

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav speciálněpedagogických studií

Bakalářská práce

Dominika Bartošová

Využití tance v umění a terapii u lidí s mentálním postižením

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci psala samostatně pod vedením Mgr. Martina Dominika Polínka, Ph.D. a k práci jsem použila jen uvedené literatury a zdrojů.

V Olomouci dne 21.6.2018

.....
Dominika Bartošová

Poděkování

Touto cestou bych chtěla poděkovat vedoucímu práce Mgr. Martinu Dominiku Polínkovi Ph.D. za pomoc při výběru tématu a odborné vedení. Děkuji také organizaci Danza Mobile za inspiraci a zkušenost, kterou mi poskytla během času, jenž jsem v ní mohla strávit, a dále Antoniovi Quiles Villanueva za poskytnutí rozhovoru a cenných informací.

OBSAH

ÚVOD.....	6
I TEORETICKÁ ČÁST	7
1 MENTÁLNÍ POSTIŽENÍ	8
1.1 VYMEZENÍ POJMU MENTÁLNÍ POSTIŽENÍ	8
1.2 KLASIFIKACE MENTÁLNÍ RETARDACE	9
1.3 ETIOLOGIE MENTÁLNÍHO POSTIŽENÍ.....	12
1.4 OSOBNOST ČLOVĚKA S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM	13
2 TANEČNĚ-POHYBOVÁ TERAPIE	16
2.1 DEFINICE A VYMEZENÍ TANEČNĚ-POHYBOVÉ TERAPIE	16
2.2 TERAPEUTICKÝ TANEC A TANEČNĚ-POHYBOVÁ TERAPIE	18
2.3 CÍLE TANEČNĚ-POHYBOVÉ TERAPIE	20
2.4 VYBRANÉ TECHNIKY A FORMY TANEČNĚ-POHYBOVÉ TERAPIE	21
2.4.1 Bazální tanec	21
2.4.2 Primitivní exprese.....	22
2.4.3 Taneční improvizace	22
2.4.4 Autentický pohyb	23
2.4.5 Body-ego technika.....	23
2.4.6 Labanova analýza pohybu	24
3 DISCIPLÍNY NA ROZHRANÍ TERAPIE A UMĚNÍ.....	26
3.1 PSYCHOBALLET	26
3.2 TEATROTERAPIE	27
4 VYBRANÉ TANEČNÍ FORMY.....	30
4.1 BALLET	30
4.2 MODERNÍ TANEC.....	31
II PRAKTICKÁ ČÁST	31
5 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	33
5.1 CÍL VÝZKUMU	33
5.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	33
5.3 DESIGN VÝZKUMU	33
5.3.1 Fáze výzkumu.....	34
5.4 VÝZKUMNÝ SOUBOR	35
5.4.1 Protý boty	35

5.4.2 Balet GLOBA o.s	36
5.4.3 Bílá holubice.....	36
5.4.5 DanceAbility Finland	37
5.4.6 Magpie Dance.....	37
5.4.7 Danza Mobile	38
5.5 METODA SBĚRU DAT.....	40
5.5.1 Sběr dat z internetové dokumentace.....	40
5.5.2 Interview.....	40
5.6 METODA ANALÝZY DAT	41
5.6.1 Obsahová analýza.....	41
6 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT	43
6.1 ZODPOVĚZENÍ VÝZKUMNÝCH OTÁZEK.....	49
7 DISKUZE	53
7.1. ZHODNOCENÍ PRÁCE	53
7.2. LIMITY STUDIE	54
7.3 DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	54
ZÁVĚR	55
POUŽITÁ LITERATURA A ZDROJE	56
SEZNAM TABULEK.....	60
SEZNAM PŘÍLOH	61
PŘÍLOHA Č.1- TRANSKRIPT ROZHOVORU	62

ÚVOD

Každý den jsme obklopováni nějakou formou umění, jež člověka stimuluje, uklidňuje a probouzí v něm kreativního ducha.

Bakalářská práce se věnuje různým podobám tance, který je využíván v umělecké tvorbě a terapii u lidí s mentálním postižením. Inspirací pro téma práce je autorčino zaujetí a vlastní zkušenost s uměleckou tvorbou lidí s mentálním postižením, kterou mohla získat v organizaci *Danza Mobile* během studijního pobytu ve španělské Seville. Tanec lidí s mentálním postižením tvoří specifickou disciplínu, v níž je kromě samotné estetické hodnoty možno naleznout také množství terapeutických účinků, které tato umělecká disciplína lidem s mentálním postižením přináší.

Tato bakalářská práce je tvořena ze dvou částí, z teoretické a praktické, které jsou dále rozděleny do sedmi kapitol. V teoretické části práce bude čtenář seznámen s termínem mentální postižení, specifiky mentální retardace a osobnosti člověka s touto diagnózou. Dále se budeme věnovat tanečně-pohybové terapii, jejíž formy či prvky jsou využívány v tanečních setkáních některých vybraných seskupení a organizací. Popíšeme také rozdíly mezi terapeutickým tancem a tanečně-pohybovou terapií a následně cíle a formy této expresivně-terapeutické disciplíny. V další kapitole práce uvedeme disciplíny, které jsou na rozhraní terapie a umění, a jsou často spojovány s jedinci s mentálním postižením. V poslední kapitole teoretické části bude čtenář krátce obeznámen se dvěma vybranými tanečními formami – baletem a moderním tancem.

Praktická část práce bude věnována výzkumnému šetření, v němž se zaměříme na zmapování a následnou analýzu nabídky šesti vybraných tanečních seskupení a organizací, které se zabývají tancem s mentálním postižením a jejichž služby jsou poskytovány veřejnosti.

Tanec nás spojuje, a proto se tato bakalářská práce bude snažit přiblížit čtenáři a světu taneční fenomén, kterým je tanec lidí s mentálním postižením. Dále také seznámíme čtenáře s možnostmi, které jsou nabízeny a jsou dostupné pro každého, bez ohledu na postižení. Jde o tanec, jenž spojuje dva světy, kterým je svět postižení a svět bez postižení. Dvě dimenze, které mohou fungovat nezávisle na sobě a zároveň společně.

I TEORETICKÁ ČÁST

Teoretická část je členěna do čtyř kapitol. První kapitola se věnuje mentálnímu postižení, jeho vymezení, etiologii, klasifikaci mentální retardace a specifikům osobnosti člověka s mentálním postižením. V druhé kapitole popíšeme expresivně-terapeutickou disciplínu, kterou je tanečně-pohybová terapie, jejíž prvky a formy jsou využívány organizacemi a seskupeními, které jsou dále popsány v praktické části bakalářské práce. Popíšeme také rozdíly mezi terapeutickým tancem a tanečně-pohybovou terapií a následně cíle a formy této expresivně-terapeutické disciplíny. Dále se budeme věnovat disciplínám, které jsou na rozhraní terapie a umění, a jsou často spojovány s jedinci s mentálním postižením – konkrétně metodě psychobaletu a parativadelnímu systému, kterým je teatroterapie a jejich využití v oblasti mentálního postižení. Na závěr se krátce zmíníme o dvou tanečních formách, jimiž jsou balet a moderní tanec, které jsou hlavními prameny jiných tanečních forem a odvětví v naší kultuře a úzce souvisí s kreativní činností organizací a seskupení, které jsou výzkumným objektem praktické části této práce.

1 MENTÁLNÍ POSTIŽENÍ

První kapitola se zabývá pojmem mentální postižení, které je hlavním pojítkem osob, jenž jsou předmětem této práce. Vysvětlíme a vymezíme si termín mentální retardace, uvedeme hlavní kategorizace, možnosti vzniku mentální retardace a dále specifika osobnosti člověka s mentálním postižením, která jsou velice významnou a neopomenutelnou složkou pro bližší poznání a možnou spolupráci s těmito jedinci.

1.1 Vymezení pojmu mentální postižení

Pojem mentální postižení již vymezilo mnoho autorů, kteří se jím zabývají a nahlíží na něj z různých úhlů pohledu. Například Valenta (2015, s. 146) jej vymezuje takto:

„Mentální postižení je chápáno jako zastřešující pojem, zahrnující kromě retardace mentální i takové hraniční pásmo kognitivně-sociální disability, které znevýhodňuje klienta především při vzdělávání na běžném typu škol.“

Mimo pojem mentální postižení se v literatuře vyskytuje také pojem mentální retardace, který někteří autoři považují za synonymum, avšak mentální postižení je termín, pod nějž patří snížení inteligence pod IQ 85 s rozličnou etiologií (Valenta, Müller, 2013).

Termín mentální retardace je odvozen z latinského *mentis* (=mysl, rozum) a *retardatio* (=zdržet, zaostávat, opožděvat). Význam termínu mentální retardace uvádí Dolejší (1973, s. 38): *„Mentální retardace je vývojová porucha integrace psychických funkcí různé hierarchie s variabilní ohraničeností a celkovou subnormální inteligencí, závislá na některých z těchto činitelů: na nedostatečných genetických vloh; na porušeném stavu anatomickofyziologické struktury a funkce mozku a jeho zrání; na nedostatečném nasycování základních psychických potřeb dítěte vlivem deprivace senzorické, emoční a kulturní; na deficitním učení; na zvláštnostech vývoje motivace, zejména negativních zkušenostech jedince po opakovaných stavech frustrace i stresu; na typologických zvláštnostech vývoje osobnosti.“*

Valenta definuje mentální retardaci jako *„vývojovou duševní poruchu se sníženou inteligencí demonstrující především snížení kognitivních, řečových, pohybových a sociálních schopností s prenatalní, perinatální a postnatální etiologií.“* (Valenta, Müller, 2013)

Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10) definuje mentální retardaci jako stav neúplného či zastaveného rozvoje, který je charakterizován zvláště narušením dovedností, které se projevují během vývojového období a postihují všechny složky inteligence, kterými jsou poznávací, řečové, motorické a sociální schopnosti. Retardace se vyskytuje samostatně nebo současně s dalšími somatickými a duševními poruchami (Valenta, Müller, 2013).

Jedinec s mentální retardací může trpět dalšími duševními poruchami, jejichž výskyt je třikrát až čtyřikrát vyšší než u intaktní populace. Sociální přizpůsobení je vždy narušeno, avšak v chráněném sociálním prostředí s možnou podporou nemusí být toto postižení znatelné u lidí s lehkou mentální retardací (Valenta, Müller, 2007).

Mentální postižení poměrně značně ovlivňuje schopnosti jedince v kognitivních, řečových, motorických a sociálních dovednostech. Dále jedince může znevýhodňovat při jeho vzdělávání a sociálním začlenění. Nicméně je potřeba také vyzdvihnout fakt, že jedince s mentální retardací významně ovlivňuje naplnění jeho základních psychických potřeb, správný způsob učení, rozvoj motivace, potřeba sounáležitosti a osobního rozvoje. Všechny tyto aspekty ovlivňují jeho kvalitu života a plnohodnotné zapojení do společenského dění.

1.2 Klasifikace mentální retardace

Mentální retardace se vyskytuje u jedinců ve více podobách a stupních. Předmětem této práce jsou zejména jedinci s lehkým a středním stupněm mentálního postižení, avšak pro upřesnění zde uvádíme všechny možné stupně, které uvádí vybraná literatura. Člověka také značně ovlivňuje fakt, zda se u něj postižení vyskytlo hned po narození, nebo jej získal v průběhu života. Všechny faktory potom ovlivňují další vývoj jedince a mnohdy může být stěžejní, zda získal určité spektrum dovedností před vznikem mentální retardace nebo se s retardací již narodil.

Pipeková (2010) rozděluje mentální postižení na vrozené a získané. O získaném mentálním postižení mluvíme v případě demencí různého původu, zejména se jedná o poškození mozku známé jako stařecká demence či demence vzniklá sociálním postižením. Vrozená mentální retardace je spojená s poškozením, narušením struktury či nervového systému v prenatálním období.

Světová zdravotnická organizace (dále WHO) ve své Mezinárodní klasifikaci nemocí ve své 10. revizi (dále MKN-10) rozděluje mentální retardaci do čtyř stupňů.

Stupně mentální retardace podle MKN-10:

F70 (IQ 50-69) Lehká mentální retardace;

F71 (IQ 35-49) Středně těžká mentální retardace;

F72 (IQ 20-35) Těžká mentální retardace;

F73 (IQ pod 20) Hluboká mentální retardace (Valenta a kol, 2012).

Pipeková (2010) uvádí stejné dělení, ve kterém doplňuje ještě tyto dva další stupně:

F78 Jiná mentální retardace (nesnadné určení mentální retardace, přidružené další postižení)

F79 Nespecifikovaná mentální retardace (mentální retardace prokázaná, není však možné ji zařadit do uvedených stupňů)

Každý stupeň mentální retardace se vyznačuje svými vybranými vlastnostmi a omezeními, které jedince ovlivňují a odlišují od intaktní populace či jedinců s jiným typem postižení. Pochopíme-li tyto vlastnosti a specifika, získáme větší pochopení pro člověka s mentálním postižením a můžeme lépe pracovat na jejich rozvoji a případném kreativním tvoření. Dále si tedy popíšeme zvláštnosti každého stupně mentální retardace. I když se v praktické části této práce nezabýváme jedinci s těžkým a hlubokým stupněm mentální retardace, uvedeme také jejich vlastnosti, kterými se odlišují od jiných stupňů, a které nám mohou pomoci pochopit rozdíly mezi jednotlivými stupni.

F70 Lehká mentální retardace

U lidí s lehkou mentální retardací snížená úroveň rozumových schopností ovlivňuje další psychické funkce. Po fyzické stránce se jedinec s lehkou mentální retardací nemusí lišit od jedince intaktního a viditelné somatické vady jsou velice ojedinělé (Švingalová, 2003).

Myšlení člověka s mentální retardací je narušené kvalitativně i kvantitativně. Kritické a logické myšlení, abstraktní pojmy a celková abstrakce jsou omezeny. Myšlení je také silně ovlivněno emocemi. Paměť je převážně mechanická a může být téměř neporušená. Člověk s lehkým mentálním postižením má nejčastěji problém s koncentrací pozornosti, uchováváním a vybavováním si informací, které jsou zpomalené, ale přesné (Švingalová, 2003).

Narušení percepce se projevuje ve zhoršené schopnosti sluchové a zrakové diferenciaci, analýze a syntéze. Pozornost je nestálá. Velký rozdíl lze pozorovat mezi aktivní a pasivní slovní zásobou. Řeč je vyvinuta později a je narušena po formální i obsahové stránce. Člověk s lehkým mentálním postižením používá mluvní stereotypy, často se u něj vyskytuje dyslalie a agramatismy. Vývoj hrubé i jemné motoriky je opožděn a největší problém činí osvojování pohybových dovedností a motorická neobratnost. Děti mohou mít sníženou schopnost sebekontroly, mohou být sugestibilní a některé infantilní znaky mohou přetrvávat až do dospělosti (Vágnerová, 2008).

Výskyt jedinců s lehkou mentální retardací je asi 80 % z celkového počtu. Ve většině případů jsou schopni samostatné sebeobsluhy a vykonávají jednoduchá, většinou manuální zaměstnání, kde se mohou plně adaptovat (Švarcová, 2011).

F71 Středně těžká mentální retardace

Jedinci se středně těžkým mentálním postižením mají úroveň rozumových schopností celkově sníženou. Myšlení je nepřesné, jednoduché, infantilní a stereotypní. Často lpí na nepodstatných, ale nápadných detailech. Schopnost učení je značně snížena a nácvik dovedností trvá poměrně dlouhou dobu. Rozvoj a vývoj řeči jsou značně zpomaleny a omezeny. Artikulace je často neobratná, přetrvává dyslalie a slovní neobratnost. Kognitivní procesy jsou výrazně omezeny. Vývoj hrubé a jemné motoriky je zpomalen, přetrvává neobratnost a nekoordinovanost pohybů, schopnost sebeobsluhy je tedy značně redukována. U jedinců se středně těžkou mentální retardací se často objevuje epilepsie, neurotická onemocnění a jiné psychiatrické onemocnění (Švarcová, 2003).

Jejich výskyt v populaci jedinců s mentálním postižením je kolem 12 %. Jedinci se středně těžkou mentální retardací jsou schopni v dospělosti vykonávat jednoduchou manuální práci pod odborným dohledem a v chráněném prostředí (Švarcová, 2011).

F72 Těžká mentální retardace

Řeč je omezena na malé množství výrazů, které jsou používány stereotypně a kvůli špatné artikulaci jsou výrazy často nesrozumitelné. U některých jedinců jde pouze o nesrozumitelné zvuky. Psychomotorický vývoj je značně omezen a projevuje se zejména obtížným a dlouhodobým osvojováním koordinace pohybů, neobratností a příznaky celkového postižení CNS. Dlouhodobým cvičením si člověk může osvojit základní

hygienické návyky či prvky sebeobsluhy, ale je potřebná celoživotní péče druhou osobou (Pipeková, 2010).

Mentální postižení je často kombinované s další vadou. Psychické procesy jsou markantně omezeny, chybí schopnost koncentrace pozornosti. Jedinci mají často nestálou náladu a jsou impulzivní. V populaci lidí s mentálním postižením tvoří asi 7 % (Švarcová, 2011).

