

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

KATEDRA VÝTVARNÉ VÝCHOVY A KULTURY

DOTEK – TERAPEUTICKÝ ÚČINEK KERAMICKÉ TVORBY
DIPLOMOVÁ PRÁCE

Bc. Helena Kaasová

Učitelství výtvarné výchovy pro střední školy a ZUŠ

Vedoucí práce: Mgr. Naděžda Potůčková

Plzeň, 2023

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 20. června 2023

.....
vlastnoruční podpis

Děkuji především Mgr. Naděždě Potůčkové za vedení mé diplomové práce a zejména za vstupenku do světa keramické tvorby. Tato práce by nikdy nemohla vzniknout bez mé rodiny, které patří ten největší dík za nekonečnou podporu, pochopení a pomoc s péčí o moji životní lásku.

ANOTACE

Diplomová práce sestává ze souboru pěti keramických stolních nádob tvořených technikou vymačkávání z hroudy. Zápisky z průběhu tvorby pak dokládají autoterapii a subjektivně hodnotné aspekty modelování z hlíny. Teoretická část popisuje význam doteku, haptického vnímání a hmatových stimulů, jakožto základních lidských potřeb, důsledky jejich nedostatečného nasycení a možnosti suplementace tohoto deficitu, včetně možnosti modelování z hlíny. Dále se práce zabývá arteterapií, terapií keramickou tvorbou, jejími relaxačními nebo léčebnými účinky a přibližuje metodu Práce v hliněném poli®. Téma doteku, hmatového vnímání a tvorby nádob bylo ve výukové hodině zprostředkováno žákům základní umělecké školy, a je popsáno, včetně přípravy, v didaktické části práce.

KLÍČOVÁ SLOVA

Dotek, hmatové vnímání, arteterapie, keramická tvorba, užité umění, stolní nádoby

ANNOTATION

The diploma thesis consists of a set of five ceramic tableware made using the technique of squeezing. Notes from the process of creation provide evidence of a self-therapy and a subjective aspect of ceramic creation. The theoretical part describes the importance of touch, haptic perception and tactile stimulation as basic human needs, the consequences of their insufficient saturation and the possibility of supplementing this deficit, including clay modeling. The thesis also explores art therapy, therapy through ceramic creation, its relaxing or healing effects, and approaches the method of Work at the Clay Field®. Touch, tactile perception and the creation of ceramic tableware was conveyed to students and this lesson is described in the didactic part of the thesis.

KEYWORDS

Touch, tactile perception, art therapy, ceramic work, applied art, tableware

OBSAH

ÚVOD	2
1 TEORETICKÁ ČÁST	3
1.1 DOTEK V LIDSKÉM ŽIVOTĚ.....	3
1.2 ARTETERAPIE	9
1.2.1 Materiály v arteterapii.....	12
1.2.2 Modelování z hlíny.....	13
1.2.3 Arteterapie se zrakově postiženými	18
1.2.4 Práce v hliněném poli®	19
2 PRAKTICKÁ ČÁST	25
2.1 VÝBĚR TÉMATU	25
2.2 POSTUPY, TECHNOLOGIE A MATERIÁLY	26
2.3 AUTOTERAPIE KERAMICKOU TVORBOU	35
2.4 UMĚLECKO-HISTORICKÝ KONTEXT	38
2.4.1 Adam Železný	38
2.4.2 Jana Krejzová	39
2.4.3 Ivan Jelínek	40
2.4.4 Martina Žilová.....	41
2.4.5 Arkadiusz Szwed	41
2.4.6 Kintsugi	42
2.4.7 Bouke de Vries.....	43
3 DIDAKTICKÁ ČÁST.....	44
3.1 DIDAKTICKÁ PŘÍPRAVA VÝUKOVÉ HODINY	44
3.2 POJMOVÁ MAPA.....	45
3.3 PŘEDSTAVENÍ TÉMATU VÝUKOVÉ HODINY.....	45
3.4 PŘÍPRAVA PRŮBĚHU HODINY.....	47
3.5 REFLEXE FÁZÍ VÝTVARNÉHO ÚKOLU	49
3.5.1 Motivace	49
3.5.2 Hlavní aktivita	50
3.5.3 Reflektivní diskuze	55
3.6 ZAKOTVENÍ TÉMATU V RVP ZUV	57
3.7 ZAKOTVENÍ TÉMATU V ŠVP	59
3.8 ZAKOTVENÍ TÉMATU V TP	60
3.9 DALŠÍ NÁMĚTY VÝTVARNÝCH ÚLOH	60
ZÁVĚR.....	63
RESUMÉ	65
SEZNAM LITERATURY	66
SEZNAM OBRÁZKŮ	70
PŘÍLOHY	I

Úvod

Dotek a tvořivost jsou v lidském životě základní biologické potřeby. Existuje přímý vztah mezi nimi a duševním zdravím člověka. Potřebu doteku s potřebou tvořit propojuje a současně naplňuje keramická tvorba, čímž se stává cennou možností, jak životní spokojenost člověka pozitivně ovlivňovat, případně léčit již vzniklá psychická a fyzická onemocnění.

Člověk touží po dotýkání, bytostně potřebuje ohmatat svět kolem sebe a jeho diverzitu. Tím ho poznává a učí se v něm pohybovat. Stejně tak potřebuje kontakt s druhým člověkem. Dotek je zdroj prožitků, mezilidský dotek významný spouštěč emocí. Dotekem nejenže vnímáme okolí – vnímáme i sami sebe.

V teoretické části této práce popisují fyziologii hmatu, důležitost hmatových stimulů a doteku v životě člověka od početí až do stáří, důsledky nenaplnění těchto potřeb a účinky terapie dotekem. Přibližují obor arteterapie, důležitost lidské potřeby tvořit, léčebný i preventivní potenciál umění a zastavují se u psychoterapeutické metody Práce v hliněném poli®, která propojuje dotek, arteterapii a práci s keramickou hlinou, tedy i všechny podstatné složky této diplomové práce.

Praktická část sestává z tvorby souboru pěti keramických stolních nádob technikou vymačkávání z hroudy, jejichž tvar definují tisíce otisků mých prstů a doteků. Během modelování jsem se soustředila nejen na dosažení dobrého tvaru, ale zejména na proces tvorby, který ilustrují mé zápisky dokládající autoterapii, vlastní prožitky z průběhu a subjektivně hodnotné aspekty keramické tvorby.

V didaktické části tematicky navazují na hmatové vnímání, dotek a tvorbu keramických nádob a tato témata zprostředkují žákům ve výukové hodině, kterou představují právě v didaktické části diplomové práce.

1 TEORETICKÁ ČÁST

1.1 DOTEK V LIDSKÉM ŽIVOTĚ

Největším sensorickým orgánem, i největším orgánem lidského těla vůbec, je kůže. Kůže pokrývá celý povrch těla, může dosahovat plochy až dvou metrů čtverečních a tvoří bariéru organismu před vnějším prostředím – chrání ho před zevními vlivy, patogeny, nárazy – je první linií obrany. Současně ale člověku umožňuje vnější svět vnímat a být jeho součástí, a to díky četným nervovým zakončením. Na kůži jsou kladeny velké nároky – musí být dostatečně pevná a pružná, aby bránila vnitřní prostředí, propustná vůči vodě a teplu, aby zajistila termoregulaci a zbavovala se nežádoucích látek, a zároveň dostatečně citlivá, aby reagovala i na nejjemnější doteky a podněty. Právě tím posledním zastává také funkci komunikační. a mnohdy tento způsob komunikace dokáže sdělit víc než komunikace verbální. (Marshall Editions Limited 1992, s. 47)

Hmat sestává z řady různých smyslových receptorů reagujících na dotek, teplotu, tlak, bolest, vibrace, pohyb a polohu kloubů a svalů. Tato nervová zakončení přijímají signály z okolí a vysílají je do center nervového systému v mozku, které tyto signály dešifrují – v mozku jsou všechny informace z receptorů spojeny v jeden hmatový vjem. Zároveň kůže svou barvou, texturou, hydratací, vitalitou nebo třeba suchostí vyjadřuje signály vnitřního světa – kůže odráží psychický i fyzický stav člověka. Strachem bledneme, studem se červenáme, dehydratací kůže praská, věkem se krabatí. Hmatové receptory se na různých částech lidského těla liší svojí hustotou – nejméně se jich vyskytuje na zádech a nejvíce na konečcích prstů a rtech. Části s největší hustotou jsou pak zároveň nejcitlivější vůči hmatovým podnětům. Hmatem vnímáme povrch, hloubku, tloušťku, tvar. (Montagu 2004) Náš mozek rozlišuje mezi dotykem s předmětem, intrapersonálním dotykem a interpersonálním dotykem.

Dotek je způsob neverbální komunikace. Dotýkáním se vyjadřujeme emoce a vztah k protějšku. Mezilidské doteky jsou vždy spojeny s prožitkem a mohou vyvolat silné emocionální zážitky od příjemného uklidnění a bezpečí po nepříjemnou úzkost a stres. To platí i pro ten nejkratší dotek od jiné osoby. (Gallace a Spence 2010) Laskavý dotek vyjadřuje pozitivní přijetí druhého člověka či dokonce lásku, nepříjemný dotek může být projevem nesouhlasu, odmítnutí. Interpersonální dotek rozvíjí sociální vztahy. Pro různé lidi

může stejný dotek znamenat jiný zážitek a může být jinak porozuměn. Dotek je konán vždy v přítomném okamžiku s okamžitou reakcí na něj. Nelze ho nijak uložit na později. Zpřítomňuje naše prožívání. (Štěrbová 2016)

V životě člověka je hmat prvním komunikačním prostředkem. Už plod v děloze komunikuje s matkou dotekem skrze děložní stěny a hmatovými receptory vnímá vlastnosti plodové vody. Hmat se vyvíjí jako první z pěti lidských smyslů a je funkční už ve chvíli, kdy se sluch a zrak teprve vyvíjet začínají. Čtrnáctitýdenní plod vnímá dotek celým povrchem svého těla.

Dotek je základní lidskou potřebou. Lidé se rodí s bytostnou potřebou dotýkat se, vnímat rozmanitost a krásu tvarů, povrchů, s touhou ohmatat svět, ve kterém se učí pohybovat. Hmatové vjemy ovlivňují růst a vývoj organismu. Porodem se novorozenec přestěhuje z osamělosti vodního prostředí, kde jsou plně zajištěny veškeré jeho potřeby, do atmosférického a sociálního prostředí. Dítě je závislé na doteku, roste a sociálně se vyvíjí prostřednictvím fyzického kontaktu a v kontaktu s druhými lidmi je po celý svůj život. (Montagu 2004)

Ashley Montagu (2004) tvrdí, že stejně jako zvířata olizují svá mláďata po porodu, aby jim pomohli s vyprázdněním, neboť absencí stimulace zejména oblasti mezi řitním otvorem a pohlavním orgánem zvířata umírají na selhání urogenitálního nebo gastrointestinálního systému, i děložní kontrakce představují řadu masivních kožních podnětů nezbytných pro aktivaci životních funkcí děťátka a pro jeho přežití mimo dělohu. Kontrakce dělohy stimulují periferní sensorické nervy v kůži dítěte, které jsou dále vedeny do centrálního nervového systému a z něj následně inervují orgány (dýchací systém, trávicí soustavu, vylučovací systém, nervový systém).

Hmatová stimulace dítěte by měla pokračovat bezprostředně po porodu a dlouhou dobu po něm. Dítě matku potřebuje nejen vidět, ale hlavně hmatem cítit, a to co největší plochou těla. Položení dítěte na tělo matky bezprostředně po porodu až do chvíle, kdy se samo přisaje k prsu, tzv. bonding čili blízký, časný a ničím nerušený kontakt „kůže na kůži“, podstatně ovlivňuje utvoření bezpečné vztahové vazby mezi dítětem a matkou. Takový intimní tělesný kontakt zvyšuje sekreci oxytocinu u matky i dítěte, hormonu, který uklidňuje, snižuje stres a tím i pláč a spoluvytváří vztahovou vazbu, tedy zvyšuje pocit

bezpečí, usnadňuje poporodní adaptaci, usnadňuje přisátí k prsu, nástup laktace, posiluje mateřské chování, má termoregulační a imunologickou funkci a snižuje riziko poporodních depresí u matek. Fyzický kontakt je významným regulátorem schopnosti člověka pečovat o dítě. Děti, které mají možnost vytvořit bezpečnou vztahovou vazbu s primární pečující osobou disponují silnější sociálně-emoční schopností, kognitivními funkcemi a fyzickým i duševním zdravím oproti dětem s nejistým attachmentem. (Mazúchová et al. 2021)

Matka a dítě jsou dva lidé, kteří se vzájemně potřebují. Matka potřebuje dítě stejně, ne-li více, jako dítě potřebuje ji. Bondingem a sáním dítěte, tedy hmatovou stimulací a produkcí oxytocinu, se placenta odděluje od dělohy, vypuzuje se, děloha se zavinuje, celkově se urychluje zotavení matky a také dítě rychleji přibírá na váze.

Prs pro novorozence znamená z hlediska výživy náhradní pupeční šňůru a placentu, ale z emocionálního a vztahového hlediska i připoutání jednoho k druhému. Početná nervová zakončení v oblasti rtů kojence reagují na stimulaci, čímž se rty stávají jeho prvním prostředkem komunikace s vnějším světem a ústa slouží k objevování ještě dlouhou dobu poté. Sání z prsu a komunikace skrze matčinu teplou pokožku je první sociální zkušenost. Takto je saturována raná přirozená potřeba fyzického kontaktu. (Montagu 2004) Časté kojení miminka plní účel, který přesahuje výživu – poskytuje maximální fyzický kontakt, uspokojování emocionálních a psychických potřeb jako je uklidnění, blízkost, a dokonce i eventuální tlumení bolesti. Hovoříme o nenutritivním sání, které se přirozeně během kojení střídá s nutritivním sáním, které sytí hlad. (Křivohlavá 2015) Že za vazbou mezi matkou a dítětem nestojí pouze biologická potřeba výživy, ale také potřeba doteku a citové vazby prokázal i Harry Harlow ve svém známém výzkumu. Jedná se o jeho pokusy s mláďaty makaků v sociální izolaci. Izolovaná mláďata dávala přednost zkonstruovaným látkovým modelům matek před drátěnými modely, bez ohledu na to, zda modely poskytovaly potravu či nikoliv. (Koutná a Vobořil 2021)

V kontaktu s tělem matky dítě rozvíjí vědomí vlastního těla a tento vztah tvoří první vztah v životě dítěte. Je to první vztahový vzor, který se otiskuje do všech vztahů následujících a do dalších sociálních interakcí v životě, ale i do vztahu k vlastnímu tělu. Adekvátními reakcemi pečující osoby na potřeby dítěte získává děťátko pocit, že jsou to jeho signály, které dokáží uspokojit jeho potřeby, čímž se stává i nadále aktivním a snaží se

dosahovat svých cílů. Ranné hmatové vjemy utváří naše vzpomínky a řídí naše budoucí chování. (Montagu 2004)

Další Harlowovy experimenty prokázaly, že pokud mláďata nemohou být v kontaktu s vrstevníky, ani mateřská láska není dostačující pro správný vývoj mláďat. Mláďata potřebují obojí. Jistý vztah s matkou definuje další schopnost navázat vztahy s vrstevníky a rozvíjet sociální schopnosti. (Koutná a Vobořil 2021)

Hmatatelnost matky je pro dítě zdrojem klidu. Člověk nemůže věřit v realitu, které se nemůže dotknout, potřebuje hmatatelné důkazy o její existenci. Dotek nás zpřítomňuje, zastavuje v okamžiku, který by jinak bez povšimnutí uplynul. Někdy se potřebujeme od druhého nechat „štípnout“ pro ověření, že opravdu jsme přítomni. Když člověka něco vizuálně zaujme, cítí velkou touhu to prozkoumat také hmatem – dotekem zjistit jaké hmatové vlastnosti daná věc má. v galerii máme občas chuť po důsledném vizuálním prozkoumání artefakt ohmatat prsty, vnímat jeho strukturu, akcentovat smyslový zážitek. Dotek je ověření a potvrzení reality. (Montagu 2004)

Malé děti upřednostňují vnímání hmatem před vizuálním vnímáním. Důkazem mohou být kresby od narození nevidomých dětí, které se v raných fázích kresebného vývoje obsahově podobají kresbám zdravých dětí. (Perout, 2005, s. 56-57)

Hmat je fascinujícím smyslem – jakmile se dotkneme něčeho z vnějšího světa, automaticky se dotýkáme sami sebe, prožíváme své vlastní já. Cítíme okolí i sami sebe zároveň. Dotýkáme se a tím jsme dotýkáni.

