce mimo program, je nad rámec běžného dění, ale k divadelnímu projektu to přirozeně patří. Divadlo neslouží terapii a terapie neslouží divadlu, jsou to dvě svébytné aktivity, které se v tomto případě setkávají a prostupují. Divadlo přesahuje rámec terapie a terapie přesahuje rámec divadla.

Dále se pro udržení motivace vyplácí dbát na jednotlivé zkoušky, **aby i samo zkoušení divadelního projektu přinášelo divadelní zážitky**, které jsou samy o sobě intenzivní. Je důležité, jak stavíme zkoušky samotné, jak pečujeme o jejich atmosféru. Není dobré, když se kvůli vidině budoucího představení ze zkoušky stane drezůra. Klienti by neměli dostat dril podle přísloví „těžko na cvičišti lehký na bojišti“, ale mají projít procesem tvorby. Pokud koncipujeme zkoušky se zřetelem na vzájemné setkání, přinášejí kromě přípravy ještě něco navíc. Pro podchycení výrazu či charakteru postavy je možné vytvářet drobné dramatické hry nebo improvizace, tyto hry je také možné využít k tomu, aby se klienti uvolnili a zažívali přímý kontakt s partnerem. V komunitě se občas stává, že někteří klienti začnou zkoušet divadlo, ale v průběhu zkoušení odejdou. I z tohoto důvodu je potřeba, aby každá zkouška měla koncepci a nesla ještě něco, co jí přesahuje. Pokud se někteří klienti představení už nezúčastní, zůstanou jim alespoň intenzivní zážitky ze zkoušek, které v sobě nesou také divadelní zážitek. Je to pocítění sounáležitosti, společné tvorby nebo divácké a herecké zážitky z drobných improvizovaných tvarů. Mám od bývalých klientů potvrzeno, že i tyto situace mohou pomoci jejich abstinenci jako výrazný zážitek bez drog.

**V průběhu zkoušek je klient více hercem a spoluautorem než klientem.** Zkoušení se prolíná spolu s terapeutickým procesem a je třeba jej respektovat, ale zároveň bojovat o to, aby zkoušení představení neohrožovaly osobní problémy jednotlivých klientů. Je možné naučit klienty, že tvorba může být důležitější než jejich osobní problém (například hádka s jiným klientem) a že soustředění se na určité společné úkoly, jim často pomůže překonat a vnést klid i do předtím „nesnesitelného osobního problému“. Postoj, který je v takových případech možné uplatnit, se dá specifikovat třeba takto: „Chápu, že jsi nešťastný, unavený, že si potřebuješ lehnout, ale závisí na tobě mnoho dalších spoluherců, kteří bez tebe nemůžou zkoušet.“ Je potřeba udržet svébytnost divadelního projektu a rozpoznávat momenty, kdy je tato svébytnost nadřazena terapeutické péči a kdy ne. Většinou se ukáže, že odsunutí problému byla v té chvíli nejlepší terapeutická intervence, ale nesmí se to stát pravidlem, aby se klient neučil své problémy jen odsouvat. Po intervenci, která posune osobní problém ze zorného úhlu, by se měla objevit zase taková, která přijde hned po zkoušce, ptá se na problém a pomáhá jeho přímému vyřešení. Často se stává, že je-li krize díky interakcím ve skupině anebo je zde nějaký problém, spojený se sebepojetím klienta, jeho vlastní aktivita a soustředění na divadelní zkoušce pomůže samo. Později klient pouze oznámí, jaký měl problém, a že už to není pro něj aktuálně bolestivé. Umělecká činnost často pomůže změnit směr soustředění aktér, a vlastní aktivitou na divadelní zkoušce se klientův postoj k problému postupně promění. Toto často zažívám v komunitě jako přímou terapii uměleckou činností. Nejde pouze o odvedení pozornosti, ale o soustředění se na sebe z jiného úhlu, rozšíření vnímání (nezůstávat v pasti problému, ale uvědomit si i okolní svět a být v něm aktivní). Pomáhá to klientům naučit se rozlišovat a pracovat s časem, jako s „časem určeným pro něco konkrétního“. Je zkrátka čas na zkoušení a čas na řešení problému, vnitřní následování tohoto principu přináší jistý klid do lidského života. Existují však i problémy, které je nutné vyřešit i na úkor divadelní zkoušky. Cit pro odhadování typu problému

a adekvátní reakci na něj je nutno si vypěstovat vlastní terapeutickou praxí.

### ***Průběh přípravy inscenace***

Příprava na divadelní projekt v komunitě začíná již mnohem dříve než samo zkoušení. V mém případě začíná příprava bezprostředně po posledním divadelním představení, reflexí minulého projektu. Pokouším se zaznamenat si důležité otázky, které se minulou prací osvětlily. Díky tomu, že vedu program neverbálních technik, mohu předcházet některým problémům již během roku tím, že vytvořím drobná cvičení, jež podněcují potřebné oblasti komunikace. Formuluji a zaznamenávám si vlastní výhrady k vedení práce, abych si uvědomila, čeho se do budoucna vyvarovat, co nahradit jiným přístupem. Zaznamenávám také inspirativní momenty: které vydařené principy je možno následovat a rozvíjet, nápady na další zkoušení. Tato reflexe se v průběhu roku dále obohacuje o zážitky z terapie s klienty i za pomoci vlastních diváckých zážitků ze shlédnutých divadelních inscenací nebo z četby literatury. Vzhledem k tomu, že sama nemám možnost v rámci komunity sdílet s kolegy otázky divadelní koncepce, je tato příprava niterním procesem vnitřních dialogů a drobných poznámek.

Téma blížící se přípravy divadelního projektu se v komunitě konsteluje samo asi tak měsíc před začátkem zkoušení. Nejprve se divadlo stane tématem rozhovorů mezi klienty. Postupně se začnou chodit ptát, jestli už se ví, co budeme hrát. Je to pro mě trochu humorná otázka, protože není žádným tajemstvím, že to nikdy předem nevím ani se nesnažím tušit. Přesto každý rok mi jak klienti, tak zaměstnanci komunity potřebují položit tuto otázku. Je to již asi jakýsi folklór. Když je chod komunity přirozený a klienti standardně procházejí léčbou, vždy se téma festivalu i divadelního projektu vynoří v pravý čas (v průběhu června). Nejprve čechrám zájem a motivaci klientů pouštěním nahrávek představení z minulých let. Klientům, kteří mají o divadelní projekt větší zájem, je možné pustit různé záznamy divadelních inscenací

a diskutovat o nich v jejich volném čase. Ve chvíli, kdy se v klientech probudí zájem o to, co budeme připravovat, začíná společná cesta k tvaru. Dokud většina klientů vnitřně nepřistoupí na fakt, že budou hrát divadlo a neprobudí se jejich zvědavost, nemá smysl začínat. Toto vyčkávání na vhodný okamžik se dá připodobnit k surfování – nejprve čekáme na vlnu, abychom se mohli svést.

Pro přípravu inscenace je výhodou, že mohu klientům pustit záznam z minulých let a tím je motivovat. Navíc klienti, kteří zkoušeli divadlo v loňském roce, bývají ještě v programu chráněného bydlení, ve společných prostorách se setkávají s komunitními klienty a o divadelním představení s nimi hovoří. Základní motivaci většinou probudí skutečnost, že klienti komunity uvidí své starší spolu-klienty na videozáznamu, jak hrají divadlo a doptávají se jich. Ti, kdo loni hráli, ochotně vypráví, protože pro většinu klientů to byl výjimečný zážitek. Úvodní motivace proběhne bez velké námahy, ale to bývá jen začátek, udržet klienty dva měsíce v pozitivním vztahu k tvorbě a hraní divadla s sebou nese potřebu plného zapojení.

### Od mapování témat ke vzniku scénáře

Prvním krokem divadelního projektu je mapování témat. Nejprve je potřeba otevřít do maximální šíře okruhy témat v mezilidských vztazích nebo témata spojená s problémy určitých životních období. Klienti jsou také vybízeni k vyprávění legend, příběhů, pohádek a podobně. První otázky se netýkají toho, co by klienti chtěli hrát, ale co klientům připadá na lidském životě zajímavé, komplikované, těžké, podivné, nesmyslné atd. Nejprve je důležité, aby to každý spojil se svým zájmem, otázkou či problémem a nějak jej přiblížil ostatním. Klienti se pokoušejí ostatní nadchnout pro svou myšlenku nebo nabízet styčné plochy s tématy druhých. Vzápětí dostávají úkol, aby zkusili zformulovat svá očekávání směrem k divadelnímu tvaru; ve které konkrétní úloze si dovedou představit sami sebe na jevišti, jaké mají touhy i obavy ve vztahu k jejich divadelnímu projektu a jak si představují sebe a své úkoly uvnitř

divadelního zkoušení i představení. Na začátku práce se tedy pokoušíme podchytit vlastní představy klientů a nashromáždit vše, co je možné z těchto představ uskutečnit v rámci divadelního projektu. V počátečních diskusích se objeví také otázky po osobních ambicích s divadlem spojených (Co by vašemu představení nemělo chybět?). Cokoli zazní jako odpověď, třeba i jen vtip nebo negativní poznámka, vše je zaznamenáváno.

Na základě poznámek je postupně vytvořena rámcová mapa postojů a představ klientů o budoucí divadelní inscenaci a o možné aktivitě jednoho každého v celém divadelním projektu. Mapa všech představ a možností pomáhá v orientaci a osvětluje budoucí práci. Utváří se postupně. První fází je výše popsany brainstorming, poté je třeba roztřídit získaný materiál: jasně rozlišit, které podněty se vztahují k tématu hry či k postavám, které připomínky k žánru, co je požadavkem na stavbu inscenace apod. Současně je třeba uspořádat přání a tendence klientů, zjistit, jaká oblast přípravy divadelního projektu bude pro koho nejbližší – kdo inklinuje k hudbě, výtvarnému řešení, kdo by se mohl více angažovat při tvorbě scénáře, kdo má spíše režijní tendence. Také je dobré si udělat představu o výchozích předpokladech klientů pro společnou práci: kdo nejspíš bude „tahounem“ celé věci, kdo bude odpůrcem, kdo se chce jen tak vézt a schovávat se za ostatními a komu se veřejné vystoupení nějak spojuje s osobním traumatem. Mapa obsahuje tedy tři důležité části, které se k sobě vztahují. Jsou to klientské možnosti a představy o sobě v průběhu tvorby, veškerá témata spojená s příběhem (objevená diskusí) a predikce budoucího tvaru. Vše se stává základním materiálem pro konkrétní tvorbu. Díky vytvořené mapě se začnou některá témata jevit jako silnější, konkrétnější, s jasnou tendencí k projevu a mohou osvětlit také určitý žánr, který se s konkrétní výrazovou tendencí spojuje. V některých případech mapa rezonuje s určitým literárním dílem, někdo z nás inspirován mapou upozorní na text, který četl a ten se postupně může stát předlohou. Ne vždy je předloha vybrána již na začátku zkoušení, například u představení „Medvídek Pú, prasátko, králíček a Já“ (z roku 2008) jsme začínali

vzpomínkami na dětství a příběhy Medvídka Pú od A. A. Milna jsme vybrali až v druhé polovině zkoušení. Pro začátek zkoušení postačí jakýkoli nápad z naší mapy.

Hledání děje inscenace bych přirovnala situaci člověka, který stojí v zatemněném prostoru, postupně si uvědomuje obrysy jednotlivých předmětů a učí se v tomto prostoru pohybovat a existovat. Vytváří se tak určitá pozornost k vznikajícímu tvaru, je to postupné objevování prostoru tvorby a způsobu pobytu v něm. Tento pobyt by měl oslovovat většinu klientů. Po nějaké době ohledávání (pomocí mapy), prověřování a zpřesňování našich možností, tendencí a potřeb, můžeme objevit předlohu nebo přímo vytvořit příběh, který do dané atmosféry patří.<sup>99</sup> I přes zvědavost klientů je dobré ponechat dost času pro výběr předlohy, abychom si mohli být výběrem opravdu jisti. Skupině musíme dopřát dostatek času na to, aby si uvědomila a artikulovala své směřování k tvorbě. Počáteční mapa je prvotním podchycením specifik zkoušení, proces hledání předlohy tuto mapu dále zpřesňuje (ať se jedná o přijatou nebo odmítnutou předlohu), s každým pokusem je o trochu jasnější podoba konkrétní inscenace. Dá se říci, že na začátku, a někdy až do poloviny zkoušení, je inscenace tajemstvím, které se snažíme rozluštit z různých stran a objevení předlohy je jeden z kroků na cestě tvorby. Mapa bývá všem otevřená k nahlédnutí, čerpáme z ní při rozdávání úkolů a kompetencí pro jednotlivé divadelní složky. Je důležité, aby si kdokoli mohl v průběhu procesu připomenout svůj nápad a chtěl jej vyzkoušet anebo říci, že od něj upouští. Mapa není nikdy zcela hotová, při každém zkoušení do ní něco přibude. Pomáhá nám ve skupinové práci a také dokladuje myšlenku, že všichni jsou spoluautory inscenace. Je možné v ní objevit různé individuální investice i části vzniklé společným zkoušením. Její součástí mohou být i drobné autorské texty. Postupným zpřesňováním se mapa transformuje do scénáře hry. Před vznikem scénáře je pozornost upřena na jeho zrod a po jeho rámcovém vzniku jsou zkoušky zaměřeny na

---

<sup>99</sup> Inscenace „Svatební košile“ (rok 2009) měla však předlohu hned na počátku, jako nápad jednoho z klientů již z první diskuse a mapa se začala tvořit již s vědomím jasného směru, který určovala Erbenova balada. Druhý extrém byl u představení „Vražda v cirkuse“ (rok 2005), které bylo úplně bez předlohy a scénář byl tvořen až na základě drobných akcí, které spojoval detektivní příběh.

zpřesňování situací a jejich spojení v celkový divadelní tvar. Tento proces dokládá kolektivní autorství. Režisér/terapeut pečuje především o to, aby mapa i následně scénář zůstaly v průběhu celého zkoušení „živé“ (s možností proměny). Je to péče o prostor tvorby, který je stále otevřen hře a experimentu.

