

SYSTÉM ARTETERAPIE V ZÁPADNEJ EURÓPE A V USA

Hermína MAREKOVÁ

THE ART THERAPY SYSTEM IN WESTERN EUROPE AND THE USA

Abstrakt

V Českej republike ani na Slovensku na rozdiel od USA, v súčasnej dobe nie je presne legislatívne vymedzená pozícia arteterapeuta. Sú nezodpovedané otázky: kto môže mať arteterapeutickú prax, aké má mať kompetencie? Aké má mať vzdelanie? Túto problematiku sa snažia riešiť jednotlivé profesné asociácie. Napriek snahe riešiť hlavne vzdelávanie na vysokoškolskej úrovni, nemôžeme súhlasiť s názorom, aby sa to riešilo formami kurzov po získaní vysokoškolského diplomu.

Kľúčové slová:

Arteterapeut, psychoterapia, sociálna práca, vzdelanie

Abstract

In the Czech Republic, as well as in Slovakia, unlike in the USA, the position of an art therapist is currently not precisely defined by law. There are unanswered questions: who can have art therapy practice, what competencies should they have? What education should they have? Individual professional associations are trying to solve this issue. Despite the effort to solve mainly education at the university level, we cannot agree with the opinion that this should be solved in the form of courses after obtaining a university diploma.

Keywords:

Art therapist, psychotherapy, social work, education

Úvod

Arteterapia je pomerne mladý, ale veľmi sľubne rozvíjajúci psychoterapeutický odbor, rozšírený na celom svete. Počet záujemcov stále rastie tak na Slovensku ako aj v ČR, napriek tomu, že sa to rodí pomerne rýchlo, čo má rôzne príčiny. Jednou z týchto príčin sú nevyjasnené kompetencie napriek tomu, že priekopníčkou v tejto oblasti bola Jaroslava Šicková-Fabric so svojou knihou Základy arteterapie. Táto monografia je komplexná a môže slúžiť ako učebnica.

K čomu slúži arteterapia, čím je dôležitá a či je prínosná?

Arteterapia je profesia na (znovu) získanie duševného zdravia, ktorá obohacuje životy jednotlivcov, rodín a komunit prostredníctvom aktívnej tvorby umenia, tvorivého procesu, aplikovanej psychologickkej teórie a ľudskej skúsenosti v psychoterapeutickom vzťahu. Najmä keď ľudia zápasia, čelia výzve, alebo dokonca zdravotnej kríze – kde ich vlastné slová alebo jazyk zlyhávajú. Počas týchto časov môže arteterapeut pomôcť klientom vyjadriť sa spôsobmi nad rámec slov, alebo jazyka. Arteterapeuti sú vyškolení v umeleckej a psychologickkej teórii a môžu pomôcť klientom integrovať neverbálne podnety a metafory, ktoré sú často vyjadrené prostredníctvom tvorivého procesu. Arteterapeuti v USA majú presne definované možnosti získania certifikátu na činnosť. Musíme si ale uvedomiť, že to sú pomerne drahé služby, preto aj kontrola činnosti je veľmi sledovaná. Arteterapeuti pracujú s jednotlivcami všetkých vekových kategórií, vrátane detí, ktoré majú problémy so správaním, alebo detí s poruchou autistického spektra. Pomáhajú ľuďom a opatrovateľom v zdravotných krízach; obetiam násilia alebo inej traumy – vrátane veteránov vojenskej služby a študentov, ktorí prežili masové streľby; starších dospelých s demenciou; a každého, kto potrebuje pomoc pri zvládaní životných výziev. Arteterapeuti sú uznávaní odborníci na duševné zdravie. Sú vyškolení v širokej škále psychologických teórií a spôsobov, ako používať umelecké médiá a kreatívne procesy, aby pomohli ľuďom vyrovnať sa s problémami duševného zdravia. V USA je táto činnosť veľmi prísne, legislatívne zadefinovaná.

Komunikácia v arteterapii

V rámci arteterapie na komunikáciu sa využíva daná forma arteterapie. Považuje sa to ako forma psychoterapie čo je jednou z príčin prečo ešte nie je ujednotené postavenie arteterapie. Hlavne čo sa týka kompetencií. Na jednej strane sa môže zdať, že tento obor prináleží psychológii, ale na strane druhej sú potrebné určité danosti, ktoré psychológ napriek vzdelaniu nemusí mať. Komunikácia je symbolickým vyjadrením sociálnej interakcie a je to vzájomným spôsobením jedinca a skupiny. Táto interakcia plní rôzne funkcie. Môže mať podobu spolupráce, súťaženía, výmenou rôznych informácií. Môže prinášať rôzne emócie, ktoré ale môžu byť aj konfliktné, podporné. Môže priniesť chaos ale aj usporiadanosť. Arteterapia svojou činnosťou prispieva ku takej komunikácii, ktoré verbálne nevieme vyjadriť. Je to neverbálna forma na vysvetlenie, odľahčenie vyjadrovať nedorozumenie, komunikačné šumy a iné.