Deprivace hmatové potřeby, stejně jako deprivace jakékoli jiné potřeby, způsobuje nepohodlí, úzkost, chřadnutí.¹ Láskyplná hmatová stimulace je primární potřebou, která musí být naplněna, má-li se vyvinout zdravá lidská bytost. (Montagu 2004) Nenaplněná

¹ Už v roce 1921 Frederick S. Hammett pozorováním krys zjistil, že z výzkumné kolonie, která byla pracovníky hlazena a mazlena, zemřelo po odebrání štítné žlázy a příštítných tělísek 13 % jedinců, zatímco z druhé kontrolní kolonie, které se pracovníci dotýkaly pouze náhodně během krmení a čištění, zemřelo po stejném zákroku 79 % jedinců. Také jejich chování bylo nápadně jiné – dotýkaná zvířata byla mazlivá, uvolněná a klidná, kdežto druhá skupina byla bojácná, agresivní a kousala. Krysy, které byly mazleny, se cítily bezpečně v rukou svých pečovatelů, ale i v rukou neznámých lidí. (Montagu 2004)

potřeba doteku v dětství ústí v poruchy attachmentu, poruchy sociálního chování, emoční poruchy, v agresivitu, pasivitu, úzkostnost, deviace a další. Deficit doteků v dětství se týká například dětí z kojeneckých ústavů a dětských domovů a má neblahý vliv na kognitivní i emocionální vývoj. Pokud dítě trpí nedostatkem doteků, navazuje úzký vztah s tím, co má po ruce – s hračkou, plyšákem, plenou. Tímto se však učí, že zdrojem životního uspokojení nejsou lidé a vztahy, ale věci. Šťastné dětství bývá zdrojem celoživotní psychické síly.

Pro děti a jejich vývoj je nezbytná také diverzita hmatových stimulů – potřebují se štourat v blátě, cákat ve vodě, stavět z písku, kamínků, hlíny, lézt po stromě, házet listí, balit se do záclon a podobně. (Můj dřívější projekt Hřiště v blátě² je založen právě na tomto principu, viz příloha 1 a 2) Deficit hmatových zážitků se může později transformovat do agrese vůči okolí ale i do autoagrese. Zraňováním sebe sama dochází k patologickému zjišťování, zda opravdu jsem nebo se mi tenhle svět jen zdá.

A potřeba doteků trvá po celý život. v dospělosti se jen bohužel často bojíme vyjádřit svůj zájem dotekem. Deficit doteků způsobuje apatii, depresi, útlum, ztrátu chuti k jídlu, emocionální chřadnutí. (Šicková 2016) Člověk ve stáří, zvláště pak pokud je závislý na lidské podpoře nebo selhávají ostatní smysly, potřebuje obejmutí, pomazlení, potřesení rukou. Potřebuje pochopení, respekt, potřebuje cítit, že je hoden lásky a pozornosti. Dotekem jako

² Hřiště v blátě je útočiště pro lidi žijící ve městě, kteří postrádají smyslový kontakt s přírodními materiály. Jednotlivé oblasti hřiště jsou tvořeny čistými přírodními původními surovinami – vodou, kamením, pískem, hlínou, jílem. Děti i dospělí si na hřišti mohou legálně hrát v blátě, stavět, modelovat, tvořit. Hřiště poskytuje výrazný a stimulující smyslový zážitek. Oblasti propojují dřevěné můstky, chodníčky a lavičky. v bahenních lázních je umístěna bahenní skluzavka, v oblasti jílu lidé mohou modelovat i u modelovacího stolu. Návštěvníci se mohou vykoupat v říčce nebo se osprchovat ve veřejných venkovních sprchách. Toalety a technické zázemí jsou zabudovány v kopci. Občerstvení je připraveno v baru na písčité pláži. Areál s nočním osvětlením je přístupný až do večerních hodin. Hřiště hlídá správce, udržuje ho ve formě a předchází vandalismu, avšak přirozená přestavba dětmi je nejen dovolená, ale přímo žádoucí. Její míra je stanovena neovlivněnou funkčností a trvanlivostí hřiště. Voda je čerpána z řeky, je přečištěna a následně říčním ramenem protéká skrze celé hřiště, vydatnou zelení se vzrostlými stromy a na konci se vrací zpět do řeky. Hřiště je situováno na klidném, ale velmi dobře dostupném místě na Roudné, kousek od centra Plzně, směrem k Boleveckým rybníkům. Zásadní pro projekt je řeka Berounka. Ta je kvůli bezpečnosti z jedné strany oplocena. Koryto říčního ramene je bezpečné a mělké, avšak dohled rodičů u malých dětí je samozřejmý.

emocionálním spouštěčem lze stárnoucího člověka vytrhnout z izolace, komunikovat s ním, vyjadřovat náklonost a potvrzovat jeho důležitost.

Náš technologicky vyspělý svět znamená úbytek haptických zkušeností a zážitků ve prospěch vizuálních a sluchových. Komunikace je závislá především na smyslech „na dálku“ – na zraku a sluchu. Upozadění kteréhokoliv ze smyslů zplošťuje vnímání reality, čímž s ní ztrácíme kontakt. (Montagu 2004) Hmatové a čichové podněty často necháváme bez povšimnutí. Očichávání a ohmatávání je ve společnosti zcela nepřijatelné. Postupně se tak stáváme méně a méně dotykoví. (Perout 2005, s. 51) Tělesný kontakt a gesta tvoří důležitou součást výměny informací v našich každodenních mezilidských interakcích. Tyto aspekty zcela mizí v telefonních hovorech, na sociálních sítích a v internetové komunikaci. (Gallace a Spence 2010) Spoléháme se na komunikaci čistě verbální. Přitom je komunikace dotekem mocným prostředkem k navazování vztahů. Uctivý dotek znamená lidskost a lásku.

Vliv virtuální reality na člověka je tedy nezpochybnitelný a zcela jistě má i svá negativa. Některé děti nedokáží rozeznat mezi jejich reálným životem jako jedinečnou příležitostí a životem virtuálním, nahraditelným. Modelování z hlíny může být pozitivní intervencí jak dětem zvědomit zapomenutou třetí dimenzi a také budovat jejich vztah k manuální práci a tvořit haptické subjektivní zážitky individuálního prožívání. (Šicková 2016)

Touch Research Institut, výzkumný ústav založený v roce 1992 v Miami, jako první na světě zkoumal výhradně účinky doteku na podporu lidského zdraví, léčby nemocí a aplikaci doteku ve vědě a medicíně. Ústav zveřejňuje výsledky z více než sta svých studií a závěry jednoznačně vypovídají o pozitivních účincích terapie masáží. Ústav například zjistil, že masážní terapie usnadňuje přibírání na váze u předčasně narozených dětí, snižuje bolest, snižuje stresové hormony, zlepšuje imunitní funkce, zmírňuje příznaky deprese, zvyšuje pozornost a další. (Touch Research Institute 2023a)

Mnoha z těchto účinků je dosaženo snížením stresových hormonů. Výzkumy například uvádějí, že ženy s mentální anorexií, kterým byla ke standardní léčbě poskytována masážní terapie dvakrát týdně po dobu pěti týdnů, měly nižší hladiny kortizolu a uváděly méně stresu, úzkosti a vyšší spokojenost se svým tělem oproti kontrolní skupině léčené bez

masážní terapie. Jiná studie prokázala zvýšení imunitních buněk (NK buněk – Natural Killer Cell, které jsou přední linií imunitního systému) a pokles kortizolu u HIV pozitivních mužů po měsíční masážní terapii. (Touch Research Institute 2023b)

Tiffany Field, ředitelka Touch Research Institutu, tvrdí, že už pouhým rozpohybováním vlastní pokožky (cvičením, procházkou, procházkou naboso v trávě, automasáží pokožky hlavy, obličeje, osprchováním atd., tedy i modelováním z hlíny) jsou stimulovány tlakové receptory v kůži, čímž lze do jisté míry kompenzovat nedostatek interpersonálních hmatových podnětů, ačkoliv ne tak účinně jako dotekem s blízkou osobou. (Kale 2020) Automasáž, masáž vlastního těla, může být metodou k uvědomění vlastního těla, ale i ke zvýšení jeho senzitivity, prokrvení, protažení a aktivity. (Potměšilová et al. 2021) v momentě, kdy například hladíme psa, pohybujeme i svou vlastní kůží a zažíváme tlakovou stimulaci. Z masáže má tedy užitek jak masírovaný, tak masér. (Gallace a Spence 2010)

Stimulací tlakových receptorů se vysílají zprávy do bloudivého nervu v mozku, který je spojen s většinou orgánů v těle. Když se aktivita bloudivého nervu zvyšuje, nervový systém se zpomalí, srdeční frekvence a krevní tlak se sníží, mozkové vlny se uklidní, stresové hormony (kortizol) se sníží a oxytocin se zvýší. Zvýší se také hladina serotoninu, přirozeného determinantu deprese a bolesti. (Kale 2020)

„Velmi vhodný způsob, jak stimulovat hmatovou citlivost nebo kompenzovat už v minulosti zanedbaný deficit hmatových vjemů, je právě modelování z hlíny.“ (Šicková 2016, s. 244)

1.2 ARTETERAPIE

Arteterapie je psychoterapeutický obor, který ve svých postupech využívá výtvarného projevu klienta jakožto léčebného prostředku, prostředku k podpoře zdraví nebo k sebezrovoji. Výtvarný proces pomáhá překonat zdravotní, psychické, vztahové potíže a poznávat a integrovat osobnost, a to v terapeutickém trojúhelníku klient-výtvor-arteterapeut. Výtvarná tvorba může člověku nabídnout způsob komunikace, který nepotřebuje sofistikovanou řeč, a přesto může mít silnou výpovědní hodnotu. Taková

komunikace je neverbální, symbolická. Pocity, představy, obavy, přání a další terapeuticky významné obsahy vyjadřuje nepřímou, čímž může být únosnější a „měkčí“ než komunikace verbální. Významný je terapeutický účinek výtvarného posunu klienta metaforicky zobrazující posun v léčbě obtíží. Arteterapii nejde primárně o konečné dílo a estetickou kvalitu, ale zejména o proces tvorby. (Case a Dalley 1995) Oblast arteterapie, která pracuje s léčebným a sebeozdravným účinkem výtvarné tvorby samotné, tedy tvorby bez následné reflexe a verbálního psychoterapeutického zpracování se nazývá terapie uměním (art for therapy). Již samotný proces výtvarného vyjadřování tedy může být terapeutický. Naopak reflexe a interpretace vzniklého díla je přítomna u oblasti zvané artpsychotherapie (artpsychotherapy) a pomáhá odhalovat symbolické a tím i psychické významy. Nezastupitelná je v terapeutickém procesu také role arteterapeuta a jeho schopnost zprostředkovat klientovi zdravý mezilidský vztah. (Co je arteterapie 2023)

Výtvarný projev můžeme chápat jako vnitřní obraz autora – reflektuje jeho momentální emoční vyladění i osobnostní charakter a osobní témata (Lhotová a Perout 2018). Arteterapie klade důraz na zážitkový, sebezkušenostní a sebepoznávací rozměr uměleckých procesů. Sebepoznávání je jednou z hlavních priorit arteterapie – v momentě kdy skryté významy, výtvarné symboly a metafory dostanou konkrétní vizuální nebo haptickou podobu, lze je pozorovat z nadhledu, čímž se stávají srozumitelnější a člověk tak dokáže lépe porozumět sám sobě a svým emocím. Už samotné sebepoznání a pochopení sebe samého tedy zahrnuje potenciál terapeutického účinku. Snahou o pochopení svého problému, nemoci či hendikepu a jeho smyslu se člověk stane aktivním činitelem svého života. Klient by měl skrze cílenou arteterapii získat odvahu experimentovat s výtvarnými technikami, ale zároveň nalézat nové způsoby řešení ve svém životě. Šicková (2016) poukazuje na cíl arteterapie obnovit přirozené dispozice člověka být kreativní, spontánní, komunikativní bytostí chápající život v souvislostech a smysluplně prožívající život.

Potenciálem umění je léčit, hodnotná je však i jeho schopnost působit preventivně ve smyslu naplňování základní lidské potřeby, a to potřeby tvořit. Tvořivý proces ventiluje emoce, čímž umožňuje vnitřní očištění a naplnění. (Šicková 2016) Uspokojení tvořivé potřeby člověka je zároveň aktem mentální hygieny, uvolněním tenze, prevence destruktivního chování a zmírnění psychické zátěže (Lhotová a Perout 2018). Výraz

l'art pour la santé bychom mohli přeložit jako umění pro zdraví a vyjadřuje nejen léčivý, ale i preventivní potenciál umění. Takové umění má ambice v člověku vyvolat hledání spirituality, smyslu života, důstojnosti, naděje, harmonie, ozdravení své bytosti a vztahů s lidmi. Výtvarně se vyjadřovali dokonce i lidé v koncentračních táborech (mj. se v tomto období obor arteterapie začal rozvíjet). Tvůrčí proces má tedy terapeutickou sílu dokonce i v extrémních, život ohrožujících podmínkách a významně přispívá k tomu, aby člověk zůstal šťastný i v těžké životní situaci nebo v nemoci. „umění zachraňuje životy, přenáší člověka díky imaginaci na jiné, bezpečné místo, přináší naději, krásu a spiritualitu tam, kde je smrt, ponižování, agresivita, bolest a odloučení.“ (Šicková 2016, s. 48) Tvořivost buduje sebevědomí, důstojnost, uzdravuje. Arteterapie může být nápomocna ve smyslu mentální hygieny až po léčbu traumatického zážitku. Děti i dospělí mají prostor prostřednictvím umění bezpečně projevat celou škálu emocí. Uměním se člověk přibližuje ke svým pocitům a problémům, ty patologické ventiluje přetvořením do výtvarného díla. Umění je metaforou, která často odhaluje pravdu. Kanalizací pocitů lze nacházet klid a smíření. Například hněv lze ventilovat kresbou, malbou a velice dobře prací s hlinou. „Hlína je velice vhodný materiál pro svou velkou expresivně-vypovídající hodnotu, nese v sobě možnosti pohybu, změny, destrukce i integrace.“ (Šicková 2016, s. 121)

Verbální komunikace je pomíjivá, výtvarným uměním vzniká hmatatelný čin. Umění je nástroj neverbální komunikace a dokáže zprostředkovat myšlenky slovy nevyjádřitelné. Lze se tímto způsobem domluvit i s lidmi, kteří verbálně nekomunikují. Mezi individuální cíle arteterapie patří:

- „uvolnění, sebezkušenosti a sebevědomí,
- vizuální a verbální organizace (uspořádání) zážitků,
- poznání vlastních možností,
- přiměřené sebehodnocení,
- růst osobní svobody a motivace,
- svoboda pro experimentování při hledání výrazu pocitů, emocí nebo konfliktů,
- rozvoj fantazie,

- nadhled,
- celkový rozvoj osobnosti.“ (Šicková 2016, s. 111)

Sociální cíle:

- „vnímání a přijetí druhých lidí,
- vyjádření uznání jejich hodnoty, jejich ocenění,
- navázání kontaktů,
- zapojení do skupiny a kooperace, komunikace, společné řešení problémů,
- zkušenost, že druzí mají podobné zážitky jako já,
- reflexe vlastního fungování v rámci skupiny, pochopení vztahů, vytváření sociální podpory.“ (Šicková 2016, s. 111-112)

1.2.1 MATERIÁLY V ARTETERAPII

Arteterapeuticky cenná je také variabilita a možnost výběru z široké škály výtvarných materiálů. Materiály jsou sensorickými stimulanty. Každé výtvarné médium má své možnosti, vlastnosti, omezení, limity. Tyto limity lze metaforicky chápat i jako limity člověka-tvůrce a jeho schopnosti a kapacity.

Hlína je materiál ideální pro práci s prostorovou představivostí a chápání světa v souvislostech. Je poddajná, měkká, dovoluje opravy. Malbu prsty lze využít k odreagování, uvolnění napětí, relaxaci. Tvrdé trojrozměrné materiály volí trpěliví tvůrci inklinující k systematické práci vyžadující myšlení několik kroků dopředu. v arteterapii tedy není možné vybírat materiál náhodně. Většina dětí, a dokonce i dospělých, si dovedou užít hru s pískem. Dotek s příjemným a jemným pískem je haptická zkušenost směřující k uvolnění napětí a zatuhlého myšlení. v Německu arteterapeuti pracují s bedýnkou naplněnou pískem, ve které klienti budují svůj svět. „Práce s pískem, podobně jako práce s hlínou, se děje přes taktilní vnímání, které stimuluje nervová zakončení v konečcích prstů i na celém povrchu kůže a pomáhá tak klienta senzibilizovat.“ (Šicková 2016, s. 233) Písek, stejně jako hlína, nepotřebuje pro výtvarné zpracování žádné další nástroje, postačí vlastní

ruce. Meditativní a koncentrační účinek práce s pískem nebo hlínou tak ústí v terapeutický efekt.

Zpracování dřeva v arteterapii vyžaduje značnou zručnost a systematické plánování. Stejně jako u kamene, ani u dřeva nelze chybný krok zahladit bez důkazů a nehodí se tak ke spontánní tvorbě, jako to umožňuje hlína. Arteterapie proto dřevo nevyužívá příliš často, nicméně má tento materiál přednosti ve svém přírodním původu, energii, vlastnostech a také charakteristické vůni, která podněcuje smyslovou stimulaci – čichem lze probudit dlouhodobou a krátkodobou paměť, což může být významný prvek například u osob s problémy s pamětí.