### Zkoušení

Proces zkoušení a příprava scénáře se navzájem ovlivňují. Tvorba scénáře čerpá ze zkoušení a zkoušení vychází nejprve z mapy a později ze scénáře. Některé části scénáře jsou zaznamenávány přímo při zkoušení, jiné zase píše klienti jako drobné promluvy postav nebo své vlastní. Při zkoušení bývá uvolněná nálada. Je dobré dostatečně podporovat klienty, aby se více ponořili do hledání a zároveň aby vlastní zkoušení komentovali. Pokud je více představ, jak by měla tvořená situace vypadat, je možné, aby se aktéři vystřídali a zkoušeli danou situaci ještě jinak, dokud není z pohledu většiny situace „trefená“. Skupinová terapie je v tomto případě inspirací i pro způsob zkoušení divadla. Pokoušíme se o společnou práci, soustředěnou na konkrétní témata s potřebou porozumět jim. Je zde důležité, pomáhat druhému v jeho hledání a spolupracovat. Zatímco ve skupinové terapii si klienti pomáhají navzájem, při zkoušení divadla ještě navíc pomáhají zrodu tohoto divadla. Klienti při diskusích mohou vyslovit, cokoli je napadne, i kdyby to měla být jen sarkastická poznámka, vše může pomoci v tvorbě. Důležitou součástí divadelních zkoušek je vždy diskuse o tématech, o předloze, o postavách, o situacích, o připravované inscenaci, o herectví apod., která je režisérem/terapeutem podněcována. Vše, co zazní, ať při zkoušení nebo při diskusích, se může také stát součástí scénáře. Psaní a proměňování scénáře je živoucí proces, i těsně před premiérou se může změnit, někdy se mění i mezi reprízami.

V jednu chvíli je však scénář připravený k realizaci a zkoušení jakoby se začínalo opět od začátku. Začínáme rozehráváním napsaných



situací a hledáním jejich možné jevištní podoby. V případě, že některá situace má více zajímavých možností realizace, nastává nový rozměr práce, protože zde se tříbí odvaha aktérů a schopnost improvizace. V takovém případě stojíme před otázkou, jestli jedna z možností bude vybrána a zafixuje se nebo zůstanou ve hře všechny. Jaké bude rozhodnutí v takovém případě, většinou záleží na povaze klientů. Jsou-li ochotni přistoupit na to, že se budou muset rozhodovat až na místě při představení nebo nikoli. Některé klienty by taková otevřenost příliš stresovala a připuštění improvizace by jim dělalo starosti<sup>100</sup>.

Obsazování klientů do rolí probíhá většinou velmi jednoduše, protože předcházelo společné psaní scénáře. Vycházím ze zásady, že to, co si kdo napíše, si také může zahrát. Když si klienti mohou rozdělit role sami, méně pociťují moc režiséra/terapeuta nad celkovou podobou inscenace, což je pro chuť do tvůrčí práce důležité. Protože nepodporuji žádným způsobem elitářství mezi klienty, nebývají v našich představeních zvláště výrazné hlavní role. Dokonce, pokud si hra hlavní role žádá, často je řešíme rozdělením mezi více herců. Když si klienti sami rozdávají role, bývá to většinou demokratické. Pokud se něco v budoucnu ještě přehodí, je to většinou kvůli technickým problémům (kvůli převleku, změně situace apod.). Někdy jen pro oživení zkoušek neponechám klienty, aby se vzájemně alternovali. Pokud zjistíme, že jiné obsazení má větší náboj, většinou sami klienti navrhnou změnu. Snažím se, aby každý zásah do obsazení byl co nejsrozumitelnější, aby kolem změn nebylo emotivní napětí. Pokud změny rolí vychází od klientů, nebývá problém s jejich akceptováním, ale ze strany autority je velké nebezpečí aktivizace přenosových témat. Při práci s již hotovým scénářem, je stále otevřená hra základní metodou zkoušení a otevřená diskuze provází každý další krok.

Režisér/terapeut by měl být při zkouškách vždy aktivní, plně zapojený do dění a předem připravený. Tvoří paměť každého setkání. Vše zaznamenává, připomíná, co se odehrálo minule, nabízí možnosti pro další zkoušení, zařazuje nové objevy do scénáře, provokuje k diskusi a v některých případech i přímo zkouší, zkrátka vstupuje

---

<sup>100</sup> nesmíme zapomenout, že někteří z klientů kromě závislosti mají ještě další psychiatrická onemocnění

aktivně i do situace hry. Když se nedaří najít pokračování nebo způsob projevu, může nabídnout svou aktivní hereckou zkušenost a vstoupit přímo do dramatické situace. Pro mě samotnou je toto řešení úspěšné ve chvílích, kdy se nedaří klientům „trefit“ postoj k partnerovi nebo nalézt pokračování či zpřesnění situace. Je důležité, aby klienti nepovažovali tento způsob společného zkoušení za exhibici terapeuta, ale jako partnerství v tvorbě. Když se terapeut neudrží a začne se před klienty předvádět, může strhnout pozornost ze společného díla na sebe a tím vytvořit nenapravitelné škody a zbrzdit tak celý proces. Nejčastější činnost režiséra/terapeuta je aktivní pozorovatel, který přijímá a komentuje veškeré dění a tím pomáhá stavbě inscenace. Samozřejmě jeho role je také dávat úkoly, jako psaní textů, promýšlení situací, vytváření rekvizit, kostýmů, hudby apod.

Veškerá aktivita ze strany režiséra/terapeuta se soustředí na podporu tvůrčí investice klientů. Podobá se postoji až příliš aktivního diváka, který si přeje to a to vidět. Burcuje herce a žadoní o zkoušení různých nuancí, aby mohl dojít k co největšímu diváckému zážitku. Je důležité nalézt takový způsob práce, aby sami klienti naplno pocítili vlastní tvůrčí potenciál. Každá drobnost, která vzejde od klienta, má mnohem větší smysl, než celý obraz napsaný a vystavěný režisérem. Tento pohled jsem si mnohokrát potvrdila i díky reakcím diváků na festivalu. Divadlo, ve kterém je hodně nápadů od klientů, bývá diváky lépe přijímáno a při představení si každý aktér vychutnává nejvíce svoje nápady. Při premiéře klienti vysloveně čekají na reakce publika. I když je jejich investice miniaturní (z pohledu celku), je cenná a má i terapeutický efekt.

Při zkoušení občas zavádím setkání, které nazývám „Václavka dnes chybí“. V takovýchto zkouškách zůstává vše na klientech, ať zkouší, dívají se na sebe, podporují se, ptají se sebe navzájem, říkají si, jak se to, co zkoušeli, povedlo i co je potřeba udělat jinak. Zůstávám ve skrytu mimo aktivní prostor a dělám si poznámky. Při zkoušení tohoto typu se vyjeví ještě mnoho zajímavých věcí a hlavně je možné zjistit, jestli klienti dokážou udržet napětí i bez investice terapeuta. Ozřejmí se, jestli jsou jak na sebe navzájem, tak na inscenaci

dostatečně pozorní i zvědaví. Energie při takovém zkoušení bývá trochu intenzivnější, klienti chtějí předvést svou samostatnost. Dá se to připodobnit k momentům, kdy si dítě hraje a po chvíli zjistí, že se rodič na ně dívá, ale nezasahuje. V tu chvíli přirozeně dítě pozvedne intenzitu, která zahrne do hry i dospělého. (O tomto principu více píší v kapitole herecké propedeutiky.)

Kromě hlavní linky dramatické hry se při zkouškách snažím odhalit ještě další možné hry a nabídnout prostor pro jejich uplatnění. Jedná se o vnitřní hry jednotlivců i hry ve dvojicích, které souvisejí s osobními vztahy a vnitřními tématy klientů. Pro přesnější představu, bývá to například uplatňování vlastního humoru klienta (drobné glosy, gesto, které zjevně nepatří postavě, osobní rada...). Při hře ve dvojici je možné dovolit klientům, aby se uvnitř konfliktu postav nechali unést, začali se oslovovat svými reálnými jmény a vystupňovali svůj reálný konflikt. Na závěr se mohou divákovi omluvit, že se nechali unést a otevřeně se vrátit k dramatické postavě. Takový neohraničený výstup dovolím pouze klientům, kteří jsou schopni cítit temporytmus představení. Principem, který umožňuje uplatnění „přidružených“ her k hlavní lince dramatické hry, je i otevření možnosti improvizace. Některé části hry je možné zkoušet vždy jinak a ponechat tak jejich konkrétní podobu na citu herců a na inspiraci v přítomné chvíli při představení. Pokud je improvizace uvnitř výstupu, všichni herci přesně vědí, čím začíná a jak se může ukončit. Je to proto, aby taková hra nezvyšovala u spoluhráčů nervozitu. Jedním ze způsobů obohacení možností zkoušení je práce se zcizovacím efektem. Po vysvětlení, co je to za divadelní jev a jak se projevoval v různých inscenacích, povzbuzuji klienty, aby si jej zkusili. Zařazuji toto téma do setkání na vzdělávací skupině. Zde diskutujeme o tom, zda se všechny osobní hry dají dostat do představení, aniž by byla zrušena základní koncepce. Poté vyzvu klienty, ať si každý vymyslí nějaký zcizovací efekt pro naši inscenaci a pokusí se jej sám realizovat. Je možné navrhnout určitý zcizovací efekt ve dvojici, či ve větší skupině. Fakt, že někdo sám, aniž komukoli cokoli řekne, vloží zcizení do hry, přináší do zkoušení ještě nový druh aktivní pozornosti (hravé ostražitosti) a napomáhá, aby se

hra nestala rutinní. Osobně mám velmi ráda vlastní hry aktérů, realizované na jevišti, zvláště momenty, kdy fikce je prorážena náhlým důrazem na přítomnou chvíli.

Při zkoušení se samozřejmě velmi brzy odhalí způsob herecké stylizace, jaký druh herectví bude tato konkrétní hra potřebovat. Pro volbu herecké stylizace je důležité nejprve vědět, co všechno bude muset klient na jevišti zvládnout. Nejprve je nutné zorientovat se v situaci, je třeba, aby si byl každý vědom, co a komu říká, kdy mluví za dramatickou postavu a kdy za postavu herce. V autorských inscenacích se velice často stává, že klient chvíli charakterizuje postavu, potom mluví za sebe, za chvíli stěhuje nějaké kulisy a potom řeší něco s jiným s hercem, který sedí v publiku. Aby toto klient mohl zvládnout, potřebuje mít zažitý určitý způsob herectví, který toto umožňuje. Je pravda, že za poslední tři roky se v našich divadelních projektech tato otázka stabilizovala a klienti většinou hrají podobným způsobem, ale dříve jsme vždy objevovali trochu jiný způsob hraní (tomu se však budu věnovat u jednotlivých divadelních inscenací). V současné době se snažím učit klienty takový způsob herecké stylizace, který vychází autorského pojetí hry. Přímou v komunitní terapii závislých může být v rámci herecké stylizace zpracováván i všeobecně známý fakt, který se stává jedním z hlavních zážitků, jež vnímají klienti při festivalu Kulturfest jako nejsilnější.

