

Petra Oswaldová

Feldenkraisova metoda, dech a hlas

Oponentský posudek disertační práce na Katedře autorské tvorby a pedagogiky na DAMU v Praze

Posudek píšu z hlediska své profese rehabilitační lékařky a zároveň člověka, kterému je Feldenkraisova metoda blízká, v oblasti hlasové výuky a uměleckého prostředí se cítím jako host.

Z výuky Petra Oswaldové jsem měla vždy pocit velmi kvalitní, se zájmem odváděné práce, která na povrchu vypadá lehce, je soustředěná na zisk cvičících a není na ní vidět příliš velké úsilí, vlastně v duchu Feldenkraise. Teprve, když jsem si přečetla její práci, uvědomila jsem si šíři a hloubku Petřina záběru, to, co není vidět, postupný vývoj a tvorbu, na jejímž současném konci je 6 lekcí, které samy o sobě opět působí uceleně, čistě a pochopitelně.

Téma práce je pro mě velmi logické propojení dvou oblastí, které jsou autorce blízké – hlasové výchovy a Feldenkraisovy metody. Celou práci chápu jako výzkum cesty, kudy, jestli a jak je propojení Feldenkraise, dechu a hlasu možné. Myslím, že není jednoduché se skutečně otevřít nejistotě, hledání, tvoření s pacienty a žáky „za chodu“, možná kouzlem nechtěného vidím i v tomto paralelu s myšlenkami Feldenkraisovy metody a pravděpodobně i s psychosomatickými prvky ve výuce na KATaP.

Členění práce je logické, formulace jsou jasné, text je zcela vyčištěný, bez překlepů.

V kapitole I. „Iniciace procesu“ je popsáno, jak během intenzivní, různorodé práce docházelo ke sbližování a propojování 2 základních metodik - Feldenkraisovy metody a hlasové výuky a možná i celkových přístupů - výchovy, učení a terapie.

V kapitole II. jsou porovnány obě metodiky z hledisek, kterými se zabývají obě dvě a které jsou zároveň významné pro základní téma práce, je to dech, představa, tělové citění, obraz „já“, pedagog, hodnocení a kvalita života jako zrcadlo procesu učení. Faktické údaje dokreslují úryvky z reflexí pacientů a klientů. I zde je jasně vidět, jak se částečně odlišné základy obou přístupů doplňují a jsou schopny se prolínat a obohacovat.

V kapitole III. jsou popsány zkušenosti ze skupinového učení na KATaP na DAMU a na oborech fyzioterapie v Praze a Ostravě. K této kapitole jsou vázány i nekrácené reflexe studentů, které jsou uvedeny v dodatcích práce. Tyto reflexe jsou moc zajímavé, pestré, jistě byly inspirací v tvůrčím procesu. Asi právě z důvodu, že umělecké prostředí neznám, mi výuka s propojením prvků z Feldenkraise a hlasové výchovy přijde v tomto prostředí zcela logická, samozřejmá, moc se mi líbí koncept jejího usazení na počátku dne, jako otevírání. A na druhé straně, právě z důvodu, že zdravotnické prostředí znám, si umím představit atmosféru a někdy i obtíže při výuce a přijímání této metodiky ve zdravotnickém studijním prostředí. Jsem naprosto přesvědčená, že výuka Feldenkraisovy metody do těchto škol patří, o vhodnosti spojení Feldenkraise a hlasové výuky na těchto školách ještě více v závěru

posudku. Jako hlavní odlišnosti od jiných částí výuky vnímám zažití pocitu klidu, bezpečí, chvíle bez nároků, bez hodnocení, proto i možnost plně se věnovat svému prožitku, ale i tématu, možnost „zkoušení si“, tím vším i uvolnění tvůrčího potenciálu. Prožití tohoto u sebe může vést k obdobnému přístupu k pacientům, a to nejen při vyšetření, ale pak i při terapii, „za pohybu“, a také může usnadnit souběžné vnímání sebe i pacienta během terapie.