F73 Hluboká mentální retardace

U lidí s hlubokou mentální retardací jsou běžné neurotické a další tělesné nedostatky, které ovlivňují hybnost. Častá je také epilepsie a postižení zraku či sluchu. U mobilních jedinců je častý výskyt těžkých forem pervazivních vývojových poruch, zejména autismu. Schopnost porozumění je snížena. Člověk s hlubokou mentální retardací není schopen pečovat o své základní potřeby a není schopen sebeobsluhy. Je nutné na jedince neustále dohlížet a pomáhat mu při běžných činnostech. Řečové schopnosti nejsou rozvinuty a jedinec vydává a komunikuje pouze neartikulovanými zvuky. Motorika je narušena, převládají stereotypní a automatické pohyby. U některých jedinců není výjimkou sebepoškozování (Pipeková, 2010).

Jedinci s hlubokou mentální retardací se ve většině případů nedožívají vysokého věku, a jako skupina tvoří asi 1 % z celkového počtu (Švarcová, 2011).

Někteří autoři uvádí také dělení mentální retardace podle typu či druhu chování jedince. Toto dělení pro nás může být významné pro pochopení chování a projevů jedince a opět nám může usnadnit volbu způsobu práce s daným člověkem. Pipeková (2010) uvádí:

- Typ eretický – dráždivý, nepokojný, nestabilní;
- Typ torpidní – netečný, strnulý, apatický;
- Nevyhraněný-vzruchy a útlumy v rovnováze, popřípadě ani jeden z nich nepřevažuje.

1.3 Etiologie mentálního postižení

Každý člověk je jedinečný, a proto i určení příčiny a symptomatologie je komplikované a ovlivněné celou řadou faktorů, které jsou zodpovědné za vznik mentální retardace. Důležitý je individuální přístup a pohled na člověka s mentálním postižením, neboť není jedince s naprosto stejnou symptomatologií. Vzhledem k této jedinečnosti je nutné přihlížet na

rozličnost poměrně komplikovaného utváření jednotné, adekvátní příčiny vzniku mentální retardace. Významným faktorem je také doba vzniku postižení. Všechny okolnosti potom ovlivňují další vývoj jedince.

Valenta a kol. (2012) člení příčiny mentálního postižení podle toho, zda je:

- a) vrozené
- b) získané

a podle faktorů na:

- a) endogenní (vnitřní)
- b) exogenní (vnější)

Pipeková (2010) uvádí období možného vzniku mentální retardace:

- Prenatální (před narozením dítěte, např. infekční onemocnění matky)
- Perinatální (během porodu a bezprostředně po něm, např. hypoxie)
- Postnatální (po porodu, do 2 let dítěte, např. infekce novorozence, zánět mozku)

U jedinců s vrozeným mentálním postižením můžeme zaznamenat rozdíly ve všech složkách jeho osobnosti. Způsob práce s jedincem, který se narodil bez postižení a mohl si nějakou dobu osvojovat své dovednosti bez vlivů postižení, může být jiný než s jedincem, jenž se již od počátku svého života vyvíjel s postižením. Tyto rozdíly je možné pozorovat ve verbální i neverbální komunikaci jedince, která je tvořena také pohybovou složkou jedince, kterou se tato práce zabývá.

1.4 Osobnost člověka s mentálním postižením

Na každého člověka je potřeba pohlížet jako na lidskou bytost s jedinečnými vlastnostmi a osobnostními rysy. Pokud chceme poznat adekvátní přístup pro komunikaci a případnou práci s jedincem s mentálním postižením, je nutné ke každému přistupovat individuálně a snažit se poznat vlastnosti a potřeby každého zvlášť. Společně nacházet cestu k činnostem, které budou jedince naplňovat, které mu budou vyhovovat a zároveň jej motivovat v dalším rozvoji.

V této podkapitole je popsán výčet některých specifických osobnostních rysů a vlastností, které jsou u jedinců společné v různých složkách osobnosti.

Smyslové vnímání

Proces vnímání lidí s mentálním postižením je pomalejší než u intaktní populace. Počítky a vjemy jsou nediferencované, tím pádem mají jedinci problém s orientací v novém prostředí a situacích, některé stejné předměty vnímají jako rozdílné a naopak. Nejvýraznější je inaktivita vnímání, která se projevuje v neprojevení snahy či potřeby prohlížení detailů předmětů. Akustická percepce je opožděná a může být i zkreslená. Celkově mají jedinci snížený cit pro koordinaci pohybů a prostorové vnímání, nižší hmatovou citlivost. Problémem je také zhoršené vnímání časoprostoru (Pipeková in Vítková, 2004).

Myšlení

Člověk s mentálním postižením má omezenou schopnost zobecnění a abstrakce, jeho myšlení je tedy omezeno na konkrétní situační souvislosti. Poznávací činnost je narušena. Myšlení je mnohdy nesoustavné a nezaměřené se slabou řídicí úlohou (jednání, které nepředvídá důsledek). Absence kritického myšlení, nedostatečné chápání souvislostí a následnosti jevů (Švarcová, 2006).

Paměť

U lidí s mentálním postižením převládá zejména paměť mechanická a nové věci se učí pomalu. Typickým znakem je pomalé tempo osvojování nových dovedností a poznatků a jejich následné uchování spojené s nepřesností vybavování. Mají lepší schopnost zapamatování vnějších znaků předmětů a jevů v jejich náhodných spojeních než v logických souvislostech. Při vzdělávání a výchovných činnostech se musí věnovat pozornost častému opakování a procvičování nabitých schopností a dovedností (Švarcová, 2003, Pipeková in Vítková, 2004).

Volní vlastnosti

Osobnost člověka s mentálním postižením zraje později a nedosahuje takové zralosti jako osobnost člověka intaktního. To se odráží také ve volních vlastnostech, kde v oblasti vůle sledujeme velké odlišnosti. Někteří autoři popisují u jedinců s mentálním postižením nesamostatnost, nedostatek iniciativy a neschopnost ovládat a řídit své jednání či překonávat překážky. Tyto příznaky jsou typické pro hypobulii, případně abulii. Ne vždy a ve všech případech se slabost vůle objevuje a určujícím faktorem je vždy obsah cíle, motivace a vůle jedince. Nedostatečně vyvinuté sebeovládání a celková nezralost osobnosti může vést

k primitivním a bezprostředním reakcím, impulzivitě a následnému afektivnímu jednání, jenž může vyvolat jakýkoliv podnět z vnějšího prostředí (Švarcová, 2011).

Domníváme se, že s vůlí lidí s mentálním postižením lze často pracovat právě využitím motivace a vhodnou náplní jejich volného času. Některé reakce a dovednosti se dají trénovat například nácvikem vhodného chování prostřednictvím využití technik některých expresivně-terapeutických disciplín.

Emoce

Jednou z nejvýznamnějších oblastí osobnosti ovlivňující výrazným způsobem chování a prožívání člověka s mentálním postižením je emocionalita. Emoce mají v životě člověka s mentálním postižením mimořádný význam a patří k nejdůležitějším motivačním činitelům jejich vývoje. Ve své většině jsou lidé s mentálním postižením emočně nevypělí. Emoční nevypělost osobnosti se projevuje v neadekvátních a neúměrných reakcích vůči podnětům. Reakce jedinců bývají často intenzivní a silné a jejich nálada se často mění. Jejich prožitky bývají protikladné, převládají buď naprosto kladné, nebo naopak záporné. Emoce jsou často spíše egocentrického zaměření a velmi obtížně se utváří tzv. vyšší city a morální hodnoty, kterými jsou například svědomí, pocit povinnosti, soucit atd. (Pipeková in Vítková, 2004)

V důsledku emočního strádání je u lidí, kteří vyrůstali v ústavech, dětských domovech či nefunkčních rodinách, narušen emoční vývoj. Emoční deprivace, ke které nezřídka dochází, se podstatně týká dětí s mentálním postižením. Bylo vyzkoumáno, že děti s podprůměrným intelektem jsou ve svém duševním vývoji citlivější na situace podmiňující citovou deprivaci než děti s průměrným a nadprůměrným intelektem. Tyto děti tedy potřebují, aby se mohly vyvíjet v láskyplném, podněcujícím a celkově příznivém prostředí (Švarcová, 2003).

Právě emoce jsou jednou z nejdůležitějších složek, se kterou pracujeme v uměleckých, výchovných a terapeutických činnostech s lidmi s mentálním postižením. Umělecká tvorba, v níž se emoce vždy odráží, může být nástrojem k vyjádření pocitů a případné redukci tenze.

2 TANEČNĚ-POHYBOVÁ TERAPIE

„Bez pohybu bychom byli mrtví.“ Susannah a Ya'acov Darling Khan

Kapitola je věnována tanci, který je využíván nejen jako jeden z uměleckých prostředků, ale také jako terapie. Seznamuje čtenáře s expresivně-terapeutickou disciplínou, kterou je tanečně-pohybová terapie. Právě tato kreativní terapie může být zajímavou podpůrnou terapií u lidí s mentálním postižením. Techniky tanečně-pohybové terapie jsou často využívány v tvorbě některých tanečních seskupení a organizací, jimiž se tato práce dále zabývá. V následující kapitole nahlédneme do historie léčebného využití tance, vymezíme termín tanečně-pohybová terapie. Dále popíšeme možné využití tanečně-pohybové terapie a některé vybrané formy této disciplíny. Definujeme taktéž dvě nejvýznamnější prostředky, kterými jsou tanec a pohyb. A dále disciplínu, kterou je terapeutický tanec, jenž si často lidé pletou právě s tanečně-pohybovou terapií. Půjde tedy o disciplíny, které nevyužívají tanec primárně jako prostředek estetické hodnoty. Je však důležité poznamenat, že pro mnoho lidí může být estetická hodnota tance primárním cílem nebo alespoň důležitým aspektem. Přesto lze u tohoto expresivního vyjádření zaznamenat terapeutické účinky, které jsou díky tanci lidem přinášeny.

2.1 Definice a vymezení tanečně-pohybové terapie

Dříve než si definujeme a vymezíme tanečně-pohybovou terapii, uvedeme a objasníme jeden z nejdůležitějších terapeutických prostředků, kterým je psychoterapie. Právě psychoterapie spojuje veškeré terapeutické přístupy, a i když je původně medicínskou disciplínou, za svou existenci prošla řadou změn a posunů.

Kratochvíl (2012, s. 15) definuje psychoterapii jako *„léčebné působení psychologickými prostředky. Využívání těchto prostředků je záměrné a plánové. K psychologickým prostředkům patří slova, rozhovor, neverbální chování, podněcování emocí, vytvoření terapeutického vztahu, sugesce, učení, vztahy a interakce ve skupině aj.“*

Psychoterapie je považována za interdisciplinární a transdisciplinární obor, který vychází z psychologie a pomáhá člověku k dosahování normality prostřednictvím psychologických prostředků (Vymětal, 2010).

Ve spojení s tanečně-pohybovou terapií se také můžeme setkat s pojmem *exprese*, který je zvláštním typem lidské činnosti, jež souvisí s komunikací, a v níž člověk spontánně a s důrazem na formu projevu vyjadřuje své vnitřní psychické dojmy, stavy, nálady, pocity a s nimi spojené zkušenosti a poznatky (Slavík in Müller 2007).

S expresí je propojené další spojení, kterým je expresivní terapie neboli arteterapie v širším slova smyslu.

„Arteterapie v širším slova smyslu znamená léčbu uměním, včetně hudby, poezie, prózy, divadla, tance a výtvarného umění.“ (Šicková-Fabricsi, 2002, s. 30)

Tanečně-pohybová terapie je tedy považována za expresivně terapeutický postup, který Americká asociace tanečně-pohybové terapie (dále ADTA) definuje jako *„psychoterapeutické užití pohybu v procesu, jehož účelem je dosažení emoční a fyzické integrace jedince.“* (ADTA in Čížková, 2005, s. 33)

Česká asociace tanečně-pohybové terapie TANTER ji definuje jako *„psychoterapeutické použití pohybu jako procesu posilujícího emocionální, kognitivní, sociální a fyzickou integraci jedince. Je formou psychoterapie, ve které je přednostním prostředkem změny pohyb. Tanečně-pohybová terapie je založena na interakci těla a mysli, přičemž tanec a pohyb je komunikačním kanálem.“* (Česká asociace taneční a pohybové terapie TANTER: definice, 2012)

Helen Payne (Payne, 1999, s. 17) definuje tanečně-pohybovou terapii jako *„užití kreativního pohybu a tance v psychoterapii, kdy je vztah mezi pohybem a emocemi využíván jako prostředek k dosažení integrace osobnosti.“*

Objevují se zde tedy dva nástroje – tanec a pohyb. Abychom upřesnily význam těchto dvou důležitých prostředků, uvádíme jejich definice.

Tanec je neverbální prostředek, který má emocionální výraz a vede k radosti z pohybové aktivity (Bertenieff, 1992).

Hannová (Hannová in Čížková, 2005) definuje tanec jako lidské chování, které je tvořeno z rytmických a kulturně zakořeněných sekvencí neverbálních a tělesných pohybů, jež se odlišují od rozdílných motorických aktivit.

Hátlová (2003, s.11) rozumí pohyb jako „širokému pojmu, který je posuzován z mnoha úhlů. Obecně je definován jako způsob existence hmoty. Je základní vlastností vesmíru od jeho vzniku.“

Pohyb neboli lokomoce je přirozená činnost všech živých organismů. Lidé i zvířata svůj pohyb doprovází emocemi a složkou prožívání, která je dána vztahem mezi subjektem a objektem. Pohyb je důležitou součástí lidské osobnosti a poukazuje na jeho aktuální psychosomatický stav – zdraví či nemoc (Hátlová, 2003).

Pohyb i tanec jsou neverbálními projevy jedince, jenž mají komunikační potenciál. Neverbální projevy jsou všechny pohybové aktivity odrážející aktuální prožívání jedince a jeho poznatky o vnějším světě. Neverbální projevy přitom provázejí jedincův verbální projev a dávají slovům další významový potenciál (Zedková, 2012).

Pohyb a tanec mohou být důležitým prostředkem neverbální komunikace, který s sebou nese bohatý komunikační potenciál. Lidé s mentálním postižením mohou prostřednictvím pohybu vyjadřovat emoce a sdělovat informace, které z různých důvodů nejsou schopni sdělovat verbálně. Pohyb je navíc nositelem velkého množství znaků významů a informací, které z mluveného slova nemusíme být schopni získat či rozpoznat. Pohyb a tanec tedy jsou významnou cestou ke komunikaci, k vyjádření našich emocí, přání, obav a zároveň také prostředkem pro diagnostiku poruch, nemocí či potíží.

2.2 Terapeutický tanec a tanečně-pohybová terapie

Terapeutický tanec je formou, se kterou se u nás momentálně můžeme setkat častěji než s tanečně-pohybovou terapií. Terapeutický tanec je často zaměňován se svébytnou terapeutickou disciplínou, již je bezesporu tanečně-pohybová terapie. Leckdy můžeme narazit na chybné používání termínu tanečně-pohybová terapie, který je zaměňován právě s terapeutickým tancem, který jak už jsme naznačili, nemá přesnou definici ani přesná specifika a nevyužívá prostředků psychoterapie. Nicméně nelze pochybovat o tom, že

terapeutický tanec má svá pozitiva a přináší jeho aktérům terapeutické účinky, jenž se v mnohém mohou prolínat s účinky tanečně-pohybové terapie. Terapeutický tanec je jednou z forem, kterou využívají během svých lekcí taneční seskupení a organizace, které pracují s lidmi s mentálním postižením, a které jsou zároveň předmětem praktické části naší bakalářské práce. Definovat terapeutický tanec je poměrně složité, avšak mohli bychom se o toto definování a vymezení pokusit v budoucnu, například v diplomové práci autorky.

Budeme-li se zabývat odlišnostmi těchto dvou termínů, narazíme na několik klíčových rozdílů. Tanečně-pohybová terapie obecně musí splňovat stejná kritéria jako psychoterapie. Jde o záměrné a cílevědomé působení na duševní procesy jedince. Terapeutický tanec může čerpat z kladných účinků tance, ale toto působení není plánováno nebo strukturováno a není cílem. Primárním cílem je pohyb a změny v chování a prožívání mohou být pro člověka přidruženým efektem (Dosedlová, 2012).

Základní rozdíly mezi tanečně-pohybovou terapií a terapeutickým tancem uvádí Bonnie Meekums (2002):

- Tanečně-pohybové terapie se účastní většinou 1-8 účastníků. Lekcí terapeutického tance se účastní daleko vyšší počet účastníků;
- Tanečně-pohybová terapie na rozdíl od terapeutického tance často využívá improvizace;
- Tanečně-pohybová terapie je psychoterapeutická metoda, na rozdíl od terapeutického tance, který se podobá spíše výuce tance;
- Primárním cílem terapeutického tance může být na rozdíl od tanečně-pohybové terapie tvorba choreografie;
- Lekce terapeutického tance může být lektorem předem přesně připravená a strukturovaná, zatímco setkání v tanečně-pohybové terapii je více flexibilní a respektuje náladu klienta či skupiny a jejich terapeutický proces;
- Verbalizace bývá nezbytnou součástí tanečně-pohybové terapie, u terapeutického tance verbalizace není tolik důležitou;
- Tanečně-pohybový terapeut musí na rozdíl od lektora terapeutického tance absolvovat sebezkušenostní výcvik v tanečně-pohybové terapii a pracovat pod supervizí;
- Terapeutický tanec může vyzdvihovat zábavu a relaxaci a nemusí se zabývat nepříjemnými emocemi a skupinovou dynamikou jako tanečně-pohybová terapie.