Součástí hry totiž bývá zpracování postoje, který by se dal popsat asi takto „neberu drogy a hraji divadlo“. Vezme-li se tento fakt vážně, umožňuje nám jasně si uvědomovat jak divadelní situaci, tak i situaci, ve které se klienti osobně zrovna nacházejí. Je možné odvodit z této situace i základní postoj herce ke hře i k roli samé. Tento fakt klientovi nebrání v tom, aby se naplno pokusil o charakterizaci postavy a ztotožnění se s ní, ale podstatně rozšiřuje spektrum hereckých prostředků. V několika projektech jsme se pokusili terapeutickou situaci přímo začlenit do děje a vždy to přinášelo silné reakce od publika. Situace terapie v komunitě je všem blízká a všichni jí dokonale rozumí. Klienti by se v autorském pojetí měli umět s diváky podělit o průběh vlastního stávání se postavou a hraní symbolických her uvnitř

divadelního tvaru. Snažím se, aby byli schopni před divákem vstoupit do postavy a zase z ní vystoupit. Tato vnitřní proměna by měla být vědomá pro aktéra a patrná pro diváka. Díky neverbálním technikám jsou klienti připraveni pro takový způsob jevištní existence. Herci v mých projektech nezůstávají v postavách dlouho. Jejich zapojení do hry by mělo být co intenzivnější, ale měli by také dokázat postavu snadno opustit. Jedná se o herectví silně promísené s principem hraní si.

### Nesnáze

Divadelní práce v komunitě není vždy snadná. Přece jen klienti nepřišli do komunity proto, aby hráli divadlo, ale aby se vyléčili z těžké závislosti na návykových látkách. Divadlo je zde součástí terapie a je tedy programem, který by měl být nějakým způsobem podpůrný. Přestože má toto divadlo jiné poslání než umělecké, nevzdáváme se alespoň základních nároků, které divadelní tvorba s sebou nese. Zdaleka ne všichni klienti jsou tím, že budou hrát divadlo, nadšeni a když ještě zjistí, že to s sebou nese určitou námahu a nároky na osobní kultivaci, získávají k tomuto programu nechut'. Najednou jsou na ně kladeny požadavky, na které nikdy nebyli zvyklí, a navíc jsou vystaveny pozornosti ty části jejich projevu, kterých si nikdy nevšimli. Divadlu se však nikdo nevyhne, protože je součástí terapeutického programu a zkoušení divadla je tedy povinné. U některých klientů je odmítnutí prvotní reakcí, a to ne jenom k divadlu, ale zejména k tomu, že něco takového musí dělat. Nemají přitom sebemenší zábrany svůj odpor k věci otevřeně projevovat. Tento postoj je přirozený, je reakcí na nezvyklé propojení povinnosti a tvorby. Většinou, když klient něco vytváří a činí tak z vlastní potřeby, přináší mu to radost. Režisér/terapeut se tak může dostávat do situace, kdy musí klienty přesvědčit, že jim nic nehrozí a že je třeba vše vnímat z té příjemnější stránky. Tvorbě většinou musí předcházet základní motivování klientů. Snažím se stavět zkoušení tak, aby „odpadlíci“ mohli mít divácký zážitek z toho, jak zkouší ostatní. Pak

je možnost, že i ti, kteří se zapojit nechtějí, zatouží, aby někdo jiný při pohledu na jejich hru měl radost. Je třeba vytvořit takovou atmosféru, aby klienti alespoň na chvíli zapomněli, že divadlo hrát nechtějí a využít těchto drobných okamžiků při zkoušení. Přimět je k aktivitě a významně je chválit. Většinou se jejich „slabé okamžiky“ poznají tak, že se „odpadlíci“ začnou bavit a těšit z pokusů druhých. Jsou-li v té chvíli vyzváni, aby si to také vyzkoušeli, občas si nechají říci, a zažijí radost z tvorby a společného zkoušení. Klient by měl co nejdříve zakusit příjemnou stránku divadelní povinnosti. V tom je působení skupiny nenahraditelné.

Velmi podstatné také je, jakou pozici ve skupině má člověk, který nechce spolupracovat. Pokud má negativní vztah k divadelní práci klient s velmi silnou pozicí ve skupině, je potom těžké motivovat kohokoli dalšího<sup>101</sup>. Taková situace se naštěstí neděje každý rok. Pokud se odpor ke zkoušení objeví u „řadového“ člena skupiny (z pohledu vnitřní hierarchie), většinou pomáhají ostatní v jeho motivaci a zvládnutí tohoto problému je rychlejší. V terapii se občas stává, že skupina je nastavena proti terapeutickému týmu a takové situace se potom řeší na skupinách, v rámci terapie i mimo ni. To se samozřejmě týká rovněž divadelního projektu. V takových situacích je nutné zesílit terapeutický proces a zjistit, proč se tak děje, a trvat na nápravě. Při divadelních zkouškách je třeba investovat do tvorby projektu navzdory nepříjemné atmosféře. Je třeba plně podporovat klienty, kteří mají o divadlo zájem a tvořit především s nimi. Když se podaří alespoň drobný kousek z inscenace vytvořit (i s menší skupinou), mnohdy to v ostatních probudí zájem. Když mají klienti společně s terapeutem pozitivní zážitky ze zkoušek, nebývají tak nepříjemní. Pokud jsou zkoušky zařazovány navzdory nechuti klientů, je práce samozřejmě mnohem náročnější a pro klienty méně přínosná, ale i taková situace se dá zvládnout. Je přitom důležité nepřestat pilně pracovat na divadelním

---

<sup>101</sup> Tuto situaci jsem zažila v roce 2002 (představení „Brouci“), každé zkoušení bylo pro mě neskutečně energeticky náročné. Pod vedením silného jedince, skupina schválně škodila procesu, nastolila paralelní aktivitu, ve které část klientů rušila a neumožnila tak přirozený vývoj zkoušení.

projektu, důsledně se připravovat, vždy přistupovat s nadějí ve změnu k lepšímu, hodně chválit a podporovat každý pozitivní krůček.

Do divadelních zkoušek, jako do všeho v komunitě, se promítají také osobní konflikty. Pro zkoušení inscenace je fakt, že klienti spolu žijí 24 hodin denně, velmi výhodný, protože se dobře znají a rozumějí si. Často vědí, jak na sebe působit, aby se jim společné dílo dařilo. Na druhé straně, jakmile se objeví konflikty mezi klienty, tak jsou tyto konflikty také nebývalé intenzity. V takových případech se leckdy ani zkoušet nedá a pomáhají zde jen mimořádné interakční skupiny. Pokud jde o spor mezi klienty, interakční skupina většinou pomůže. Někdy se bohužel stává, že se konflikt objeví mezi klientem a terapeutem (většinou jde o nějaký přenosový problém).<sup>102</sup> Když je tento terapeut zároveň i režisérem, potom přenosový problém blokuje projev dotyčného klienta i zkoušení jako takové. Někteří klienti do konfliktu dokážou začlenit i ostatní a náhle vznikne boj zdánlivě na osobní rovině s více klienty naráz. V takovém případě je potřeba opět řešit vše na terapeutické úrovni a je nutné intervenovat tak dlouho, dokud se neodhalí původ konfliktu. Samozřejmě ze strany terapeuta je také důležité přiznat chybu a uvědomit si konflikt s jeho celým polem, protože přenosové i jiné problémy se netýkají jen klientů. Je potřeba mít určitou citlivost k rozeznávání situace a uvědomovat si, kdy zareagovat více jako režisér a kdy více jako terapeut.

Taková pro mě obtížná situace se mi stala v roce 2003, když jsme zkoušeli hru „Faust“. Mezi mnou a dominantním klientem skupiny se náhle konsteloval nepříjemný přenosový vztah s původem v jeho mocenském komplexu spojeným s komplexem mateřským. Ze začátku jsem nedokázala přijít na to, odkud nepříjemná atmosféra ve skupině pramení, protože svůj přenosový konflikt daný klient „posílal přes ostatní klienty“. A problém vždy vycházel od někoho jiného. Nakonec mi pomohlo, když

---

<sup>102</sup> Přenos je speciální případ projekce. Tento termín bývá obecně používán k označení nevědomých emocionálních vazeb vznikající mezi dvěma osobami v terapeutickém vztahu.

uprostřed zkoušení vznikla nepříjemná situace a já jsem cítila, že ať navrhnu cokoli, vždy to bude pro klienty důkaz mé osobní nekvality, neschopnosti či nefundovanosti, prostě jsem zastavila zkoušku a požádala o mimořádnou skupinu pro porozumění toho, co se děje. Skupina byla bouřlivá a zvládla jsem tu situaci jen díky tomu, že jsem se nelekla otevřeného konfliktu a zastrašující hlasové intenzity toho konkrétního klienta. Vydržela jsem konfrontaci se skupinou také díky kolegovi, který mi terapeuticky pomohl, tuto situaci vysvětlit.

Další podstatná nesnáz se objevuje proto, že klienti z komunity mohou náhle odejít a také že jsou stále přijímáni klienti noví. S tímto faktem je dobré počítat již na začátku tvorby inscenace. Když máte stále tento fakt na paměti, nestane se vám, že by inscenace stála a padala s jedním člověkem. Například před reprízou představení „Horror“ v roce 2004 se najednou změnila polovina skupiny (4x samoodchod a 2x vyhození za porušení pravidel). Představení jsme přezkoušeli a některé pasáže přeměnily, aby noví klienti cítili své osobní místo v inscenaci. Takový náhlý odchod více klientů se může stát i v průběhu zkoušení nebo i těsně před premiérou. Divadelní tvar by tedy měl být jak dostatečně pružný, tak i dostatečně stabilní. Je výhodné, když máte představu alespoň dvou možných verzí, co se týče rozsahu představení. Ve chvíli odchodu klientů těsně před premiérou je dobré, když můžete dokázat představení zmenšit tak, aby se dalo zahrát i s menším počtem lidí. Přijetí faktu odchodů a příchodů v průběhu zkoušení inscenace je mnohdy náročné, ale je nutné se k němu postavit přímo a otevřeně. Je důležité být schopen nastalé problematické situace okamžitě s klienty řešit, navrhnout změnu a nalézat nové dramatické situace, které mohou tvořit jiní lidé. Fakt náhlých odchodů klienty vždy rozruší, stabilita ze strany vedení divadelní zkoušky a nesené alternativy řešení, pomáhají klienty uklidnit a vrátit je tak do reality zkoušení i léčby. Pokud s odchody a příchody vnitřně počítáte, vede to skupinu k jasnému rozlišování, co je



v inscenaci osobní a co ne. Je dobré vědět, co „funguje“ jen ve spojení s konkrétním člověkem a co bude mít smysl i po výměně aktéra.

Je možné, aby některé nesnáze, které přicházejí, byly přijímány a aktivně řešeny již uvnitř specifík divadelního tvaru. Například konflikt je možné odehrát i v symbolické rovině postav hry. Nebo je možné, podívat se na problémy v perspektivě postupné proměny následujících inscenací. Když nahlížíme na výše popsané nesnáze jako na možnosti, je možné se na ně připravovat a ony pak začnou zajímavě ovlivňovat stavbu inscenací, průběh zkoušení i způsob herectví. Nejprve nesnáze vstupovaly do přípravy inscenace náhle a komplikovaly proces. Často bylo potřeba nalézt řešení zdánlivě patových situací, ale když jsem je posléze zpracovala jako zkušenost, se kterou vstupuji do dalšího zkoušení, náhle přinesly i pozitivní efekt. V první řadě se díky těmto zkušenostem podstatně proměňovala a zpřesňovala moje role režiséra/terapeuta. Pro proces zkoušení i pro osobní důvěryhodnost ve vztahu s klienty je zpracování a poučení se z chyb a nesnází jedním z nejdůležitějších principů v terapeutické práci vůbec. Pokud se jako terapeut nebojíte vstoupit do konfliktů a nesnází osobně, můžete svou profesní připravenost jen posílit. Přes veškerou náročnost, kterou práce na divadelním projektu přináší, docházím k pozitivnímu zjištění, že zvládnutí těchto nesnází s sebou vždy přineslo také můj osobní progres i progres při zkoušení divadelního představení jako takového. V dalších kapitolách se pokusím zaměřit na jednotlivé inscenace a také se budu snažit soustředit na problémy, s nimiž jsem se při přípravě divadelních projektů setkala a zjištění, jak mi jejich zpracování pomohlo zkvalitnit proces zkoušení v následujících letech.