Arteterapie také využívá skla a jeho vlastností, které jsou v mnohém podobné lidské bytosti. Je to jeho krása, praktičnost, tvrdost, síla a současně křehkost, slabost a zranitelnost. Je nutné dbát na bezpečnost a samozřejmě ani práce se sklem není vhodná pro všechny klienty. Výběr tohoto materiálu vyžaduje pečlivé zvážení, odpovědnost a dostatečnou zkušenost arteterapeuta. Skleněné střepy se podobně jako hliněné střepy dají použít pro ozdravnou metodu restrukturalizace – vytvoření něčeho nového z něčeho starého. (Šicková 2016) v arteterapii lze samozřejmě využívat i dalších trojdimenzionálních a mnoha plošných materiálů. Já se budu dále v této práci soustředit na práci s keramickou hlínou.

1.2.2 MODELOVÁNÍ Z HLÍNY

Keramická hlína je fascinující prapůvodní materiál. Zem kopaná z větší hloubky než 125 cm je sterilní. Léčení zemí je staré snad jako lidstvo samo, jílové obklady a bahenní zábaly zmírňují otoky, teplotu, urychlují hojení ran. Při vnitřním užití dokáže jíl absorbovat toxické látky a odvést je z těla ven. (Zentrich 2002) Jíly jsou součástí kosmetických i farmaceutických přípravků. Stejně jako dokáže hlína léčit tělo, dokáže léčit bolesti duše. Hlína dokáže uzemnit obrovskou energii blesku v zemi, stejně jako vztek, smutek, výčitky, konflikty, přepětí nebo radost člověka, který ji vezme do rukou. Šicková (2016, s. 241) popisuje benefity práce s hlínou:

- „prolomení bariér strachu;

- jako materiál nahrazující verbální komunikaci;
- pro eliminování agresivního chování;
- pro rozvíjení představivosti, trojdimenzionálního vnímání;
- pro vytváření prostoru pro nadhled jako zázemí pro změnu postojů k sobě i k ostatním;
- posiluje sebevědomí;
- je médiem kompenzace chybějícího, resp. poškozeného smyslu (nevidomí, slabozrací);
- působí relaxačně a rehabilitačně u lidí s narušenou jemnou motorikou;
- dětem s mentálním handicapem dává možnost konkrétního tělesného vnímání a tím pochopení mnohých souvislostí, které jsou pro ně v grafické nebo verbální formě složitou abstrakcí.“

Šicková (2016, s. 251-252) uvádí z arteterapeutického hlediska hodnotné vlastnosti modelování z hlíny:

- modelování jako jedinečná možnost sebevyjádření;
- možnost změny tvaru a opravy chyb bez důkazů;
- zážitek úspěchu i u dětí méně zdatných v kresbě nebo malbě;
- posílení sebevědomí a sebehodnocení;
- vyjádření vlastního prožívání a pozitivní rekonstrukce zkušeností;
- zpracování hlíny jako analogie k možnosti přetváření a modelování vlastního života a utváření nových možností;
- utvoření představy nevidomých osob o prostorových a proporcionálních souvislostech;
- pro hendikepované osoby je snazší vyjádřit figuru vymodelováním z hlíny nežli kresbou nebo malbou, dosahují vyspělejšího znázornění lidské postavy (oproti hlavonožcům v kresbě, či dokonce neschopnosti ruce a nohy vůbec připojit k hlavě,

mají figury z hlíny tělo i krk), modelování pomáhá utvářet vlastní sebeobraz, tvůrce se učí zažít své tělo;

- během modelování je současně možná terapie vadného držení těla – arteterapie spojená s pohybovou terapií působí synergicky, modelování působí uvolňujícím způsobem na svalový tonus;
- tělesná stimulace;
- projekce – výtvar je obrazem autorovy psychiky.

Modelování může být významnou náhradou řeči. Některé děti verbálně vůbec nekomunikují, ale z hlíny dokážou vytvořit celý svůj svět – lidi, zvířata, stromy, města...

Modelováním lze vedle preventivního účinku a podpory zdraví také cíleně pozitivně působit na různé druhy fyzického a psychického onemocnění. Je to vhodná arteterapeutická technika pro mentálně postižené, kteří si modelováním utvářejí body image – vnímání a uvědomování vlastního těla, které je důležité pro budování odpovídajícího sebevědomí a sebehodnocení. Modelující člověk získává haptickou zkušenost, jeho tělesnost je stimulována, uvědomuje si prostorové a proporční souvislosti, svaly jsou v napětí.³ Podobně i zdravého člověka modelování přibližuje k jeho, v dnešní době často odcizené, tělesnosti.

³ Šicková (2016, s. 141) popisuje kazuistiku mentálně i fyzicky retardované Ivanky, které je 25 let, má postiženou jemnou motoriku, těžkou skoliózu, těžce chodí, je malé postavy jakoby bez těla. Její zálibou je kreslení a hlavně modelování. Výtvarný projev je na úrovni tří až čtyřletého dítěte. Kreslí stále stejné hlavonožce a modeluje sluníčka – kuličky s paprsky. Během jednoho arteterapeutického setkání přinesly studentky měkké bílé záclony a závěsy, do kterých Ivanku a kamarádky zabalily. Oblékly tak celá svá těla, dokonce i nohy a hlavu. Z Ivanky se stala princezna. Ivanka zářila štěstím. Její postižení se ztratilo. Celou dobu ji terapeutka povzbuzovala, aby rukama hladila celé své zabalené tělo a vnímala ho. Následně se Ivanka vysvlékla ze závojů a usedla ke stolu s hlínou. Na instrukci „vymodeluj sebe“ Ivanka poprvé v životě vymodelovala postavu, která má všechno – hlavu, krk, ramena, trup, nohy. Jak doplňuje Šicková „Ivanka už není hlavonožec. Ivanka je lidská bytost, člověk, jenž si je vědom své hodnoty.“ (Šicková 2016, s. 141)

Tělesně postiženým nabízí modelování z hlíny důležitou hmatovou stimulaci. Rehabilituje jemnou motoriku, směřuje od pasivity k aktivitě, posiluje sebevědomí a utváří autentický sebeobraz. Děti zažívají úspěch, protože ty, které nejsou v kresbě příliš zdatné, jsou v modelování odvážnější, čímž posilují svoji sebedůvěru a pozitivní sebehodnocení. Hrdost, kterou evokuje hotové, hmatatelné dílo, dokončené vypálením a glazurou, může odstartovat další aktivní tvůrčí činnost.

Také arteterapie s dětmi s autismem se snaží o kompenzaci narušené verbální komunikace, hmatovou senzibilizaci a vyjádření nahromaděných pocitů. Šicková (2016) popisuje, jak skrze zprostředkovaný dotyk prolomit častý strach autistických dětí z modelování: „Beru do rukou trochu hlíny, formuji z ní kuličku, podržím ji chvíli v rukou a podávám ji Tomášovi. Tomáš se najednou odhodlává vzít ji do rukou, jako by přirozeně akceptoval tento zprostředkovaný dotyk skrze ruce druhého člověka.“ (Šicková 2016, s. 154)

Arteterapie může být také prevencí syndromu vyhoření a podpůrnou terapií pro osoby v pomáhajících profesích (speciální pedagogy, lékaře, psychoterapeuty...). Arteterapií lze ventilovat napětí, přepětí, tíživá témata profesní i osobní. Arteterapie zde má formu relaxace, uvolnění, katarze, pomáhá udržovat v profesi hranice.

Arteterapie může být obzvlášť významná v dětských domovech, kde „pomáhá dětem eliminovat důsledky citové deprivace, emocionální poranění a traumatické události a umožňuje pedagogům a terapeutům nahlédnout do aktuálních problémů dětí.“ (Šicková 2016, s. 116)

Arteterapie se seniory pomáhá oživovat krátkodobou paměť, sebevědomí seniorů, jemnou motoriku, pomáhá v adaptaci na nové životní situace (ztráta fyzické síly, zdraví, změna sociální a ekonomické situace apod.), aktivizuje vitalitu, kreativitu, flexibilitu.

Házení hlíny může pomoci prolomit bariéry, pokud se klienti bojí neznámého materiálu nebo znečištění hlínou. Terapeut tvoří koule velikosti pomeranče, zahřívá je v rukou, hází je dětem nebo dospělým, a tím mimo jiné procvičují vizuálně motorickou koordinaci. Znečištění a následné očištění nese terapeutickou hodnotu.

Bubnování prsty a dlaněmi do velkého plátu hlíny je intenzivní hmatovou stimulací, masáží. Ruce se prokrvují a zahřívají. v hlíně vzniká reliéf. Hru lze kombinovat s poslechem hudby a bubnováním do rytmu. S dětmi lze pracovat na jednom společném plátu a posilovat tak socializaci.

Hledání vlastního tvaru (přemodelování koule na krychli, krychle na krystal, krystal na vlastní tvar) je terapeutická hra vedoucí k uvědomění, že v životě existuje možnost změn, že každý může svůj život ovlivňovat svým myšlením a aktivitou, a že člověk nemusí být pasivní obětí osudu. Tato hra je ideální pro depresivní klienty.

Modelování vlastní postavy a hra s jejím stínem (obkreslování a podobně) zahrnuje zamyšlení nad vlastním stínem, nad nedokonalostí a stinnými stránkami vlastní osobnosti. Tedy nad vším, co nás dělá lidmi. Modelováním vlastní postavy dokáže arteterapeut analyzovat vztah klienta k sobě, ke druhým lidem i ke světu. Ve skupinovém rodinném modelování se promítají vztahy členů rodiny a jejich dynamika.

Točení na kruhu může představovat způsob terapeutické práce. Jako první je nezbytné dokonale vycentrovat hlínu, aby tvořila pevný a robustní základ, na kterém lze dále stavět. To vyžaduje ničím nerušené soustředění, koncentraci a pevnost v celém těle, tedy i fyzickou zdatnost. Zároveň centrování znamená nalézání středu, podstaty v životě, hledání symetrie a rovnováhy.

V souvislosti s terapeutickým účinkem konkrétně tvorby nádob se můžeme zaměřit na symboliku uvnitř a vně. Vnitřek nádoby lze využít jako symbol emočního vyladění a tělesnosti tvůrce, vnějšek jako jeho přístup k okolnímu světu. Také tvar kruhu je pomůckou ke hledání středu, centrálního bodu, podle kterého je všechno uspořádáno. Kruh je forma dokonalosti, harmonie nebo celistvosti, které se snažíme přiblížit. Kruh zahrnuje tolik významů, že snad každý člověk je schopen svého individuálního výkladu, každý v něm může spatřit své téma, je to nástroj sebepoznávání.



1 Hagi nádoba s klínkem

Zajímavý je i zcela opačný pohled očima japonské keramické školy Hagi, která kruh u keramických nádob záměrně neuzavírá, naopak narušuje spodní okraj nádoby malým klínkem. Neuznává dokonalost, zato nedokonalost je přijatelná, protože je odrazem člověka. (Šicková 2016)

1.2.3 ARTETERAPIE SE ZRAKOVĚ POSTIŽENÝMI

Výtvarná tvorba patří mezi základní lidské potřeby. Důkazem může být touha po výtvarném vyjadřování od narození nevidomých lidí. Tvorba zrakově hendikepovaných při adekvátním vedení může dokonce dosahovat výtvarných kvalit. Tato kultivace výtvarného projevu je zdrojem rozvoje osobnosti žáka, která je terapeuticky účinná.

Na oslabení či ztrátu zraku tělo dokáže zareagovat posílením vnímání ostatními smysly, jelikož nervová soustava a mozek jsou velmi tvárné. Jedná se o kompenzační dispozici organismu, během které dochází k rozvoji hmatových a sluchových center.

Tvorba představ je u nevidomých pomalejší z důvodu informačního deficitu. Zrakem totiž můžeme naráz vnímat vzdálené i velké objekty a jejich rozmístění, kdežto hmat je kontaktní a jednotlivé části je třeba vnímat nejprve odděleně a teprve potom v mysli utvořit představu celku. To má za následek zkreslené představy o světě a o okolí nevidomého. Modelováním si nevidomí tuto představu zpřesňují. Nevidomí mají pochopitelně problém s perspektivním kreslením. Vyjádření prostoru je mnohem snazší pomocí trojrozměrného materiálu, keramickou hlinou, kterou lze vymodelovat nejprve jednotlivé části a ty následně seskupovat a tvořit a vnímat prostorové vztahy mezi nimi.

Zrakově hendikepovaní často využívají keramickou tvorbu jako prostředek sebevyjádření. Je pro ně přirozené a významné vnímat hmatem svět kolem sebe a hmatem ho také formovat. Hlína umožňuje nevidomému zhmotnit jeho subjektivní a unikátní představy o světě i o sobě a tímto způsobem je zprostředkovat svému sociálnímu okolí. Nevidomí dokáží modelovat nádoby z válečků, ale i volné sochy nebo hlavy, které umožňují pochopit a vyjádřit mimiku, rysy a emoce ve tvářích. (Perout 2005) Důležitost modelování dokládají nevidomí svými odpověďmi na otázku, co pro ně znamená hlína: „Hlína – zem – se mi stala jedním ze tří bodů v mém životě, díky nimž zas na ní pevně stojím.“ „Hlína se mi

podrobuje a přizpůsobuje se mým myšlenkám a vůli. Je to nejlepší balzám na duši a sebedůvěru.“ (Šicková 2016, s. 164-165)

Evžen Perout (2005) přibližuje techniku tzv. reliéfní kresby, která se podobá principu Braillova písma. Kreslíř vytlačuje tužkou linie do papíru podloženého měkkým kartonem. Z rubové strany papíru vzniká reliéf, který lze číst hmatem. Zrakově postižení lidé ve svých kresbách velmi často akcentují vyobrazení prstů a uší, které jsou v jejich životech podstatné pro hmatovou a sluchovou orientaci. Oči jsou naopak často nevýrazné nebo jen prázdné kroužky. Je tedy zřejmé, že dominantní ve výtvarné tvorbě jsou ty fragmenty, které jsou pro tvůrce důležité.

Viktor Löwenfeld během práce se zrakově postiženými lidmi vypožadoval, že existují dva typy lidí – tzv. vizuální (objektivní) typy, které vnímají zrakem, divácky sledují celek, vnímají vnější vzhled, detaily integrují do celku – a tzv. haptické (subjektivní) typy, které mají zájem o tělesný pocit, dotek, smysly, kinestetické zážitky; přes svoje tělesné zážitky utváří svůj obraz o světě, rády osahávají různé struktury a povrchy předmětů. Dokonce existují vizuální typy nevidomých lidí. Ani nevyhraněnost však není neobvyklá. Toto rozdělení lze aplikovat i na osoby bez poruchy zraku. (Šicková 2016, s. 249-250)

1.2.4 PRÁCE V HLINĚNÉM POLI®

Metoda Práce v hliněném poli® patří mezi psychoterapeutické přístupy pracující s tělesností a propojuje dotek, arteterapii a práci s keramickou hlínou.

Metoda pracuje s dřevěnou bednou o rozměrech 42×36×3 cm naplněnou jemnou keramickou hlínou vyhlazenou do roviny. Dále má klient k dispozici misku s teplou vodou a houbu. Cílem arteterapeutického sezení není vytvoření uměleckého díla, ba naopak, na konci se veškerá hlína uklízí zpět. Cílem je haptický kontakt s hlínou, zážitek z procesu tvorby a nasycení potřeby hmatových stimulů. i proto se během metody nepoužívají žádné nástroje, nýbrž pouze přímý kontakt s médiem, který má za následek intenzivní tělesné zážitky. v haptickém kontaktu poskytuje keramická hlína široké pole zkušeností – hlína je materiálem tvárným, ale zároveň pevným, poskytujícím odpor, hladkým, měkkým,

mazlavým i tvrdým. Práci v hliněném poli lze dosytit nenaplněné vývojové potřeby, objevit své vrozené možnosti a ujistit se ve vlastní kompetence jednat.



2 Práce v hliněném poli®

Práce v hliněném poli spojuje tvůrčí proces s haptickou stimulací, tělesným vnímáním a podněcuje implicitní senzorycké vzpomínky. Pro současnou psychoterapii jsou významné ty přístupy, které pracují s tělesností, jelikož neurobiologické výzkumy připisují základ traumatických zážitků tělesné zkušenosti. Jinak řečeno, traumata mohou být svázána s asociacemi k dotekům, obrazům, vůním a zvukům. Hmat nám dokáže připomenout dřívější důležité životní události, a skrze smyslové vnímání může zpětně docházet k nápravě a uzdravování. Metoda necílí na analýzu, odhalení a hodnocení problému a příčin, ale na možnosti jejich řešení a na posun ve vývoji. Lidský organismus má vrozenou schopnost léčit se z následků traumatu a dokončovat nedokončené vývojové potřeby.