Terapeutický tanec se tedy svou formou podobá tanečním lekcím, které jsou strukturované, jsou určeny pro vyšší počet účastníků a tvoří se v nich mimo jiné taneční choreografie. Nejde o cílené a strukturované působení na psychické procesy člověka, avšak daný pohyb a tanec může mít své terapeutické účinky na člověka, které předem nepředpokládá či neplánuje.

2.3 Cíle tanečně-pohybové terapie

„Tys proměnil mé truchlení v taneční rej.“ ŽALM 30:11

Tanečně-pohybová terapie má stanovené cíle, ke kterým během svého působení na jedince směřuje. U každé klientely můžeme mluvit o specifických cílech, avšak obecné cíle mohou být uplatňovány u různorodých skupin klientů. Cíle tanečně-pohybové terapie se setkávají s cíli, ke kterým směřují některé organizace a skupiny, pracující formou tanečního umění s lidmi s mentálním postižením. Uvedené cíle expresivně-terapeutické disciplíny by mohly být zároveň inspirací pro seskupení, která pracují s lidmi s mentálním či jiným postižením, i když nejsou přímo zařízeními primárně terapeutickými.

Tanečně-pohybová terapie si stejně jako psychoterapie klade za cíl vyvolat změny a lepší vnímání, orientaci ve vztazích, v porozumění a přijetí vztahu člověka k sobě samému. Dále dává možnost činit volbu a jednat uvnitř otevřené exprese sebe sama (Čížková, 2005).

Je považována za nedirektivní techniku, jejímž cílem je objevování emocí, které někdy nemohou být vyjádřeny verbálně. Dále umožnění jasnějšího vnímání a orientace ve vztazích jedince, a v neposlední řadě porozumění sobě sama. Terapie pracuje zejména na odstranění patologických stereotypů, bloků v chování a na rozšíření pohybového repertoáru jedince. Podporuje psychomotorický vývoj a převádí nevědomé obsahy do vědomí (Dosedlová, 2012, Čížková, 2005).

Cíle tanečně-pohybové terapie podle ADTA:

- Docílit emoční a fyzické integrace jedince;
- Docílit vědomí těla, jeho hranic a vztahu k prostoru;
- Dosáhnout realistického chápání vnitřní představy o těle jedince;
- Přijmout a najít bezpečný způsob zvládání napětí, úzkosti, stresu v těle a jeho potlačované energie;

- Dosáhnout schopnosti identifikace a vyjádření svých pocitů přijatelným a bezpečným způsobem;
- Obohatit pohybovou zásobu;
- Pomoci při řízení a kontrole impulzivního chování (Čížková, 2005).

Tanečně-pohybová terapie má bohaté využití, jehož příčinou je podle nás existence významného komunikačního prostředku, kterým je tělo a jeho pohyb. Tělo je zároveň spojeno s našim nervovým centrem, a tak většina psychických vad, komplikací a potíží se téměř vždy projevuje také na našem těle a jeho pohybu. Můžeme tedy mluvit o těle a jeho pohybu jako o podstatném diagnostickém materiálu.

2.4 Vybrané techniky a formy tanečně-pohybové terapie

Tanečně-pohybová terapie využívá techniky a formy, které v minulosti vytvořily či pojmenovaly osobnosti uměleckého a humanistického odvětví. Tyto formy a techniky mimo terapii využívají také lektoři, učitelé a profesionální tanečníci a umělci ve svých tanečních hodinách a setkáních. Z uvedených forem čerpá množství tanečních škol a skupin a některé z nich se dokonce promítli do jiných uměleckých disciplín, než kterou je tanec. Taneční sесkupení a organizace, které jsou objektem výzkumu praktické části naší bakalářské práce, využívají některých těchto technik během svých tanečních setkání s jedinci s mentálním či jiným postižením, nebo jsou pro ně inspirací při tvoření jejich tanečních choreografií a představení.

2.4.1 Bazální tanec

Techniku bazálního tance představila Marin Chaceová (1896-1970). Chaceová se seznámila s Fredovou psychoanalýzou a Reichovou vegetoterapií, přičemž vytvořila tanečně-terapeutický přístup, kladoucí důraz na sdělování pocitů v kontextu skupinové interakce. Jde o svobodný, volný, bazální tanec (basic dance), který je protikladem tanci založenému na přesně vymezené technice. Tento svobodný tanec umožňuje symbolické vyjádření vnitřních emocí a případných konfliktů, které mnohdy člověk nedokáže verbalizovat. Tyto postupy jsou dodnes využívány tanečními terapeuty například pro:

- úvodní zahřátí (warm-up) a rozcvičení jednotlivých částí těla, které vedou postupně k sjednocení a ucelení pohybu;

- přijetí individuálních potřeb a situace klienta – jeden klient je vybrán jako vedoucí skupiny a ostatním nabízí pohybový materiál, s kterým následně skupina pracuje, zrcadlí jej a synchronizuje;
- exploraci (objevování) prostoru, energie a rytmu skrze pohyb;
- využití socializačního vlivu skupiny;
- taneční improvizace na určité téma (Dosedlová, 2012).

Technika bazálního tance by mohla být významnou formou pro práci s klienty s mentálním postižením a vidíme v ní velký přesah do speciální pedagogiky, v níž se setkáváme s bazální stimulací, která výrazně podněcuje a podporuje kvalitu života jedinců s postižením.

2.4.2 Primitivní exprese

Primitivismus v umění vysvětluje taneční terapeutka a etnopsycholožka Schott-Billmannová (1992) jako přístup, který se soustředí více na podstatu věci než na její vzhled. Tanečně-pohybová terapie jako primitivní exprese se začala vyvíjet ve Francii v roce 1970. Přejímá významné atributy objevující se ve všech kulturách a kmenových tancích, které jsou přizpůsobeny moderní době a jsou zasazeny do rámce psychoanalýzy a strukturalismu. Objevují se v něm terapeutické prostředky jako například skupina, rytmus, opakování pohybů a hlasový doprovod (Schott-Billmannová, 1994 in Dosedlová, 2012).

Primitivní exprese je forma, jež je určena široké veřejnosti: lidem zdravým i lidem s duševním onemocněním. Je skupinovou slavností, rituálem a zároveň symbolickou psychoterapií, která poskytuje bezpečí pevně daných hranic a umožňuje lidem řídit a uvolnit energii. Tanec je oslavou energie jako životabudiče (Dosedlová, 2012).

2.4.3 Taneční improvizace

Jedním ze základních prvků práce s pohybem je tvořivá taneční improvizace, kterou rozvinula Francizka Boasová, která svůj koncept nazvala „psychomotorické volné asociace během tance.“ Během své práce s tanečnicí kladla důraz na pohyb se zavřenýma očima a procítěnost pohybu. Vyžadovala, aby se tělo hýbalo pouze poté, co se objeví myšlenka nebo vnitřní impuls. Šlo o pasivní pohyb, při kterém se tanečnici nechali vést pouze vnitřními impulsy, které vycházely z nevědomé části já a byly doprovázeny určitými pocity a vjemy. Pohyb v improvizaci má sám o sobě jistý terapeutický účinek, protože člověku umožňuje

experimentovat s novými možnostmi pohybu. Je však důležité mít na paměti, že u některých klientů není použití improvizace vhodnou formou. (Čížková, 2005).

Lidé s mentálním postižením mají s touto metodou potíže, zejména kvůli jejich částečné či úplné neschopnosti improvizovat nejen v pohybové složce. Naskytuje se zde možnost využít větší struktury a improvizace spíše řízenou formou nebo improvizaci omezit, podle momentální potřeby a možností daného jedince. Improvizace se prolíná také do jiných uměleckých a umělecko-terapeutických disciplín, kterými jsou například divadelní a hudební umění nebo expresivně-terapeutické obory jako dramaterapie, teatroterapie či muzikoterapie aj. Taneční improvizace je klíčovou formou, na které stojí práce organizace *DanceAbility Finland*, která je dále popsána v podkapitole 5.4.

2.4.4 Autentický pohyb

Techniku autentického tance přinesla americká tanečnice Mary Starks Whitehouseová (1910-1979), která pracovala s neurotickými pacienty v Los Angeles, a ve svých lekcích se inspirovala zejména Jungovou technikou aktivní imaginace, kterou modifikovala pro svět tance a pohybu. Klient během terapie obrací pozornost ke svému nitru a čeká, až se vynoří impuls k pohybu. Důležité je, aby tento pohyb klient nevedl vědomě, ale aby čekal, až se impuls vynoří a začne rozvíjet na základě nevědomé dynamiky. Terapeut do procesu nezasahuje, ale pozoruje jej. Je otevřený nevědomí a zároveň vědomě reflektuje možný význam pohybů. Sleduje také vlastní emoční, myšlenkové a somatické odezvy, které u něj klientova pohybová produkce vyvolává (Chodorová, 2006 in Dosedlová, 2012).

Techniku autentického pohybu využívá například organizace *Danza Mobile*, která je dále popsána v podkapitole 5.4. Je nutno dodat, že i když techniku využívá ve své práci s jedinci s mentálním postižením, jde o omezené využití, neboť narážíme podobně jako u improvizací na nedostatek struktury a zároveň na abstrakci, která činí lidem s postižením potíže a jsou jí tedy schopni pouze jedinci s lehkou formou mentálního postižení.

2.4.5 Body-ego technika

Body-ego technika vychází z moderního tance a pantomimy, které propojovala umělkyně Trudi Schoopová (1903-1999). Schoopová pracovala s psychotickými pacienty a zaměřovala se na rozšíření a změnu jejich tělesného sebepojetí. Významnou technikou,

kteřá tvořila hlavní osu její práce, bylo *zrcadlení*. Základem techniky je přesné pozorování, při kterém jsou opakovaně zaujímány postoje klientů, držení jejich těla, opakování jejich pohybů i způsobu jejich chůze, aby se terapeut přiblížil jejich prožitkovému světu a vnitřní zkušenosti. Klienti se snaží objevovat vnitřní pohybové možnosti těla, terapeut zkoumá prototypické výrazy emocí skrze pohyb a klienty provádí ontogenetickým vývojem i celou evoluci (Dosedlová, 2012).

2.4.6 Labanova analýza pohybu

Metoda analýzy pohybu je pojmenovaná podle svého tvůrce Rudolfa von Labana (1879-1958). Laban byl architekt, malíř, významný tanečník a jeden ze zakladatelů moderního tance. Byl také teoretikem a výborným pozorovatelem a jeho technika analýzy pohybu je jednou z nejvyužívanějších technik tanečně-pohybové terapie (Zedková, 2012).

Laban se během svých studií architektury zajímal o vztah mezi tělem v pohybu a okolním prostorem. Svůj zájem směřoval k výrazovému tanci a pokusil se vytvořit systém, který by umožnil pohyb analyzovat a zaznamenávat. Při svém pozorování se soustředil na čtyři hlavní části – *tělo (body)*, *dynamika/ úsilí (effort)*, *tvar (shape)*, *prostor (space)* a jejich vzájemné působení (Zedková 2012; Čížková, 2005).

Labanova analýza se soustředí na vzájemné souvislosti mezi myšlením, vnitřním prožíváním a akcí. Rozvíjí uvědomění o vzájemné propojenosti vztahu mezi naším záměrem, pozorností a akcí, a tím umožňuje zachytit expresivní (emoční) rovinu pohybu (Zhao, Badler, 2001 in Zedková, 2012).

Prostor je podle Labana rozdělen do tří rovin – vertikální, která označuje pohyby nahoru a dolů a souvisí se sebe prezentací a egem jedince, dále horizontální, označující pohyby ze strany na stranu, jež spojuje s komunikací, a rovinu sagitální, která dělí pohyby vzad a vpřed, které spojuje se schopností rozhodování, akce či manipulace. Tyto roviny poté porovnával s motorickými faktory – prostorem, časem, váhou a energií a jejich obsaženými protiklady.

Prostor (Space)

Pohyb v prostoru lze vnímat jako nepřímý, který souvisí s nezaměřenou pozorností, nemusí být zaměřen směrem k cíli, nebo naopak přímý, přesně vedený, usměrněný, vedoucí přímo k cíli.

Čas (Time)

Z hlediska času může být pohyb pozorován jako náhlý, který je okamžitý, využívaný například při úsilí, bojové aktivitě, útoku, úniku či překvapení, a dále pohyb zadržovaný, který aktivně užívá času, jde o expanzivní rozhodování o čase, nejedná se tedy o pomalý pohyb. Laban také zmiňuje osobní tempo, které znamená rychlost každého člověka neboli optimální psychomotorické tempo.

Váha (Weight)

Kvalita pohybu souvisí s váhou, která může být pozorována jako lehká, vyjadřující jemnost v pohybu a dotyku, často související s pocitem harmonie a relaxací, nebo těžká (síla), která je spojená s využitím váhy ve vztahu k okolí, při zápasení, zdolání překážky. Podle Labana váha souvisí s rovinou vertikální, která poukazuje na sebepoznání a působení na okolí jemností či silou.

Energie neboli plynutí (Flow)

Plynulost pohybu je více či méně přítomna v celkovém projevu každého jedince. Souvisí s dýcháním a s harmonickou rovnováhou mezi napětím a uvolněním v těle. Plynutí může být volné, znázorňující plynulý pohyb, orientovaný směrem od těla, do okolí, které souvisí s otevřeností, harmonií a uvolněním, nebo kontrolované, ve kterém jsou vymezovány hranice a kontrolovaný pohyb (Čížková, 2005).

Labanova analýza pohybu je využívána také v oblasti psychodiagnostiky a antropologie, ale také například v herectví, choreografii a dalších oborech, pro které je pohyb významným prvkem (např. antropologii, fyzioterapii, ergonomice, koučování politiků, v policejní práci k identifikaci lživých odpovědí) (Zedková, 2012).

3 DISCIPLÍNY NA ROZHRANÍ TERAPIE A UMĚNÍ

Již v předchozí kapitole jsme popsali disciplínu, ve které tanec a pohyb nevytváří pouze estetickou hodnotu, ale je využíván také k terapeutickým účelům práce s jedinci s mentálním nebo jiným postižením, či u lidí s různými onemocněními a zdravotními potížemi. Nyní čtenáře seznámíme s metodami a přístupy, které se svou formou, působením a využitím podobají tanečnímu a divadelnímu umění. I když mají k umění blízko, mají své místo mezi expresivně-terapeutickými disciplínami, a to pro své terapeutické postupy a účinky, které svým uživatelům přináší. Některé spolky, organizace a skupiny se svým fungováním často blíží spíše profesionálnímu (tanečnímu) divadlu lidí s postižením, nemůžeme si však nepovšimnout přidaných hodnot, které svým představitelům a aktérům jejich tvorba přináší. V následujících podkapitolách popíšeme terapeutickou metodu psychobaletu a dále disciplínu teatroterapie. Oba systémy jsou úzce spojovány s organizacemi a seskupeními, které jsou dále popsány v podkapitole 5.4 praktické části naší práce.

3.1 Psychobalet

Psychobalet je hlavní metoda, kterou využívá ve svých tanečních lekcích sdružení Balet Globa. Toto sdružení je součástí výzkumného souboru praktické části naší práce a bude blíže popsáno v podkapitole 4.4. Někteří autoři jako Dosedlová (2012) psychobalet zařazují mezi formy taneční a pohybové terapie, ale my jej uvádíme jako samostatnou terapeutickou metodu, která se svými cíli a technikami jistě taneční a pohybové terapii podobá, avšak na rozdíl od tanečně-pohybové terapie svým působením směřuje mimo jiné k tvorbě tanečních choreografií a představení. Z těchto důvodů jsme ji zařadili do samostatné kapitoly a v následujícím textu si ji krátce popíšeme.

Metoda psychobaletu vznikla na Kubě v roce 1973. Iniciátorkou byla Georgina Fariñas, vedoucí psychologka dětského oddělení nemocnice Aballí v Havaně, a přední kubánská primabalerína a ředitelka Baletu Nacional de Cuba, Alicí Alonzo. V roce 1984 byl psychobalet převzat pod záštitu UNESCO a konal se první mezinárodní seminář, který se věnoval této metodě. Již od roku 1987 vychází periodikum Revista grupo Unesco de psicobalet de Cuba a využití psychobaletu se poměrně rychle rozšiřuje (Blížkovská, 1999).

Psychobalet komplexně spojuje základní výcvik baletních dovedností s psychoterapeutickými technikami jako například psychodrama, pantomima, autogenní trénink, hraní rolí, muzikoterapie a arteterapie. Celý proces směřuje k vytvoření choreografie a následnému vystoupení v kostýmech, což je pro klienty největší motivací (Cruzová, 1985 in Dosedlová, 2012).