### ***Divadelní inscenace (2001 – 2010)***

Po dobu působení v TK Magdaléna jsem zatím vytvořila deset divadelních inscenací, které měly premiéru na Kulturfestu. Přes sledování různých podob divadelního tvaru je možné si uvědomit, jakým způsobem se vyvíjela společná práce a jak se proměňovaly jednotlivé

aspekty a priority mého přístupu. Celkově vycházím z touhy po rovnováze mezi terapeutickým působením a uměleckou kvalitou divadelního tvaru. Hlavním zájmem, který při tvorbě divadelních představení sleduji, je míra svobody, pociťovaná radost z tvorby, setkání s druhými a kultivace projevu klienta. Ideálem je uvolněný, soustředěný a estetický projev, vnímaný hercem i divákem jako autentický. Divadelní tvar by měl obsahovat ve více rovinách uchopené sdělení (problém či téma), přirozené propojení všech divadelních složek a především přítomnost hry a všech jejích principů. To je ideální rovina, ke které vztahuji své hledání způsobu práce. Praxe může být tomuto ideálu vzdálena nebo se zase může přibližovat, důležitá je reflexe, která pomáhá proměňovat jednotlivé pokusy ve zkušenost. V následujícím textu se pokusím nejprve v kostce charakterizovat jednotlivá představení a jejich zkoušení. Potom se pokusím nastítnit cestu vlastního postupného uvědomování si pokroků a problémů, které mě směřovaly a pomáhaly mi proměňovat a propracovávat vlastní způsob tvorby. Bude zde předloženo a popsáno deset představení, které tvoří mezníky mé desetileté práce. K doplnění úplnosti informací je možné si představení pustit z přiloženého DVD.

**2001 – O dvou dívkách, dvou mládencích, modrovousím duchu a ukrutné rudolící čarodějnici.** Inscenace vznikla podle předlohy stejnojmenné japonské pohádky. V divadelním projektu dominovala výtvarná složka. Zkoušení inscenace bylo z velké části zaměřeno na výrobu scény, kostýmů, masek, atd. Výtvarná stránka bylo mnohem propracovanější než jednotlivé herecké akce. Kouzlo pohádky bylo závislé na různých výtvarných efektech. Klienti divadelní atmosféru tvořili spíše pomocí efektů, než přímo svým jednáním i text byl velmi úsporný. Hudba byla živá, dva klienti si vytvořili konstrukci s různými nástroji (chřestidla, ruchadla, trianql, zvonky, plech, zkrátka vše, co nějak zajímavě znělo) a jednotlivé obrazy ozvučovali ze strany jeviště. Herecká stylizace byla v jednoduchých velkých gestech a na obličejích měli klienti silné líčení. Pohádka měla vypravěče. Prolínaly se tři různé způsoby hraní. Stínové divadlo pro krajinu a tajemné děje, pro

ztvárnění postav obyčejných lidí - dialog, přímé jednání a při zpodobení nadpřirozených bytostí se klienti pohybovali stylizovaně, byli na chůdách a v maskách.

Byl to můj první pokus o divadelní představení v komunitě. Než jsme začali zkoušet inscenaci, působila jsem v komunitě teprve dva měsíce, a to pouze na jeden program týdně (keramika). Při zkoušení divadla jsem se opírala o zkušenost, kterou jsem získala studiem DAMU (KVD a KATaP). Vlastní praxi s režii jsem doposud měla pouze v divadle hraném dětmi na ZUŠ. Při výběru pohádky jsem už měla představu výtvarného divadla. S loutkovým divadlem jsem již měla zkušenost ze spolupráce s Josefem Brůčkem (svérázným loutkářem z Jižních Čech) a s divadlem Continuo. V průběhu zkoušení jsem se teprve seznamovala s klienty a s životem v komunitě. Výtvarnou složitost z dnešního pohledu vidím spíše jako určité jištění mé i klientů. V té době jsem nutně potřebovala určitý pocit opory. Nebyla jsem ještě schopna zpracovávat herecké limity klientů. Bylo pro mě těžké, vyprovokovat je k plnému hereckému výrazu. Kdo nebyl sám od sebe nadán (jako například představitelka matky), ten pouze deklamoval. Co nešlo naučit, to jsme zkrátka překryli výtvarnou nebo hudební stránkou. Největší radost měli klienti z toho, že mohli plivat oheň vždy, když přišla na scénu čarodějnice<sup>103</sup>. Přestože investice (moje i klientů) byla spíše výtvarného a technického rázu, byla velkorysá, a představení se nad očekávání povedlo. Jeho efekt pro klienty nebyl o nic menší než následující roky. Celá práce na představení byla pozitivní, podstatně stmelovala skupinu a přinesla u jednotlivých klientů i terapeutické efekty. Klienti vnímali divadlo jako své vlastní dílo, vytvořili si k němu vztah a jako své je také prezentovali. Pro mě toto představení zahrálo důležitou roli v začlenění se do komunity. Po tomto počínu jsem začala kromě keramiky pracovat v terapeutickém týmu a byla zařazována do systému služeb jako psychoterapeut.

Tento rok jsem si uvědomila, jak důležité je, aby klienti měli k divadlu vztah a aby do něj vložili svojí energii i v době mimo povinné programy. Jako významné a důležité jsem si označila momenty, kdy

---

<sup>103</sup> což na záznamu není, protože v kostele to nebylo možné.

klienti zažívali pocit, že jsme všichni „na jedné lodi“. Během zkoušení se přirozeně nastolil odlišný systém hierarchie; hlavní slovo měl ten, kdo byl nejvíce osobně zapojený a tvůrčí. Vše vycházelo z potřeby uskutečnit divadelní inscenaci a podřídit jí i své pohodlí. Pro další rok jsem si předsevzala, že budu odvážnější ve výběru předlohy, přestanu se jistit vypravěčem a pokusím se více pracovat s hereckou akcí.

*/V příloze je jedna z repríz, kterou jsme hráli, na přání faráře, v kostele pro děti. Záznam premiéry se bohužel nezachoval./*

**2002 – Brouci** – pro tuto inscenaci jsem si vybrala dílo Bratří Čapků „Ze života hmyzu“ už mnoho měsíců před začátkem zkoušení. Vybrala jsem dramatický text, aby si klienti mohli alespoň základně vyzkoušet charakterizaci postav. Z divadelní hry byly vybrány jen některé sekvence (části - motýli, chrobáci, cvrčci, cizopasníci, jepice a slimáci), které jsem ještě hodně seškrtala, part poutníka hrál klient pantomimickými prostředky. Některé části hry jsme hráli pomocí loutek. V této hře záleželo především na výkonech jednotlivců, nikdy se nestalo, že by na jevišti byla celá skupina klientů dohromady. Stále jsme využívali hodně výtvarnou složku, dokonce někteří klienti měli pro jistotu na obličeji líčení, které silně doplňovalo charakter jejich postavy<sup>104</sup>. Většina klientů měla jen jedinou postavu.

Již před začátkem zkoušení jsem měla připravenou koncepci. Zkoušky probíhaly klasickým činoherním způsobem (nastudování textu – zkoušení situací). S klienty jsem pracovala často formou individuálních zkoušek. Přesto nebo právě proto, že jsem se na zkoušení této inscenace chystala velmi dlouho před začátkem práce, stálo mě její vytvoření velké úsilí a po premiéře jsem byla doslova vyčerpaná. Úspěch představení byl však přímo úměrný mému vyčerpání. Jak jsem již popisovala výše, někteří klienti se stavěli k divadlu jako takovému odmítavě a stálo mě velké úsilí překonat jejich odpor. Skutečnost, že jsme dospěli k takovému výsledku, byla zčásti dílem toho, že mi někteří klienti (hlavně představitel poutníka) pomáhali s motivací a mobilizací těch, kteří odmítali spolupracovat. Nemalá

---

<sup>104</sup> opět jako předešlý rok, je možné si všimnout našeho jištění výtvarnou stránkou

pomoc přišla také od kolegů, především od Jaroslava Plichty. Zkoušení divadla se zvláště „zasekávalo“ na zdánlivých banalitách. Někteří klienti odmítali pracovat mimo stanovený čas v programu. Některé úkoly jsem dělala za klienty sama. Skupina nebyla propojená a nevnímali divadlo jako svou záležitost. Efekt u těch, kteří chtěli zkoušet, byl ale značný, stávali se zodpovědnější i mimo zkoušky divadla, začali se více projevovat ve skupině. Boj, který zkoušení divadelního projektu nastolilo, se začal projevovat i v terapii. U klientů s pozitivním vztahem k divadlu vznikala většinou i paralelní pozitivní zápas se sebou samým v terapii, u některých z odpůrců postupně docházelo k zastavení a zabrzdění i v terapeutickém procesu. Z pohledu na herectví se podařilo, že tři zapálení klienti, zkoušeli často a postupně se dostali i k tomu, že si začali uvědomovat, co v jejich hraní znamená průběžné jednání. Boj o divadlo byl ostře vytvořen uvnitř skupiny a štěpil ji na dvě poloviny a způsobovalo to hodně sporů a emotivních výbuchů. Nakonec také pomohla síla jeviště, jako veřejného prostoru<sup>105</sup>. Klienti s negativním nastavením ke zkoušení v jevištním prostoru ztráceli intenzitu svého odporu, protože začali mít problém sami se sebou a s tím, jak zvládnout projev v „silovém poli“ jeviště. Díky reflexi tohoto faktu se podařilo některé klienty trochu více přimknout k divadelní tvorbě. Přes veškeré boje síla potlesku udělala velký terapeutický počín a repríza už byla v mnohém snazší.

Pro zhodnocení přípravy divadla a premiéry tohoto roku mi vytanulo množství otázek. Jednak vyčerpání bylo obrovské a takovou investici dávat, bylo pro mě značně neekonomické (nemyslím z finančního hlediska). Bylo jasné, že mé zapojení i příprava byla příliš velká nebo nebyla ve správné oblasti. Nejspíš jsem příliš strhávala zodpovědnost za představení na sebe. Fakt, že jsem některé úkoly dělala za klienty, nesvědčil o dobré dělbě práce. Nebyla jsem schopna ustoupit z některých svých představ o inscenaci. Zhodnotila jsem pro sebe, že je potřeba změnit svoji vlastní umíněnost a více tvůrčích činností dát klientům. Boj, který v tomto roce vznikl, nemusel být odporem proti divadlu, ale proti terapeutickému tlaku. Přece jen jsem

---

<sup>105</sup> Pobyť v tomto prostoru je sám o sobě náročný na energii, je to „silové pole“.

byla jednou z týmu, jednou z představitelů autority a nemohla jsem si myslet, že tento aspekt se nebude přenášet i do jiného působení, než je přímá terapie. Další důležitým zjištěním bylo, že díky mé vlastní vytrvalosti i přes nesnáze, nakonec kouzlo jeviště vše postupně proměnilo v pozitivní výsledek. Tedy je důležité, „nenechat se otrávit“ a jít stále za ideou uskutečnění divadelního představení. Ujistila jsem se, že je dobré, neustat v připravování se na každé setkání a zpracovávat každý drobný pokrok. Ale měla bych nalézt takovou rovinu přípravy, která nestrhává tvůrčí proces pouze na mě.

*/bohužel kompletní záznam tohoto představení také nemám, sehnala jsem jen již sestříhanou část od otce jednoho z tehdejších klientů./*

**2003 – Faust** – Zpracovávali jsme tři předlohy: Goethova a Marlowova Fausta a zpracování pro loutky od Matěje Kopeckého. Vznikl příběh mnoha rovin, rámovaný bojem dobra se zlem (Boha a ďábla) znázorněný šachovou partií. Postava Mefistofela byla rozložena do dvou postav na mužský a ženský element. Ve srovnání s ostatními inscenacemi je zde jediná hlavní postava, Faust, která má oproti jiným postavám neúměrné množství textu. Jsou zde zařazeny části loutkové a části hrané, objevuje se stínové divadlo a promítání na plátno a opět oblíbené plivání ohně a živá hudba (saxofon).