Terapie zaměřené na tělo pomáhají tvořit důvěru ve vlastní impulzy a následovat je vitální, aktivní reakcí. (Potměšilová et al. 2021) Tím, že klient předstupuje před vyhlazené

hliněné pole, dostává silný impulz hlínu porušit a vyjádřit sám sebe.⁴ Tvárná hmota startuje motivaci a vůli člověka, aby se do ní otisknul, aktivizuje tvůrčí energii. Prací v hliněném poli si klient může vzít přesně to, co potřebuje. Někdo vyžaduje agresivně vyrvat všechnu hlínu z bedny a ujistit se tak o své síle a sebezprosažení, zatímco někdo potřebuje jemnou hlínu hladit své ruce, obejmout je tím, že je hlínou pevně zahrabe, nebo polévat ruce vodou a připomínat si rodičovské hýčkání či pobyt v děloze. Plastický materiál nám odpovídá na to, jestli byl náš pohyb proveden v takové míře, ve které nás náš impuls pobízel a jestli se nám povedlo dostatečně naplnit potřebu, která impuls vyvolala nebo akci a konání přerušily zábrany. (Kramer a Schott 2022) Právě jemné a postupné překonávání těchto zábran pramenících z nenaplněných potřeb či traumatických zážitků přináší terapeutický účinek. Zábrana nese možnost zaregistrovat, že něco chceme, potřebujeme. Terapie buduje důvěru ve vlastní impulzy.

Hliněné pole poskytuje vztah, který nesoudí, neohrožuje a nezahanbuje. (Elbrecht 2022) v hliněném poli lze nacházet střed, vycentrování, vyvážení, vyrovnání se sebou. Haptika je bipolární – jedním dotekem se vztahujeme současně k něčemu venku i k sobě uvnitř. „To, co děláme s materiálem, je naší odpovědí na to, co se nás dotýká.“ (Potměšilová et al. 2021, s. 49) „Dotýkám-li se hlíny, dotýkám se sám sebe.“

⁴ Dítě intuitivně následuje své impulzy a buď reaguje tím, že si užívá svých již zvládnutých, jistých a bezpečných dovedností nebo využívá prostoru pro zkoumání nových příležitostí k vývoji. Dítě potřebuje zažívat samo sebe tělesně, „na vlastní kůži“, potřebuje širokou škálu tělesných zkušeností a prostoru pro experimentování – potřebuje vytvářet a rozbíjet, být vidět i být schované, být klidné i výbojné, čisté i ušpiněné a se vším mít svoji vlastní tělesnou zkušenost. „Ideální je pro to pobyt v přírodě, s tvořivými materiály jako bláto, písek, hlína, kameny, dřevo, voda a tělesný kontakt s dalšími dětmi a dospělými.“ (Vávrová 2022, s. 6) v přetechnizovaném světě však není deficit výše zmíněných poloh ojedinělý. Terapie v hliněném poli může pomáhat právě dětem, které jsou odpojené od svých smyslů a mají narušené vnímání sebe i svého okolí z důvodu nenaplnění svých potřeb, včetně potřeby bezpečí, přijetí, hranic, jistoty a stability ve světě, potřeby projevit svou bytost, tvořit a být v kontaktu s důvěryhodnou stabilní osobou. Vývojově při svých aktivitách potřebuje být viděno, vnímáno, slyšeno, zrcadleno, přijímáno a reflektováno, aby se ujistilo o své existenci, o svém Já. Nenaplněné potřeby se mohou přetvořit v úzkosti, deprese, agrese, nemoci, vztahové potíže nebo neadekvátní sebepojetí. (Vávrová 2022)

(Elbrecht 2022, s. 19) Modelování nese kouzlo toho, že můžeme tvarovat a ovlivňovat svět kolem sebe a tuto naši schopnost vidíme i cítíme hmatem, tedy fyzicky zažíváme.

Dotek hýbe hmotou. Cornelia Elbrecht, kolegyně zakladatele metody, Heinze Deusera, specifikuje metodu jako senzomotorický arteterapeutický přístup, který vychází jednak ze smyslového vnímání („sensus“) a jednak z pohybu („motor“). Využíváme senzorů, smyslů, které nás uvádí do pohybu a smysly zpětně vnímáme pohyb. (Potměšilová et al. 2021) Dotýkáním se hlíny získává pohyb tvar, jelikož je pohyb zachycen v materiálu. Díky senzomotorickému systému, který zahrnuje exteroceptory (smysly) a interoceptory (vestibulární rovnovážný smysl, propiocepci – hluboké čítí, kinestetické vnímání, vnitřní vnímání), si člověk uvědomuje své tělo a orientuje se v prostoru. (Víšková 2022) Senzomotorická arteterapie je terapie zaměřená na tělo. Snaží se pozitivně ovlivňovat nižší části mozku (mozkový kmen a limbický systém, které mají za následek tzv. „zamrznutí a útok nebo útěk“), aby mohla mozková kůra naplno plnit svůj účel. Jde opačným směrem než kognitivní terapie a podporuje uvědomění si motorických impulzů ve svalech a orgánech, např. srdeční frekvenci a dech, které následně ovlivňují vyšší kognitivní mozkové funkce a intelektuální činnost.⁵ (Elbrecht 2020)

⁵ Jednotlivé oblasti mozku se rozvíjí od nejméně komplexního systému mozkového kmene přes limbický systém po nejsložitější mozkovou kůru. Rozvoj vyšších částí mozku je závislý na vstupu z částí nižších. Dysfunkční nastavení v mozkovém kmeni, tedy v základně, se odrazí ve vývoji vyšších částí mozku. Opakované stresující situace v dětství se uloží v mozkovém kmeni a projeví se v psychickém nastavení typu „ve světě jsem ohrožen, nemůžu nikomu důvěřovat a jsem bezcenný“. Tyto nevědomé tělesné vzpomínky bez kontextu silně ovlivňují pojetí vlastní identity. Je proto pro účinnou terapii nezbytné oslovit právě ty části mozku, ze kterých dysfunkční vzorce vycházejí – mozkový kmen a limbický systém – tedy senzomotorickou základnu. Senzomotorické přístupy v arteterapii oslovují dříve prožité vztahové zážitky získané dotekem v dětství, mezilidskou blízkostí, sexualitou, lékařským ošetřením apod. Haptickým vnímáním lze oslovovat a uzdravovat i velmi rané vývojové rány. Nevyhovující attachment a dlouhodobý stres způsobují poruchy nervových sítí zajišťující emocionální a sociální funkce. Pocit bezpečí je v terapii tudíž naprosto klíčový a v takovém prostředí se klient vrací do senzomotorických vzorců v tělesné paměti, které potřebuje opravit. Zajištění bezpečného prostoru znamená uklidnění mozkového kmene a limbického systému a přenechává prostor mozkové kůře, která se může naplno věnovat kognitivním procesům. (Elbrecht 2022)

Osm let života dítěte trvá, než se zcela vyvine haptické vnímání, dítě dokáže určit, na jakém místě těla je dotýkané, dovede vnímat gravitaci, svoji váhu, pohyb, rovnováhu. Až po těchto znalostech o svém těle a okolním světě, tedy osmi letech pohybu a hry se naplno rozvíjí intelekt dítěte a tyto intelektuální funkce se rozvíjí tím lépe, čím lépe jsou rozvinuty funkce senzomotorické. Senzomotorika je tedy základ pro rozvoj intelektu. (Víšková 2022, s. 21)

Hliněné pole představuje svět zjednodušený do jedné bedýnky. Heinz Deuser nazývá práci v hliněném poli laboratorní situací reálného života. Keramická hlína nabízí svobodný, volný a tvůrčí prostor, dřevěná bedýnka poskytuje bezpečné hranice, orientaci a stálost a ruce tvůrce jsou symbolem člověka v tomto světě. Haptický kontakt a zkušenost potřebují být potvrzeny druhou osobou, tedy terapeutem, který reprezentuje sociální okolí klienta. (Víšková 2022)

Už během přípravy hliněného pole a jeho plnění hlínou se člověk, zde terapeut, sám uklidní a připraví se na práci. Už jen samotný dotek s hlínou je terapeutický.

Heinz Deuser vyvíjí metodu od 70. let, kdy pozoroval, jakými způsoby se člověk vztahuje k předmětu, kterého se dotýká a jak takový způsob vypovídá o vztahu člověka k sobě a k okolnímu světu. Haptické zkušenosti, včetně těch nejranějších, se ukládají a spoluvytváří jedinečný pohybový projev člověka. (Součková 2018) Řeč těla vypovídá o psychickém rozpoložení klienta. Kontakt s výtvarným médiem – to, jakým způsobem klient uchopí materiál, jak s ním zachází – reflektuje jeho vnitřní nastavení. Vztah k sobě a ke světu lze číst už z toho, jak klient přichází do místnosti, jak si je jistý svými kroky, jaké má držení těla, jak se pohybuje po prostoru, jak dýchá, navazuje první kontakt s hlínou, s jakou intenzitou využívá výtvarných materiálů, jak se dokáže spolehnout na protějšek, jak navazuje oční kontakt, organizuje své ruce a paže atd. Lze také pozorovat, zda klient vyhledává hladivé, jemné doteky podobné hlazení kůže nebo naplno využívá svou sílu a tlak nebo se o hlínu opírá a hledá stabilitu. Podstatná je přítomnost terapeuta, který klientovi nebo dítěti dodává ujištění, že je přijímáno a vše co dělá, je v pořádku. Člověk vyžaduje spolehnutí na druhého člověka, aby se mohl spolehnout sám na sebe. Bezpečné prostředí nezbytné pro terapeutický účinek a napojení na vlastní vnitřní zdroje, je vytvořeno srozumitelností, předvídatelností a jasnými pravidly. v takovém prostředí je možné zažít

hluboce uspokojující, hluboce vyživující haptický kontakt a emocionální nasycení. Potřebami, které lze v hliněném poli sytit je například potřeba dotýkat se, uchopovat a přivlastňovat, držet a být držen, spolehnout se, nacházet rovnováhu, protějšek, poznávat svůj rytmus.⁶ (Potměšilová et al. 2021)

Teplá čistá voda je při práci k dispozici a kromě měkčení hlíny může sloužit jako uvolňující a vyživující koupel pro studené ruce klientů pociťujících úzkost, strach nebo napětí. Je to oživující a očišťující zdroj. (Elbrecht 2022)

Dospělí při práci v hliněném poli pracují se zavřenýma očima, neboť jsou zvyklí posuzovat realitu tak, jak ji vidí, kdežto pro děti je tělesný kontakt spontánnější a zraku nepřisuzují takovou důležitost. Zavřené oči usnadňují dospělému navázat kontakt se sebou samým. (Višňa 2019)

⁶ Barbora Richtrová (2021) představuje kazuistiku čtyřletého chlapce s neurovývojovou poruchou plynulosti řeči, který byl kromě logopedické, dominantně kognitivní, terapie léčen senzomotorickou metodou Práce v hliněném poli®. Chlapec byl v běžném životě značně přetížený, měl velkou potřebu sebeprosazení, skákal do řeči, měl tendence k manipulaci, strhával na sebe pozornost, projevoval se překotně, snažil se posluchače upoutat a překvapit, přeskakoval z tématu na téma, a tím pádem byl obsah sdělení vyprázdněný. Jeho zavalující výpověď postrádající logiku vedla k vyčerpání, frustraci a beznaději. Chlapec byl nezralý v oblasti rovnováhy a motorické koordinace, a naopak disponoval velmi vyzrálou kognitivní úrovní a bohatou slovní zásobou bez dysgramatismů. Tato dysharmonie vývoje vedla k přetížení neurálního systému, ke svalovému napětí a ztrátě citlivosti vůči vlastnímu tělu a prožívání. Hlavním cílem použití metody Práce v hliněném poli® bylo dosycení bazálních haptických smyslů (doteku, rovnováhy, propiocepce) a zaměření na tělesně-emoční prožívání s cílem odlehčit mentální úroveň, zklidnit a zpomalit celý systém. Po 16 terapeutických sezeních a 10 měsících intervence došlo u chlapce k vymizení vývojové koktavosti.

2 PRAKTICKÁ ČÁST

2.1 VÝBĚR TÉMATU

S keramickou tvorbou jsem nikdy neměla tolik zkušeností, jako s plošnými výtvarnými médii. Za celý život jsem vymodelovala pouze několik drobných postaviček na ZUŠ. Když se pak na vysoké škole otvíral dobrovolný keramický kurz, který mimo jiné zahrnoval točení na kruhu, silná touha prozkoumat nové tvůrčí vody mě dovedla až za dveře keramické dílny. Absolvovala jsem dva půlroční kurzy a točila jednu nepovedenou nádobu za druhou. Vlastně mi vůbec nevadilo, že se mi příliš nedaří. Mnohokrát jsem odcházela z dílny, veškerou hlínu jsem vrátila zpět do bedny a výsledek nevznikl žádný. Centrování hlíny a centrování mé pozornosti až do absolutní hluboké soustředěnosti, haptický kontakt s hlínou a vědomí, že něco hmatatelného vzniká pod mýma rukama, mě definitivně pohltilo. Modelovala jsem často, modelovala jsem doma, hledala jsem inspiraci, vymýšlela, co všechno je možné z hlíny vytvořit. v té době jsem volila téma mé diplomové práce. Keramická tvorba byla pochopitelně jednoznačnou volbou, ale přiznávám, že i zdroj nejistoty díky mému keramickému amaterismu.

Na počátku jsem si představovala, že se díky této diplomové práci zdokonalím v točení na hrnčířském kruhu a vytvořím soubor stolních nádob s autorským tvaroslovím. Zároveň jsem si byla vědoma vysoké pravděpodobnosti, že s výsledkem nebudu spokojená. Mé pojetí diplomové práce jako výzvy k učení a růstu mělo až příliš nejistý výsledek a motivace byla až příliš silná, z čehož pramenila frustrace. v návaznosti jsem začala přemýšlet nad tím, proč se vlastně chci věnovat točení nádob, když v něm nejsem dost dobrá. Uvědomila jsem si, že je to právě proces tvorby, který mi dokáže dát tolik vnitřní síly, kvůli které se k němu stále vracím. Že je to dotek s hlínou a hmatová stimulace, že už pouhé zpracování tvrdých a měkkých kousků hlíny v jeden kompaktní a optimálně měkký materiál je mým zdrojem silného uklidnění. Tato vlivná uvědomění mi doslova nedala spát a rozhodla jsem se, že diplomovou práci zaměřím právě na proces tvorby, na haptiku, dotek, terapii tvorbou, a dozvím se tak více o terapeutickém či relaxačním účinku samotného procesu modelování a z cíleného sebezpozorování vyplyne cenné sebezpoznání. Chtěla jsem zjistit, proč mě samotnou keramická tvorba tak intenzivně a hluboce naplňuje a baví. a tak jsem věnovala pozornost vlastním vnitřním pocitům a procesům, které uvádím

v kapitole Autoterapie keramickou tvorbou a jsem otevřená tomu, že se nejedná o konečný výčet a že v průběhu života objevím další.

V průběhu magisterského studia jsem nastoupila na pozici asistenta pedagoga na základní škole a na téže škole jsem dostala příležitost otevřít keramický kroužek pro děti. Neváhala jsem. Do keramické dílny (na poměry základní školy exkluzivně vybavené, včetně např. keramické pece) se po mnoha letech vrátil tvůrčí život. Já si užívala, že můžu být v tak blízkém kontaktu s dětmi, se kterými nás pojí společná láska ke keramice. v dílně jsem pak trávila i mnoho času o samotě. Vlastně s keramickou hlinou, v doteku, v kontaktu.

Mnoho energie jsem vložila také do studia technologie a zpracování keramiky, abych mohla vést keramický kroužek a cítila se u toho alespoň trochu kompetentně. Spoustu dovedností a znalostí, včetně didaktických, jsem se pak učila za pochodu, mnoho mě naučily děti jejich okamžitou přirozenou spontánní zpětnou vazbou. Když jsem se třeba sama naučila používat pec a po prvním výpalu ji otevřela a spatřila to množství vydařených dětských děl, nebo když se mě žáci ptali, jestli můžou přijít modelovat i druhý den ráno, ještě před školou, musím přiznat, že ačkoliv ani v nejmenším nejsem profesionál, cítila jsem nádech hrdosti.

Volbu tématu mohla také lehce ovlivnit v tu dobu probíhající pandemie covidu, kdy jsme se všichni ocitli ve zvláštním až divném bezkontaktním a bezdotykovém světě. Nicméně mám pocit, že ani v normálním životě bez karantény většinou nenaplnujeme potřebu doteku tak, jak bychom si přáli a jak bychom potřebovali.

2.2 POSTUPY, TECHNOLOGIE A MATERIÁLY

V momentě, kdy jsem téma diplomové práce zaměřila na dotek jako haptický zážitek s keramickou hlinou, hledala jsem způsoby, jak tento důležitý aspekt vizualizovat v nádobách. Nádobu je možné modelovat různými postupy – z válečků, z plátů, z kuliček, točením na kruhu, vmačkáváním do formy, vmačkáváním z hroudy, odléváním do formy atd. Chtěla jsem, aby byly hlavními činiteli prsty, ruce, dotek, vnímání hmatem, ve tvaru zůstaly přiznané otisky prstů jako stopy po lidském doteku a začala jsem vmačkávat nádoby z hroudy hlíny. Postupně jsem opouštěla vizi točení na kruhu. Zároveň je technika

vymačkávání oproti točení využitelnější ve školách a s dětmi lze tvořit prakticky kdekoliv. Následovaly pokusy s vymačkáváním nádob pouze rukama bez použití jakéhokoli dalšího nástroje. Tímto způsobem se mi však nepodařilo dosáhnout kultivovaného tvaru, a to zapříčinilo moji nespokojenost a popřelo potěšení nebo dokonce terapeutický účinek.