Formy arteterapie

Dramatoterapiu v Západnej Európe po prvý krát použila Sue Jenningsová, začala medzi prvými aplikovať kreatívnu drámu. V súčasnosti sa dramatoterapia študuje na univerzitách v Hertfordshire, Devone a na Inštitúte Dramatherapy v Londýne (2020, 2021).

V krajinách bývalého komunistického bloku mala dramatoterapia tradíciu na Slovensku, v Poľsku aj v Maďarsku.

V Českej republike, ani na Slovensku v súčasnej dobe nie je presne legislatívne vymedzená pozícia arteterapeuta. Sú nezodpovedané otázky: kto môže mať arteterapeutickú prax, aké má mať kompetencie? Aké má mať vzdelanie? Túto problematiku sa snažia riešiť jednotlivé profesné asociácie. Napriek snahe riešiť hlavne vzdelávanie na vysokoškolskej úrovni, nemôžeme súhlasiť s názorom, aby sa to riešilo formami kurzov po získaní vysokoškolského diplomu. Na Slovensku začínala dramaterapeutka Majzlanová (1999). Dramatoterapia u nás si našla svoju základňu v liečebnej pedagogike pri FiFUK v Bratislave. Prevažne pracovali a opierali sa o učenie Junga (2012). Inštitucionálne sa takéto programy nachádzajú pri protidrogových centrách, v zariadeniach pre seniorov. Dramatoterapia sa okrajovo vyučuje na odboroch špeciálnej pedagogiky, ale už aj sociálnej práce. Slovenskou autoritou je banskobystrické Divadlo z Pasáže, ktoré bolo transformované z ústavu sociálnej starostlivosti. Organizujú pravidelne festival Arteterapie. Takéto divadlo je aj v Bratislave – Divadlo bez domova, kde pracujú herci bez domova.

Podľa aktuálneho nastavenia v ČR profesiou dramaterapeuta môže vykonávať osoba, ktorá má dramototerapeutické vzdelanie vrátane skupinovej sebaskúsenosti, teoretickú a praktickú časťou, podobne ako psychoterapeuti, a to v minimálnom rozsahu teoretických 500 hodín a 0 hodín praxe. K tomu má mať vysokoškolské vzdelanie v odboroch zdravotníckych, spoločensko–vedných či umeleckých minimálne na úrovni Bc.

Dramatoterapeutické vzdelanie v ČR sa skladá z kurikula:

550 hodín dramatoterapeutický výcvik sebaskúsenostný alebo 360 hodín sebaskúsenostný výcvik +140 hodín akýkoľvek sebaskúsenostný výcvik, ktorý sa dá rozložiť na dva bloky 70 h + 70 h, ale tie bloky sa majú týkať oblasti kreatívnych terapií. Aktuálne sa dá tento výcvik absolvovať s metódou Developmental Transformations pod záštitou AC a DvT Inštitut v Havene (Valenta a kol., 2021) Pre zaujímavosť uvedieme pasáž Etického kódexu dramatoterapeuta v ČR:

Profesná zodpovednosť dramatoterapeuta;

- ⇒ Spôsobilosť k výkonu dramaterapie;
- ⇒ Ochrana dát, informovaný súhlas;
- ⇒ Profesionálne vzťahy;
- ⇒ Princíp výuky;
- ⇒ Princíp fyzického kontaktu;
- ⇒ Etika výskumu;
- ⇒ Finančné vyrovnanie;
- ⇒ Súkromná prax .