Tento rok jsem již přinesla tři možnosti příběhů na výběr. Klienti si vybrali příběh doktora Fausta, který byl ze všech nejkomplicovanější, bylo to trochu z důvodu velké ambicióznosti klientů, (ten rok se sešlo více klientů s vyšším než základním vzděláním). Pokud jde o množství textu, náročnost scén i situací, bylo toto představení obtížné, klienti si jej doslova vydřeli. Představení bylo hodnocené od všech jako skvělé, ale ani z mé strany, ani ze strany klientů nebyla chuť, jej reprizovat. Byla to jediná inscenace, kterou jsme hráli jen jednou. Klienti intenzivně spolupracovali na tvorbě scénáře, ale byla to čistě literární práce, nepropojená se zkoušením. Po dokončení scénáře se chtěli klienti pustit do divadelního „drilu“. Mou touhou bylo více experimentovat a zkoušet trochu jiný než klasický tvar, například jsem chtěla rozštěpit hlavní postavu a dát každému kousek. Klienti odmítali jakékoli hledání

a zkoušení neznámého, chtěli prostě nazkoušet scénář, hlavně neimprovizovat. Odmítali moje návrhy, pokusit se o alternativní ztvárnění, zcizovací efekt byl pro ně nepochopitelný. Skupina byla orientována na výkon, ochotná se učit velké části textu nazpaměť, ale neochotná riskovat a hrát si. Zkoušení bylo náročné především proto, že představitel hlavní postavy, měl obrovské divadelní ambice, neustále vytvářel konflikty a potřeboval neskutečné množství pozornosti. Vyvrcholilo to až bojem proti mně a teprve na mimořádné skupině se podařilo rozkrýt (jak jsem již popisovala výše), že klient, který hrál hlavní roli, má vůči mně přenosový problém. Přes manipulaci s ostatními klienty se tento problém promítl do skupiny jako problém všech klientů se mnou a mým přístupem. Z minulých let jsem měla ověřeno, jak je důležité, aby klienti měli divadlo za své, proto jsem se snažila o nepřímé vedení. Realizovala jsem konkrétní divadelní obrazy, ale snažila jsem se příliš se neprosazovat. Tentokrát bylo divadlo klientů, ale jakoby mi jej žárlivě vytrhávali z rukou, aby všechny zásluhy byli jen jejich. Skupinu ovládal klient s hraniční poruchou osobnosti a s mocenským komplexem. Respektovala jsem jejich přání, ale proti konfliktům to moc nepomáhalo. Necelé tři týdny před premiérou skupina zjistila, že mě přece jen potřebuje a začali jsme intenzivněji zkoušet pod mým vedením, později se opět přidal i Jaroslav Plichta. Dominantní klient chtěl kvůli mé angažovanosti v projektu odejít ze skupiny, ale na konec zůstal a odehrál si svých několik minut slávy. Práce na této inscenaci byla pro mě plná nesrozumitelných emocí (kvůli přenosovému problému) a velkého psychického vypětí. V době zkoušek to byla více „dřina“ než radost a bylo pro mě těžké pochopit, že to klienti tak chtějí. Zatímco v minulém představení jsem narážela na nechuť dělat divadlo, v tomto roce jsem zase narážela na přílišné, až neautentické ambice a představy o uměleckých schopnostech některých klientů a z té přílišné ambicióznosti se rodilo více tlaku, než chuti a radosti ze vznikajícího tvaru. Klienti tentokrát divadlo více „dokázali“ než si užili. Měla jsem pocit, že i do festivalu se v tomto roce dostal duch rivality, který byl tolik přítomný na našich zkouškách.

Po tomto představení jsem byla plna zmatku a nechtěla jsem už divadlo v komunitě dělat. Potřebovala jsem čas, než jsem byla schopna nahlédnout klady a zápory představení. Vytkla jsem si za cíl, příště už na ambiciózní snahy klientů nepřistupovat. Nevytvářet mezi klienty žádné hvězdy, pokusit se tedy o jiné rozdělení sil, než prostřednictvím hlavních a vedlejších rolí. Divadelní projekt se dostal do opačného extrému, než předešlého roku. Představení bylo zcela v „žárlivém“ vlastnictví klientů a stejně jako loni se vytvářely konflikty mezi mnou a jimi. Klienti si divadlo střežili a trochu jej používali jako nástroj moci, nepříjemného zvedání si sebevědomí. Propracovanost a obtížnost byla na úkor radosti ze hry. Přestože bylo představení diváky obdivováno, věděla jsem, že pokud se ještě někdy do divadla na této půdě pustím, bude to muset být divadlo úplně jiného druhu. Byla jsem rozhodnuta v případné další práci zvýrazňovat rovinu pospolitosti, hry a vnímání se navzájem.

*/záznam z premiéry představení/*

**2004 – Horror** dramatizace povídky E. A. Poea „Maska červené smrti“ z knihy „Jáma a kyvadlo“. Hra je tvořena především vyprávěním, obsahuje jen málo situací umožňujících scénické jednání. Příběhem provází dvě temné postavy (trochu temné, trochu komické), které se radují z bizarnosti hororu. Další postavy se spíše bojí a lekají. V inscenaci jsou přímo zahrnuty postoje jednotlivých klientů k hororu a vzájemnému strašení. O postavách příběhu klienti vyprávěli a zároveň je představovali, často se obraceli k publiku a snažili se předestřít různé úhly pohledu. Tématem hry je jisté odosobnění a udržení vlastního pohodlí za každou cenu. Pracovali jsme ve větší míře s vyprávěním, přímé jednání postav bylo minimální. Snažili jsme se tak o vytvoření neosobní atmosféry.<sup>106</sup> Hlavní snahou bylo vytvořit temnou atmosféru a zároveň nadhled nad touto temnotou a její parodování. Soustředili jsme se více než v jiných letech na kostým a světla. Je používána barokní hudba, která je počítačem deformována až do

---

<sup>106</sup> Později se ukázalo, že odosobnění bylo i uvnitř skupiny a klienti se stavěli do jiného světla, než byla skutečnost, aniž jsme to jako terapeuti tušili.



bizarnosti. Komplikovaná práce se světly při premiéře trochu rušila celkovou atmosféru, protože klient osvětlovač měnil světla jinak, než měl a premiéra dopadla rozpačitě, ale první repríza už byla z tohoto pohledu v pořádku.

V tomto roce jsem věnovala hodně času hledání společného tématu, klienti si povídku vybrali, protože se chtěli pokusit ztvárnit horror. Některé pasáže z našich prvních rozhovorů jsme zařadili přímo do scénáře. Látka nabízela velkou svobodu, protože žádná postava nebyla vykreslena do detailů a klienti hráli tak trochu sebe. Vyjadřovali vlastní postoje k ději, zkoušeli do hry promítat i své vzájemné vztahy. Například hlavní postavu Prince Prospera (v naší hře byl celý natřený zlatou barvou) skutečně hrál klient s narcistickou poruchou, který si uměl ve skupině pro svou vlastní osobu vytvořit množství privilegií. V postavě dívky, která začíná vyprávění a chce horror změnit na pohádku, se hrající klientka snažila stejně jako v osobním reálném životě vše špatné přejmenovat na dobré. Klient v roli šaška měl zrovna tak reálný odraz této role ve své osobnosti. Protože se několikrát střídalo vyprávění s přímou akcí, byl nutný jiný přístup k herecké práci než v minulých letech. Byly zajímavé experimenty s prostupností vlastní reality do hry, dokonce výběr tématu předdeslal problém, který se projevil až později. Zkoušení divadla zčásti odhalovalo problematické vztahy uvnitř skupiny a do měsíce po premiéře se ukázaly tvrdé přestupky proti řádu a někteří klienti byli vyhozeni z komunity (repríza už měla jiné obsazení). Skupina v komunitě se do nového roku kompletně proměnila (až na tři klienty), většinou z důvodu dlouho utajovaného porušování pravidel, skrývání a neřešení skutečných problémů. Postupně se objevila až děsivá podobnost průběhu terapie s tématem hry.<sup>107</sup>

Představení nebylo umělecky zvlášť objevné, a na komplikované výtvarné složce jsme si tentokrát trochu „vylámali zuby“. Pokud jde o proces zkoušení, otevřela tato práce nové možnosti. Stabilizovala se moje role režiséra/terapeuta, našla jsem takový postoj, který mě

---

<sup>107</sup> příběh hry - Skupina lidí v příběhu, místo toho, aby řešila problém a čelila moru, se skryje do bývalého kláštera a tváří se, že se nic neděje a užívá si zdraví a nakonec si je mor sám najde.

zároveň sbližoval s klienty a zároveň nám umožňoval věcnou spolupráci. Ověřovali jsme si možnosti skupinové tvorby. Začali jsme trochu experimentovat v rámci zkoušek s hledáním neznámého. Velmi zajímavé bylo tvoření atmosféry. Pro další rok jsem si přála trochu větší lehkost a hravost. Měla jsem chuť prohloubit načrtnuté principy zkoušení a zajímala mě ještě trochu svobodnější tvorba.

*/Na nahrávce je první repríza v Plzni, kde již chybí tři klienti, včetně hlavní postavy a jsou nahrazeni nově příchozími/*

**2005 – Vražda v cirkuse** Celé představení bylo pojato jako cirkusová show s kriminální zápletkou. Cirkusová čísla prolínala vyšetřování vraždy (trochu absurdního kriminálního případu). Do jevištní podoby jsou začleňovány autorské výstupy klientů a jejich improvizace. Je trochu komplikované vyznat se v jednotlivých výstupech, protože, se část příběhu odehrává v cirkusovém zákulisí, část přímo v aréně. Většina výstupů znázorňuje přítomné dění, ale objevuje se i retrospektiva. Podstatná byla úloha hudby, která doprovází a člení děj. Tuto hudbu improvizoval při každém představení jeden z klientů na elektrickou kytaru. Představení bylo veselé s množstvím vtipných výstupů. Klienti si hráli na cirkus a mírně jej parodovali. Jednalo se o volné neambiciózní představení.

Zkoušení bylo velmi uvolněné, užívali jsme si společného „blbnutí“ při zkoušení pseudo-cirkusových výstupů. Zápletka vznikala postupně v průběhu zkoušení, psaná podoba scénáře vznikla až na konci zkoušení a prakticky jen pro potřeby muzikanta, aby se snadno zorientoval. Většina dialogů byla i při premiéře z části improvizovaná. Má role byla tak samozřejmá, že jsem ji skoro necítila, pouze jsem se snažila podporovat radost ze hry a bavila jsem se spolu s klienty na zkouškách. Poprvé jsem si dovolila některé části úplně „pustit z ruky“. Klienti pracovali ve skupinkách po jednotlivých výstupech, sami si své sekvence zpřesňovali a dotahovali a při zkouškách se navzájem překvapovali. Byla jsem více v roli koordinátora než režiséra. Zlom ve své pozici, který jsem minulý rok tušila, se tento rok potvrdil. Po boji a konfliktech v divadle už nebylo ani stopy. Tento rok jsme si především

společně hráli a neměla jsem dokonce ani potřebu příliš zasahovat do tvorby klientů.

Z hlediska mé další perspektivy představovala tato inscenace mezník, pokud jde o mé uvolnění, jak v průběhu zkoušek, tak i při představení. Zážitek nekomplikovanosti a radosti ze hry mi pomohl ke svobodnějšímu pohledu na věc samu. Myslím si, že pokud jsem v sobě mívala nějaký strach ze zkoušení s klienty, tento zážitek jej zcela rozpustil. Pro další divadelní projekty jsem to tak chtěla zachovat, ale ještě jsem si přála trochu propracovanější tvar a možná nějaký jasnější příběh.

*/záznam z premiéry/*

**2006 – Vinetůůů** - Byla opět plně autorská inscenace, vznikla jako parodie na známé filmy a knihy Karla Maye. Důležitou roli hrála hudba, která pomáhala tvořit atmosféru. Běžná zápletka potyček mezi kovboji a indiány. Každá postava měla svého koně (hlava koně na dřevěné tyčce) jako to mívaly děti na hraní. Jména postav byla trochu zkomolená. Divadlo mělo poetickou atmosféru v částech kořeněnou vtipem. Výrazný moment, který tuto atmosféru vytvářel, byla jízda na koních při doprovodu hudby, stejně jak tomu bývalo i u známých filmů.

Opět dobrá atmosféra při zkoušení divadla, stabilní role režiséra/terapeuta. Tentokrát jsem poprvé objevila práci s mapováním, které postupně přechází do scénáře. Vše začínalo u diskusí, nápadů a výroby koní. Scénář na tento divadelní projekt vznikl ze všech nejrychleji, potom co si klienti prohlédli několik známých filmů, jsme postupně strukturovali scény. Zkoušení šlo ale ztuha. Největší motivace, která rozpohybovala tvorbu klientů, bylo zkoušení různých typů jízd za zvuku hudby. Zkoušeli jsme, jak jezdí bandité, indiáni, Vinetů... tato zkouška přinesla klientům pocítit atmosféru inscenace a už se jí nepustili. Tento rok jsme snad zužitkovali všechny nápady a drobné vtipy, které si klienti vymýšleli. To podstatné jsme objevili prostřednictvím pohybu. Zkoušení bylo příjemné, naší radost zakalil pouze fakt, že v polovině léta tohoto roku zemřel Jaroslav Plichta. V uplynulých letech podstatně pomáhal se zkoušením divadelních

projektů, tito klienti však jeho způsob zkoušení již nezažili. */záznam z premiéry/*

**2007 – Dobytku smíchu netřeba** – Pásmo drobných absurdních výstupů, jevištně zpracovaných textů ze stejnojmenné knížky od Daniila Charmse. Inscenace by se zčásti dala nazvat divadlem poezie. Jednotlivé výstupy klientů se odehrávaly v krátkých absurdních epizodách. Klienti jako herci byli výborní i jejich vzájemná spolupráce nebývalá. Divadlo mělo plánováno nejvíc repríz ze všech předešlých let (šest) a klienti hráli s nasazením a rádi.