3 Nádobý tvořené pouze rukama



4 Nádobý tvořené pouze rukama

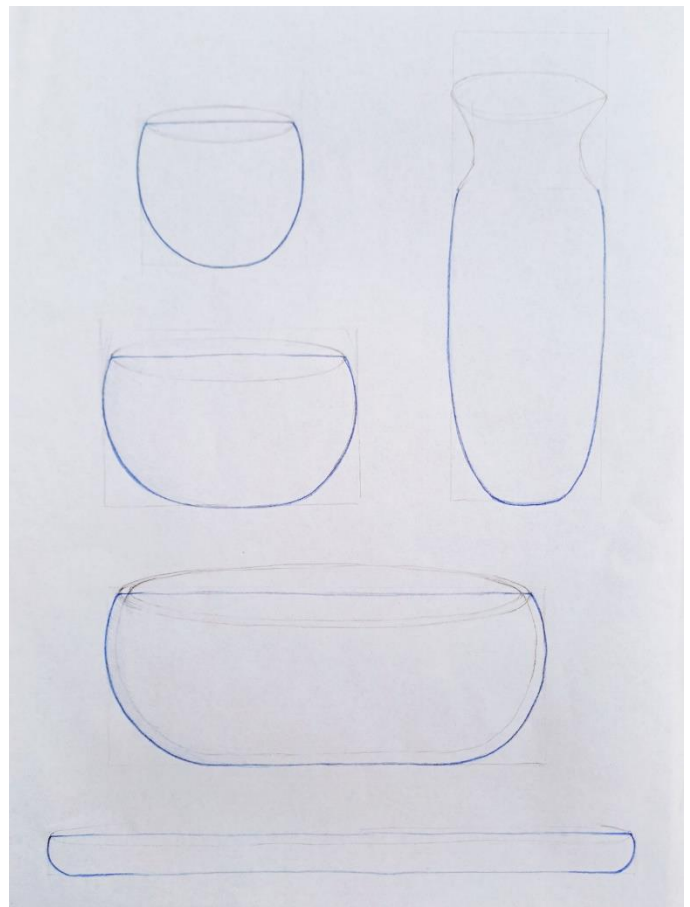
Ačkoliv jsem plánovala upřednostnit radost z procesu tvorby před výsledkem a estetikou, významným sebepoznáním pro mě bylo, že neuspokojivý výsledek si nedokážu tolerovat. Proto jsem dovolila sama sobě, že důraz na výsledek legitimizují, avšak za předpokladu, že radost z procesu tvorby bude zachována. Uvědomila jsem si, že tak jako ve všem, i zde je ideální hledat balanc. Že můj nežádoucí perfekcionismus je možná jen mnou špatně pochopená přirozená preciznost, jejíž popření by znamenalo snahu o popření vlastnosti, která je mou přirozeností.

Také jsem zkoušela experimentovat s modelováním se zavřenými očima, od kterého jsem očekávala, že při absenci zrakových vjemů dojde k zvýraznění intenzity a citlivosti hmatového vnímání a tím hmatových prožitků. Zkušenost, že nevidím, co dělám a co vzniká, mi, vidoucímu člověku, nepovolovala soustředění a už vůbec ne uvolnění. Proto jsem zvolila techniku vymačkávání z hroudy s použitím zraku i keramických nástrojů.

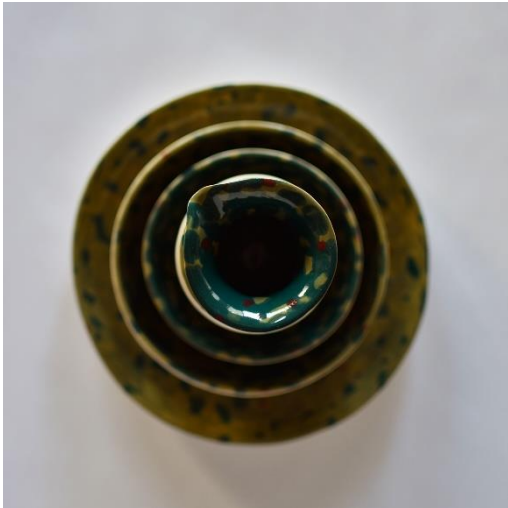


5 Nádoza modelovaná poslepu

Nejprve jsem navrhovala skici kresebné a po ujasnění tvarových preferencí, jsem modelovala návrhy prostorové. Prostorové návrhy nejsou se stejné hlíny jako nádoby finální. Jsou tvořeny světlou hlínou, a proto jsem je pro zajímavost zkusila dokončit barevnými glazurami uvnitř tvaru, které jsem nanášela štětcem, avšak pro finální soubor jsem chtěla použít pouze transparentní glazuru.



6 Kresebné skici



7 Prostorové návrhy



8 Prostorové návrhy

Soubor pěti nádob jsem se snažila tvořit v minimalistickém, jednoduchém a funkčním tvarosloví. v rámci souboru vznikl hrnek/mistička, miska, mísa, talíř a váza/karafa. Nádobý nemají ucha, aby se uživatel dotýkal přímo tvaru, povrchu a struktury nádoby, hapticky vnímal a zažíval keramický materiál, dotek směřovaný od tvůrce k uživateli, ale třeba i teplotu nádoby proměnlivou vůči obsahu. Povrch nádob jsem vyleštila do hladka, do sametova, aby i konečnému uživateli poskytoval pocit jemnosti a pohlázení. Tvar je minimalistický, přehledný, jistý a vnější křivka kopíruje tvar rozevřené dlaně. Obejmutím nádoby dlaněmi ji tak lze uchopit, zvednout, použít. Minimalismus nádob má být v souladu s hlubším významem, za jehož účelem byly vytvořeny a nemá tento aspekt překrývat. Samozřejmě jsou stolní nádoby užitým uměním a jejich funkčnost musí být zachována.

Surovou hlínu je potřeba nejprve důkladně propracovat, oživit. Poté modeluji perfektní kouli, do středu vmáčknu palec, určím sílu dna a tuto díru pomalu a systematicky rozšiřuji, prsty ztenčuji stěny a formuji je do požadovaného tvaru. v této fázi do nádob otiskuji tisíce jemných doteků, často mě bolí ruce, prsty jdou do křeče. Po dosažení primárního tvaru dokončuji nádobu také nástroji – vyhlazuji, tvaruji, obtáčím. Hledám optimální sílu stěny, aby nádoba byla pevná, ale zároveň co nejlehčí, subtilní a uživatelsky přívětivá.

Nádoby jsou modelovány z jemné keramické hmoty Witgert W11 pyG, bílé tečkované kameniny, ve které se při vyšších teplotách výpalu (nad 1150 °C) objevují malé tmavé tečky. Právě tmavé tečky a jejich kontrast v bílé hmotě činí materiál neobvyklým a hlína přirozeně disponuje vlastní vizuální výpovědní hodnotou. Proto jsem ji nedoplňovala žádnými dalšími barvicími a dokončovacími technikami, pouze transparentní matnou glazurou ve vnitřku nádob, která zabrání jejich prosákavosti. Směrem od stěn ke dnu nádob má glazura mléčný nádech a texturu. Na dotek i na pohled je patrný rozdíl v materiálu hlíny, jejíž struktura je drsnější, oproti hladké glazuře.

Nádoby jsou modelovány s důrazem na symetrii, přesnost tvaru kruhu, linií a hran, avšak díky metodě vymačkávání je samozřejmě nedokonalost přítomna a zaznamenává stopy po ruční práci. Také sušení, které ačkoliv probíhalo pomalu a systematickým přikrýváním a otáčením nádob, nádoby lehce deformovalo. Následně byly dosušovány v peci a přežahnuty na 850 °C. Ostrý výpal byl o teplotě 1150 °C. Nádoby jsou stohovatelné.



9-17 Finální soubor stolních nádob









2.3 AUTOTERAPIE KERAMICKOU TVORBOU

Během modelování nádob jsem si poznamenávala myšlenky a pocity, které vycházejí ze sebevnímání, sebepozorování a sebepoznávání a dokládají můj subjektivní význam doteku a keramické tvorby a jejich průniků s mým životem. Jedná se o osobní zdroje terapeutických a relaxačních účinků keramické tvorby a popisují, proč z hlíny tvořím a čím je pro mě keramická tvorba důležitá. v této kapitole vycházím právě z těchto zápisků.

FLOW

Keramická tvorba mě přenáší do stavu absolutní soustředěnosti, naprosté koncentrace a přítomnosti. Modelování mi umožňuje soustředit se jen a pouze na dotek s hlínou. Cítím ji v ruce, cítím její vlastnosti, mohu ji tvarovat, ona zrcadlí každý pohyb mých rukou a ona se dotýká mě. Nic jiného v tu chvíli neexistuje. Je osvobozující nemít pojem o čase, být teď a tady, nemyslet na budoucnost, na minulost, na nic. Je to způsob meditace. Je to práce bez rozptýlení a oproštění se od nepřetržitého proudu myšlenek. To jsou v životě vzácné cenné chvíle. Jen být, dotýkat se a být dotýkán. Zažívám pocit, který zažívá dítě, když si zaujatě hraje a nic jiného pro něj v tu chvíli není důležité. Čas není důležitý, neexistuje včera ani zítra. Centruji tvar kruhové hliněné nádoby a současně s tím centruji svoji pozornost. Ještě zřetelněji lze toto centrování pozornosti vnímat u točení na kruhu, kde se každé sebemenší rozptýlení okamžitě projeví ve změně tvaru nádoby. Každá nevyžádaná myšlenka ovlivní tělo a tělo ovlivní tvar nádoby. Odpoutání se od myšlenek je stavem hluboké relaxace.

Velmi cenná a neobvyklá je chvíle bez jakékoli komunikace se sociálním okolím. Tvořím povětšinou o samotě a s rukama v hlíně jsem odpojená i od telefonu a sociálních sítí. Být takto „offline“, jen sama se sebou, koncentrovaná, nerozptýlená, je výjimečné a očišťující.

AKTIVNÍ TVAROVÁNÍ REALITY

Keramické médium – hlína – svými vlastnostmi přirozeně vyzývá k jejímu tvarování. Vysílá informaci, že i svět kolem sebe mohu tvarovat, ovlivňovat, řídit. Mohu se do něj otisknout. a přesto jen do jisté míry – do míry možností materiálu a do okolností života, které nelze ovlivnit. Modelování nastavuje moji mysl na mód „ovlivni to, co ovlivnit můžeš, přijmi to,

co ovlivnit nemůžeš.“. Podstatné je však vědomí, že nemusím být pouze pasivním příjemcem a obětí osudu.

TVORBA HODNOT HMATATELNÝCH I NEHMATATELNÝCH

Během modelování pod mýma rukama vzniká něco hmatatelného, tedy skutečného. Je to způsob sebevyjádření. Vzniká prostorový tvar, viditelný i hmatatelný, který má zároveň funkci užitnou, jelikož se jedná o stolní nádobu. Musí tedy plnit svůj účel, být funkční a k užítku – sloužit lidem. Tyto hodnoty jsou ověřitelným zdrojem informace, že *jsem*. Jsem na tomto světě a jsem k něčemu, přispívám a něco dokážu. To utváří vědomí mé vlastní sebehodnoty, sebeúcty a smysluplnosti. Estetická funkce nádob pak může sloužit pro potěchu ducha mého i druhých. Modelováním dávám kusu hlíny smysl a stejný kus hlíny ho dává mně.

HLEDÁNÍ „DOKONALÉHO“ TVARU

Hledání tvaru nádob modelováním je velmi sebezdravný proces, jelikož hlína svou tvárností dovoluje změny a opravy chyb – ty se buď dají vyspravit nebo lze tvar zničit a začít znovu bez důkazu. Postupné nacházení a zdokonalování tvaru, se kterým jsem spokojená je zároveň hledáním rovnováhy. u kruhového tvaru nádob, stejně jako v životě, hledám střed a symetrii. Jednoduchost a minimalismus nádob je snaha o minimalismus v životě, o jejich čistotu, srozumitelnost a omezení se na ty nejdůležitější hodnoty bez zbytečností. Zároveň je slovo „dokonalý“ v uvozovkách vnímáno spíše jako optimální, jelikož tvorba vymačkáváním a jakákoli jiná ruční práce v sobě automaticky nese nedostatky a stopy po ruční práci, které však vyjadřují lidskost. Terapeutické je zde tedy smíření s nedostatky, jejich přijetí a hledání balancu mezi tím a co nejlépe odvedenou prací. Jde o užívání si výsledku i procesu.

HMATOVÉ VJEMY-STIMULY

Během tvorby je možné aktivně zaměřit pozornost, hmatem vnímat a uvědomovat si materiálové vlastnosti, kvality a jejich širokou různorodost – jemnost a ostrost, chlad a teplo, měkkost a tvrdost, tvárnost a stálost, křehkost a pevnost, tenkost a tloušťka.... Člověk hmatem během modelování získává obrovské množství stimulů, vjemů a pocitů a může si uvědomovat jejich bohatost a rozmanitost.

HLADIVÉ DOTEKY

Během vymačkávání tvaru je nutné využívat velmi jemných doteků, abych dosáhla požadovaného tvaru a symetrie a posléze hladivých doteků, abych vyrovnala povrch a surový materiál se stal něžným. Ve tvaru zanechám tisíce otisků prstů a pohlazení, které předávám dál – lidem, kteří nádoby vezmou do svých rukou. Vyhlazováním povrchu zároveň hlína hladí mě, což má silný relaxační, uspokojivý a hřejivý efekt. Velmi intenzivní haptický zážitek je práce s hlínou a vodou. Je to klouzavá, oživující koupel pro ruce i duši. Je to jako zabořit se prstama do jílu na břehu rybníka, když jste malé dítě.

KVALITNÍ ZÁKLADY

Jako tvůrce musím dbát na kvalitní a pevné základy a teprve na nich stavět a modelovat detaily. Čím dokonalejší kouli na začátku vytvořím, tím je posléze snazší vymodelovat optimální tvar. Čím víc energie a úsilí vložím do začátku, tím méně práce mám v průběhu a na konci, jelikož u kruhových nádob se každá chyba časem prohlubuje, zvýrazňuje a je těžší ji opravit. Je tedy žádoucí postupovat pomalu, jemně, nelze spěchat, tvůrce musí najít čas a všechnu nádobě věnovat. Každý pohyb, dotek, úchop tisíckrát opakovat se stejnou intenzitou po celém jejím obvodu. Je to určitý vnitřní rytmus, řád, opakování.

PROCES SAMOTNÝ

Podobně jako to popisuje metoda Práce v hliněném poli®, i proces samotný může být výsledkem, podobně jako cesta může být cíl. Nemusí vzniknout hmotné dílo, aby bylo dosaženo terapeutického efektu. Už během zpracování a prohnětení hlíny člověk získává velkou spoustu intenzivních hmatových stimulů, jeho kůže je masírována. Je zapotřebí se dopracovat kompaktní hmoty, a to promísením měkkých a tvrdých částí hlíny, mnohdy je to práce fyzicky náročná, z níž může být člověk příjemně unaven a mnohdy pracuje s hliněným blátem, které je extrémně hladivé a emočně vyživující. Během zpracování nechávám hlínu klouzat mezi prsty, mohu s ní házet, bouchat, aby se sjednotila, a přitom absorbovala mé přebytečné emoce. Mohu se chovat maximálně spontánně a hlína mě neodsoudí.

VZÁCNOST V ŽIVOTĚ

Během modelování cítím, jak hlína teplá v dlaních, jako by ožívala. Dávám hlíně svoji energii, teplo a ona ho absorbuje a za odměnu poddává svůj tvar. Pro každého autora je významné jeho dílo, do kterého otiskl něco ze sebe. Autor je jediný, kdo zná celý kontext vzniku díla a úsilí, které do něj vložil. Je to odraz jeho vnitřního světa. Pro autora má jeho práce zcela jistě větší hodnotu než pro kohokoli jiného. Modelováním mi pod rukama vzniká vzácnost. Vážím si své práce. Na tuto myšlenku mě přivedla manipulace s nevypáleným střepem, se kterým je zapotřebí manipulovat opravdu velmi jemně a opatrně, jelikož je velmi křehký. Možná právě díky této křehkosti mi připadá, že držím v ruce něco významného, vzácného až pomíjivého.

2.4 UMĚLECKO-HISTORICKÝ KONTEXT

2.4.1 ADAM ŽELEZNÝ

Současný keramik, designér, experimentátor v oblasti tvarování keramických objektů a nádob, předseda spolku Sdružení výtvarných umělců keramiků, Adam Železný, vytvořil kolekci keramických tepaných mís starým řemeslným postupem v kontextu současného designu. Technikou tepání dosahuje extrémně tenkého střepu s téměř kovovým vzhledem.

Nádoby ze série Blast vznikly detonací, jejich tvar určuje řízená exploze keramického materiálu. Adam Železný vyvíjí technologii tvarování keramiky výbuchem. Důraz na akci během tvorby staví jeho práci na pomezí užitého a volného umění. (Adam Železný b.r.)