Podle Rodriguezové (1992 in Dosedlová, 2012) je cílem psychobaletu:

- Odstranění symptomů;
- Dosažení psychické rovnováhy, doplnění habilitace či rehabilitace mentálních, fyzických či senzorických nedostatků;
- Zlepšení držení těla a senzomotorické koordinace;
- Rozvoj fyzických a uměleckých schopností;
- Rozvoj estetických a kulturních zájmů;
- Změna negativního chování v chování pozitivní a sociálně užitečné;
- Usnadnění vyjádření emocí a uvolnění tenzí;
- Rozvoj sebekontroly a sebekázně;
- Posílení sebevědomí, sebehodnocení a víry ve vlastní schopnosti a síly;
- Zlepšení vzájemné komunikace, spolupráce a pochopení mezi rodiči a dětmi;
- Možnost seberealizace;
- Rozvoj pozitivních mezilidských vztahů.

Výčet cílů psychobaletu poukazuje na možnost bohatého využití této metody. Můžeme mluvit zejména o jedincích s mentálním postižením, u kterých je indikace psychobaletu výhodnou a přínosnou u všech složek osobnosti. Zároveň lze zaznamenat potenciál v oblasti sociální a společenské integrace, ke které lidé s postižením směřují, díky lekcím psychobaletu a následné tvorbě a realizaci tanečních představení.

3.2 Teatroterapie

Disciplína, které je věnována podkapitola, je ve světě a zejména u nás disciplínou mladou, pořád skrývajícím své triumfy, krásy a přínosy, jež přináší svým aktérům a jedincům, kteří na této metodě staví svou práci a tvorbu. Popis a vymezení teatroterapie může být přínosné a inspirativní pro skupiny, organizace atd., které pracují a tvoří s lidmi s mentálním postižením. Můžeme konstatovat, že organizace a seskupení, které jsou výzkumným objektem naší práce, fungují v mnohém jako teatroterapeutické společnosti nebo se jejím zaměřením či

využívanými prvky podobají, s tím rozdílem, že hlavní využívanou složkou je tanec. Výsledkem tvorby těchto organizací a skupin může být taneční představení, případně tanečně-pohybové představení, anebo tanečně-pohybové divadlo.

Teatroterapie se řadí mezi expresivně-terapeutické disciplíny, a patří stejně jako dramaterapie a psychodrama mezi tzv. paradivadelní systémy, které využívají divadla k jiným než prvotně estetickým účelům (Valenta, 2011).

Teatroterapie je svým charakterem nejvíce hraniční disciplínou v porovnání s ostatními terapeutickými paradivadelními přístupy. Z tohoto faktu lze usoudit, že je velice těžké tento obor přesně vymezit. (Růžička, Polínek, 2013).

Podle Polínka (Polínek in Müller, 2014, s. 167) teatroterapie spočívá „v celkové přípravě divadelního tvaru a jeho následné prezentaci před diváky s terapeuticko-formativním cílem, jehož účastníky jsou zpravidla jedinci se specifickými potřebami.“

Kořeny teatroterapie sahají k prázákladům lidské společnosti, ale jako samostatná vědecká disciplína se začala formovat v 80. letech 20. století. Teatroterapii lze definovat jako divadlo, které je připravované a hrané především herci s postižením, jimiž jsou nejčastěji lidé s mentálním postižením, s těžkým zrakovým postižením, tělesným postižením a také například lidé s psychiatrickou diagnózou. Divadlo je vedeno odborníkem, kterým je nejčastěji speciální pedagog, terapeut, profesionální herec či režisér. Teatroterapie je celý složitý proces přípravy a interpretace divadelní performance, který nezahrnuje pouze herce, ale také například hudebníky, scénáristy, zvukaře, kulisáky, dramaturgy a další (Valenta a kol., 2006).

Jiné expresivní terapie, jakými jsou například muzikoterapie či arteterapie, jsou významné primárně svým léčebným procesem než druhotným konečným výstupem. V případě teatroterapeutických metod je však základem od úplného začátku procesu směřování k divadelnímu tvaru a k interpretaci divadelního představení před diváky, čímž zcela zásadně vybočuje od ostatních expresivních disciplín terapeutické povahy. Teatroterapie však není jen nějakou neobvyklou přípravou profesionálního či amatérského divadelního tvaru. Základním cílem této disciplíny je léčba, která probíhá během procesu přípravy a následného prezentování divadelního představení (Valenta, 2006).

Lze konstatovat, že teatroterapie se ve srovnání s ostatními uměleckými terapiemi nejvíce blíží umění, avšak jejím kardinálním cílem je, stejně jako u jiných uměleckých terapií, cíl léčebný (Růžicka, Polínek, 2013).

Teatroterapie díky své specifčnosti přináší jejím aktérům množství pozitivních zážitků, kterými jsou například dosažení úspěchu, snížení společenské izolace, tvořivost a seberealizace (Müller, 2007).

Cílový efekt teatroterapie je velmi různorodý a odvíjí se například na cílové skupině, specifických potřebách a osobnosti terapeuta. Kromě již zmíněných pozitivních prvků můžeme dále jmenovat několik specifických cílů této expresivní terapie, mezi kterými je například rozvoj kreativity, zvýšení sebevědomí, zvládnutí kontroly emocí, rozšíření repertoáru rolí pro život a jiné (Valenta a kol., 2006).

V blízkém okolí a vůbec celé Evropě můžeme teatroterapii sledovat například v Praze, kde sídlí známá „*Bohnická divadelní společnost*“, dále také na Slovensku, kde působí teatroterapeutická skupina. „*Divadlo z pasáže*“ (Müller, 2007).

V posledních letech můžeme mluvit o poměrně velkém množství skupin a organizací, které se svou tvorbou a působením podobají teatroterapeutickým společnostem či skupinám. Nestátní nezisková organizace pro podporu lidí s mentálním postižením SPOLU Olomouc ve svém skupinovém programu *Divadlem SPOLU pracujeme* často využívá teatroterapeutických postupů. Dalším příkladem může být pražské divadlo *Vzhůru nohama*, které pracuje s herci s mentálním postižením. Oba příklady bylo možné vidět ve zvláštní sekci olomoucké Divadelní Flóry 2018, která byla věnována divadlu a zdravotnímu postižení.

V podkapitole 4.4. se dozvíme více o organizaci Danza Mobile, která hojně využívá prostředků teatroterapie a zároveň díky jejímu zaměření a působení můžeme konstatovat, že se jedná o profesionální divadelní společnost lidí s mentálním postižením.

4 VYBRANÉ TANEČNÍ FORMY

V následující kapitole popíšeme některé vybrané taneční formy, které mají svou tradici již po mnoho let. Balet a moderní tanec patří ve své podstatě k nejvyužívanějším formám a svým působením značně ovlivnily množství jiných tanečních stylů, které z těchto dvou forem čerpají.

Pokud bychom se zabývali tancem jako uměním, hraje roli jeho záměrnost. Tanec v tomto případě vzniká úmyslně a jeho cílem je vyjádření emoce a myšlenky zvláštními prostředky uměleckého média (Návrátová, Vašek et al, 2010).

„Tanec na rozdíl od jiných druhů umění zahrnuje celou psychofyzickou jednotu člověka, celou jeho osobnostní strukturu. Při správném vedení může významně rozvinout psychické, fyzické, volní a kreativní schopnosti jedince.“ (Tamtéž, 184)

4.1 Balet

Balet je divadelní tanec, který rytmickými pohyby vyjadřuje děj nebo myšlenku s doprovodem hudby (Kočí, 1925). Baletní syntetické umění spojuje složku hudební, výtvarnou a taneční. Jde o estetické uspořádání hmoty v prostoru a zvuků v čase. Tento syntetický scénický tanec využívá jasně stanovenou choreografii, kterou spojuje s hudebním dílem a je prezentován nejčastěji v divadelním prostředí formou hry. Patří k jedné s nejobtížnějších forem tance, a to díky náročné, specifické technice. (Všeobecná encyklopedie ve čtyřech svazcích, 1998).

Počátky baletu lze zaznamenat již v tancích starověkých Egypťanů a v antickém symbolickém tanci. Jako forma vznikl v 15. století v Itálii, kde profesionální tanečníci předváděli nákladná představení pro důležité návštěvy šlechticů (Všeobecná encyklopedie ve čtyřech svazcích, 1998).

Původní forma baletu byla velice odlišná od té, kterou známe dnes. Pohyb tanečníků znázorňoval spíše dekorum, eleganci a půvab než dnešní sílu a obratnost, proto by se pro dnešního diváka balet 16. století mohl znát poněkud všední a nudný. Tanec byl považován za prostředek socializace a tehdejší tanečníci nebyli školení profesionálové. Balet se však koncem 18. století profesionalizoval, začalo se tančit na špičkách a v sukni, která se nazývá

„tutu“ a toto období se stalo obdobím velkých tanečníků. Postupně technika tance převládala nad výrazem a došlo ke ztrátě výrazové hloubky a obsahu. Jako reakce na této okázalý a „prázdný“ projev vznikl počátkem 20. století moderní tanec, za jehož zakladatelku byla Isadora Duncanová (Čížková, 2005).

4.2 Moderní tanec

Moderní tanec byl dříve znám pod různými názvy, kterými jsou například novodobý, nový tanec, umělecký, výrazový tanec, nebo *dansa libre* či *plastique* (Kröschlová, 1964). Zakladatelka Isadora Duncanová se snažila hledat zdroj tance v impulzech, které vedly každý její pohyb. Inspiraci hledala v přírodě a její tanec byl přirozený a jednoduchý (Kloubková, 1989).

Moderní tanec si zakládá na spontaneitě, autentičnosti individuálního výrazu, výrazu emoce a vědomí těla. Častými tématy byly vztahy a konflikty mezi lidmi a tyto tendence zásadně ovlivnily rozvoj a vznik tanečně-pohybové terapie (Čížková, 2005).

Jednou z významných osobností moderního tance byl Rudolf Laban, který zdůrazňoval využití tance jako prostředku k odpočinku, osvěžení, vzdělávání a terapie. Laban je také vynálezcem již zmíněného systému labonation, který zaznamenává a označuje taneční pohyb a je základem pohybové analýzy. Vyvinul také taneční formu, kterou pojmenoval Ausdrucks Tanz neboli expresivní tanec (Čížková, 2005).

Dnes se setkáváme nejčastěji s termínem Moderní scénický tanec neboli Contemporary dance, který je svou technikou často přiřazován k modernímu tanci a baletu. Jde o výrazový tanec, který využívá techniky z řady jiných tanců a tanečních stylů. Cílem contemporary dance je nalezení nenucenosti pohybu za pomoci přirozených linií těla a jeho energie. Contemporary dance vychází z osobnosti lektora či choreografa (STAGE, Taneční nebe nad Prahou, 2018).

Moderní tanec nebo Contemporary dance je v současnosti jedním z nejvíce využívaných tanečních forem či stylů.

II PRAKTICKÁ ČÁST

Praktická část této bakalářské práce se skládá ze tří částí. První část se zabývá stanovením a popisem cíle a výzkumných otázek bakalářské práce a dále vymezením metodologického kvalitativního výzkumu.

Druhá část se věnuje konkrétní analýze nasbíraných dat, které jsme získali z internetové dokumentace a interview. Díky obsahové analýze a kategorizaci byla tato data rozdělena do kategorií, ze kterých byly vytvořeny tabulky, které jsme následně interpretovali.

Poslední, finální část práce se věnuje diskuzi, ve které zhodnotíme práci a její limity a uvedeme autorčino doporučení pro praxi.

5 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ

Primárním úkolem této bakalářské práce bylo hledání a stanovení cíle práce a výzkumných otázek. Záměrem výzkumného šetření je popsání různých podob práce, kterou využívají organizace a seskupení zaměřené na využití tance u lidí s mentálním postižením. Dále zjistit na základě internetové dokumentace vybraných seskupení a organizací, co tyto organizace a seskupení veřejnosti prezentují a nabízí. Zmapovat tuto nabídku tanečních skupin a organizací u nás a v zahraničí a posléze zanalyzovat nabídku tanečních setkání, jejich formy a cíle těchto seskupení a organizací. Využitím metody rozhovoru upřesnit, doplnit, srovnat získaná data z webových stránek a z rozhovoru organizace *Danza Mobile*.

S výsledky šetření by autorka chtěla dále pracovat ve své diplomové práci, kde by ráda konkrétní organizace hlouběji poznala, případně popsala specifika práce u lidí s mentálním postižením v různých sférách tance.

5.1 Cíl výzkumu

Cílem tohoto výzkumného šetření je vyhledání organizací a skupin, které pracují s lidmi s mentálním postižením, a následná analýza nabídky tanečních setkání a cílů těchto skupin a organizací.

5.2 Výzkumné otázky

Výzkumné otázky, které jsou v rámci tohoto metodologického výzkumu, byly definovány a vznikly na základě výše uvedeného výzkumného cíle.

Výzkumná otázka č.1: *Jakou nabídku tanečních setkání nabízí svým členům a případným zájemcům taneční seskupení a organizace?*

Výzkumná otázka č.2: *Jaká je délka a frekvence tanečních setkání?*

Výzkumná otázka č.3: *Jaké jsou cíle či vize organizace/seskupení?*

Samotný cíl a výzkumné otázky jsou zodpovězeny na základě analýzy a interpretace internetové dokumentace a rozhovoru.

5.3 Design výzkumu

Design výzkumu neboli projekt výzkumu je technický plán konkrétní výzkumné studie. Jde o specifikaci způsobu použití konkrétních metod pro získání a analýzu dat, popis

kontextu, v jakém bude daná studie provedena, konkrétní výzkumný vzorek atd. (Miovský, 2006)

Autorka si pro svou práci zvolila kvalitativní charakter výzkumu. Hendl (2005) popisuje kvalitativní výzkum jako proces, při kterém hledáme porozumění sociálního a lidského problému pomocí rozmanitých tradičních metodologických zkoumání. Výzkumník na počátku výzkumu vybírá téma a určí základní výzkumné otázky. Výzkumné otázky může v průběhu výzkumu modifikovat či doplňovat.

Autorka díky kvalitativní metodě výzkumu mohla prozkoumat působení poměrně mnoha organizací a seskupení, které pracují s lidmi s postižením v umělecké sféře. Dostala možnost více proniknout do hloubky problematiky výzkumu a přišla na náměty k dalšímu prozkoumání.

5.3.1 Fáze výzkumu

Autorka si na začátku stanovila plán výzkumu. V první fázi výzkumného šetření se zaměřila na vyhledávání různých českých a zahraničních organizací, seskupení a spolků, které se zabývají různými formami tance a pracují s lidmi s mentálním postižením. Snažila se získat co nejvíce informací o těchto organizacích a o jejich působení. Díky tomuto vyhledávání a zkoumání organizací a seskupení si zároveň mohla lépe definovat výzkumné otázky. Současně vytvořila otázky pro následný rozhovor, který byl dalším zdrojem analýzy výzkumu.

V druhé fázi výzkumného šetření autorka vybrala konkrétních šest organizací a seskupení, která se pak stala výzkumným souborem. Jednou z metod a zdrojů získávání dat pro výzkum se stala obsahová analýza internetové dokumentace těchto organizací, kterou detailně prozkoumala a nastudovala, aby s ní mohla dále pracovat. Dalším zdrojem pro získaná data bylo interview, které si připravila na základě vlastní pracovní zkušenosti u jedné z vybraných organizací. Toto interview jí poskytl profesionální tanečník a lektor organizace Danza Mobile, v níž autorka nějakou dobu působila jako dobrovolník.

Po získání konkrétních dat se autorka ocitla v předposlední fázi výzkumu, kterou bylo vyhodnocení a následná analýza získaných dat z praktického výzkumu. Získaná virtuální data z obsahové analýzy internetové dokumentace autorka průběžně zapisovala do elektronického

archu. Vytvořila kategorie a následně tabulky, do kterých data postupně vkládala. Data následně interpretovala. Dále data získaná z rozhovoru přepsala do elektronické podoby, kterou následně také zanalyzovala. Poslední fázi výzkumu věnovala autorka odpovědím na výzkumné otázky, hodnocení praktické části práce a limitům studie.

5.4 Výzkumný soubor

Pro tento výzkum byl soubor zvolen metodou záměrného (účelového) výběru. Tato metoda spočívá v záměrném výběru výzkumného vzorku, kdy cíleně vyhledáváme účastníky podle jejich určitých vlastností. Kritériem výběru je tedy určitá vybraná vlastnost (Miovský, 2006).

Využita byla konkrétně metoda prostého záměrného výběru, který je z hlediska analýzy dokumentů u studií menšího rozsahu ekonomicky a časově nejefektivnější (Miovský, 2006).