Předlohu na tento kus donesla klientka jako svoji zamilovanou četbu. Tento rok byli klienti nebývale zapojeni do zkoušek, připravovali se a dokonce i uměli texty v rekordním čase. Hráli s velkým nasazením, stále se ptali po reprízách. Skvěle se dařila tvorba a nasazení klientů bylo bez velkých výkyvů. Pokusila jsem se prověřit, jestli je možné pracovat s menšími dramatickými celky, a opět jsem si dovolila individuální zkoušky, zkrátka realizovat principy, které byly tak problematické u představení „Brouci“. Tentokrát však již nevedly k rozkladu skupiny (naopak). Tento rok jsem si mohla dovolit propracovávat jednotlivé herecké výstupy i v jemnějších detailech, dotahovat scény. Klienti se připravovali a skvěle spolupracovali. Bohužel se ukázalo, že divadlo je jediný program, ve kterém skupina skutečně pracuje, a později vyšlo najevo, že mnozí z klientů nedodržují pravidla komunity a komunita byla z části rozpuštěna. Divadelní projekt byl pro ně nejspíš jednou z mála terapeutických aktivit, která byla bezpečná, protože při zkoušení divadla klienti nebyli nuceni předstírat a mohli zkoušet naplno. V terapii to možné nebylo, protože žili jinou realitu, než jak o ní mluvili na skupině. Možná byli tak skvělými herci, protože neprocházeli skutečnou terapií, která člověka neustále psychicky otřásá. Jejich aktivita byla v divadle stabilnější a intenzivnější než jiná léta.

Přestože práce na divadelním projektu byla velmi dobrá, došla jsem k závěru: jestli výjimečně propracované divadlo znamená pro klienty stagnaci terapie, tak není dobré, aby v komunitě takové divadlo

bylo. Proto jsem i pro další rok přišla na myšlenku, že by nebylo od věci, zkusit se tematicky přiblížit tomu, čím klienti procházejí i v terapii. Potom by mohlo určité jejich psychické introspektivní naladění napomáhat tvorbě, a klienti by kvůli zkoušení nemuseli procházet takovým přeladěním, jak to bývalo minulé roky.

*/záznam z premiéry představení/*

**2008 – Pú, prasátko, králíček a já** byla inscenace o dětství, dětských snech, strachu a hrách. Z části autorské představení prokládané texty z knihy A. A. Milneho - Medvídek Pú. Objevovaly se zde postavy dětí v různém věku. Jako loutky byly používány různé předměty a hračky. Opět živá muzika s elektrickou kytarou. Jedinou dekorací byly štafle.

Zkoušení začínalo mapováním tématu „dětství“, toto téma bývá prvním terapeutickým tématem léčby každého klienta. Poprvé jsem vedla klienty k autorskému psaní, mohli psát cokoli, a jakkoli o svém dětství a při zkouškách jsme si určité situace přímo hráli. Části z knihy Medvídek Pú, jsme vybírali až do základně vytvořeného autorského konceptu. Na stopu herecké stylizace nás přivedl jeden klient, který z legrace přinesl ze zvěřince staženou kůži z králíka napnutou na napínáku a nabídl ji jako loutku králíčka. Tento bizarní předmět většina z nás z doby dětství moc dobře znala. Herecký výraz se posunul z parodování malého dítěte někam na začátek puberty, kdy se dítě začíná trochu vymezovat vůči okolí, trochu mutuje a je opět nemotorné. Je to také doba, kdy se autenticky přestáváme bát většiny dětských strachů a začínáme je překračovat. Jedna klientka dokonce dramaticky zpracovala svůj traumatický zážitek z dětství (týrání macechou). Později mi vyprávěla svůj zvláštní pocit, jak se jí vracely emoce k zážitku, který dřív měla plně disociovaný, ale věděla, že hraje a nemůže to nechat opravdu propuknout. Ani měsíc to netrvalo a požádala o skupinový prostor na zpracování svého „týrání macechou“ a konečně si dovolila v bezpečí přirozeně uvolnit emoce, spojené s tímto tématem (což u problému disociovaných traumat není úplně snadné). Zkoušení divadla bylo většinou radostné a zajímavé, dostalo pro mě nový rozměr, provokovalo nové otázky.

Toto představení přineslo další zlom ve způsobu mé práce, která se ještě více začala přibližovat k autorskému pojetí divadla. Tentokrát jsem poprvé začala pracovat s principem: co si kdo napíše, to si také zahraje. Najednou reakce publika už nepodporovaly jenom hru jako takovou, ale pomáhaly klienty utvrzovat v jejich schopnost tvořit, potlesk vyjadřoval také soucítění s osobním příběhem. Objevila se hlavně otázka míry, jak pracovat s osobním tématem, co z osobních zážitků je možné pustit na jeviště a co už ne, s čím si můžeme hrát veřejně a co je lépe nechat přísnému soukromí. Divadlo tento rok začalo mít i přímý terapeutický efekt. Vstupování na jeviště dostalo novou rovinu, klienti sdělovali své vlastní představy. V mých fantaziích o některém budoucím představení jsem si pohrávala s myšlenkou, jak by bylo možné dostat individuální téma, řešené se skupinou bezpečně na jeviště a také otázka, jakým způsobem zkoušet a hrát, aby to člověku nějak pomohlo s jeho osobní starostí.

*/záznam z premiéry představení/*

**2009 – Svatební košile** – Divadelní zpracování básně K. J. Erbena. Z části je pracováno s poesíí, ale větší část inscenace tvoří autorské texty klientů. Tématem hry jsou vztahy mezi muži a ženami. Rozpracován je příběh dívky, pro kterou si přišel mrtvý milý. Součástí scény jsou dvě plošné loutky životní velikosti. Pracovali jsme s inscenováním možného vnitřního monologu postav. Součástí je také malé stínové divadlo. Umrlec, který v básni vstává z lože, je postava Michaela Jacksona. Na závěr je zařazena situace terapeutické skupiny, kdy se hlavní postava nejspíš dostala po traumatické události na léčení.

Hned na začátku si klienti vybrali předlohu, přesto zkoušení začínalo nejprve různými způsoby improvizace, vyprávěním, formulováním problému postav, psaním dialogů a monologů, až po prohloubení a porozumění různým situacím, jsme začali pracovat s básní samou. Autorské vstupy klientů měly podobu vnitřních hlasů postav, vzpomínek a monologů. V hraní hlavní postavy se klienti střídali, a aby nebyl problém se srozumitelností, tak jsme si na jevišti předávali loutky. Ten rok zemřel Michael Jackson a klienti už od

začátku chtěli, aby se v inscenaci objevil. Nakonec se objevil jako /nejznámější/ umrlec v márnici a tančil svůj umrlčí tanec. Podařilo se nám zobrazit v rámci hry terapeutickou skupinu na závěr inscenace. Pro diváky festivalu to byl silný zážitek, protože účast na terapeutických skupinách je pro ně denním chlebem. Bylo velmi zajímavé, jak se podařilo do postavy dívky dostat představy všech klientek a do postavy mrtvého milého zase postoje kluků. Zkoušení se hezky dařilo, dokonce byl čas, poslechnout si i různá hudební zpracování této básně. Při přípravě jsem dále prohlubovala koncept drobných autorských textů uvnitř společného představení.

Celkově byl náš způsob práce stabilizovaný a dále jsem prozkoumávala, jak je možné pracovat autorskou tvorbou i na trochu osobním tématu. Myslím, že jsem objevila větší pole možností propojení autorské tvorby a terapie, které je třeba dále zkoumat.

*/záznam z premiéry představení/*

**2010 – Daidalos a Ikaros** – předlohou byly antické báje a hlavní zájem jsme upřeli na legendu Daidala a Ikara a další legendy s ní spojené (o Thaletovi a o Minotaurovi). Opět jsme pracovali autorským přístupem. Hlavním tématem hry byl vztah mezi otcem a synem. Příběh začíná po té, co Ikaros spadne do moře a Daidalos přistane na ostrově a psychicky se zhroutí. Příběh je jako retrospekce při terapeutické skupině. Drobné terapeutické techniky ještě dále rozehrávají příběh. Klienti na jevišti otevřeně vstupují a vystupují z postav. Průběh proměny v postavu se děje před zraky diváků. Každá postava o sobě nejprve něco vypráví. Tyto drobné monology jsou autorskými vstupy klientů. Součástí hry je také postava terapeuta ve službě. V představení, za pomoci horolezecké výstroje, postavy létají.

Při zkoušení inscenace jsme zpracovávali téma otce a syna jednak v postavách Daidala a Ikara, také ve dvojici Daidalos a Thales a v postavách Mínoa a Minotaura. Zkoušeli jsme psát různé části textů pro tyto vztahy. Navíc se tam objevilo téma bludiště a potřeby něco důkladně schovat, aby to druzí nenašli a nejlépe ani my sami. V záznamu představení si je možné všinout krátkého výstupu, kdy se

někteří klienti odhodlali říci veřejně, co se snaží do svého pomyslného bludiště schovat. Tentokrát jsem nechala rozdělení partů jednotlivých postav úplně na klientech. Na chvíli jsem z místnosti odešla a nechala se překvapit. Rozdělili to skvěle. Klient, který hrál Ikara, měl ve svém monologu napsáno o otci, že ho má rád, ale vždy se na tom místě zastavil a nemohl si vzpomenout, co má říct. Přesně se tento fakt shodoval s jeho skutečným problémem ve vztahu s otcem. Dokonce, když jeho otec přijel na reprízu divadla, tvrdil, že tentokrát nezapomene, ale opět se zarazil a místo slov „ale mám ho rád“ řekl: „ale já mu dokážu, že za to stojím...“. Dalšímu z klientů, který hrál Thala, zemřeli rodiče, ale širší rodina o něj má zájem. Tento klient v té době ještě dostatečně neprošel procesem truchlení (i když rodiče zemřeli už před mnoha lety). Hrál a ve svém vlastním textu měl výraznou větu „Já nemám otce, ale mám strýce...“ při zkoušení ji musel říci snad stokrát, a když později zpracovával na skupinách smrt svých rodičů, cítila jsem, jak se při zkoušení divadla na toto téma už (možná nevědomě) připravoval. Monolog odvrženého Minotaura králem Mínóem zase psala klientka, které se jako malý otec zřekl a matka s ní odjela do zahraničí. Vnímám tyto pokusy jako drobné krůčky v práci se symbolickou rovinou přímo uvnitř pole osobních problémů klientů, ale nesnažím se to terapeuticky analyzovat. Nechávám klienty, aby si díky slovům, příslušnému hereckému výrazu a dramatické situaci pobýli ve svém tématu, aniž ho musí podrobně vyprávět. Spojují se tak se svojí vlastní emocí, ale ošetřenou hereckou stylizací, mohou ji bez obav gradovat a partner tuto emoci ve hře unese (jak tomu v reálném případě vůbec nemusí být).

Myslím, že co se týká otázky divadla v terapii, nacházím se přesně uprostřed svého zájmu. Tady se pro mě začíná realizovat citát, který je mottem celé kapitoly – začínám se svým hledáním dotýkat možného divadla, „které je těsně pod povrchem doslovného dění“. V tomto případě tvorby je doslovným děním myšlena terapie, neboť právě ta je hlavním předmětem zájmu klientů v terapeutické komunitě a hlavní sociální tvorbou, o kterou se v tomto zařízení pokoušíme jako



terapeuti. Dostala jsem se „na stopu“ toho, co mě osobně velmi zajímá a chtěla bych to prozkoumávat i v další tvorbě.

*/záznam z premiéry představení/*

Přestože divadelní projekty v rámci komunitní terapie realizuji déle než deset let, stále ve mně zůstává otázka po skutečném propojení terapeutického procesu s divadelním uměním tak, aby obě možnosti byly co nejvíce využité a bylo tak možné při přípravě divadelní inscenace realizovat divadlo i terapii současně. Teprve v tom nacházím opodstatnění divadelní tvorby uvnitř terapie, zpřesňuji ji a snažím se tomuto typu divadla porozumět. Myslím si, že je třeba také zabezpečit, aby snaha po průniku terapie do divadla příliš nezatěžkala uměleckou tvorbu, že je třeba vše realizovat bez ztráty hry a svobody, která k divadlu patří. Pokud režisér divadelní inscenace je členem komunity a aktivně pracuje i v rámci terapie, může bez problémů jednotlivé kroky zkoušení propojovat s procesem terapie. Tvorba inscenace přináší klientovi také důležitá setkání se sebou samým a pomáhá mu uvědomovat si Vlastní osobu se svými možnostmi a limity. Divadlo vytrhne člověka z běžné reality a nabízí mu svět komunikace na symbolické rovině. Zúročit tento moment v terapii, aby si klient po opětovném návratu do všedního světa uvědomoval, co se o sobě v situaci hry dozvěděl, je velká výzva. Zkušenost dramatické tvorby mu může pomoci i v hledání způsobu, jak být v niterné práci na sobě aktivní. Divadlo, které je tvořeno pouze z expertní pozice divadelníka, který není uvnitř struktury terapeutického procesu, je určitě také velmi pomocné a zajímavé, ale jde většinou o elitní zážitek, který se objeví jednou v životě a pak už nikdy. Klient pak nemívá potřebu si jej dále zprostředkovávat. Přála bych si, aby se jevištní zkušenost klientů zabudovala do stavby jejich nového životního stylu. Snažím se, aby zkoušení divadelního projektu korespondovalo s pravidelnými programy, aby klienti své pokroky ve veřejném vystupování reflektovali a zahrnovali je do svých pokroků v léčbě, aby tyto zkušenosti byly také zdrojem uvědomování si sebe samých v rámci procesu sebepoznávání.