18 Tepané mísy



19 Tepané mísy



20 Výbuch

2.4.2 JANA KREJZOVÁ

Jana Krejzová vytváří site specific instalace, pracuje s textilem, papírem a zejména s keramickou hlinou. Mnohá díla doprovází vlastními texty a záznamy deníkového charakteru. Sama tvrdí, že její vlastní tvorba není cílem, ale cestou, na které materiál získává nový tvar a nachází nové místo v čase a prostoru. Její práce mají často konceptuální až experimentální charakter. Mimo jiné absolvovala také arteterapeutický výcvik, bývala učitelkou výtvarné výchovy a vede keramické kurzy a interaktivní hliněné dílny, během kterých se zabývá keramickým procesem, cestou, sdílením. Výsledek pak popisuje jako něco zhmotnělého navíc, přidanou hodnotu, která potěší. (Jana Krejzová b.r.)



21 Z cyklu 10x10 / Proudění



22 Skořepiny



23 Lesíček



24 Vlnění

2.4.3 IVAN JELÍNEK

Čajové konvice, džbány, tácy, talíře a další „nádobí“ Ivana Jelínka nejsou běžným kuchyňským nádobím, nýbrž díky zveličení tvaru, deformaci a nadsázce působí téměř jako sochy nebo objekty mající náznak lidských rysů. Nádobí jsou vyrobeny z porcelánu pokrytého glazurou a zlatem či stříbrem. (Ivan Jelínek b.r.)



25 Talíř



26 Táč



27 Konvice

2.4.4 MARTINA ŽÍLOVÁ

Martina Žílová se soustředí na autorský porcelán, užité umění a stolní nádoby. Její technika tkví v odebrání engoby speciálním nástrojem z nádob na hrnčířském kruhu. Nástroj pod specifickým úhlem způsobuje vibrace, které ho otiskují na povrchu střepu a zanechává tak autorský dekor. (Black dessert plate b.r.)



28 Black dessert plate



29 Black dessert plate

2.4.5 ARKADIUSZ SZWED

Polský keramik Arkadiusz Szwed realizoval projekt v jedné z nejstarších porcelánek v Polsku, založené v roce 1790, během kterého měli dělníci rukavice namočené v kobaltové soli a vyráběli nádobí s názvem „The Human Trace“. Porcelánové nádobí tak odhaluje dotek rukou dělníků a roli lidského faktoru a lidské práce v průmyslové výrobě. (ARKADIUSZ SZWED b.r.)



30 The Human Trace

2.4.6 KINTSUGI

Japonská technika Kintsugi opravuje rozbitou keramiku zlatem. Zlato praskliny a zlomy zvýrazní, čímž vyzdvihuje krásné a cenné nedokonalosti a chyby místo toho, aby je skrýval. Do speciálního laku se přidává zlato, stříbro nebo platina. Spoje drahými kovy se tak stávají dekoračním prvkem a originálu dávají nový život a mnohdy ještě větší krásu. Takové umění může být metaforou pro přijetí vlastních nedokonalostí a nedostatků, jejich ocenění a možnosti poučit se z minulých negativních zkušeností a přetvořit je v nové poznání. (Kintsugi 2023)



31 Kintsugi technika

2.4.7 BOUKE DE VRIES

Také nizozemský umělec Bouke de Vries ve své tvorbě recykluje úlomky keramiky a rozbitý porcelán. Seskupuje tyto střepy do nových objektů a soch. Spojuje tak historii se současností a dekonstrukci proměňuje v konstrukci. Keramické střepy využívá podobně jako arteterapie při metodě restrukturalizace – vytváří ze starého nové.



32 Guan Yin in a cloud of shards



33 Guan Yin with a nimbus of saucers



34 Goddess of the fragments

3 DIDAKTICKÁ ČÁST

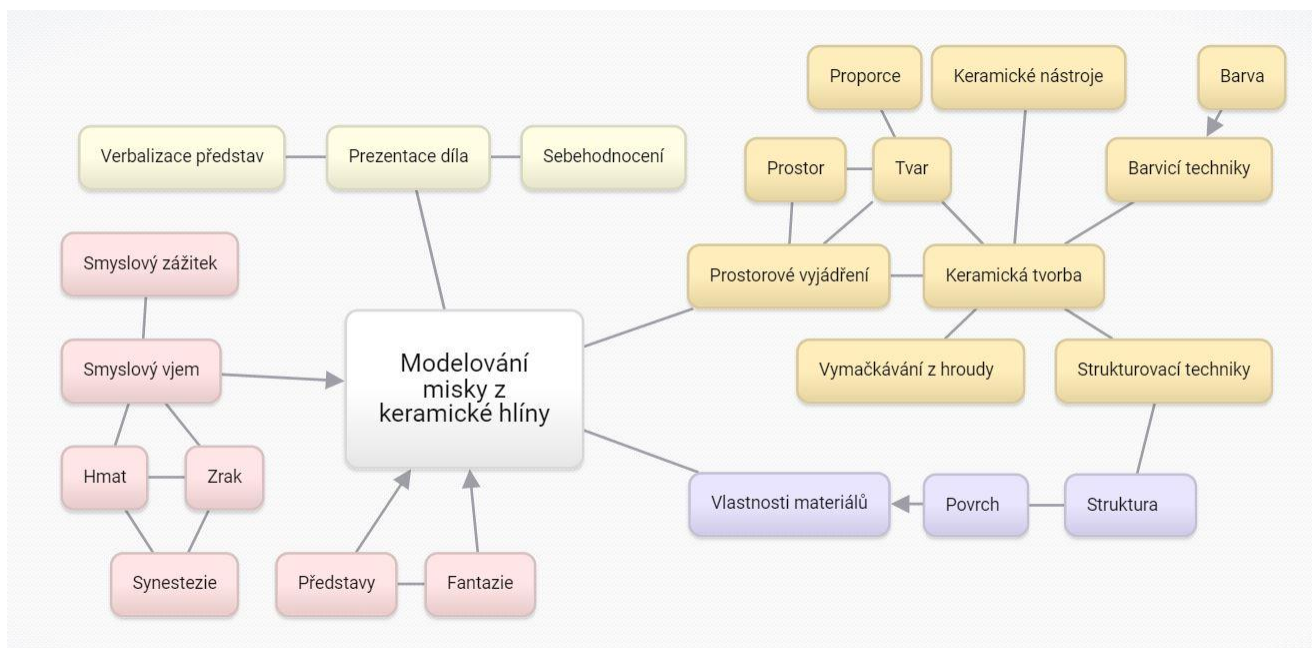
V didaktické části se snažím nacházet způsoby, jak dotek, hmatové vjemy a stimuly, smyslové prožívání, keramickou tvorbu a význam těchto témat ve skutečném životě zprostředkovat žákům. Představenou výukovou hodinu jsem měla možnost odučit na Základní umělecké škole Jagellonská 14 v Plzni v rámci souvislé pedagogické praxe. Hlavní aktivitou bylo modelování keramické misky vymačkáváním z hroudy. Několik skupin žáků si tedy vyzkoušelo způsob modelování, kterým jsem i já tvořila praktickou část této diplomové práce. Dále v didaktické části okrajově představím několik dalších námětů a nápadů do výukových hodin.

3.1 DIDAKTICKÁ PŘÍPRAVA VÝUKOVÉ HODINY

Námět výtvarné úlohy:	Modelování keramické misky
Škola:	ZUŠ Jagellonská 14, Plzeň
Vzdělávací program:	RVP ZUV
Vzdělávací obor:	Výtvarný obor
Cílová skupina:	předškolní žáci, 1. a 2. stupeň ZUŠ, dospělí
Časová dotace úlohy:	3 vyučovací hodiny (135 min.)
Cíle:	Žáci poslepu ohmatávají předměty s různým povrchem a popisují svoje představy – asociace. Žáci vymodelují keramickou misku vlastního tvaru technikou vymačkávání z hroudy, autorsky strukturují povrch misky, barví ji engobami a dokončují glazurou. Žáci popisují své preference haptického kontaktu a doteku ve skutečném životě.
Pomůcky:	keramická hlína, nástroje, engoby, glazura, šátky na oči, předměty různorodého povrchu

Inspirační východiska úkolu: hmatové vnímání, dotek, smyslové asociace, vlastnosti materiálů, povrch, struktura, prostorové vyjádření, keramická tvorba, plastická tvorba, vymačkávání z hroudy, strukturovací techniky, barvicí techniky, užité umění

3.2 POJMOVÁ MAPA



35 Pojmová mapa

3.3 PŘEDSTAVENÍ TÉMATU VÝUKOVÉ HODINY

Tématem výukové hodiny výtvarné výchovy bylo modelování misky z keramické hlíny. Hodina byla tvořena s důrazem na hmatové vnímání a prožitky žáků. Hmatové vnímání prostupovalo všemi fázemi výuky a propojovalo je.

Výuka byla realizována na ZUŠ, kde jsou skupiny věkově heterogenní, složené žáky od předškolního věku po dospělé studenty. Proto byla potřeba, aby byla hodina aplikovatelná na všechny věkové kategorie. Všem žákům a studentům se podařilo dosáhnout cíle hodiny, kterým bylo vymodelování misky technikou vymačkávání z hroudy (koule). Předností této techniky je, že je nenáročná na pomůcky, jelikož k tvorbě jsou

nezbytně nutné pouze ruce a hlína. Technika je tak využitelná téměř v jakémkoli prostředí. Další doplňující pomůcky jsou vítaným bonusem, nikoli nutností.

Samotnému modelování nádob předcházela motivace, ledolamka a rozcvička představivosti a hmatu v jednom. Během této aktivity si žáci zavřeli nebo zavázali oči a dostali do rukou neznámý předmět nejrůznějšího povrchu, struktury, tvaru, velikosti (plyšovou látku, brusný papír, písek, gumu, větev, bublinkovou fólii, seno, ruku spolužáka apod.). Během důkladného ohmatávání předmětu si představovali, co jim předmět připomíná – zdali je to nějaké místo, pocit, barva, zážitek, příběh, osoba nebo něco úplně jiného. Žáci osahávali předměty, na základě toho tvořili fantazijní představy a tyto asociace popisovali ostatním. Žákům se podařilo vytvořit a sdílet mnoho inspirativních představ, které dokládaly jedinečnost vnímání, prožívání a zkušeností každého z nich. Jejich sdílením se vzájemně obohacovali. Žáci předměty posílali dokola, aby si je mohli osahat, vnímat jejich různorodost a porovnat představy ostatních s těmi svými. Rozcvička měla za úkol aktivizovat fantazii, představivost a senzibilizovat hmatové vnímání žáků, nezbytné pro následné modelování, prostorovou představivost a osobitý výtvarný projev. Zároveň žáci procvičili schopnost verbalizovat své pocity a představy.

Následovalo modelování z hlíny. Postup jsem žákům vysvětlila, názorně ukázala a oni postup imitovali. Vymýšleli vlastní tvar nádoby a snažili se ho výtvarně prostorově vyjádřit. Převážnou část hodiny k tvorbě využívali pouze hlínu a své ruce, důraz byl tedy kladen na přímý dotek rukou s výtvarným médiem, tedy na haptické vnímání. Ke konci práce pak žáci měli možnost libovolně vybírat z množství nástrojů, kterými hotový tvar dokončovali, dekorovali, strukturovali a někteří barvili engobami. Cílem bylo, aby vytvořili strukturu, která bude zajímavá na pohled i na dotek. Žáci zkoušeli možnosti keramických nástrojů a zjišťovali, jaké zanechávají stopy. Měli k dispozici pro inspiraci ukázky dokončovacích strukturovacích technik (rytí, prořez, leštění, otiskování, reliéf a další). Kvůli dodržení časového harmonogramu na ZUŠ bylo nutné usilovat o to, aby žáci misku dokončili během jedné tříhodinové lekce a následující hodinu pouze nanесли transparentní glazuru na některé části tvaru. S každým žákem jsem v průběhu hodiny individuálně konzultovala jeho práci, případně jsem se ho snažila navést na způsob, jak ji vylepšit.

Hodina byla zakončena hromadnou reflexí a diskuzí.

3.4 PŘÍPRAVA PRŮBĚHU HODINY

Čas min.	Aktivita	Činnost učitele	Činnost žáků	Cíl	Zadání	Výuková metoda	Organi-zační forma	Hodnocení	Poznámky/pomůcky
2	Úvod – představení tématu hodiny	Představuje se; seznamuje žáky s tématem hodiny	Poslouchají		<i>„Dnes budeme modelovat misku z keramické hlíny. Ale nejprve rozehřejeme svůj hmat a představivost hrou.“</i>		Hromadná		
5	Motivace – hmatová rozcvička, rozcvička představivosti	Rozdává předměty nejrůznějšího povrchu, materiálu, tvaru, velikosti	Poslouchají, zavírají oči, ohmatávají předmět, vědomě zapojují představivost, tvoří asociace	Žáci ohmatávají předmět a na základě hmatového vjemu vytváří představy	<i>„Zavřete oči nebo si je zavažte šátkem. Ohmatejte předmět. Co si představujete, když se ho dotýkáte? Je to místo, pocit, barva, zážitek, příběh, osoba nebo něco úplně jiného?“</i>	Vysvětlování	Hromadná		Předměty různorodého povrchu a materiálu (plyšová látka, brusný papír, písek, guma, větev, bublinková fólie, seno...), šátek na oči
5		Vybízí žáky ke sdílení představ	Popisují své představy, poslouchají druhé	Žáci popisují své fantazijní představy	<i>„Popište ostatním, co vám předmět připomněl.“</i>	Rozhovor	Hromadná	Zpětná vazba	
3		Vyzívá žáky k porovnání odlišných povrchů a porovnání svých zkušeností s druhými	Posílají předměty dokola, hmatem vnímají různorodost jejich povrchů, struktur, tvarů	Žáci ohmatávají předměty, popisují své představy	<i>„Pošlete si předměty dokola a osahujte si je, vnímejte jejich různorodost. Máte podobné představy jako spolužáci nebo úplně jiné?“</i>	Diskuze	Hromadná	Zpětná vazba	
10	Zadání tvůrčí úlohy	Rozdává hlínu, popisuje postup práce	Připravují si pomůcky, modelují z hlíny kouli, vymýšlejí prostorový tvar misky	Žáci vymodelují pravidelnou kouli z hlíny	<i>„Připravte si pomůcky. Z hroudy hlíny vytvořte hladkou kouli. Přemýšlejte, jaký tvar bude mít výsledná miska.“</i>	Utváření dovedností; vysvětlování	Individualizovaná	Zpětná vazba	Keramická hlína, vlhký hadřík
70	Modelování misky	Demonstruje a vysvětluje jednotlivé kroky techniky vymačkávání, poskytuje individuální konzultace	Imitují postup a modelují vymačkáváním z hliněné koule vlastní misku	Žáci vymodelují autorskou keramickou misku technikou vymačkávání z hroudy (koule)	<i>„Do hladké koule zatlačte palec, určete si sílu dna a pomalým otáčením a vymačkáváním modelujte stěny a tvar nádoby.“</i>	Instruktaž; utváření dovedností	Hromadná, individualizovaná	Zpětná vazba; jednoduché verbální hodnocení	

3DIDAKTICKÁ ČÁST

15	Strukturování střepu	Předkládá ukázky strukturovacích technik	Dokončují a dekorují misku strukturovací technikou	Žáci strukturují povrch vymodelované misky	<i>„Strukturovací technikou dokončete svoji misku. Vytvořte na dotek i na pohled zajímavý povrch. Můžete se inspirovat předloženými ukázkami. Vyzkoušejte, jakou stopu zanechají nástroje.“</i>	Utváření dovedností	Individualizovaná	Zpětná vazba; jednoduché verbální hodnocení	Keramické nástroje a náčiní (špachtle, očka, cidliny...)
15	Barvení střepu	Vysvětluje způsob použití engob	Dekorují misku barvicí technikou	Žáci barví misku engobami	<i>„Své dílo můžete dekorovat barevnými engobami.“</i>	Utváření dovedností	Individualizovaná	Zpětná vazba; jednoduché verbální hodnocení	Engoby, štětce
10	Reflexe	Pokládá otázky k reflexi, hodnotí průběh hodiny a výsledky práce	Reflektují a hodnotí svůj výtvarný projev a proces, inspirují se prací spolužáků	Žáci popisují svoji práci, své haptické preference, sebehodnotí se	<i>„Co vám šlo při práci dobře a co vám dělalo potíže? S čím jste u své misky spokojeni? Prohlédněte si díla spolužáků. Čeho se nejraději dotýkáte a proč?“</i>	Diskuze	Hromadná	Sebehodnocení; slovní hodnocení; (Oceňování výkonů)	

1 Tabulka přípravy průběhu hodiny

3.5 REFLEXE FÁZÍ VÝTVARNÉHO ÚKOLU

3.5.1 MOTIVACE

Po úvodu, ve kterém jsme se všichni posadili do kruhu a žáky jsem seznámila s tématem hodiny, jsme přešli k hmatové rozcvičce, během které žáci vytvářeli představy na základě hmatových vjemů s různými materiály.