Výzkumný soubor tvoří české a zahraniční organizace a seskupení, které pojímají tanec s mentálním postižením rozmanitým způsobem a jejichž dokumentace na jejich internetových webech je pro tuto analýzu dostačující. U popisu výzkumného souboru čerpala z internetové dokumentace. V případě organizace *Danza Mobile* čerpala také z rozhovoru, který vedla s členem uměleckého týmu. Zkoumaný soubor tvoří česká taneční skupina, české občanské sdružení, český taneční soubor a tři zahraniční organizace – finská, anglická a španělská. Celkem tři seskupení a tři organizace, které pracují s lidmi s mentálním postižením, mají svou historii a vnímají práci s touto klientelou z různých úhlů pohledu. Vybrané organizace zároveň nabízí činnosti nejen lidem s mentálním postižením, ale také lidem s jiným postižením, lidem bez postižení, tanečníkům, studentům, terapeutům i laické veřejnosti. Výzkumný soubor nyní popíšeme a charakterizujeme.

5.4.1 Proty boty

Proty boty jsou integrovaná taneční skupina podporující tanečníky s fyzickým či jiným znevýhodněním a tanečníky bez znevýhodnění. Skupina vznikla původně pod názvem *Cyranovy boty* v roce 2001 pod brněnským Střediskem volného času Lužánky, které ji vedlo do roku 2006. Skupina se věnuje tanečnímu a pohybovému divadlu a využívá zejména technik moderního tance a taneční terapie. Jejím primárním cílem je tvorba představení, ke kterému tanečníci směřují skrze vnímání vlastního těla jako prostředku komunikace,

vyjadřováním a prezentací myšlenek a pocitů na jevišti. Při své tvorbě skupina dbá na specifičnost a jedinečnost každého z tanečníků a pracuje s jejich individuální osobností. Pro skupinu je hlavní ideou myšlenka tance a pohybu bez rozdílů a integrovaný tanec chápe nejen jako sociální projekt, ale také jako plnohodnotnou uměleckou formu, která má specifické nároky na estetické vnímání diváka. Skupina se snaží také o jakousi změnu pohledu společnosti na toto taneční pojetí, který spočívá v respektování odlišnosti a bourání domnělých bariér. Seskupení se pravidelně účastní řady zahraničních festivalů a samo založilo také festival Tanec a handicap, které se věnuje právě integrovanému tanci (Proty boty, 2015).

5.4.2 Balet GLOBA o.s

Balet Globa je občanské sdružení, které se věnuje baletu a terapii formou psychobaletu. Účastníky terapie jsou především mládež a děti s různým typem zdravotního postižení a výjimkou nejsou také vozíčkáři. Psychobalet je veden dlouholetou tanečnicí Monikou Globovou a tanečníkem Vlaerijem Globa, ve spolupráci s Dagmar Cruzovou, která pracovala sedm let v Havaně na Kubě jako psycholožka na oddělení Psychobaletu na Klinice duševní hygieny při havanské psychiatrické léčebně. Terapie a tanec probíhá na scéně Moravského divadla Olomouc. Podle organizace je úkolem psychobaletu otevřít klientům krásu a možnosti pohybu, naučit je vnímat práci se svým tělem, zlepšit celkovou pružnost a ohebnost těla, rozvíjet hudební cítění a pracovat s handicapem. Klienty tato činnost motivuje a pomáhá jim zvýšit jejich sebevědomí a integraci do aktivního kulturního života. Výsledkem práce účastníků psychobaletu je pak celovečerní představení s názvem Duše v pohybu, které bylo poprvé uvedeno v roce 2007 na prknech Moravského divadla Olomouc. Tento projekt získal řadu cen a každý rok je obnovován (Balet Globa o.s, 2015).

5.4.3 Bílá holubice

Bílá holubice je ostravský taneční soubor tanečníků s postižením i bez postižení, který vznikl v roce 2000. Soubor usiluje o co nejvyšší kvalitu prostřednictvím spolupráce s profesionály z oblasti pohybového a divadelního umění. Vizí souboru je umělecká profesionalizace členů s tělesným postižením a dále vytvoření poloprofesionálního integrovaného uměleckého souboru. Během svých setkání využívají tanečníci zejména taneční improvizace a spontánní tanec v duchu současného výrazového tance. Tyto techniky tanečníkům pomáhají k duševnímu otevření a uvolnění. Uměleckým cílem souboru je tvorba

představení a vystoupení, která vycházejí z osobností tanečníků, z jejich vnímání sebe, vzájemnosti a vnímání okolního světa. Za svou existenci soubor vytvořil mnoho tanečních představení jako například *Kytice lidem vázaná*, *Labutí sen o duši*, *Řeč duše*, *Tvé světlo*, *Cirkus* a další (Bílá Holubice, 2011).

5.4.5 DanceAbility Finland

DanceAbility Finland vznikla v roce 2008 za účelem podpory celostátního a mezinárodního inkluzivního tance. Členové organizace pořádají workshopy, nabízí pomoc, přednášky, projekty a sdílení informací. Organizace poskytuje také rozvoj dovedností na stážích a mezinárodních workshopech. *DanceAbility Finland* je členem sítě mezinárodní organizace *DanceAbility*, která byla založena v USA koncem 80. let 20. století Karen Johnson a Alitem Alessim. Organizace vznikla ve spojení s improvizacním pohybem. Alito Alessi vyvinul za svou 25letou praxi metodu, kterou odpozoval od pohybu svých žáků. *DanceAbility* je studií pohybové improvizace, která se zaměřuje na pocity, vztahy, na otevření řeči těla k většímu propojení se sebou samým, s ostatními a se světem, ve kterém žijeme. Jeho nápadem byla práce s lidmi jak s postižením, tak s lidmi bez postižení a objevit a dokázat že je to možné a že odlišnosti vidíme všude: v jazyku, školství, vládě. Vizí organizace je změna stereotypů týkajících se pochopení toho, co je tanec a kdo může tančit. Odlišnosti a nápad vytvoření společnosti plné inkluze jsou přístupné pro kohokoliv, kdo si zakládá na možnostech a kreativním talentu každého těla. Metoda vychází z těla a prožitku. Každý pohyb může být kreativním výrazem toho, kdo jsme. *DanceAbility* pomáhá vývoji smyslového vnímání, intuice, kreativnímu procesu, naslouchání a spojení. Lekce jsou založené na zábavě a na tom dát ostatním lidem možnost vyjádřit jejich individualitu. Lekce jsou vhodné pro kohokoliv (*DanceAbility*, 2018).

5.4.6 Magpie Dance

„Svět, v němž pro osobní a umělecký úspěch v oblasti tance není mentální postižení bariérou.“ Magpie Dance

Magpie Dance je největší taneční charitativní organizace ve Velké Británii, která pracuje s lidmi s mentálním postižením. Organizace se skládá z týmu profesionálních tanečníků, kteří pořádají workshopy a taneční lekce pro děti a adolescenty s mentálním

postižením, a dále profesionálních tanečníků s mentálním postižením, kteří v organizaci tančí, ale působí také jako asistenti choreografů a dobrovolníci.

Podle organizace prostřednictvím tance účastníci nabydou životní, společenské a komunikační dovednosti, a navíc tanec přispívá dobrému zdraví a duševní pohodě jedince. Organizace poskytuje profesionální výcviky ve vzdělávání a tanci, spolupracuje se zdravotnickými organizacemi a poskytuje možnost zaměstnání lidem s demencí a mentálním postižením.

Organizace nabízí množství lekcí pro děti, dospívající i dospělé, ve kterých lektoři využívají techniky scénického tance, baletu a dalších stylů. Pomocí kreativního pohybu se účastníci s mentálním postižením rozvíjí v různých oblastech a lekce probíhají v duchu kreativní, podporující, stimulující a bezpečné atmosféry. Lekce směřují, podobně jako v jiných seskupeních, k choreografiím a inkluzivním tanečním představením a projektům, které divákům účastníci prezentují v divadlech a v rámci festivalů. Za posledních 30 let *Magpie dance* vytvořila množství výjimečných představení napříč Anglií, ve městech jako Londýn, Canterbury a Birmingham (Magpie Dance, 2018).

5.4.7 Danza Mobile

Danza Mobile je jedinečná španělská organizace, která vznikla roku 1995 v Seville. Hlavními hesly organizace jsou: postižení, umění, sociální participace, pracovní zařazení. Projektem *Danza Mobile* je provázání světa umění a postižení. Jde o společnou práci mezi profesionály z obou oblastí s cílem začlenit jedince s postižením do procesu, v němž se budou učit kreativitě a jak sociálnímu, tak osobnímu rozvoji.

Organizace je zaměstnaneckým centrem, které funguje ve spolupráci ve spolupráce s regionální vládou. Zároveň je soukromou taneční školou, kterou navštěvují jak malé děti, tak senioři a v neposlední řadě je také společností inkluzivního umění.

Od roku 1996 uvedla organizace množství projektů, které fungují dodnes. Jsou jimi *Escuela de Danza* (Škola tance), *Centro de Creación* (Centrum tvorby) a *Compañía de danza* (Taneční společnost) a *ArteMobile*.

Compañía de danza (Taneční společnost) započala svou profesionální uměleckou dráhu v roce 2001 a stala se členem sféry inkluzivního moderního tance. Od svého vzniku realizovala více než 500 představení po celém Španělsku a taktéž v rámci mezinárodních festivalů například v Anglii, Německu, Rakousku, České republice, Francii, Švýcarsku, Rusku, Mexiku, Argentíně, Palestině a Turecku. Členové a žáci zároveň pracují a jsou

zaměstnanci organizace. Jde tedy o osobnostní rozvoj a zároveň zaměstnání členů společnosti. Zaměstnanci tak mohou fungovat ve společnosti jako taneční umělci a zároveň se věnovat svému zaměstnání, kterým je například prodej různých výrobků apod. Členové taneční společnosti mají každý den možnost navštívit široké spektrum tanečních a divadelních lekcí. Mimo tyto lekce jsou vedeny také hodiny herectví, hudby, *storytellingu*, výtvarného umění, šití, psychologie mezilidských vztahů, sexuality atd.

Escuela de Danza (Škola tance) nabízí lekce dětem od dvou let až po dospělé. Během lekcí jsou využívány prvky taneční terapie, psychobaletu, moderního tance, flamenca, baletu, a dalších tanečních odvětví.

Danza Mobile organizuje také mezinárodní festival *Festival Escena Mobile de Arte y Diversidad*, v rámci kterého každoročně prezentuje choreografie svých tanečníků a zároveň v jeho průběhu vystupují zahraniční organizace. *Danza Mobile* se tedy v průběhu let přeměnilo na celistvý projekt, ve kterém se prolínají odlišné typy zaměření: sociální participace, vzdělávání, umělecká tvorba a kulturní jednání, to vše orientované na rozvoj zamýšleného globálního projektu. Dlouhodobým cílem je dosáhnout zlepšení života lidí s postižením nabízejíc jim různorodé aktivity v rámci umělecké sféry.

Podle *Danza Mobile* je tanec blízkým a dostupným komunikačním prostředkem, jenž představuje skvělý nástroj pro sebevyjádření a komunikaci. Ba co víc, umocňuje důležité sociální dovednosti a interakci s ostatními, stejně jako znalost svého vlastního těla.

Danza Mobile se věnuje také pohybovému divadlu, přičemž jedním z cílů společnosti je reprodukce profesionálních uměleckých představení, které organizace prezentuje v různých zemích.

Můžeme si všimnout, že umělecká forma organizace se svým působením a specifiky práce velice podobá teatroterapeutické společnosti. Členové organizace se poměrně ohrazují proti slovu terapie, neboť podle nich je tanec a umění vždy terapeutickou pomůckou. Pro tyto dvě oblasti tedy není nutno dodávat do názvu slovo terapie. Člen profesionálního týmu však dodává, že tanec má bezesporu terapeutické účinky a v práci svých žáků vidí změny, ke kterým dochází díky umělecké tvorbě. Mezi těmito účinky vidí například zvýšení sebevědomí, zlepšení mezilidských vztahů, zlepšení fyzické kondice a koordinace a posílení psychické, emoční a fyzické složky, které jsou vzájemně propojeny. Změny jsou pak zaznamenány postupně jak v uměleckém vyjádření, tak v prezentaci jedince ve společnosti. (*Danza Mobile*, 2016).

I když se společnost nepovažuje za teatroterapeutickou, můžeme konstatovat, že je zde pouze velice úzká hranice mezi teatroterapií, profesionálním pohybovým divadlem, taneční a uměleckou školou, což zároveň vytváří specifický a jedinečný projekt, kterým *Danza Mobile* bezesporu je.

5.5 Metoda sběru dat

Během výzkumného šetření byla využívána kvalitativní metoda sběru dat. Konkrétní metodou bylo získávání dat z internetové textové dokumentace, odkud jsme tato virtuální data čerpali. Další metodou pro sběr dat bylo polostrukturovaný interview (rozhovor).

5.5.1 Sběr dat z internetové dokumentace

Dokumenty jsou taková data, která vznikla v minulosti, byla pořízena někým jiným než výzkumníkem a pro jiný účel, než jaký má tento výzkum. Výzkumník se zabývá tím, co je již k dispozici, ale musí to vyhledat. Virtuální data se nacházejí na internetu, patří mezi ně internetové stránky, obsahy internetové pošty a obsahy internetových diskusí (Hendl, 2016).

Práce s dokumenty je velice specifickou oblastí kvalitativního přístupu, která je dána zejména tím, že materiály existují nezávisle na naší výzkumné činnosti, materiály tedy obvykle nevytváříme. Tato metoda má jistá omezení, jedním z nich je například fakt, že výzkumník nemůže ovlivnit podobu těchto dat, nemůže tedy při analýze zasáhnout do charakteru a obsahu dokumentů a nemůže je ani měnit (Miovský, 2006).

5.5.2 Interview

Pro tento výzkum jsme kromě již zmíněné metody sběru dat využili další kvalitativní metodu sběru dat, kterou je interview neboli rozhovor. Otázky a struktura rozhovoru byly sestaveny na základě informací, které autorka získala během pozorování v organizaci *Danza Mobile*.

Interview je moderovaný rozhovor, prováděný s určitým cílem a účelem výzkumu. Rozhovor je obvykle prováděn s jedním, maximálně dvěma lidmi, neboť kdyby došlo k navýšení počtu zúčastněných osob, vznikají fenomény jako je například skupinová dynamika (Miovský, 2006).

Pro analýzu této bakalářské práce byla využita metoda polostrukturovaného interview. Toto interview se zdá být nejvýhodnější z hlediska flexibility struktury pokládání otázek a umožňuje v případě potřeby kladení doplňujících otázek. Zároveň má svou danou strukturu, které se během vedení rozhovoru můžeme držet.

Před zahájením interview si vytváříme určité schéma, které je pro nás jako tazatele závazné. To znamená, že vytváříme okruh otázek, na které se budeme účastníků ptát a dle potřeby a možnosti pořadí upravujeme, abychom na maximum využili potenciál této formy rozhovoru (Miovský, 2006).

Otázky rozhovoru jsou stanoveny a upraveny tak, aby vycházely z předem daných výzkumných otázek. Účastníkem rozhovoru byl profesionální tanečník a aktér organizace *Danza Mobile*, který byl seznámen s tímto výzkumem, jeho účelem a jeho výzkumnými otázkami a souhlasil s uvedením jeho jména v této bakalářské práci. Rozhovor proběhl ve španělském jazyce a byl prováděn na základě pozorování autorky v organizaci, která je předmětem rozhovoru, a v neformálním prostředí organizace. Rozhovor byl zaznamenán na zvukový záznamník mobilního telefonu a trval asi 30 minut. Následně bylo interview přeloženo do českého jazyka a přepsáno do textové elektronické podoby. Při této transkripci jsme z textu odstranili nadbytečné či opakující se výrazy a slovní vycpávky.

5.6 Metoda analýzy dat

V této podkapitole se budeme věnovat popisu metody analýzy dat, kterou autorka zvolila pro své výzkumné šetření. Pro účely analýzy tohoto praktického výzkumu zvolila obsahovou analýzu textu, konkrétně obsahovou analýzu internetové dokumentace výzkumného souboru. Na základě daných výzkumných otázek vytvořila analytické kategorie, do kterých mohla získaná data seskupit a rozdělit na základě vhodných kritérií a významů pro náš výzkum. Následně vytvořila tabulky, ve kterých kategorie a významové jednotky popsala. Analýzu doplnila rozhovorem, který byl po přepisu zanalyzován pomocí hledání významů pro naše výzkumné otázky a interpretován spolu s analýzou internetových dat.

5.6.1 Obsahová analýza

O obsahové analýze můžeme mluvit jako o speciální metodě, neboť předmětem této analýzy, na rozdíl od jiných kvalitativních metod, je vždy písemný projev neboli text. Pro kontrolu validity je možné zvolit při obsahové analýze také další metodu kvalitativního výzkumu, kterou je například interview. Získaná data z obou metod můžeme poté porovnat či vyhodnotit. Kvalitativní obsahová analýza by stejně jako kvantitativní měla být nezávislá od osobních názorů výzkumníka (Gavora, 2010).

Po vymezení významové jednotky pro náš výzkum jsme stanovili analytické kategorie, které vychází z výzkumného problému a stanovené hypotézy. Získané informace byly následně seřazeny a vloženy do stanovených kategorií.