Systém arteterapie, muzikoterapie v USA

Najviac informácií a najviac rozpracovaný systém pochádza od Americkej arteterapeutickej organizácie (AATA – American Art Therapy Association). Podľa ich pomenovania ide o psychoedukatívnu činnosť, ktorá prevažne fókusuje na terapiu s prostriedkami umenia. Podľa AATA arteterapia je profesia na získanie duševného zdravia, ktorá obohacuje životy jednotlivcov, rodín a komún prostredníctvom aktívnej tvorby umenia, tvorivého procesu, aplikovanej psychologickkej teórie a ľudskej skúsenosti v psychoterapeutickom vzťahu. Najmä keď ľudia zápasia, čelia výzve alebo dokonca zdravotnej kríze – ich vlastné slová alebo jazyk zlyhávajú. Počas týchto časov môže arteterapeut pomôcť klientom vyjadriť sa spôsobmi nad rámec slov alebo jazyka. Arteterapeuti sú vyškolení v umeleckej a psychologickkej teórii a môžu pomôcť klientom integrovať neverbálne podnety a metafory, ktoré sú často vyjadrené prostredníctvom tvorivého procesu. Arteterapeuti v USA majú presne definované možnosti získania certifikátu na činnosť. Musíme si ale uvedomiť, že to sú pomerne drahé služby, preto aj kontrola činnosti je veľmi sledovaná. Arteterapeuti pracujú s jednotlivcami všetkých vekových kategórií, vrátane detí, ktoré majú problémy so správaním, alebo detí s poruchou autistického spektra. Pomáhajú ľuďom a opatrovateľom v zdravotných krízach; obetiam násillia alebo inej traumy –vrátane veteránov vojenskej služby a študentov, ktorí prežili masové strel'by; starších dospelých s demenciou; a každého, kto potrebuje pomoc pri zvládaní životných výziev. Arteterapeuti sú uznávaní odborníci na duševné zdravie. Sú vyškolení v širokej škále psychologických teórií a spôsobov, ako používať umelecké médiá a kreatívne procesy, aby pomohli ľuďom vyrovnať sa s problémami duševného zdravia. V USA je táto činnosť veľmi prísne, legislatívne zadefinovaná. Arteterapeuti v USA majú magisterské alebo aj vyššie tituly. Na vyhľadávanie terapeuta s povereniami ATR (registrovaný arteterapeut) alebo ATR-BC (registrovaný certifikovaný arteterapeut) slúži register terapeutov, kde okrem kontaktov si klient nájde aj popis jeho činnosti, dosiahnuté vzdelanie, prax, ale aj recenzie a aj neúspechy

terapeuta. Arteterapeuti slúžia rôznym komunitám v rôznych prostrediach – od zdravotníckych zariadení, ako sú nemocnice, centrá na liečbu rakoviny a psychiatrické zariadenia, až po wellness centrá a školy. Mnoho arteterapeutov má nezávislé postupy. Pomáhajú tiež podporovať jednotlivcov a komunity po kríze alebo traumatickej udalosti.

Kedy je arteterapia účinná?

Arteterapia je obzvlášť efektívna v čase krízy, zmien okolností, traumy a smútku. Podľa výskumu arteterapia pomáha ľuďom cítiť sa viac pod kontrolou svojho vlastného života a pomáha zmierniť úzkosť a depresiu, a to aj u pacientov s rakovinou, pacientov s tuberkulózou v izolácii a vojenských veteránov s PTSD. Okrem toho arteterapia pomáha pri zvládaní bolesti tým, že sa duševné zameranie odkláňa od bolestivého podnetu. Čo sa týka umeleckej zručnosti nemusíte byť umelcom alebo dokonca "umeleckým", aby ste mohli robiť umenie. Každý je kreatívny – a všetci si pamätáme, že sme ako deti robili umenie. Na arteterapeutických sedeniach vás môže váš arteterapeut povzbudiť, aby ste vyskúšali rôzne umelecké médiá, ako sú farebné ceruzky, farby, hlina a koláž. Niekedy sú vám zámerne predstavené netradičné umelecké materiály (napr. konáre a listy stromov), aby sa rozšírilo vaše tvorivé vyjadrenie. Môžete tiež preskúmať rôzne štýly vyjadrovania pomocou čmárania, abstraktných vzorov a obrysovej kresby. Arteterapeuti sú vyškolení, aby uľahčili druh umeleckej tvorby pre vaše špecifické potreby. American Art Therapy Association je nezisková, profesionálna a vzdelávacia organizácia, ktorá sa venuje rastu a rozvoju arteterapeutickej profesie; bola založená v roku 1969. Americká asociácia arteterapie je jednou z popredných svetových organizácií pre členov, arteterapeutov.

Užšia definícia AATA v USA:

„Arteterapia je integračná profesia v oblasti duševného zdravia a ľudských služieb, ktorá obohacuje život jednotlivcov, rodín a komunit prostredníctvom aktívnej umeleckej tvorby, kreatívneho procesu, aplikovanej psychologickéj teórie a ľudskej skúsenosti v rámci psychoterapeutického vzťahu“. Arteterapia, ktorú vedie profesionálny arteterapeut, účinne podporuje osobné a vzťahové ciele liečby, ako aj záujmy komunity. Arteterapia sa používa na zlepšenie kognitívnych a senzoricko-motorických funkcií, podporujú sebaúctu a sebauvedomenie, kultivujú emocionálnu odolnosť podporovať vzhlád, zlepšovať sociálne zručnosti, znižovať a riešiť konflikty a utrpenie a napredovať spoločenské a ekologické zmeny.