Formulace zadání:

1. *„Zavřete oči nebo si je zavažte šátkem. Důkladně ohmatejte předmět. Co si představujete, když se předmětu dotýkáte? Je to místo, pocit, barva, zážitek, příběh, osoba nebo něco úplně jiného?“*
2. *„Popište ostatním, co vám předmět připomněl.“*
3. *„Pošlete si předměty dokola a osahajte si je, vnímejte jejich různorodost. Máte podobné představy jako spolužáci nebo jsou vaše představy jiné?“*

Skutečně každý z členů skupiny dokázal vymyslet a sdílet své asociace a jejich nekonečná rozmanitost byla silně inspirativní. Během této aktivity se projevil cenné odlišnosti každé osobnosti a jejich zkušeností. Fascinující a překvapivé byly situace během rozcvičky s dospělými studenty, které hra bavila snad ještě víc než děti. Naplno se vžili do své úlohy a často jsme s nimi přetahovali plánovaný čas této aktivity, jelikož si dlouze užívali svůj vnitřní svět představ. Možná to svědčí o tom, jak málo času máme v dospělém životě uvědomovat si svou aktivitu hmatových sensorů, vjemů, doteků, přisuzovat jim význam a také snít a být se svojí fantazií. Někteří žáci a studenti k materiálům spontánně čichali a vytvářeli nové asociace. Nebo porovnávali své asociace na základě hmatu a zraku. Vnímali provázanost smyslů.

Pro ilustraci uvádím transkripci některých výpovědí žáků a studentů:

Žákyně (brusný papír): *„Představím si, že jím trdelník.“*

Učitelka: (s údivem) *„To by mě samotnou nikdy nenapadlo, ale myslím, že ti naprosto rozumím. Hrubost papíru ti připomněla hrubost cukru na těstě, je to tak?“*

Ž: *„Přesně.“*

Ž (brusný papír): *„Já si vybavím práci, trámy na půdě.“*

Ž (brusný papír): „*Já jsem si vzpomněl, jak jsem si jako malej obrousil prsty do krve.*“

Ž (houba): „*Mám husí kůži, nelíbí se mi ten materiál, nerada na něj sahám.*“

Ž (houba): „*Já si vybavím školní mazání tabule.*“

Ž (houba): „*Já si představuju, jak tou houbou maluju obraz.*“

Ž (bublinková folie): „*Představuju si, jak rozbaluju něco nového, novej nábytek nebo kosmetiku, prostě nějaký výrobek, dokonce cítím, jak voní novotou.*“

Ž (seno): „*Vybavuju si léto a prázdniny na vesnici.*“

Ž (ruka sourozence): „*Připadá mi, jako by mi žralok žral ruku.*“ (smích) (Na to konto spolužačka: „*My se máme se sourozencema rádi, rádi se mazlíme.*“)

Ž (kámen): „*Představuju si hrdinu z filmu, který má přezdívku kámen a pak taky místo u moře v Chorvatsku. a když si přičichnu, abych si představil víc, tak cítím sůl.*“

Haptické zkoumání materiálů přináší subjektivní prožitek, vnímání hmoty ale i vědomému prožívání vlastní existence. Dotyk navozuje bohaté asociační představy. „Materiály vyvolávají emoce, představy a niterné reakce nejsilněji, dotýkáme-li se jich se zavřenýma očima.“ (Roeselová 2004, s. 61)

Věřím, že tato úvodní aktivita hmatové rozcvičky byla klíčová také v tom, že motivovala žáky k následné vlastní tvorbě.

3.5.2 HLAVNÍ AKTIVITA

Během hlavní aktivity žáci vymodelovali z hlíny misku technikou vymačkávání z hroudy. Postup modelování jsem žákům vysvětlila a názorně ukázala a myslím, že zvolená výuková metoda názorné instruktáže – předvedení postupu vymačkávání, samozřejmě spolu se slovním vysvětlením, byla klíčem k úspěchu, tedy k vytvoření funkčních misek dětmi. Když jsem žákům ukazovala, jak začít z koule vymačkávat misku, se zaujetím postup sledovali a následně ho efektivně napodobovali. Zadání úloh jsem se snažila jasně a přesně definovat. Zároveň zadání učební úlohy poskytovalo dostatek otevřenosti pro to, aby každý žák vymodeloval misku s autorským originálním tvaroslovím. Vysvětlování založené čistě na slovním popisu by zřejmě nebylo tak efektivní. Hmatatelným důkazem dosažení cílů výuky

jsou konkrétní výstupy žáků – misky samotné. Žáci vymýšleli vlastní tvar nádoby a snažili se ho výtvarně prostorově vyjádřit. Převážnou část hodiny k tvorbě využívali pouze hlínu a své ruce. Ke konci pak vybírali z množství nástrojů, kterými hotový tvar dokončovali, dekorovali, strukturovali a někteří barvili engobami.

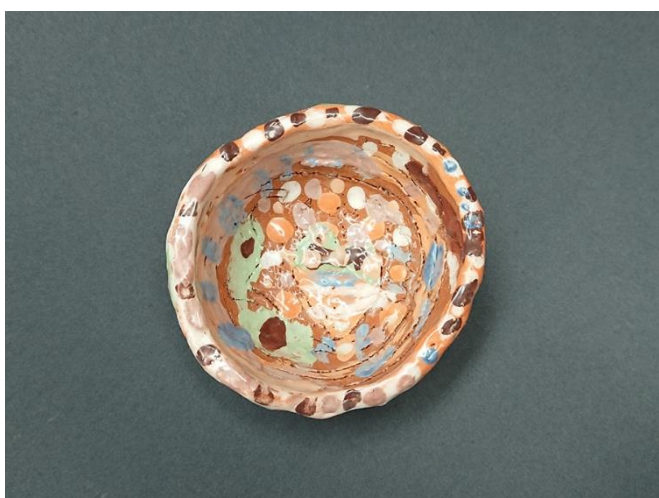
Výhodným prvkem v této třídě je velký společný stůl, kolem kterého se většinou posadí všichni žáci a všichni na sebe vidí. Společný stůl vytváří přehledné a rovnocenné učební prostředí, příznivé pro diskuzi i možnost inspirovat se prací druhých, čehož jsme v hodinách intenzivně využívali.

Formulace zadání:

1. *„Připravte si pomůcky na modelování – vlhký hadřík a hlínu.“*
2. *„Z hroudy hlíny nejprve vytvořte tvar co nejdokonalejší koule. Přemýšlejte u toho, jaký tvar by mohla mít miska, kterou vymodelujete.“*
3. *„Do hladké koule zatlačte palec, určete a ponechte dostatečnou sílu dna a pomalým otáčením a vymačkáváním modelujte stěny a tvar nádoby. Dbejte na stejnou sílu stěn a udržujte hlínu vlhkou, ať se netvoří praskliny.“*
4. *„Strukturovací technikou dokončete svoji misku. Vyzkoušejte, jakou stopu zanechají nástroje. Můžete se inspirovat předloženými ukázkami.“*
5. *„Své dílo můžete dekorovat i barevnými engobami.“*



36-47 Výtvarné práce dětí





Individuální konzultace a vedení potřebovala většina žáků během celého procesu modelování. i tak ale pracovali úctyhodně samostatně, svědomitě, cílevědomě, s nadšením a řada z nich s velkou precizností. Modelování z keramické hlíny a vymačkávání z hroudy vyžaduje velkou soustředěnost. Nesčetněkrát mě udivovalo, s jakým zaujetím a soustředěním žáci pracovali. Krom několika výjimek, dětí, které si přišli do výtvarky mimo jiné také popovídat s kamarádem, naprostá většina pracovala v naprosté tichosti.

Nejčastěji se u žáků vyskytovaly potíže s udržením stejnoměrné síly stěny, dna a udržením tvaru, který se nebortí a nepraská. Problémová byla práce s vodou – někteří hlínu příliš přemokřili a tvar misky se tím deformoval a někteří ji naopak nepoužívali vůbec, a tím se tvořily praskliny. Mnohdy ale stačilo žákům pouze naznačit, jak lze tvar vylepšit

a oni to dokázali sami. Tyto potíže jsou přirozenou součástí keramické tvorby a minimalizovat je se učíme tréninkem a získáváním zkušeností.

Paní vedoucí učitelka mě dopředu upozorňovala na hyperaktivitu jednoho z prvňáčků a na to, že mu budeme muset s modelováním hodně pomáhat. Překvapilo mě, že se během hodiny nic z toho nenaplnilo. Tento žák pracoval velmi soustředěně a vymodeloval misku se stejnou mírou pomoci jako jiní žáci. Může to být důkazem, že keramická tvorba přináší uvolnění a zklidnění. Mimo to rozvíjí motoriku, prostorovou představivost, umožňuje řešit vztahy mezi tvarem a prostorem, ale zároveň i plochu na povrchu, a v neposlední řadě přináší prožitek z tvorby samotné.

S každým žákem jsme individuálně konzultovali průběh práce, snažili jsme se tvar kultivovat, a nakonec jsme reflektovali výsledek. Cílené rozvíjení a zdokonalování osobitého výtvarného projevu zabere mnoho času pedagoga, jelikož je nezbytné ke každému přistupovat jiným způsobem. Musím přiznat, že takový přístup je velmi vyčerpávající. Dále uvádím příklady z mnoha konzultací:

Ž: „Paní učitelko, já už to mám.“

U: „Ukaž... Máš všude stejně silné stěny a symetrický tvar, to je perfektní. Ale tu strukturu prorytím ti teď překryla engoba. Co kdybys na některých místech proškrábnul ještě tu engobu, aby se opět objevila barva hlíny?“

Ž: „Tak jo.“

...

Ž: „Paní učitelko, kam to mám dát?“

U: „Pojď mi to nejdřív ukázat... Jednoduchá, minimalistická a velice precizní miska s vyhlazeným povrchem téměř do lesku, to muselo dát hodně práce a soustředění, bezva. Nechceš si zkusit ještě jinou techniku strukturování, třeba jen na některé části tvé misky? Podívej, jaké máme možnosti...“ (ukazuje obrázky v knížce, vytištěné inspirace, druhy nástrojů)

Ž: „Ne, chci ji nechat takhle, chci ji mít právě takhle jednoduchou, líbí se mi to.“

U: „Dobře, souhlasím, tak ji dej schnout do téhle krabice.“

Děsila mě má nová parazitní slova „trošku, trošičku, drobet“, kterými jsem si často pomáhala při instrukcích podávaných žákům ohledně jejich postupu práce a návrhu na zlepšení. Je zvláštní, že jsem si je sama uvědomovala. Pokaždé, když jsem je vyslovila, mi ještě dlouho rezonovala v uších a velmi mě znervózňovala. Nikdy předtím jsem je tolik nepoužívala. Když jsem si na to začala dávat pozor, snad jsem je i ve svém vyjadřování přestala nadužívat.

3.5.3 REFLEKTIVNÍ DISKUZE

Na konci hodiny jsme opět usedli do kruhu k jednomu velkému stolu a přešli jsme k reflexi prožitých zkušeností a nabytých dovedností. Ptala jsem se na reflektivní otázky a žáci hodnotili svůj proces práce, výsledek a obohacovali se o přístupy spolužáků. Dále se zamýšleli se nad tím, jakých předmětů, materiálů a povrchů se rádi dotýkají. Cílem bylo propojit předchozí hmatové vjemy a zkušenosti s běžným životem a uvědomit si, že doteky s některými věcmi kolem nás nám mohou přinášet radost a pozitivní pocity. Že dotek může být relaxační, uklidňující, či dokonce terapeutický.

Formulace zadání:

1. *„Popište ostatním, co vám šlo při práci dobře a co vám dělalo potíže. S čím jste u své misky spokojeni? Prohlédněte si díla spolužáků.“*
2. *„Čeho se nejraději dotýkáte a proč? Jaký povrch je vám na dotek příjemný?“*

Transkripce některých diskuzí o tom, čeho se rádi dotýkáme:

Ž (6 let): „Psa, protože je jako živý plyšák. Prostě ho mám místo plyšáka. Je hebký a je s ním větší zábava než s plyšákem.“

U: „A je ti s ním dobře vid? Jak se cítíš, když jsi s ním, když se ho dotýkáš?“

Ž: „Noo, jakoby útulně.“

Ž: „Já taky psa, protože má krátkou hebkou srst a ta je mi hrozně příjemná.“

U: „A myslíte, že se rádi dotýkáte svých pejsků, protože jsou hebcí nebo protože jsou to vaši dobří kamarádi? Co z toho je významnější?“

Ž: „Asi obojí stejně.“

U: „Tomu rozumím. Taky myslím, že je to výborná kombinace, asi proto pejsky milujeme. Jsou heboučký, cítíme se s nimi v bezpečí a nenechají nás opuštěné, že jo?“

Ž: „Já se nejradši dotýkám bavlny, protože se v ní cítím dobře.“

U: „Aha, máš tedy na mysli bavlněné oblečení?“

Ž: „Jo a taky povlečení v posteli a tak, rád se tam do něj zaňuchňam a je mi v takový posteli dobře.“

U: „Bezva. Takže máme kolem sebe spoustu věcí, kterými se rádi obklopujeme, které nám dělají dobře, a kterých se rádi dotýkáme, souhlasíte?“

Výtvarná úloha dobře posloužila všem věkovým kategoriím, myslím, že poskytovala dostatečnou otevřenost, aby zadání mohl každý uchopit po svém a zároveň zadání jasně definované a srozumitelné. Taktéž samotná tvorba a modelování žáky pohltila:

Studentka na začátku lekce: „Já nebudu modelovat mističku, těch mám doma tisíc. Vlastně se mi nechce modelovat vůbec.“

Ta samá studentka, když jsem ji přesvědčila, aby přece jen modelovala, na konci lekce: „Budeme modelovat i příště?“

Já: „Ano.“

Studentka: „Joooooooo!“ (s rukama vzhůru)

Jiná žákyně spontánně v průběhu modelování: „Dneska se mi sem vůbec nechtělo, a nakonec jsem šťastná, že tu jsem.“

Ž (6 let): „Já, když jsem třeba trochu našťvaná, tak to do tý hlíny zaboucham a je to pak lepší. Je to hodně uklidňující.“

Je potřeba říct, že žáci nepřichází v průběhu roku ke keramické tvorbě příliš často, většinou jednou za rok a někdy, například vzhledem k distanční výuce předchozího roku, vůbec. (I proto jsem v minulém roce se stejnou vedoucí paní učitelkou s dětmi realizovala distanční výtvarný úkol, ve kterém žáci modelovali doma z plastické samotvrdnoucí hmoty připravené z běžných surovin (mouka, sůl, voda) podivuhodného tvora z hlubiny oceánu, viz příloha 3-5. Z toho důvodu je kvalita jimi odvedené práce o to více překvapující.

Pokud by bylo možné se tomuto tématu věnovat delší čas, rozhodně bych zařadila do výuky více aktivit zaměřených na hmatový kontakt s keramickou hlínou a jeho cílené uvědomování, například formou her – házení hlíny na podložku, šlapání po hlíně, modelování pocitu, malba prsty řídkou hlínou, malba hlínou nohama, modelování se zavřenýma očima a podobně.

Zajímavá by také mohla být aktivita, při které bychom si s žáky náhodně rozdali hotové misky, osahávali je a popisovali, jaké jsou na dotek, jak se nám drží, jakou mají strukturu...

Výuková hodina by si také zasloužila rozšířit o umělecko-historický kontext. Vyšší míra zakotvení tématu v umělecko-historickém kontextu by hodinu rozšířila o další cíle a klíčové kompetence (např. kulturní). Vyšší míra zakotvení tématu v teoretickém rámci mohla být uskutečněna také objasněním významu užitého umění a užitě keramiky. Ideální by bylo tato témata integrovat v následující hodině, ve které bychom mohli vyčlenit větší prostor pro teorii.

3.6 ZAKOTVENÍ TÉMATU V RVP ZUV

Očekávané výstupy:

Vzdělávací obsah oblasti Výtvarná tvorba

7. ročník základního studia I. stupně

- Žák z keramické hlíny vymodeluje prostorový objekt – misku technikou vymačkávání z hroudy (koule) a dekoruje povrch misky strukturovacími a barvicími technikami.

Žák poznává a vědomě používá obrazotvorné prvky plošného i prostorového vyjádření (bod, linie, tvar, objem, plocha, prostor, světlo, barva, textura atd.), jejich vlastnosti

a vztahy (shoda, podobnost, kontrast, opakování, rytmus, dynamika, struktura, pohyb, proměna v čase atd.) a jejich účinky dokáže porovnat a zhodnotit

(Bořek et al. 2010, s. 38)

4. ročník základního studia II. stupně

- Žák z keramické hlíny vymodeluje prostorový objekt – misku technikou vymačkávání z hroudy (koule) a dekoruje povrch misky strukturovacími a barvicími technikami.

Žák zná obrazotvorné prvky plošného i prostorového vyjádření, jejich výtvarné a výrazové vlastnosti a vztahy (Bořek et al. 2010, s. 38)

Vzdělávací obsah oblasti Recepce a reflexe výtvarného umění

4. ročník základního studia II. stupně

- Žák popisuje a hodnotí výsledek i proces své práce.

Žák formuluje a obhájí své názory, diskutuje, respektuje různá hlediska, umí se poučit; prezentuje práci vlastní i druhých (Bořek et al. 2010, s. 39)

Klíčové kompetence

Rozvíjíme tyto klíčové kompetence:

Kompetence k umělecké komunikaci

- Žák z keramické hlíny vymodeluje prostorový objekt – misku technikou vymačkávání z hroudy (koule) a dekoruje povrch misky strukturovacími a barvicími technikami.