6 ANALÝZA A INTERPRETACE DAT

Kapitola je vrcholem této praktické části bakalářské práce, a je zaměřena na samotnou analýzu a interpretaci získaných dat.

Miovský (2006) uvádí, že kvalitativní výzkumník je spolutvůrcem reality, na kterou je možné nahlížet z nekonečně mnoha perspektiv, proces poznávání je zároveň procesem neustále interpretace.

Analýza získaných dat začala výběrem a následným zapsáním těchto dat do kategorií (tabulek). Autorka data rozdělila a roztrídila do tří skupin, které si pojmenovala na základě výzkumných otázek a dále je podle potřeby do těchto jednotlivých kategorií roztrídila.

Tabulky jsou očíslovány a pojmenovány podle pořadí výzkumných otázek. Po zapsání a třídění dat do kategorií a tabulek autorka následně přešla k jejich analýze a interpretaci.

Tabulka 1. uvádí nabídku setkání jednotlivých organizací a seskupení

NABÍDKA SETKÁNÍ	
Proty boty	• Individuální trénink; • integrovaný tanec (otevřená hodina); • lekce zaměřená na tvorbu představení.
Balet Globa	• Lekce psychobaletu pro klienty s mentálním postižením a pro vozíčkáře
Bílá holubice	• Trénink tanečníků bez postižení; • opakovací a individuální trénink; • pravidelný trénink celého souboru.
DanceAbility Finland	• Improvizace, relaxace – přístupné všem, možnost v doprovodu asistenta; • Lekce pro děti s postižením a bez postižení
Magpie Dance	Lekce podle skupin: • Skupina dospělý – choreografie, technika, komunita; • Skupina mládež – kreativní pohyb a tanec, technika, choreografie; • Skupina junioři – kreativní pohyb a tanec; • Inkluzivní moderní tanec
Danza Mobile	Taneční setkání pro jedince s mentálním a jiným postižením: • Skupina od 2 do 8 let; • skupina 8-16 let; • skupina od 16 let

Brněnská integrovaná taneční skupina *Proty boty* nabízí svým zájemcům několik možných variant tanečního setkání. Skupina má pravidelná setkání zaměřená na individuální tanec, integrovaný tanec a setkání zaměřená na tvorbu a přípravu představení. Individuální trénink je zaměřen na práci s jednotlivci. Lekce integrovaného tance jsou zároveň otevřenou hodinou, kterou tedy může navštívit kdokoliv, ať už jde o člověka bez postižení nebo s postižením, bez ohledu na jeho postižení a bez ohledu na jeho taneční zkušenosti. Tanečníci se setkávají také na pravidelné taneční hodině, která je věnována přípravě představení, které je primárním cílem tvorby taneční skupiny. Během tanečních lekcí či setkání jsou využívány zejména techniky současného tance a taneční terapie.

Občanské sdružení *Balet Globa* je poměrně odlišnou alternativou pro tanec s mentálním postižením. Sdružení pracuje na bázi svébytné terapeutické metody, kterou je psychobalet. Metodu psychobaletu uplatňuje ve svých pravidelných setkáních, která mohou navštěvovat lidé s mentálním postižením, ale o své lekce nepřichází ani vozíčkáři, se kterými sdružení pracuje také. Metoda psychobaletu je klíčovým zdrojem tanečních hodin a zároveň je využívána pro tvorbu taneční choreografie a následného tanečního představení.

V případě tanečního souboru *Bílá holubice*, který se skládá z tanečníků bez postižení a tanečníků s postižením, lze stejně jako u skupiny *Proty boty* mluvit o integrovaném tanci. Ve svém rozvrhu mají členové souboru několik setkání. Pravidelně se setkávají tanečníci bez postižení, kteří mají své vlastní tréninky. Dále je možnost navštěvovat opakovací a individuální trénink, který je věnován oporašování tanečních choreografií a tréninku jednotlivců. Soubor má ve svém rozvrhu taktéž pravidelný trénink všech členů, ve kterém se věnují tvorbě představení a vystoupení. Taneční formou, která je v lekcích využívána nejčastěji, je kontaktní improvizace a spontánní tanec.

Přejdeme-li k analýze zahraničních organizací, *DanceAbility Finland* nabízí hodiny založené na improvizčních a relaxačních technikách, které jsou přístupné každému bez ohledu na věk a postižení. Na těchto tanečních lekcích se setkávají lidé bez postižení i lidé s postižením, kteří v případě zájmu mohou absolvovat lekce v doprovodu asistenta, který má lekce zdarma. Dále organizace nabízí lekce vyhrazené pro děti, u kterých jsou využívány techniky a cvičení na základě improvizace, které zvládne každý zájemce. Opět jsou lekce pro

děti s postižením a bez postižení, a jejich rodiče jsou zde vítáni taktéž. Tyto hodiny jsou zdarma.

Magpie Dance svým zájemcům nabízí lekce, které jsou děleny podle věku účastníků. Tanečníci jsou rozděleni do tří skupin – dospělí (od 18 let), mládež (16-25 let) a junioři (8-15 let). Každá ze skupin má své pravidelné lekce. Dospělí mohou navštěvovat lekce choreografie, dále lekce taneční techniky a lekce komunity dospělých, ve kterých se pravidelně schází a tančí také se svými opatrovníky. Mládež má své lekce kreativního pohybu a tance, dále lekce techniky a lekce choreografie. Nejmladší věková kategorie, kterou je juniorská skupina, také pravidelně trénuje, a to v lekcích kreativního pohybu a tance. *Magpie Dance* taktéž nabízí ve spolupráci s *Greenwitch Dance* lekce inkluzivního moderního tance. Tyto lekce jsou určeny pro dospělé od osmnácti let s psychickým, mentálním či senzorickým postižením a bez postižení. Všechny lekce *Magpie Dance* jsou doprovázeny živou hudbou.

Španělská organizace *Danza Mobile* ve své taneční škole nabízí lekce, které jsou stejně jako v organizaci *Magpie Dance* organizovány podle skupin, do kterých jsou podle klíče tanečníci rozdělováni podle věku. Lekce fungují ve třech skupinách, první skupinu tvoří tanečníci od dvou do osmi let, druhou tanečníci od osmi do šestnácti a poslední od šestnácti let. Lekce jsou tedy přístupné každému jedinci s postižením od tří let, bez ohledu na stupeň postižení. Organizace nepřijímá osoby s agresivními projevy chování.

Lektor *Danza Mobile* dále popisuje nabídku tanečních setkání, které se týkají *Compañía Danza Mobile* a *Escuela de danza* (taneční škola), které jsou součástí organizace a fungují nezávisle na sobě. *Compañía de danza* pořádá lekce zaměřené na divadlo a tanec. Zaměříme-li se čistě na taneční formu a styl, jde o moderní tanec, balet a flamenco. Každý lektor ve svých hodinách využívá techniky, které se právě jemu zdají inkluzivní a vhodné pro danou skupinu lidí s mentálním postižením. Ve škole tance (*escuela de danza*) jsou lekce rozdělené podle věku, od 3 let.

Tabulka 2. popisuje frekvenci a délku nabízených tanečních setkání

POČET A DÉLKA SETKÁNÍ	
Proty Boty	• 1x/ týden; 2-3 hod
Balet Globa	• 1x - 2x/ týden
Bílá holubice	• 3x/ týden; po- 90 min, út -120 min, čt -135 min
DanceAbility Finland	• 1x - 2x/ týden; 2-4 hod/ týden
Magpie Dance	• Podle skupin - 1-5,5 hod/ týden
Danza Mobile	• 2x/týden; 120 min/týden

Budeme-li se zabývat frekvencí a délkou nabízených setkání, taneční skupina *Proty boty* své tréninky organizuje každý týden, konkrétně v úterý. Pravidelně se schází v brněnském divadle Barka, kde od 16 do 17 hodin probíhají individuální tréninky. Od 17 do 18 hodin mohou zájemci přijít na lekci integrovaného tance, který je zároveň otevřenou hodinou. Od 18 do 19 hodin se členové skupiny věnují přípravě a práci na tanečním představení. Setkání tedy probíhají jednou týdně v úterý, délka celé taneční sekce je 180 minut.

Balet Globa nabízí hodiny psychobaletu, ve kterých se setkává se svými klienty jednou až dvakrát týdně v Moravském divadle v Olomouci. Hodiny jsou pro klienty s mentálním a pohybovým postižením.

Bílá holubice organizuje tréninky v týdnu celkem třikrát. Konkrétně jde o pondělní trénink tanečnicků bez postižení, který probíhá od 17 do 18:30 hodin. V úterý je individuální a opakovací trénink od 17 do 19 hodin. Čtvrteční trénink celého souboru probíhá od 16:45 do 19 hodin.

Finská organizace *DanceAbility* pořádá hodiny každou neděli od 14 do 16 hodin, tyto lekce jsou určené všem zájemcům bez ohledu na postižení. Hodiny vyhrazené dětem probíhají každou druhou sobotu v měsíci, od 14 do 15 hodin. Organizace své účastníky tedy trénuje každý týden 2 hodiny a každý druhý týden 4 hodiny.

Setkání u *Magpie dance* jsou odvozeny od jednotlivých tanečních složek (skupin), které organizace rozděluje dle věku účastníků. Počet setkání je téměř u každé skupiny bohatý. Dospělí trénují choreografii v úterý od 10 do 12 hodin. Choreografii tato složka trénuje také ve čtvrtek od 13:15 do 15:15. Komunita dospělých se schází každou středu od 13:30 do 15

hodin. Mládež se ve svých pravidelných lekcích schází během středečního odpoledne, konkrétně od 16:30 do 18:30. Techniku si mládež trénuje ve čtvrtky od 11 do 12:30 hodin. Techniku taneční složka trénuje také sobotní dopoledne, od 9:30 do 10:30. Po této hodině mají také regulérní taneční lekci od 10:30 do 12:30. Junioři se schází spolu se složkou mládež v sobotu od 10:30 do 12 hodin.

Danza Mobile se ve své taneční škole (*escuela de danza*) schází se svými žáky dvakrát týdně. Každá skupina má tedy trénink celkem dvakrát v týdnu. Podle skupin probíhají tréninky konkrétně v pondělky a středy, případně v úterky a čtvrtky. Každé taneční setkání trvá 60 minut.

Lektor organizace dále uvádí, že tanečníci *Compañía de danza* mají svá setkání každé ráno a dopoledne. Jsou to lekce zaměřené na divadlo, tanec a jiné formy. Tyto hodiny probíhají každý všední den od 9:30 do 13:30. Škola tance (*escuela de danza*) pořádá své taneční lekce dvakrát týdně, s časovou dotací 60 minut a to podle skupin, jde konkrétně o pondělí a středu, anebo úterý a čtvrtky. Jde tedy o poměrně intenzivní „nálož“ tanečních tréninků a jiných aktivit, které mohou navštěvovat až už členové *Compañía de danza*, nebo žáci taneční školy. (*escuela de danza*)

Tabulka 3. popisuje cíle a vize jednotlivých seskupení a organizací

CÍLE	
Proty Boty	• Integrovaný tanec jako sociální projekt a plnohodnotná umělecká forma; • změna pohledu společnosti na toto taneční odvětví, respektování odlišností a bourání pomyslných bariér; • tvorba tanečního představení.
Balet Globa	• Otevřít klientům možnosti pohybu; • naučit klienty vnímat svou práci s tělem, zlepšení celkové pružnosti, ohebnosti těla, rozvoj hudebního cítění; • vedení klienta k motivaci a integraci do aktivního kulturního života; • tvorba choreografie a tanečních představení.
Bílá Holubice	• Tělesné a duševní otevření a uvolnění jedince; • umělecká profesionalizace členů s tělesným postižením; • vytvoření poloprofesionálního integrovaného uměleckého souboru; • tvorba představení a vystoupení.
DanceAbility Finland	• Transformace stereotypů ohledně toho, kdo je a kdo není schopen tančit.

Magpie Dance	• Zlepšení komunikačních dovedností; • zlepšení zdravotního stavu a péče o zdraví; • podpora pozitivní sociální interakce; • získání sebevědomí, posílení a ocenění osobnosti pomocí získaných zkušeností; • využití osobnostního, sociálního a uměleckého potenciálu prostřednictvím tance; • tvorba inkluzivních tanečních představení a projektů.
Danza Mobile	• Rozvoj integrace osob s postižením pomocí různých aspektů umění; • upevňování mostů mezi světem postižení a kulturou.

Každé seskupení a organizace uvádí odlišné cíle a vize svého působení. Můžeme však zaznamenat propojení a jistou míru vzájemné podobnosti mezi jednotlivými cíli.

Proty Boty cíl své práce vidí v integrovaném tanci, kterým usiluje o vytvoření sociálního projektu a zároveň plnohodnotné umělecké formy. Taneční skupina se snaží změnit vnímání společnosti, které se týká tohoto specifického tanečního odvětví. Směřuje k respektování odlišností a zároveň k bourání pomyslných bariér mezi tancem s postižením a bez postižení. Cílem tanečních setkání je konkrétně tvorba tanečního představení, které poté tanečníci prezentují veřejnosti.

Cíle sdružení *Balet Globa* se v mnohém shodují s cíli ostatních organizací, avšak díky terapeutické metodě, která je využívána během tanečních setkání, můžeme zaznamenat množství účinků, které úzce souvisí s cíli společnosti. Úkolem tanečních setkání je otevřít klientům možnosti pohybu, naučit je vnímat svou práci s tělem a zlepšit celkovou pružnost a ohebnost jejich těla. Hodiny psychobaletu, který je hlavní metodou *Baletu Globa*, směřují také k rozvoji hudebního cítění a vedou klienta k motivaci a integraci do aktivního kulturního života. Další cíle sdružení, kterými jsou například tvorba tanečních představení, můžeme úzce spojit s cíli a účinky psychobaletu, který je, jak už bylo řečeno, hlavní metodou, kterou sdružení využívá během svých setkání s klienty.

Bílá holubice usiluje o vytvoření poloprofesionálního integrovaného uměleckého souboru a zároveň o uměleckou profesionalizaci členů s tělesným postižením. Cílem tanečních setkání je tělesné i duševní otevření a uvolnění jedince, a tvorba tanečního představení a vystoupení.

Cílem *DanceAbility Finland* je transformace stereotypů společnosti, které jsou spojeny s předpojatostí lidí ohledně toho, kdo je a kdo není schopen tančit.

Magpie Dance se u svých klientů s mentálním postižením snaží zlepšit jejich komunikační dovednosti, zdravotní stav a péči o zdraví prostřednictvím tance. Cílem setkání je zároveň také podpora pozitivní sociální interakce, získání zdravého sebevědomí a ocenění osobnosti prostřednictvím získaných zkušeností. Společná taneční setkání umožňují lidem s mentálním postižením plně využít jejich osobností, sociální a umělecký potenciál prostřednictvím tance. Taneční lekce zároveň směřují stejně jako u *Proty Boty*, *Bílé holubice*, *Baletu Globa* a *Danza Mobile* k vytvoření inkluzivních tanečních představení a choreografií.

Vizí *Danza Mobile* je rozvoj integrace lidí s postižením pomocí různých aspektů umění. Dále můžeme mluvit o zpřístupnění a spojení postižení s kulturou. Tak jak sama organizace uvádí, jde o upevňování mostů mezi světem postižení kulturou.

Mimo již uvedené cíle, respondent z *Danza Mobile* uvádí snahu organizace, poukázat na významnou funkci umění, kterou je podpora kognitivního, společenského i osobního vývoje člověka a zároveň rozvoj jeho autonomie. Jde také o upozornění a zdůraznění toho, že v umění je diverzita a odlišnost běžná, a že i jiné s postižením jsou schopni zapojit se do kulturního a pracovního života. Jedním z dalších cílů *Danza Mobile* je také vytváření profesionálních uměleckých představení vysoké kvality.

6.1 Zodpovězení výzkumných otázek

V následujících řádcích se budeme věnovat zodpovězení a zhodnocení výzkumných otázek. Výzkumné otázky, které byly stanoveny v rámci tohoto metodologického šetření, vznikly na základě výše uvedeného výzkumného cíle.