Usiluji o to, aby divadlo v TK Magdaléna aktivně a hlavně přirozeně spoluvytvářelo terapeutický proces každého klienta.

Pokud pohlížíme na skutečnost jako na závisle vzniklou, narušuje to náš obvyklý sklon pohlížet na věci jako na pevné, samostatné a nezávislé entity.

Jeho Svatost dalajláma

## **Terapie, autorské herectví a vědomí psychologického pole**

Ohlížím-li se za vlastní zkušeností, získávanou terapeutickou praxí a studiem autorského herectví, vystupuje mi na povrch problematika jednání v přítomné chvíli. V oblasti sociální i umělecké tvorby je vše realizováno činem. Sebelepší terapeutický či umělecký nápad je možné v přítomné chvíli zcela znehodnotit, pokud se nepodaří jej proměnit v přímém kontaktu s druhým člověkem na reálné jednání. Připustíme-li, že adekvátnost a posléze úspěšnost tohoto činu nemusí být otázkou náhody, otevírá se před námi možnost aktivního budování osobní kondice. Sama schopnost člověka, být aktivním a účinným v přímém kontaktu s druhým, se stává ohniskem zájmu při osobní přípravě i při hodnocení reálných situací. V autorské tvorbě se hovoří o psychosomatické kondici, která se tvoří na základě praktikování psychosomatických disciplín. V terapii se hovoří o dostatečné sebezkušenosti, která se získává pomocí terapeutického výcviku a praxe. Není však dynamičtější oblast než mezilidský kontakt, protože obsahuje veliké množství proměnných. Vnímavost, která by měla sloužit schopnosti jednat a je zaměřena na přímý kontakt dvou či více osob, zahrnuje mnohem větší oblast, než se na první pohled zdá. Osobní kontakt bývá vždy jedinečný, ale v širší optice je možné podchytit stabilní principy, jež se nacházejí v polích, do nichž konkrétní komunikace náleží. Poukázáním na stabilní principy narážím na otázky vědomého zacházení s vlastními výrazovými prostředky i na postupné uvědomování si vlastních komplexů a psychických tendencí osobnosti. Vědomí existence psychologického pole v průběhu jednání, umožňuje jednajícím rozšířit osobní pozornost na mnohem více rovin a umožní

mu uchopení něčeho tak prchavého, jako je jednání v přítomné chvíli. Psychologická pole se sama konstelují a ovlivňují naši komunikaci s druhými i se sebou samým. Psychosomatická kondice a psychotherapeutická sebezkušenost neovlivňují jednání přímo, ale právě prostřednictvím psychologických polí. Neustálá osobní proměna člověka, ovlivněná vlastní zkušeností, je také proměnou psychologických polí a ta přímo ovlivňují situace, do kterých se lidská bytost při komunikaci dostává.

Otázkou psychologického pole se obšírněji zabýval například psycholog Kurt Lewin<sup>108</sup>, který jej definuje jako závislé na osobě, jejím chování a psychologickém okolí (okolí je primárním okolím, jak je vnímá subjekt). Chováním pak zasahuje osoba i mimo svůj prostor. Dynamická struktura situace není pouhým popisem, je vysvětlením. Lewin je inspirován fyzikálním pojmem a popisuje pole jako dynamický systém, který se aktivně proměňuje změnou jakékoli z veličin. Dá se tedy říci, že psychologické pole je závislé na přítomné chvíli a vždy se znovu konsteluje. Osobní mohoucnost pro ovlivnění vlastního životního pole může pramenit ze schopnosti rozpoznávat proměnu napětí, jež se uvnitř tohoto pole tvoří. Zkušenost s polem vlastního jednání ve hře<sup>109</sup> přináší jistou připravenost pro reálné jednání. E. Neuman<sup>110</sup> také hovoří o poli, tentokrát v souvislosti vývojem vědomí, sebepoznání a prožívání jedince. Psychologické pole v jeho teorii je propracováno do různých vrstev, kterými prochází jedinec v procesu hlubšího poznání s cílem centrovat vědomí do pole bytostného Já. Pro E. Neumana se Já propojením s bytostným Já dostává nejprve do archetypového pole a teprve po té do pole bytostného Já, kde dochází k centrování osobnosti. Dvěma různými teoriemi psychického pole upozorňuji na vnímání ve dvou směrech: horizontálním (K. Levin pole komunikační) a vertikálním (E. Neuman pole v procesu individuace). Tyto dvě teorie nabízím k úvaze z toho důvodu, abych upozornila, že postupné

---

<sup>108</sup> Principles of Topological Psychology, New York - London 1936

<sup>109</sup> „Oblast hry se vyznačuje větší fluiditou než oblast plné reality“ – V. Tardy – Psychologie XX. století str. 11

<sup>110</sup> Die Psyche und die Wandlung der Wirklichkeitsebenen – Ein metapsychologischer Versuch, Eranos-Jahrbuch 21, Zürich, 1953

vytváření vědomí psychologických polí se dotýká současně kontaktu s druhými i osobní práce na sobě.

Psychologické pole vždy tvoří různé uskupení sil, jedná se o silové pole. Tyto síly jsou z velké části nevědomé, jak jsem popisovala výše, a pole jsou konstelována nevědomě. Mohoucnost, vycházející z psychosomatické kondice a psychoterapeutické sebezkušenosti, je také možné označit jako sílu, která souvisí s vědomým konstelováním. Potom, co se naučíme vědomě pracovat s vlastní schopností soustředit se, uvolnit se, udržovat určitou intenzitu projevu, zaměřovat se na vědomé vnímání vznikajícího tématu, vyladění se pro kontakt s druhým apod., začínáme být schopni vědomě konstelovat pole (kolem naší mohoucnosti), jenž může být vnímáno jako nástroj pro komunikaci. Představa, ke které jsem došla na základě vlastní zkušenosti, by se dala popsat jako prolínající se pole. Ve chvíli, kdy je osobní psychosomatická kondice dostatečně propracovaná, jednotlivé schopnosti tvoří jakousi síť sil (silové pole). S touto sítí je možné vědomě nakládat. Při vstupu do situace, která vzniká v konkrétním psychologickém poli, se tato síť energeticky aktivuje. V průběhu dění osobní kondice prostupuje situací a stává se organizujícím aspektem, jenž pomáhá konkrétnímu jednání, aby vedlo k porozumění tomuto dění. Nezáleží na tom, zda se jedná o uměleckou nebo sociální tvorbu, v obou případech realizují v průběhu komunikace jednu a tutéž silovou síť, pouze vyústění tohoto procesu je jiné. V herecké tvorbě je vyústěním procesu konkrétní jednání, které sleduje jisté estetické hodnoty a v sociální tvorbě je vyústěním komunikace, jež má přímo pomáhat druhému člověku.

Východiskem pro mé působení v psychoterapii byla vlastní zkušenost z autorské tvorby, která má jako hlavní dominantu neustálou práci na psychosomatické kondici. Jakmile jsem hlouběji pronikala do problematiky psychoterapie, začala jsem si vedle problému determinace vlastním projevem uvědomovat i determinaci z pohledu osobního příběhu. Zatímco moje práce na sobě mívala především podobu zvědomění a kultivace vlastní schopnosti vyjadřování, ve chvíli setkání s psychoterapií jsem začala objevovat další dimenzi této práce.

V terapii se přímo propojují s osobní minulostí (vstupující do přítomnosti), s hodnotami, které sledují (vědomě i nevědomě), se schopností tvořit reálné vztahy a být aktivním spolutvůrcem vlastního života. Autorská tvorba se podobá psychoterapii především v problematice nepředmětného herectví. Je to proto, že bez předmětu přechází akcent tvorby na moment vzniku a na osobní připravenost jednat. Obě mé snahy (autorská tvorba a psychoterapie) mě připravují pro jednání v přítomné chvíli tím, že neustále vytvářejí prostor pro setkávání sama se sebou. Na vyjevování a uvědomování si podob vztahu k sobě, si uvědomuji problematiku vztahování se vůbec. Důležitou součástí obou je reflexe pomáhající návratu a zhodnocení každého činu. V obou případech se jedná o precizní práci na vlastní osobnosti, která je zároveň subjektem i objektem. Snaha o porozumění sobě, pro potřeby psychoterapie či autorského herectví, je tedy činností velmi podobného druhu a oba koncepty se vzájemně doplňují a rozvíjejí. Já sama pociťuji v době, kdy pracuji v psychoterapii, silnou oporu ve zkušenosti s autorskou tvorbou a naopak.

Skutečným úspěchem lidského života je to, zda získává na citlivosti a zralosti.

Mahátma Gándhí

## Závěr

V naší společnosti se intenzivně rozmohlo poradenství různého typu. Psychoterapeutické poradenství, astrologie, čtení z tarokových karet, čtení z ruky. Mnoho lidí potřebuje radu, jak si počínat dál se svým životem. Jako bychom ztratili kontakt se svým vlastním životním směřováním a potřebovali druhého člověka, aby nám poradil. Nedivím se těmto tendencím. Často se nemohu zbavit dojmu, že naše společnost ztratila citlivost k životu i k osobním proměnám člověka. Například otázky stárnutí nebo smrti jsou vytlačeny na samý okraj naší pozornosti. Hodnoty, ke kterým se naše společnost nejvíce hlásí a jsou nám připomínány z médií, většinou je nezískáváme vlastním přičiněním, ale jsou nám všem v určitém životním období prostě dány (mládí, síla, rychlost, vitalita...). Jsme-li v jiné životní etapě, je zcela běžné, že spoustu energie vkládáme do toho, aby to alespoň vypadalo, že se nás stále tyto mladistvé hodnoty týkají a byznys z tohoto faktu nemálo těží.

Při jedné rozmluvě s panem profesorem Vyskočilem jsme se dotkli právě tohoto tématu hodnot v naší společnosti a z našeho rozhovoru jsem si odnesla myšlenku, která se pro mě stala jakýmsi krédem. Pokusím se tuto myšlenku parafrázovat: Bylo by dobré si dát pozor, abychom přijali sebe a nepřistupovali na hodnoty, které se s přibývajícím věkem ztrácejí. Je třeba myslet na udržitelnost našeho života a neštítit se memento mori, ale hledat způsob jak z něj udělat přednost. Objevujte a služte pouze takovým hodnotám, které u člověka s přibývajícím věkem mohou narůstat. Bude tak v průběhu života postaráno o Vaší radostnější existenci. Panu profesorovi se to podařilo, stále má co sledovat a objevovat. Nehraje se, Nedivalo, Dialogické jednání, to jsou naplněné a stále naplňované koncepty, které osvětlují a umožňují pocítit hodnoty, na které pan profesor upozorňuje. Je to

například realizování myšlenky celosti, pozitivního vztahu s druhým, vzájemného citu a vnímání poezie či žánru vlastní existence. Zaměření na narůstající zkušenost v oblastech sebe-výchovy k lidskosti a k lidské osobnosti. To znamená, zabývat se tím, co přesahuje náš život.

Témata spojená s autorskou tvorbou a psychoterapií, která jsem se pokusila osvětlit ve své disertační práci, patří do oblasti udržitelnosti lidského života. Aby člověk neztrácel vlastní smysl existence, je důležité nalézt způsob, jak se pravidelně setkávat se sebou. Pokud se nám začne dařit nacházet podoby, jak je možné komunikovat své vnitřní obsahy i s druhými lidmi, otevírá se cesta autorské tvorby. Je to nikdy nekončící cesta, při níž se stále znovu poznáváme, abychom se mohli vzdávat nánosů nežádoucích stereotypů a objevovat svou ryzí podobu. Pro systematické hledání a prohloubení našeho soustředění potřebujeme nalézt nějakou svoji osobní laboratoř. Každý máme nějaké Opus Magnum, ke kterému směřuje náš život. Autorská tvorba i psychoterapie nabádá k vědomému propojení s tímto dílem, ať už v rámci herecké či sociální tvorby.

Zbývá si jen popřát: všechno dobré, a aby se nám ve zdraví dařilo...