Širšia definícia arteterapie:

Arteterapeuti sú klinickí lekári na magisterskej úrovni, ktorí pracujú s ľuďmi všetkých vekových kategórií, spektrum praxe. Riadia sa etickými normami a rozsahom praxe, ich vzdelávaním a školením pod dohľadom sa pripravujú na kultúrne zdatnú prácu s rôznymi skupinami obyvateľstva v rôznych nastaveniach. Arteterapeuti, ktorí rešpektujú hodnoty a presvedčenie jednotlivcov, pracujú s ľuďmi, ktorí čelia zdravotným a duševným zdravotným problémom, ako aj jednotlivcom, ktorí hľadajú emocionálny, tvorivý a duchovný rast. Nepresné používanie "arteterapie" sa často vyskytuje v dôsledku nedostatku vedomostí o tejto profesii. Takéto prípady poskytujú príležitosť ponúknuť presné informácie a vzdelávať verejnosť. S ohľadom na túto skutočnosť AATA podporuje dosah na jednotlivcov a/alebo spoločnosti, u ktorých sa môže zistiť, že nepresne kategorizujú aktivity (napríklad školenia, ktoré ponúkajú nearteterapeuti) alebo produkty (napríklad omaľovánky pre dospelých) ako "arteterapia". Prostredníctvom integračných metód arteterapia zapája myseľ, telo a ducha spôsobmi, ktoré sú odlišné od samotnej verbálnej artikulácie. Kinestetické, zmyslové, vnemové a symbolické príležitosti požívajú alternatívne spôsoby vnímavej a expresívnej komunikácie, ktoré môžu obísť obmedzenia jazyka. Vizualne a symbolické vyjadrenie dáva hlas skúsenosti a posilňuje individuálnu, komunitnú a spoločenskú transformáciu.

Arteterapeuti v USA sú klinickí lekári s magisterským alebo vyšším stupňom vzdelania vyškolení v umení a terapii, ktorí slúžia rôznym komunitám v rôznych prostrediach – od zdravotníckych zariadení a wellness centier až po školy a nezávislé postupy. Vzdelávanie a školenie pod dohľadom ich pripravuje na kultúrne zdatnú prácu s rôznymi populáciami v rôznych prostrediach, ktoré sa riadia etickými normami a rozsahom praxe. Sú to uznávaní odborníci v oblasti starostlivosti o duševné zdravie, ktorí sa dôsledne starajú o komunity, ktoré podporujú, a pomáhajú rozvíjať duševnú, emocionálnu a fyzickú pohodu ľudí.

Záver

Podľa niektorých vedcov problémy spoločnosti naštartovali „walkmeny“, lebo dovtedy ľudia počúvali hudbu a iné spoločne a verejne. Používaním slúchadiel sa oddelili od druhých nielen zvukovo ale hlavne zážitkovo. Ťažko popisovať svoje pocity z hudby, ak sme to počúvali my separátne od druhých. Žijeme v dobe, kedy ľudia sa sústreďujú viac na pozeranie televízie, voľný čas trávia v nákupných centrách a stále pociťujú, že niečo chýba v ich živote. Pritom najviac by potrebovali rozvíjať svoje medzil'udské vzťahy, vzťah s prírodou atď. Sociálna sféra je priestor, kde sociálny pracovník počas výkonu práce sa stretáva s osobami, ktoré majú problémy. Pre nich je základnou potrebou aby si našli novú motiváciu, duševnú silu, k tomu

aby si vedeli svoj život si nasmerovať tak, aby mohli spracovávať tieto udalosti, ktoré spôsobili skrat v ich živote.

V tom všetkom vie pomôcť arteterapia, ktorá si nájde uplatnenie kdekoľvek v sociálnej sfére. Dokonca by uľahčila aj skupinovú sociálnu prácu v rôznych oblastiach sociálnej práce.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

American Art Therapy Association - American Music Therapy Association (AMTA) *Definition and quotes about music therapy*. Dostupne: <https://www.musictherapy.or/about/qoutes>

JUNG, C. G. *Erinnerungen traume, Danken. Rascher*. Zurich. 1962. Portál. 2015, Praha. Vzpomínky, sny, myšlenky. 2006

VALENTA a kol. 2020. *Arteterapeutické postupy*. In: Dítě se speciálními výchovnými problémy v běžné škole. Olomouc. UP. 2001.

KONTAKT

Doc. PhDr. Hermína Mareková, PhD.

Fakulta sociálních studií – Katedra sociální práce Vysoké školy Danubius
hermina.marekova@gmail.com