Výzkumná otázka č.1: *Jakou nabídku tanečních setkání nabízí svým členům a případným zájemcům taneční seskupení a organizace?*

Každá ze skupin/organizací přistupuje k organizování svých lekcí odlišně. Lze říci, že všechny organizace se zaměřují na jedince i skupinu, avšak každá z vybraných skupin a organizací vnímá práci s individuem a skupinou jinak. Například české občanské sdružení **Balet Globa** nabízí lekce psychobaletu, který je specifickou terapeutickou disciplínou, kterou využívají ve svých tanečních hodinách. Můžeme tedy mluvit o lekcích, které ve své nabídce přímo tuto terapeutickou metodu nabízí a aplikují. Skupiny **Proty boty** či **Bílá holubice** naopak nenabízí a nevyužívají konkrétní metodu a nabízí lekce, které můžeme přirovnat spíše k duchu tanečních škol a tanečních skupin, jež pracují na umělecké tvorbě, která má své benefity a cíle a zároveň fungují jako jakési „taneční rodinky“, ve kterých se během setkání

tanečníci pravidelně setkávají v různých tanečních lekcích. **DanceAbility Finland** funguje zcela odlišně než české organizace, neboť je organizací, která nabízí lekce, které nesměřují k tvorbě tanečních představení ani vystoupení. Lekce jsou spíše na bázi společných inkluzivních a improvizčních prvků, během kterých se jedinci setkávají a obohacují. Organizace navíc pracuje s každým jedincem, který má zájem, bez ohledu na postižení, věk a taneční zkušenost. **Magpie Dance** má pestrou nabídku tanečních setkání a stejně jako **Danza Mobile** své žáky rozděluje do skupin podle věku. Dále mohou tanečníci navštívit lekce choreografie, kreativního pohybu či moderního tance, a to všechno za doprovodu živé hudby, kterou autorka práce vnímá jako významný benefit. Živá hudba může mít velký přesah do jiných než uměleckých forem. Účastníkům lekce může být inspirací, ale také stimulátorem emocí, které hrají u tance důležitou roli. Hudba je důležitým doprovodem tance, a mimo jiné může vyvolávat u lidí s mentálním postižením různé emoce a zároveň přinášet terapeutické účinky, které tato umělecká forma zajiště má a bylo by jistě zajímavé zkoumat tyto terapeutické účinky hudby společně s terapeutickými účinky tance. **Danza Mobile** taneční lekce poskytuje ve dvou samostatných strukturách. Jednou z nich je *Compañia Danza Mobile*, která má taneční hodiny pro své členy a tanečníky, kteří jsou zároveň zaměstnanci organizace. Jde o lekce, ve kterých profesionálně vyučují různé taneční styly a formy, jako například balet, moderní tanec, flamenco atd. Propojuje zároveň tento tanec s herectvím, hudbou a dalšími uměleckými odvětvími. Druhou strukturou je *Escuela de danza* neboli taneční škola, která funguje jako privátní zařízení. Rozděluje své žáky podle věku a lekce jsou nabízeny všem tanečníkům s tělesným a duševním postižením, bez ohledu na hloubku postižení. Strukturou setkání se **Danza Mobile** podobá klasické taneční škole, která nabízí svým zájemcům taneční lekce, v nichž využívá různých tanečních technik a stylů.

Výzkumná otázka č.2: Jaká je délka a frekvence tanečních setkání?

Délka a četnost tanečních setkání je rozlišena podle dnů, skupin a druhu tanečního setkání. **Proty boty** věnuje svým tréninkům každé úterý. Mluvíme o třech tanečních hodinách, ve kterých je každých 60 minut věnováno jiným aktivitám, konkrétně jde o hodinu individuálního tréninku, hodinu integrovaného tance a hodinu tvorby tanečního představení. **Balet Globa** funguje zcela jiným způsobem, a lekce klientů psychobaletu probíhají jednou až dvakrát týdně zvlášť pro tanečníky s mentálním či jiným postižením, a pro vozíčkáře. Otázka délky jednotlivých setkání zůstala v této analýze nejasná. Bílá holubice se svým tanečníkům věnuje tři dny v týdnu, délka tanečních setkání je různá. Pondělní tréninky tanečníků mají 90 minut, úterní 120 minut a čtvrteční 135 minut. **DanceAbility** pořádá své lekce jednou až dvakrát týdně. Každý týden v neděli probíhá lekce s časovou dotací 120 minut. Jednou za

čtrnáct dní mají trénink děti v sobotu, přičemž lekce má 60 minut. Délka a frekvence tanečních lekcí se může zdát proti ostatním organizacím a seskupením poměrně nízkou. Je třeba upozornit na jeden markantní rozdíl, který souvisí právě s četností a délkou setkávání **DanceAbility**. Tato organizace funguje v duchu inkluzivního tance a lekce jsou přístupné úplně každému, bez ohledu na to, zda má postižení nebo nemá postižení, bez ohledu na věk a taneční zkušenost. Na pravidelných lekcích se tedy schází všichni účastníci společně a tančí a pohybují se na základě metody improvizčního pohybu. Tato inkluzivní setkání s sebou tedy nesou jeden velký benefit, kterým je právě inkluzivní charakter setkání, což může být pro účastníky obohacující po psychické, duševní i fyzické stránce. Rozmanitost tanečních hodin **Magpie Dance** vytváří organizaci početnou a velkou nabídku tanečních lekcí. Celkem jde o 8 tanečních lekcí za týden, s rozličnou časovou délkou. Tréninky choreografie obvykle trvají 120 minut, komunita 90 minut, technika 90-120 minut. Délka setkání se odvíjí od skupiny a charakteru daného setkání. *Compañía Danza Mobile* se s členy a tanečníky setkává každý pracovní den v dopoledních a obědových hodinách, konkrétně od 9:30 do 13:30. V taneční škole (*escuela de danza*), která má své žáky rozděleny do skupin podle věku, se žáci pravidelně setkávají se svými lektory, a to dvakrát do týdne, podle skupin. V pondělí a středu či v úterý a čtvrtek. Jednotlivá setkání trvají 60 minut.

Výzkumná otázka č.3: *Jaké jsou cíle či vize organizací a seskupení?*

Termínem, který vystihuje a spojuje cíle všech organizací a seskupení naší analýzy, je integrace. Integrace jedinců s mentálním nebo jiným postižením do společnosti, do světa umění a kultury. Jde o vzájemnou spolupráci lidí bez postižení a lidí s postižením, kteří spolu a vedle sebe vzájemně fungují a využívají pro své účely a působení uměleckou disciplínu, kterou je tanec. Může jít o vytvoření jakési specifické umělecké formy, kterou je tanec lidí s mentálním postižením. Lze mluvit také o zvláštní formě, kterou je tanec, jenž spojuje dvě skupiny – skupinu lidí s postižením a skupinu lidí bez postižení. Tyto dvě skupiny se však během svého společného působení stávají jednou skupinou, která funguje na plnohodnotné spolupráci členů dané skupiny. Funguje-li skupina tímto způsobem, lze mluvit o inkluzivním systému, jenž uplatňuje například finská organizace **DanceAbility**, ve které jsou vítány a plnohodnotně uplatňovány a využívány schopnosti lidí s postižením a rovněž lidí bez postižení. **Magpie Dance**, stejně jako již zmíněné finské **DanceAbility**, se ve svém působení zaměřuje a snaží vyhledávat vždy schopnosti neboli „ability“ jedince, nikoliv neschopnost neboli disabilitu jedince. Můžeme tedy mluvit zároveň o respektování odlišností a bourání bariér, které jsou tvořeny mezi uměleckým světem intaktních jedinců a jedinců s postižením.

Mimo integrované pojetí cílů organizací a skupin lze mluvit o dalších konkrétních cílech. Jedním z těchto cílů je tvorba tanečního představení, které je vizí skupiny **Proty boty** nebo **Bílé holubice**. **Bílá holubice** dokonce usiluje o vytvoření poloprofesionálního uměleckého seskupení, které by tvořili profesionální herci s postižením. Ve svých lekcích také usiluje o duševní a emocionální otevření a uvolnění jedinců. Organizace, která pracuje se svými klienty formou psychobaletu, **Balet Globa**, směřuje své klienty k vnímání jejich vlastního těla a pohybu, ke zlepšení celkové pružnosti těla a rozvoji hudebního cítění. Cíle organizace můžeme jistě spojit s cíli a účinky psychobaletu, které jsme popsali v teoretické části této bakalářské práce, a u klientů s mentálním postižením lze mluvit o terapeutických účincích, které jim tato metoda přináší. Pro **Magpie Dance** je vizí využití potenciálu a schopností lidí s mentálním postižením prostřednictvím tance, které vede ke zvýšení a posílení sebevědomí. Zároveň jde o podporu rozvoje sociální interakce, zlepšování komunikačních schopností a zlepšení zdravotního stavu jedince. Vizí **Danza Mobile** je zejména zapojení lidí s postižením do společnosti a kultury, a to zásluhou rozmanitých uměleckých forem, kterým se lidé s postižením aktivně věnují a které sami také vytváří. Cílená umělecká činnost podporující kognitivní, osobní a společenský vývoj a autonomii jedince prostřednictvím umění. V menší míře se snaží organizace poukázat také na to, že v umění nejsou limity a různorodost je vítaná a běžná. Navíc lidé s postižením jsou schopni zapojení se do pracovního i uměleckého života.

7 DISKUZE

V této kapitole se autorka zamýšlí nad zhodnocením a limity výzkumného šetření. Zpětně hodnotí teoretickou i praktickou část, výsledky výzkumného šetření, které doplňuje doporučením pro praxi.

7.1. Zhodnocení práce

Praktická část se věnovala analýze tří českých tanečních seskupení a tří zahraničních organizací, u kterých je hlavním nástrojem pro práci s lidmi s mentálním postižením tanec. Snažili jsme se o zanalyzování internetové nabídky těchto seskupení a organizací a následnou interpretaci získaných dat. Konkrétně jsme se zaměřili na nabídku tanečních setkání, jejich délku a frekvenci, a dále na cíle samotného seskupení či organizace. Naplnění tohoto cíle se nám podařilo, i přes omezení, která internet po obsahové stránce bezesporu má. Kromě obsahové analýzy internetových stránek jsme využili také analýzu rozhovoru, kterou jsme doplnili o získané informace z analýzy webových stránek. Díky využití obou metod jsme mohli dojít ke zjištění, že informace, které jsme se dozvěděli na základě osobního kontaktu se zaměstnancem a lektorem organizace *Danza Mobile*, uvádí přesnější a bohatší výpověď o práci organizace a jejím fungování v taneční sekci. Avšak v případě organizace *Danza Mobile* můžeme bezesporu mluvit o poměrně velké snaze poskytnout světu a případným zájemcům klíčové informace o organizaci a jistě by pro opravdové zájemce bylo nejvýhodnější organizaci kontaktovat telefonicky či elektronicky nebo organizaci přímo osobně navštívit. Informace, které světu nabízí, můžeme proto označit za validní, což nemůžeme s jistotou říci o dalších organizacích a seskupeních, které byly předmětem šetření. Díky analýze jsme zjistili, že každá z organizací a seskupení nabízí rozdílné možnosti tanečního uplatnění a uplatňuje jinou formu organizace tanečních setkání. Díky poznatkům z teoretické části práce jsme došli k potvrzení toho, že většina organizací uvádí, že během svých lekcí využívá techniky a formy tance, které jsme v teoretické části práce popsali. Organizace a seskupení se ve svých vizích a cílech střetávají a sjednocuje je zejména integrační charakter práce s jedinci s mentálním postižením. Zároveň všechny organizace a seskupení kromě *DanceAbility Finland* směřují k vytvoření tanečních představení, které mají zajistit také jinou než jen estetickou hodnotu a nejen lidem s mentálním postižením přináší významnou přidanou hodnotu.

7.2. Limity studie

I když se autorce povedlo odpovědět na stanovené výzkumné otázky a cíl výzkumného šetření, mnohokrát během vypracování bakalářské práce narážela na limity. Hlavním limitem výzkumného šetření je nekomplexnost internetových dat a informací, které poskytují jednotlivé organizace a seskupení na svých webových stránkách. Autorka původně chtěla čerpat také z rozhovorů a informací, které by jí seskupení či organizace poskytly jinou cestou, než je internet, ale to bohužel kvůli problematické komunikaci a následné časové tísní nebylo možné. Dalším limitem je také validita získaných dat a následná analýza a interpretace. Nejsme schopni s jistotou říci, zda jsou informace, které poskytují seskupení a organizace na svých webových stránkách, pravdivé a výstižné. Pouze u organizace *Danza Mobile*, u které jsme validitu mohli ověřit díky rozhovoru, lze říci, že organizace poskytuje pravdivé a přesné informace. Autorka navíc toto výzkumné prostředí poměrně dobře zná a má přehled o tom, jak organizace funguje.

Z těchto výše uvedených důvodů je pro případné zájemce o taneční setkání, ať už s mentálním postižením či bez něj, jistě přínosnější organizace a seskupení kontaktovat či dokonce osobně navštívit.

7.3 Doporučení pro praxi

Autorku během výzkumného šetření napadlo množství alternativ a technik, které by mohly organizace a seskupení využít pro svou uměleckou práci s lidmi s mentálním postižením. Některé z nich popsala v teoretické části práce a ráda by s těmito technikami pracovala v budoucnu v některé z organizací či seskupení, či tyto techniky využila pro diplomovou práci. Napadla ji také nepřítomnost ukotvení práce a místa působnosti organizací a seskupení. Nelze s jistotou říci, zda se jedná čistě o taneční školy, sociální službu, charitativní organizaci nebo terapeutické zařízení. S jistotou však můžeme říci, že pojetí tance ve zkoumaných organizacích a seskupeních jistě svou formou terapeutické účinky svým klientům přináší.

ZÁVĚR

Tato bakalářská práce se věnovala různým podobám tance, který je využíván v umění a terapii lidí s mentálním postižením. V první části práce jsme seznámili čtenáře s pojmem mentální postižení, s jeho specifiky a osobností člověka s mentálním postižením. Dále jsme popsali tanečně-pohybovou terapii, dozvěděli jsme se, co ji odlišuje od terapeutického tance a uvedli jsme její formy a cíle. V další části jsme se věnovali disciplínám, které jsou na rozhraní terapie a umění, a jsou často spojovány s jedinci s mentálním postižením. Na závěr teoretické části práce jsme se krátce zabývali dvěma tanečními formami, jimiž jsou balet a moderní tanec, ze kterých čerpá mnoho dalších tanečních forem a stylů.

Druhá část bakalářské práce se věnuje výzkumnému šetření, ve kterém jsme se věnovali kvalitativní analýze nabídky vybraných tanečních seskupení a organizací, které se zabývají tancem s mentálním postižením. Tato nabídka byla analyzována na základě internetové dokumentace vybraných organizací a seskupení. Zajímalo nás konkrétně to, jaké taneční setkání jsou nabízeny, jaká je jejich frekvence a délka a jaké jsou cíle organizací či seskupení, které tyto setkání nabízí. Tuto analýzu internetové dokumentace jsme doplnili o rozhovor s členem, lektorem a profesionálním tanečníkem organizace *Danza Mobile*. Praktická část této práce by mohla být vodítkem pro zájemce o inkluzivní podobu tance, pro jedince s mentálním postižením, kteří se chtějí podílet na svém kulturním a aktivizačním rozvoji prostřednictvím tanečního umění. Může být také inspirací pro jiná seskupení či organizace, které chtějí pracovat nebo již aktivně pracují s lidmi s mentálním postižením. Výsledky výzkumného šetření by autorka ráda využila ve své diplomové práci, ve které by se chtěla věnovat hlubší analýze vybraných organizací a v níž by také chtěla analyzovat či vytvořit specifika práce s mentálním postižením v rámci tanečního umění.

POUŽITÁ LITERATURA A ZDROJE

BARTENIEFF, Irmgard.: *Dance Therapy – A New profession or a Rediscovery of an Ancient Role of the Dance*. Dance Scope 7, 1992.

ČÍŽKOVÁ, Klára. *Tanečně-pohybová terapie*. Praha: TRITON, 2005. ISBN 80-7254-547-7.

DARLING KHAN, Susannah a Ya' A cov DARLING KHAN. *Léčení pohybem*. 1. Praha: Maitrea, 2012. ISBN 978-80-87249-37-6.

DOLEJŠÍ, Mojmir. *K otázkám psychologie mentální retardace*. 1. Praha: AVICENUM, 1973, s. 38.

DOSEDLOVÁ, Jaroslava. *Terapie tancem*. 1. Praha: Psyché, 2012. ISBN 978-80-247-3711 9

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 1. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava, 2008. ISBN 978-80-223-2391-8

HÁTLOVÁ, Běla. *Kinezioterapie, pohybová cvičení v léčbě psychických poruch*. 1. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0719-0.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 3. vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0219-6.

KLOUBKOVÁ, I. *Výrazový tanec v ČSR*, Praha, Brno (1918-1945), 1. vyd. Praha: St. ped. nakl., 1989.

KOČÍ, Bedřich. *Malý slovník naučný*. 1. Praha: Nakladatel B. Kočí, 1925.

KRATOCHVÍL, Stanislav. *Základy psychoterapie*. 6. Praha: Portál, 2012, s. 15. ISBN 978-80-262-0302-5.

KRÖSCHLOVÁ, Jarmila. *Výrazový tanec*. 1. Praha: Orbis, 1964. ISBN 80-7068-106-3.

MEEKUMS, Bonnie. *Dance Movement Therapy*. 1. London: SAGE publications, 2002. ISBN 0-7619-5766-9.

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1362-4.

MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. ISBN 80-244-1075-3.

MÜLLER, Oldřich. *Terapie ve speciální pedagogice*. 2., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4172-7.

NÁVRATOVÁ, Jana a Roman VAŠEK a kol. *Tanec v České republice*. 1. Praha: Institut umění Divadelní ústav, 2010. ISBN 978-80-7008-241-6.

PAYNE, H., *Kreativní pohyb a tanec: ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-213-0.