## Literatura

- Artaud, A., Texty I, Hermann & synové, Praha 1995  
Artaud, A., Texty II, Hermann & synové, Praha 1996  
Barba, E., Savarese, N., Slovník divadelní antropologie, Nakladatelství lidové noviny, Praha 2000  
Becker, Ch., Jádru věci – individuace jako etický proces, Emitos a Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2007  
Benesch, H., Encyklopedický atlas psychologie, Nakladatelství lidové noviny, Brno 2001  
Bergson, H., Čas a svoboda, Filosofia, Praha 1994  
Bergson, H., Duchovní energie, Vyšehrad, Praha 2002  
Bergson, H., Hmota a paměť, Oikoymenh, Praha 2003  
Bergson, H., Myšlení a pohyb, Mladá fronta, Praha 2003  
Bergson, H., Smích, Naše vojsko, Praha 1993  
Berne, E., Jak si lidé hrají, Dialog, Most 1992  
Boadela, Frankel, Corrêa, Biosyntéza, Triton, Praha 2009  
Bogart, A., Landau, T., Úhly pohledu, Divadelní ústav, Praha 2007  
Bocheňski, J.M., Cesta k Filosofickému myšlení, Academia, Praha 2001  
Boleslavskij R., Herectví, šest prvních lekcí, Československé filmové nakladatelství, Praha 1948  
Braun, K., Druhá divadelní reforma?, Edice Světové divadlo, Praha 1993  
Breton, A., Manifesty surrealismu, Herrmann & synové, Praha 2005  
Brook, P., Nitky času, Edice světové divadlo, Praha 2004  
Brook, P., Pohyblivý bod, Nakladatelství studia Ypsilon, Praha 1996  
Buber, M., Já a Ty, Kalich, Praha 2005  
Buber, M., Obrazy dobra a zla, Votobia, Olomouc 1994  
Bürgi-Kraus, M., Kotuje-Birnbacherová, L., Reichmannová, I., Wilke, E., Vývoj v imaginaci – imaginativní vývoj, Vydavatelství a nakladatelství MAJ, Brno 2008  
Caillois R., Hry a lidé, Nakladatelství studia Ypsilon, Praha 1998  
Castaneda, C., Čtenáři nekonečna, Dobra, 2004  
Castaneda, C., Dar orla, Volvox globator, Praha 1997  
Castaneda, C., Učení dona Juana, Reflex, Praha 1992  
Čechov, M., O herecké technice, Divadelní ústav - edice Světové divadlo, Praha 1996  
Čunderle, M., Roubal, J, Hra školou, Nakladatelství studia Ypsilon, Praha 2001  
Darympte, T., Život na dně, Academia, Praha 2005  
Deleuze, G., Bergsonismus, Garamond, Praha 2006  
Deleuze, G., Foucault, Herrmann & synové, Praha 2003  
Deleuze, G., Guattari F., Co je filosofie?, Oikoymenh, Praha 2001  
Deleuze, G., Nietzsche a filosofie, Herrmann & synové, Praha 2004  
Donnellan, D., Herec a jeho cíl, Brkola, Praha 2007  
Eccu, O. O. R., Tajemství kamene mudrců, Votobia, Olomouc 1998  
Easwaran, E., Gándghí člověk, Volvox globator, Praha 1999  
Feldenkrais, M., Feldenkraisova metoda, Pragma, Praha 1997  
Fink E., Oáza štěstí s. 21, Mladá fronta, Praha, 1992  
Frankl, V. E., Vůle ke smyslu, Cesta, Brno 1997  
Fo, D., The tricks of the Trade, Methuen Drama, United Kingdom 1991  
Gardner, H., Dimenze myšlení, Portál, Praha 1999

Guggenbühl-Craig, A., Nebezpečí moci v pomáhajících profesích, Portál, Praha 2007  
 Heffernanová, J., Tajemství dvou partnerů, Dauphin, Liberec 1995  
 Heidbrink, H., Psychologie morálního vývoje, Portál, Praha 1997  
 Heidegger, M., Bytí a čas, Oikoymenth, Praha 1996  
 Hillman, J., Duše a sebevražda, Sagitarius, Praha 1997  
 Hillman, J., Klíč k duši, Portál, Praha 2000  
 Hillman, J., Sny a podsvětí, Portál, Praha 1999  
 Hostoves, J., Nekonečný, M., Sedláková, M., Psychologie XX. století, nakladatelství Karolinum, Praha 2002  
 Hyvnar, J., Herec v moderním divadle, Pražská scéna, Praha 2000  
 Hyvnar, J., Francouzská divadelní reforma, Pražská scéna, Praha 1996  
 Chodorowová, J., Taneční terapie a hlubinná psychologie – imaginace v pohybu, Triton, Praha 2006  
 Jakoy, M., Touha po Ráji, Emitos a Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2011  
 Jeho svatost dalajláma, Etika pro nové milénium, Pragma, Praha 2011  
 Jeho svatost dalajláma, Jak vidět sebe samé tak, jací doopravdy jsme, Argo, Praha 2010  
 Jiránek, F., Souček, J., Fišer, J., Holubář, Z., Pedagogická psychologie, Univerzita Pardubice, Pardubice 1997  
 Johnstone, K., Impro, Theatre arts books, New York 1985  
 Jovet, L., Nepřevtělený herec, Orbis, Praha 1967  
 Jung, C. G., Aion – Sebrané spisy 9/II, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2003  
 Jung, C. G., Analytická psychologie její teorie a praxe, Academia, Brno 1993  
 Jung, C. G., Člověk a duše, Academia, Brno 1995  
 Jung, C. G., Duše moderního člověka, Atlantis, Brno 1994  
 Jung C.G., Gesammelte Werke 8, Walter Vela, Zürich 1991  
 Jung, C. G., Výbor z díla I, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2000  
 Jung, C. G., Výbor z díla II, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2001  
 Jung, C. G., Výbor z díla III, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2000  
 Jung, C. G., Výbor z díla IV, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2006  
 Jung, C. G., Výbor z díla V, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 1999  
 Jung, C. G., Výbor z díla VI, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2001  
 Kalsched, D., Vnitřní svět traumatu, Portál, Praha 2011  
 Kastová, V., Dynamika symbolů, Portál, Praha 2000  
 Kastová, V., Imaginace jako prostor setkání s nevědomím, Portál, Praha 2010  
 Kastová, V., Krize a tvořivý přístup k ní, Portál, Praha 2010  
 Kastová, V., Otcové – dcery, matky – synové, Portál, Praha 2004  
 Kolman, S., Anatomie emocí, Portál, Praha 2005  
 Kolektiv autorů, Autor autorství, Nakladatelství AMU, Praha 2010  
 Kolektiv autorů, Dialogické jednání jako otevřená otázka, Nakladatelství AMU, Praha 1997  
 Kolektiv autorů, Hic sunt leones, Nakladatelství AMU, Praha 2003  
 Kolektiv autorů, Hlas, mluva, řeč, Nakladatelství AMU, Praha 2006  
 Kolektiv autorů, Herecká propedeutika, Nakladatelství AMU, Praha 2006  
 Kolektiv autorů, Osobnostní herectví – učitelství, Nakladatelství AMU, Praha 2010  
 Kolektiv autorů, Psychosomatický základ veřejného vystupování, Nakladatelství AMU, Praha 2000  
 Kolektiv autorů, Psychosomatika a pohyb, Nakladatelství AMU, Praha 2008  
 Kolektiv autorů, Terapeutická komunita pro drogově závislé I - vznik a vývoj, Nakladatelství Lidové noviny, Praha 2004

Kolektiv autorů, Terapeutická komunita pro drogově závislé II – česká praxe, Nakladatelství Lidové noviny, Praha 2007

Kooyman M, Terapeutická komunita pro drogově závislé, Nakladatelství Lidové noviny, Praha 2004

Kopecký, J., Antonin Artaud – poslední z prokletých, Herrmann & synové, Praha 1994

Lecoq, J., The Mooving Body, Methuen, London 2002

Levin, K., Grundzüge einer topologischen Psychologie, Huber, Bern 1969

Leuner, H., Katatimně imaginativní Psychoterapie, Portál, Praha 2007

Maguirová, A., Stíny duše, Portál, Praha 2007

Maier, M., Atlanta fungiens, Triton, Praha 1999

Martienssenová F., Vzdělaný pěvec, Kora, Pardubice 1994

Martienssenová F., Vědomé zpívání, Státní pedagogické nakladatelství Praha, Praha 1988

Mello, de, A., Bdělost, Cesta, Brno 2004

Merleau-Ponty, M., Svět vnímání, Oikoymenh, Praha 2008

Merleau-Ponty, M., Viditelné a neviditelné, Oikoymenh, Praha 2004

Miller, J. C., The transcendent function, State University of New York, New York 2004

Mindel, A., Snové tělo – úloha těla při objevování Bytostného Já, Emitos a Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2008

Moreno, J.J., Rozehráť svou vnitřní hudbu, Portál, Praha 2005

Moore T., Planety v nás, Malvern, Praha 2011

Moore T., Temné noci duše, Portál, Praha 2009

Müller, L., Müller, A., Slovník analytické psychologie, Portál, Praha 2006

Neuman E., Die Psyche und die Wandlung der Wirklichkeitsebenen – Ein metapsychologischer Versuch, Eranos-Jahrbuch 21, Zürich, 1953

Nuttin, J., Osobnostní struktura „já – svět“- studijní text, KATaP DAMU 2002

Paramahansa svámí Mahéšvaránanda, Skryté síly v člověku, Mladá fronta, Praha 2004

Patočka, J., Tělo, společenství, jazyk, svět, Oikoymenh, Praha 1995

Piaget J., Psychologie dítěte, Portál, Praha, 1997

Piaget J., Psychologie inteligence, Portál, Praha 1999

Perera, S. B., Komplex obětího beránka, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2010

Perera, S. B., Sestup k Bohyni, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2003

Pevis, P., Divadelní slovník, Divadelní ústav, Praha 2003

Plichta, J. Glosy k tajemství lidského hraní, NAMU, Praha 2011

Richo, D., Synchronicita, Triton, Praha 2009

Röhr, H., Hraníční porucha osobnosti, Portál Praha 2003

Röhr, H., Závislé vztahy, Portál Praha 2011

Röhr, H., Hysterie – strach z odmítnutí, Portál Praha 2009

Ruť, P., Vyskočil, I., Vždyť přece létat je o hubu, Portál, Praha 2000

Sartre, J., Existencialismus je humanismus, Vyšehrad, Praha 2004

Seifert, A. L., Seifert, T., Schmidt, P., aktivní imaginace, Portál, Praha 2004

Sharp, D., Slovník základních pojmů psychologie C. G. Junga, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2005

Souzenele, Anick de, Symbolismus lidského těla, Malver, Praha 2010

Stanislavskij, K. S., Moje výchova k herectví I, Athos, Praha 1946

Stanislavskij, K. S., Moje výchova k herectví II, Orbis, Praha 1954

Sugarman, B., Daytop Village, a therapeutic community Holt, Rinehart & Winston, New York 1974  
Štampach, I. O., Tušili světelné záplavy, Cherm, Praha 2011  
Tairov, A., Odpoutané divadlo, Nakladatelství AMU, Praha 2005  
Tardy V.– Psychologie XX. století, SPN, Praha 1971  
Tertullianus, O hrách, Oikoymenh, Praha 2004  
Válková, L., Hlas Individuality, Nakladatelství AMU, Praha 2005  
Válková, L., Hlasové poruchy, Studijní texty vzdělávacího cyklu Via opera, Rokycany 2008  
Vrána, K., Dialogický personalismus, Zvon, Praha 1996  
Vyskočil, I., Nedivadlo Ivana Vyskočila, Český spisovatel, Praha 1996  
Vyskočil, I. a kol, Dialogické jednání s vnitřním partnerem, JAMU, Brno 2005  
Vyskočilová, E., Psychosomatické pojetí hlasové výchovy, Nakladatelství AMU, Praha 2005  
Winnicot, D. W., Lidská přirozenost, Psychoanalytické nakladatelství, Praha 1998  
Yalom, I. D., Existenciální psychoterapie, Portál Praha 2006  
Yalom I. D., Chvála psychoterapie, Portál Praha 2004  
Yalom I. D., Leszcz M., Teorie a praxe skupinové terapie, Portál, Praha 2007  
Zeig, J. K., Umění psychoterapie, Portál, Praha 2005

## **Dokumentace**

DVD 1 obsahuje divadelní představení klientů TK Magdaléna z let 2001 – 2009

DVD 2 obsahuje divadelní představení klientů TK Magdaléna z roku 2010, přílohu č. 1 – Operační manuál TK Magdaléna a přílohu č. 2 – text Jaroslava Plichty „Proč jsem na Magdaléně“

Obsah DVD je určen výhradně ke studijním účelům, není možné jej kopírovat či veřejně prezentovat.