Do IV. kapitoly „Kazuistiky“ jsou zařazeny čtyři příběhy pacientů s diagnózou DMO, u kterých autorka při individuální terapii zařazovala také hlasové prvky a dále pět kazuistik pacientů s výjimečnými diagnózami s jasným účinkem terapie. Znáám v práci zmíněné kazuistiky neurologa, profesora Sackse, nejen podle sebe, ale i od svých kolegů, vím, jak právě dobré kazuistiky pomáhají pochopit problematiku a léčbu a vidění věcí v širším kontextu. Umí navodit i spoustu otázek, směřují v dalším vývoji terapie i pacienti. Toto všechno vnímám i tady, včetně možnosti hlouběji pochopit pro mě neznámější hlasové prvky.

V. kapitola „Výzkum“ ukazuje složitost nalezení pro autorku správného přístupu, hledání výchozího bodu, cestou „výzkum výzkumu“ docházení k dalším krokům. Je popsána experimentální a ověřovací fáze, kdy mě velmi oslovuje tvůrčí proces, spolupráce dvou pedagogů, kdy se prolnou témata a vzniká něco nového. Nakonec vznik ucelených 6 lekcí, kdy až jejich studiem se ozřejmuje, že jejich skladba je logická z hlediska biomechaniky pohybové, posturální, dechové a hlasové funkce.

VI. kapitola „Soubor skupinových lekcí“ obsahuje konkrétní znění jednotlivých lekcí s možnostmi určitých variací. Součástí práce je i audio záznam dvou vybraných lekcí. V tomto záznamu autorka pravděpodobně pomalu čte připravený text, díky tomu, že znám její spontánní projev při výuce a krásný živý hlas, mi připadá, že tímto způsobem pořízený audio záznam ochuzuje vyznění lekce a uvědomila jsem si při této příležitosti, jak významný je hlas při skupinových cvičeních.

Zařazení těchto lekcí do studia fyzioterapeutů mi přijde vhodné, jako možnost bych viděla nejdříve kratší teoretickou přípravu studentů, pak pár lekcí klasických Feldenkraisových cvičení a na ně navázat se cvičeními s prvky hlasu. Totéž, a je možné formou volitelného předmětu, by mi přišlo vhodné u lékařů. V podstatě stejně vhodně vnímám tato cvičení i pro pacienty, jako u jiných metodik je vždy nutné se zamyslet, zda metodika alespoň základně pacientovi „sedne“, nepůjde proti jeho založení, zda ji bude schopen využít. Zařazení kombinovaných lekcí s hlasovými prvky může pomoci v různých cílech při rehabilitaci. Kromě v práci popsaných pacientů s DMO například při obtížích v pohybovém systému, při úpravě svalových dysbalancí, dechových stereotypů, stabilizace páteře, posturálních vad a jiných. Ale také z hlediska ovlivnění emocí, uvolnění, přeladění, což u většiny pacientů zejména s chronickými problémy pohybového systému je důležité. U mě samotné se při cvičení s hlasovými prvky /po překonání pocitu podivnosti a zábran/ dostavila změna dechu i hlasu a také radost, pocit hry, veselí, uvolnění.

Celou prací se prolíná respekt k druhým lidem, k jejich individualitě, jejich vnímání v celistvém psychosomatickém kontextu, a snaha najít další možnosti, jak je vést k jejich

přirozenosti, „bytostnosti“, což chápu jako cestu k tělesnému a duševnímu zdraví. V tomto smyslu považuji práci za velmi oslovující a inspirující.

Ze všech těchto důvodů doporučuji disertační práci Petry Oswaldové k obhajobě.

V Praze 7.6.2014

MUDr. Barbora Danielová

Otázky pro autorku při obhajobě práce:

1 a 2:

Jak si zatím autorka představuje konkrétní využívání těchto lekcí jinými lektory nebo terapeuty? Doporučila by jejich využití jednotlivcem z audionahrávek?

Má v dalším plánu využít audio nahrávky způsobem, který je přiložený k práci nebo pro některé účely udělat nové, „živé“ audio záznamy?

3 (doplňková):

Zda, pokud jde o pacienty se somatickými obtížemi, spolupracuje nebo by chtěla spolupracovat s lékaři a jak? Zda myslí, že by jí to u konkrétních pacientů pomáhalo nebo naopak brzdilo, ve smyslu nějakého předem vysloveného omezení.