PIPEKOVÁ, J. et al. *Kapitoly ze speciální pedagogiky*. 3. Brno: Paido, 2010. od s. 401 s. ISBN 978-80-7315-198-0.

RŮŽIČKA, Michal a Martin Dominik POLÍNEK. *Úvod do studia dramaterapie, teatroterapie, zážitkové pedagogiky a dramiky: učebnice pro specializované studium pro prevenci sociálně patologických jevů*. Olomouc: P-centrum, c2013. ISBN 978-80-905377-1-2.

ŠICKOVÁ-FABRICI, Jaroslava. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-616-0.

ŠVARCOVÁ, I. *Mentální retardace: vzdělávání, výchova, sociální péče*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003. 192 s. ISBN 80-7178-821-X.

ŠVARCOVÁ, I., *Mentální retardace*. Praha: Portál, 2011, 224 s. ISBN: 978-80-7367-889-0.

ŠVINGALOVÁ, D.: *Úvod do psychopedie*. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2003. 107 s. ISBN 80-7083-696-2.

TAMTÉŽ, str. 184

VÁGNEROVÁ, M., *Psychopatologie pro pomáhající profese*. 4. vyd. Praha: Portál. 2008. ISBN 978-80-7367-414-4.

VALENTA, Milan a Martin Dominik POLÍNEK. *Dramaterapie a teatroterapie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. ISBN 978-80-244-3685-2.

VALENTA, Milan a Oldřich MÜLLER. *Psychopedie*. 3. Praha: Parta, 2007. ISBN 978-80-7320-099-2.

VALENTA, Milan a Oldřich MÜLLER. *Psychopedie*. 5. Praha: Parta, 2013, s. 495. ISBN 13: 978-80-7320-187-6

VALENTA, Milan, Jan MICHALÍK a Martin LEČBYCH a kol. *Mentální postižení v pedagogickém, psychologickém a sociálně-právním kontextu*. 1. Praha: Grada, 2012, s. 352. ISBN 978-80-247-3829-1.

VALENTA, Milan. *Dramaterapie*. 4., aktualiz. a rozš. vyd., V nakl. Grada 2. Praha: Grada, 2011. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-3851-2.

Všeobecná encyklopedie ve čtyřech svazcích. 1. Praha: Nakladatelský dům OP, 1998. ISBN 80-85841-31-2.

VYMĚTAL, Jan. *Úvod do psychoterapie*. 1. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2667-0.

ZEDKOVÁ, Iveta. *Tanečně pohybová terapie*. 1. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2012. ISBN 978-80-244-3185-7.

INTERNETOVÉ ZDROJE

Bílá Holubice [online]. Ostrava, 2011 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <http://www.bila-holubice.cz/kdo-jsme/>

Česká asociace taneční a pohybové terapie TANTER [online]. 2012 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <http://www.tanter.cz/tpt/definice/>

DanceAbility Finland [online]. Helsinki, 2018 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <http://danceabilityfinland.com/daf/vision.html>

Danza mobile [online]. Sevilla, 2016 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <http://danzamobile.es/escuela-de-danza/>

Magpie Dance [online]. Wales, 2018 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <http://www.magpiedance.org.uk/about-us/>

Naše činnost. Balet Globa o.s [online]. Olomouc, 2015 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <https://www.balet-globa.com/nase-cinnost/>

Proty Boty [online]. Brno, 2015 [cit. 2018-04-15]. Dostupné z: <https://www.protyboty.cz/kdo-jsme-a-co-delame>

Contemporary. STAGE Taneční nebe nad Prahou [online]. Praha [cit. 2018-06-10]. Dostupné z: <http://www.stagepraha.cz/o-studiu/tanecni-styly/contemporary/>

SEZNAM TABULEK

Tabulka č.1

Tabulka č.2

Tabulka č.3

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č.1 Transkript rozhovoru

Příloha č.1- Transkript rozhovoru

D: Mohl bys mi říct co je *Danza Mobile*?

A: Je to zaměstnanecké centrum, protože ve spolupráci s regionální vládou pracuje s lidmi s mentálním postižením. V odpoledních hodinách je to také soukromá škola, kam docházejí jak malé děti, tak lidé v důchodovém věku. A za třetí je to společnost inkluzivního umění. To jsou tři hlavní náplně této společnosti, které spolu však zároveň úzce souvisí...

D: Jaký je tedy koncept *Danza Mobile*, co lidem poskytuje?

A: Ve své oblasti je *Danza Mobile* ve Španělsku dalo by se říci jedinečnou společností. Běžně totiž společnosti, jež pracují s lidmi s mentálním postižením, jsou nějaké výrobní – např. vyrábějí propisky. Ovšem co se týče umění, jsou ve Španělsku pouze dvě takové společnosti a jednou z nich je právě *Danza Mobile*. Lidé v ní tedy nevykonávají pouze nějakou mechanickou činnost. To, že *Danza Mobile* dosáhla takového statusu, jaký má, je něco velmi ojedinělého. Zároveň to znamená, že žáci musí působit v *Danza Mobile* jako pracující (zaměstnanci). A to je pro ně ten úžasný kruh, jak vidíš, protože se na jednom místě mohou osobnostně rozvíjet a zároveň být v zaměstnání. Ti, jenž nedocházejí osobně do společnosti, mohou například prodávat nějaké plastické výrobky, oblečení. Také máme ve společnosti žáky, kteří se zabývají hudbou nebo píšou povídky o svém vlastním životě a o svém okolí. Když to shrneme, z celkových přibližně třiceti lidí, jenž k nám dochází, asi polovina v naší společnosti zároveň pracuje a vydělává peníze. To je tedy také důvod, pro který tato společnost původně vznikla.

D: Dobře, řekněme, že jsem holka s mentálním postižením, a chci tančit v *Danza Mobile*. Co mi tato společnost může nabídnout? Jaké typy lekcí?

A: Dobře. Každé ráno/dopoledne máme mnoho různých lekcí. Jedná se jak o divadlo, tak o tanec. Pokud jde o tanec, jedná se o současný tanec/contemporáneo, balet a flamenco. Ale také vedeme hodiny divadla/herectví, hodiny hudby, hodiny *storytellingu* a také lekce týkající se psychologie, povídání si, mezilidských vztahů, sexuality, malování, šití a tak dále. To by tak bylo k tomu okruhu témat. Každý den probíhají tyto lekce od 9.30 do 13.30.

D: Také vím, že odpoledne u vás probíhají nějaké hodiny tance – pro děti, pro dospělé...

A: Ano, ano. To je to, co už jsem říkal, odpoledne se jedná o ty (zaměstnanecké hodiny). Tyto hodiny jsou tedy soukromé.

D: Aha, takže to je ta škola tance.

A: Ano, škola tance. Ta není tak intenzivní, děti například docházejí jednou nebo dvakrát do týdne, protože mají spoustu jiných povinností a koníčků. Tyto hodiny se zaměřují tedy výhradně na tanec a docházejí tam děti již od 3 let, ale také dospělí. Do skupin lidi rozdělujeme podle věku.

D: Jaká je frekvence těchto tanečních lekcí?

A: Dvakrát týdně po jedné hodině. Pondělí a středa, anebo úterý a čtvrtek.

D: Vrátime se zpátky, obecně jaké jsou cíle *Danza Mobile* jako organizace?

A: Na jednu stranu se jedná o začlenění lidí s nějakým mentálním postižením do společnosti, a to prostřednictvím umění. Dále jde také o to ukázat, že umění podporuje kognitivní, osobní i společenský vývoj každého jedince a také jeho autonomie. V menší míře nám jde také o to ukázat, že v rámci umění je běžná různorodost různých lidí a zároveň, že i lidé s postižením jsou schopni zapojit se do pracovního života.

D: Aha, dobře. A jaké je pojetí inkluzivního tance v konceptu *Danza Mobile*?

A: Dobře, co se týká inkluzivního tance – jde o tanec, jenž poskytuje mechanismy k tomu, aby se celý svět/kdokoli na světě mohl vyjádřit skrze své tělo a pohyb. Tento tanec není normální, nejde pouze o opakování, nejde o to držet tělo tak či onak. Jde o vyjádření skrze své vlastní tělo. A to my splňujeme. V *Danza Mobile* mají lidé možnost se svobodně vyjádřit. Já totiž vidím svět tance jako někdy až příliš profesionalizovaný, kdežto *Danza Mobile* nabízí něco trochu jiného. Myslím si, že právě díky těmto lidem, se kterými spolupracujeme, se tanec obecně stal mnohem zajímavějším. Je to velmi obohacující.

D: Jak tedy pracuješ s tanečnicí ve svých lekcích? Využíváš nějaké konkrétní formy a techniky?

A: No, techniky, jež používáme jsou vlastně ty, které se líbí mně jako tanečnickovi. Když se líbí mně jako tanečnickovi, použiji je i ve svých lekcích, protože v ně věřím. Například bych já osobně nepoužil balet, jelikož není mým oborem, a navíc mi nepřipadá inkluzivní. Já využívám například *contemporáneo* (moderní tanec), protože to vyžaduje poslouchat, cítit. Já

jim nastíním nějaký pohyb, obraz, pustím nějakou hudbu a lidé si na to sami vymýšlejí své pohyby. Dále upřednostňuji také trochu jógy nebo taichi na rozehrání nebo také občas divadlo.

D: A užíváte nějaké techniky tanečně-pohybové terapie?

A: Ne, neužíváme, protože *Danza Mobile* ve své podstatě jde proti samotnému slovu terapie. Tahle formulace se nám nelíbí, jelikož si myslíme, že tanec a umění je vždy terapeutickou pomůckou. Tyto dvě oblasti jsou vzájemně propojeny a není nutno do názvu přidávat ještě to samotné slovo „terapie“. Terapie je tam obsažena vždy – během malování, během toho, co si povídáš s kamarádem – to je také terapie. Ovšem není nutno to neustále zdůrazňovat.

D: Dobře, ale cítíš nějaké vlivy, změny a terapeutické účinky, které má na lidi tanec? A o jaké vlivy/změny se konkrétně jedná?

A: Ano. Sebeúcta. Otevíráš se ostatním, ukazuješ, kým jsi. Lepší mezilidské vztahy – když lépe znám sám sebe, jsem schopen přijít za tebou a naše konverzace je najednou plynulejší. Dále také lepší fyzická kondice a koordinace. Jde o posílení emoční, psychologické i fyzické – tyto tři složky jsou podle mého názoru velmi propojené. Všimáme si, že jsou lidé stále více a více sami sebou, po mnoha stránkách mají větší sebevědomí než dříve, jsou schopni vykonávat o hodně víc činností. Vidíme to porovnání s lidmi, jenž přijdou poprvé. Neumí se verbálně vyjádřit, neumí tančit, celkově se neumí vyjádřit. No a postupnými kroky začínají získávat na osobní síle a sebevědomí. Sami začnou říkat „teda, jak já jsem se změnil/a“. A nemění se jen zde, jde to na nich vidět také doma nebo ve škole.

D: To je skvělé. Přejdeme k jiným formám. *Compania Danza Mobile* se skládá mimo jiné také z divadla. Ovšem, jde přímo o divadlo, nebo se jedná o tanec v rámci divadla?

A: Je to víc tanec v rámci divadla. Ten základ je vždy především pohyb. *Danza Mobile* se zároveň neustále rozšiřuje – tak, aby se každý člověk našel v „tom svém“. Například mu řekneme „poslouchej, ty moc dobře netančíš, ale za to máš skvělý hlas, budeš se více hodit na *storytelling*“.

D: Dobře. A co se týče konkrétního cíle divadla v rámci *Danza Mobile*, jde o prezentaci nějakého představení?

A: Ne divadla, ale společnosti. Jedním z cílů společnosti je produkovat umělecká představení, která budou mít vysokou, profesionální kvalitu. *Danza Mobile* vyjíždí se svými představeními do Turecka, Palestiny, Itálie, Francie, Německa, Anglie, Belgie, Argentiny, Mexika a tak dále.

D: Takže ta představení jsou profesionální.

A: Ano. Když se podíváš na stránky *Danza Mobile*, uvidíš tam, že právě teď je čtyři nebo pět vystoupení na turné.

D: A z jakých členů se skládá celý tým *Danza Mobile*?

A: Zaprvé, všichni učitelé jsou profesionálové, ve všech oblastech. Naše společnost si vždy vybírá lidi, kteří mají za sebou nějakou profesionální kariéru. Zároveň je třeba, aby byli profesionálové nejen ve svém uměleckém oboru, ale také na pedagogické úrovni. Vysoká úroveň v jejich vlastním oboru je však základním předpokladem. A další část společnosti tvoří psychologové. Ti jsou také velmi důležití, hodně s našimi lidmi mluví, motivují je, baví se často o každodenních věcech, o konkrétním fungování „venkovního“ světa. Ale převážnou část tvoří jednoznačně umělci, těch je dejme tomu třeba dvanáct, kdežto psychologové jsou dva.

D: Ano, ano. A osoby s postižením nejsou součástí týmu (vedení)?

A: Ne, nemám tam nikoho s postižením. Myslím si, že to je proto, že ... no, máme tam jednu učitelku, která je téměř slepá a dává lekce. Například, když já chybím, tak mě může vždy zastoupit. Co se týče ostatních, jsou třeba výborní tanečníci, ale nejsou tak dobří řečníci, nemají takové verbální vyjádření. Někdy jsme dělali workshopy (dílky) tak, že někteří kluci předváděli ty taneční pohyby a já jsem k tomu mluvil. Oni sami preferují spíš jen předvádět, mluvit moc nechtějí. Takže když já vedu lekci, hodně mluvím, říkám, co mají dělat a někdo to vedle mě zároveň ukazuje/vyjadřuje.

D: Dobře. Chci se ještě zeptat, co znamená *Danza Mobile* pro lidi s postižením? Mluvíte o těchto lidech jako o tanečnících a umělcích, nebo jako o lidech s postižením?

A: Mluvíme o nich jako o profesionálech tanečnících s postižením. Tančí například spoustu let, takže jsou již rozhodně profesionálními tanečníky, ale zároveň jsou to také lidé s postižením. Není to to samé. Během toho, co jsou na lekci, jsou to žáci a žákyně. Během toho, co jsme na turné, jsou to kolegové, protože tančí společně se mnou. Tančíme spolu, dostáváme za to stejně peněz, máme stejný kontrakt. A co pro ně znamená *Danza Mobile*? Pro ně je to všechno. Je to zároveň rodina, povolání, jsou to často partnerské vztahy. Někteří k nám začali chodit třeba ještě v předškolním věku, dejme tomu okolo čtyř nebo pěti let, následně do *Danza Mobile* chodit na nějakou dobu přestali kvůli svým školním povinnostem.

Ovšem v určitém věku už neměli možnost dále docházet do škol, kde by se pracovalo s lidmi s postižením, a tak se do naší společnosti zase vrátili. Takže je to rodina, je to práce ...

D: Je to zároveň i styl života, nebo ne?

A: Ano, ano. Je to tak. Zaprvé, umění je velmi globální. Zadruhé, zacházíme s těmi lidmi jako s kompletními osobnostmi, dělají tady spoustu věcí, tráví mnoho času, je to styl života, je to způsob myšlení, je to forma bytí. Sdělují nám tady své problémy – jak profesní, tak osobní, v rodině atd. Jsme pro ně vlastně něco jako rodiče, je v tom hodně psychologie.

D: Mockrát Ti děkuji za rozhovor.

ANOTACE

Jméno a příjmení: Dominika Bartošová

Název práce: Využití tance v umění a terapii u lidí s mentálním postižením

Název v angličtině: The Use of Dance in Art and Therapy for People with Mental Disability

Vedoucí práce: Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D

Katedra nebo ústav: Ústav speciálněpedagogických studií

Obor: Speciální pedagogika-dramaterapie

Počet stran: 59

Počet příloh: 1

Rok obhajoby: 2018

Klíčová slova: mentální postižení, mentální retardace, tanečně-pohybová terapie, tanec, terapeutický tanec, inkluzivní tanec, psychobalet, teatroterapie, organizace, exprese, tanečně-pohybové divadlo, moderní tanec, balet

Anotace práce:

Bakalářská práce pojednává o využití tance v umění a terapii u lidí s mentálním postižením. Zaměřuje se na organizace a seskupení, které pracují různými formami tance a tanečního umění s lidmi s mentálním postižením. Cílem je analýza nabídky a vizí těchto organizací a seskupení.

SUMMARY

Name and surname: Dominika Bartošová

Title: The Use of Dance in Art and Therapy for People with Mental Disability

Supervisor: Mgr. Martin Dominik Polínek, Ph.D

Institute: Institute of Special Education Studies, Faculty of Education, Palacký University Olomouc

Specialization: Special Education-drama therapy

Pages: 59

Attachments:1

Year of defence: 2018

Key words: mental disability, mental retardation, dance and movement therapy, dance, inclusive dance, psychobalet, teatrotherapy, organization, expression, dance movement theatre, contemporary dance, ballet

Summary: The bachelor thesis discusses the topic of the use of dance in art and therapy for people with mental disability. It focuses on the organizations and groups working with different forms of dance and dance art for people with mental disability. The aim of this thesis is the analysis of the offer and visions of these organizations and groups.