Žák disponuje vědomostmi a dovednostmi, které mu umožňují samostatně volit a užívat prostředky pro umělecké vyjádření (Bořek et al. 2010, s. 14)

- Žák popisuje a hodnotí výsledek i proces své práce.

Žák proniká do struktury a obsahu uměleckého díla a je schopen rozeznat jeho kvalitu (Bořek et al. 2010, s. 14)

Kompetence osobnostně sociální

- Žák z keramické hlíny vymodeluje prostorový objekt – misku technikou vymačkávání z hroudy (koule) a dekoruje povrch misky strukturovacími a barvicími technikami.

Žák disponuje pracovními návyky, které jsou utvářeny soustavnou uměleckou činností a které formují jeho morálně volní vlastnosti a hodnotovou orientaci (Bořek et al. 2010, s. 14)

3.7 ZAKOTVENÍ TÉMATU V ŠVP

V ŠVP je téma umístěno v učebním plánu přípravného studia a základního studia 1. stupně.

Učební plán:

Přípravné studium 1. a 2. ročník:

žák modeluje z hlíny,
komunikuje s ostatními žáky i s pedagogem nad svou výtvarnou prací

Základní studium 1. stupeň:

1. ročník:

žák využívá znalosti z modelování /keramická hlína/,
modeluje z představy,
komunikuje ve skupině s učitelem

2. ročník:

žák se vyjadřuje tvarem,
komunikuje ve skupině s učitelem

4. ročník:

žák tvoří z keramické hlíny různých vlastností,
připravuje materiál, ošetřuje a uklízí pomůcky

5. ročník:

žák experimentuje s dekorativním řešením plochy,
experimentuje s různými způsoby zpracování keramické hmoty (modelování povrchu, barevné dotváření povrchu – patinování, glazování),

vnímá tvar a proporce

6. ročník:

žák prohlubuje získané schopnosti a dovednosti v oblasti modelování

7. ročník:

žák řeší zadané úkoly pomocí prvků výtvarného jazyka,
samostatně tvoří keramiku /návrh, modelace, povrchová úprava/,
samostatně řeší zadaný úkol (ŠVP 2012, s. 11-13)

3.8 ZAKOTVENÍ TÉMATU V TP

V tematickém plánu paní vedoucí učitelky praxe na rok 2021/2022 pro předmět Výtvarná tvorba má téma modelování keramické misky oporu v těchto tématech: užitá keramika, modelování z keramické hlíny, plastický ornament, dekorativní plocha, struktura.

v tematickém plánu není stanoveno rozvržení v čase, návaznost, ani počet hodin, viz příloha 6.

3.9 DALŠÍ NÁMĚTY VÝTVARNÝCH ÚLOH

Seznámení s materiálem

Žáci osahávají různé typy hlín (mokrú, suchú, koženú, vypálenú, glazovanú, jemnú, hrubú šamotovú, světlú, červenice, prášek z hlíny, šlikr...) a posílají si je dokola. Diskutujeme, jaké jsou na dotek a jaké mají vlastnosti.

Hmatová paměť

Žáci si náhodně vylosují neznámý předmět, se zavázanýma očima ho důkladně ohmatají. Pokusí se zapamatovat jeho tvar a strukturu. Odloží předmět, překryjí ho šátkem a zkouší tvar vymodelovat z hlíny.

Modelování ve dvou – neverbální komunikace, dotek s druhým člověkem

Žáci se rozdělí do dvojic. Dostanou jednu hroudu hlíny a instrukci, že po dobu tvoření nesmějí vůbec promluvit, ale modelovat musí vždy společně, najednou. Mohou se dorozumívat neverbálně, tělem. Vymodelují objekt na nějaké téma (postava v pohybu, pohlazení, zvíře, radost...).

Modelování ve skupině

Všechny děti dostanou připravenou kouli z hlíny. Začínají modelovat např. na téma růst. Vždy, když paní učitelka tleskne, předají svou práci spolužákovi po levici, který na ní pokračuje.

Emoce v hlíně

Přeměna jednoho pocitu v druhý během procesu modelování. Žáci si pokusí uvědomit, jak se právě cítí a tento pocit zamačkávají do hlíny. Po akci vnímají, jestli se pocit změnil a pokud ano, hlínu přemačkají.

Emoce v hlíně

Vyválíme velký plát z hlíny. Rukama, prsty v něm zachytíme emoci – na různých místech plátu střídáme pocity (jednu část pohladíme, druhou část plácáme, rozbíjíme pěstí...). Vyřízneme z plátu zajímavé části a tvoříme vzorník pocitů – přiřazujeme k nim emoce (podle pocitů můžeme i vzorky barvit). Nebo lze celý reliéf vylít sádrou. Můžeme pracovat i skupinově.

Uvolňující a stimulační hry s hlínou

Házení hlíny na podložku, šlapání po hlíně, naplňování textilních sáčků různými materiály, malba prsty řídkou hlínou, malba hlínou nohama, hry s vodou a pískem, otištění částí těla, modelování se zavřenýma očima, modelování jednou rukou.

Spojení hmatu a čichu

Žáci navrhují a modelují flakon na parfém včetně etikety. Vymýšlejí parfému název. Vyrábí vlastní parfém z přírodních vůní (koření, bylinky, ovoce, jehličí, trávu, přírodniny...) a nacházejí vhodné kombinace. Propojují hmatové vjemy s čichovými (smyslový zážitek, synestezie). Představují a prezentují parfém spolužákům jako „novinku na trhu“. Hodnotí flakony spolužáků, vůni, prezentaci, jak na ně „produkt“ působí vizuálně, na dotek, svojí vůní, zda by si jej koupili.

Modelování misky

Z vnitřní strany já a můj momentální pocit, jak se cítím, z vnější strany můj vztah k ostatním, k okolnímu světu nebo jak mě vidí ostatní.

Název pro misku

Žáci pojmenují svoji misku podle toho, jaká je na dotek (chlupatá miska, škrabací miska, hladká miska...)

Modelování dózy

Žáci modelují mističku s víčkem. Hliněnou kouli rozříznou drátkem ve třetině, z větší části vymačkají mističku, z menší pokličku.

Otisk – zvěčnění doteku

Hledáme kolem sebe zajímavé struktury, které lze otisknout

Analýza uměleckého díla – vizuální a haptické vjemy pastózní až reliéfní malby, reliéfu, sochy.

Kresba hlínou – kresba suchou nebo mokrou hlínou na papír.

Autorské keramické tiskátko

Tisk z keramiky na papír – tisk z výšky, z hloubky

ZÁVĚR

Dotek i tvořivost jsou nástroje neverbální komunikace. Obojím komunikujeme s okolním světem, ale stejně tak se sebou samými, přibližují nás k naší tělesnosti a emocionalitě. Lidé tvorbou získávají důkaz o vlastní existenci. První kontakt se světem se děje skrze dotek, vztah s matkou navázaný dotekem určuje schopnost vytvářet další vztahové vazby. Rané hmatové vjemy utváří naše vzpomínky a řídí naše budoucí chování. Nenaplněná potřeba doteku v dětství ústí například v poruchy attachmentu, poruchy sociálního chování, emoční poruchy, v agresivitu, pasivitu, úzkostnost, deviace. Takový deficit hmatových vjemů a doteků lze kompenzovat právě modelováním z hlíny, které zároveň uspokojuje tvořivou potřebu člověka. Je to akt mentální hygieny, ventilace emocí, uvolnění tenze, zmírnění psychické zátěže. Na již vzniklé problémy lze cíleně působit arteterapií. V diplomové práci jsem popsala také metodu Práce v hliněném poli[®], jejímž cílem je haptický kontakt s hlínou, zážitek z procesu tvorby a nasycení potřeby hmatových stimulů. Práci v hliněném poli lze dosytit nenaplněné vývojové potřeby, objevit své vrozené možnosti a ujistit se ve vlastní kompetence jednat.

Stěžejní význam v této práci mají účinky keramické tvorby, které pozitivně ovlivňují život na tomto světě – uvolňují, zklidňují, jsou nástrojem sebepoznání, zlepšují životní pohodu nebo dokonce léčí, sytí potřebu dotýkat se, tvořit a mnoho dalších. Jedná se o témata, se kterými niterně a hluboce souzním, a to se v práci pravděpodobně zrcadlí. Nejosobnější částí je kapitola Autoterapie keramickou tvorbou, která je zápisem toho, proč z keramické hlíny tvořím a co z ní činí můj osobní terapeutický zdroj, ať už se jedná o absolutní soustředění, tvorbu hodnot, hledání rovnováhy, středu, symetrie, smíření s nedostatkem, hmatovou stimulaci, uzemnění, pohlazení hlínou nebo fyzickou aktivitu atd. Také proces tvorby nádob, do nichž jsem mnohokrát otiskla své ruce, a tím i svoji existenci, vytvořil můj velmi silný citový vztah k nim. Během modelování bylo zapotřebí najít kombinaci funkčnosti, estetiky a prožitku. Keramickou tvorbou je možné zažít hluboce uspokojující, hluboce vyživující haptický kontakt a emocionální nasycení. Dotek i tvorba nás zastavují, zpřítomňují, s rukama v hlíně člověk zapomíná na celý svět.

Významnou zkušeností byla práce s dětmi na základní umělecké škole, se kterými jsme se věnovali právě významu doteku v lidském životě, imaginaci na základě asociací

k hmatovým vjemům a tvorbě keramických nádob technikou vymačkávání z hroudy. Hodnota upřímné zpětné vazby od dětí je slovy nevyjádřitelná a prožívání dětí je to, co nakonec všemu dává smysl.

RESUMÉ

Diplomová práce je zaměřena na terapeutický účinek keramické tvorby, dokládá, že už samotný proces tvorby může být terapeutický a popisuje další možnosti arteterapie a terapie dotekem. Tvorba se děje prostřednictvím dotýkání se, jelikož dotek tvaruje hmotu a pohyb je zachycen ve tvaru. Proto může modelování z hlíny nasycit nenaplněné potřeby doteku. Vřelý a laskavý dotek snižuje hladinu stresových hormonů, čímž dochází k uklidnění, tlumení bolesti a mnoha dalším pozitivním účinkům. Taktéž potenciálem umění je léčit. Diplomová práce sestává také z tvorby souboru pěti keramických stolních nádob doplněných o soupis autoterapeutických zdrojů. v didaktické části je téma transformováno a reflektováno ve výukové hodině odučené na základní umělecké škole.

RESUMÉ

The diploma thesis focused on the therapeutic effect of ceramic creation, proves that creation process can be therapeutic and describes other possibilities of art therapy and touch therapy. Creation happens through touch, touch shapes material and movement is captured in form. Therefore, clay modeling can saturate the unfulfilled needs of touch. a kind touch reduces the level of stress hormones and leads to relaxation, pain relief and many other positive effects. Art also has the potential to heal. The diploma thesis also includes the creation of a set of five ceramic tableware, illustrated by an inventory of self-therapeutic resources. In the didactic part, the topic is transformed and reflected in a lesson taught at a primary art school.

SEZNAM LITERATURY

Adam Železný, b.r. *Prám*. Online. Dostupné z: <http://pramstudio.cz/adam-zelezny/>.
[Citováno 2023-06-25]

ARKADIUSZ SZWED, b.r. *ARKADIUSZ SZWED*. Online. Dostupné z:
<https://arkadiuszszwed.com/People-from-the-porcelain-factory-The-Human-Trace>.
[Citováno 2023-06-25]

Black dessert plate, b.r. Bisqit store. Online. Dostupné z:
https://www.bisqit.store/cs/products/black-dessert-plate-3?pr_prod_strat=use_description&pr_rec_id=a3e883238&pr_rec_pid=6565187125361&pr_ref_pid=6565187027057&pr_seq=uniform. [Citováno 2023-06-25]

CASE, Caroline; DALLEY, Tessa, 1995. *Arteterapie s dětmi*. Praha: Portál.
ISBN 80-717-8065-0.

Co je arteterapie, c2023. *Česká arteterapeutická asociace*. Online. Dostupné z:
<https://www.arteterapie.cz/arteterapie>. [Citováno 2023-06-25].

ELBRECHT, Cornelia, 2020. Sensorimotor Art Therapies. *Sensorimotor Art Therapy*. Online.
27.02.2020. Dostupné z:
<https://www.sensorimotorarttherapy.com/blog/2020/2/20/initiatic-art-therapies>.
[Citováno 2023-06-25].

ELBRECHT, Cornelia, 2022. Přístup odspodu nahoru usnadňující léčení traumatu pomocí metody Práce v hliněném poli®. In: VÍŠKOVÁ, Anna. *Práce v hliněném poli®: Sborník k sympoziu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, s. 15–39.
ISBN 978-80-244-6170-0.

GALLACE, Alberto; SPENCE, Charles, 2010. The science of interpersonal touch: An overview. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. Online. roč. 34, č. 2, s. 246–259.
ISSN 0149-7634. Dostupné z:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0149763408001723>.
[Citováno 2023-06-25].

IVAN JELÍNEK, b.r. *Blas knada*. Online. Dostupné z: https://www.blasknada.com/ivan-jelinek/?fbclid=IwAR0hldfyVFEfZL0aiyXJvqC_RVp7ycSF83ycCv3QXny9wiDO4udGY5JednU.
[Citováno 2023-06-25]

Jana Krejzová, b.r. *Jana Krejzová*. Online. Dostupné z:
<https://www.janakrejzova.cz/biografie/>. [Citováno 2023-06-25]

KALE, Sirin, 2020. Skin hunger helps explain your desperate longing for human touch. *WIRED*. Online. 29.04.2020. Dostupné z: <https://www.wired.co.uk/article/skin-hunger-coronavirus-human-touch>. [Citováno 2023-06-25].

Kintsugi – Nevyhazujte rozbité věci, ale zkuste zlaté japonské umění Kintsugi, 2023. *www.izlato24.cz*. Online. 20.01.2023. Dostupné z: <https://www.izlato24.cz/blog/nevyhazujte-rozbite-veci-ale-zkuste-zlate-japonske-umeni-kintsugi-n517.html>. [Citováno 2023-06-25]

KOUTNÁ, Veronika; VOBOŘIL Dalibor, 2021. *Harry Harlow – mezi obdivem a odporem*. Online. *Československá psychologie*. roč. 65, č. 6, s. 628–637. ISSN 0009062X. Dostupné z: <https://ceskoslovenskapsychologie.cz/index.php/csps/article/download/209/70/1202>. [Citováno 2023-06-25].

KRAMER, Katharina; SCHOTT Ina, 2022. k vývoji „Já“ a o sociální odpovědnosti v haptice: Na zdroje orientovaná Práce v hliněném poli® a její vliv na porozumění rolím v pedagogice. In: VÍŠKOVÁ, Anna. *Práce v hliněném poli®: Sborník k sympoziu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, s. 48–54. ISBN 978-80-244-6170-0.

KŘIVOHLAVÁ, Romana, 2015. *Používání šidítka z pohledu laktiční poradkyně*. Online. *Pediatric pro praxi*. roč. 16, č. 6, s. 423–426. Dostupné z: <https://www.pediatricpropraxi.cz/pdfs/ped/2015/06/18.pdf>. [Citováno 2023-06-25].

LHOTOVÁ, Marie; PEROUT, Evžen, 2018. *Arteterapie v souvislostech*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1272-0.

MARSHALL EDITIONS LIMITED, 1992. *Lidské tělo: srozumitelný a zevrubný průvodce po strukturách a funkcích lidského organismu*. 2. vyd. Bratislava: Gemini. ISBN 80-852-6559-1.

MAZÚCHOVÁ, Lucia; KELČÍKOVÁ, Simona; MASKÁLOVÁ, Erika, 2021. *Význam podpory bondingu po pôrode pre bezpečnú vzťahovú väzbu medzi matkou a dieťaťom*. Online. *Pediatric pro praxi*. roč. 22, č. 3, s. 290–293. Dostupné z: <https://www.pediatricpropraxi.cz/pdfs/ped/2021/04/11.pdf>. [Citováno 2023-06-25].

MONTAGU, Ashley, 2004. *El tacto: La importancia de la piel en las relaciones humanas*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica. ISBN 84-493-1647-2.

PEROUT, Evžen, 2005. *Arteterapie se zrakově postiženými*. Praha: Okamžik. ISBN 80-903-2479-7.

POTMĚŠILOVÁ, Petra; HARČÁŘÍKOVÁ, Terézia; FOJTÍKOVÁ ROUBALOVÁ, Marcela; NAGYOVÁ, Kristína; VÍŠKOVÁ, Anna, 2021. *Pedagogicko-psychologické aspekty*

expresivních terapií u jedinců se speciálními vzdělávacími potřebami.

Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-5989-9.

RICHTROVÁ, Barbora, 2021. *Vývojová porucha plynulosti řeči v předškolním věku – případová studie.* Online. Listy klinické logopedie. roč. 5, č. 1, s. 31–36. ISSN 25706179.

Dostupné z: doi: 10.36833/lkl.2021.010. [Citováno 2023-06-25].

ROESELVÁ, Věra, 2004. *Linie, barva a tvar ve výtvarné výchově.* Praha: Sarah.

ISBN 80-902267-5-2.

BOŘEK, Lubor; DRGÁČOVÁ, Rafaela; DVOŘÁK, Zdeněk; ESTERLE, Miloslav; HANOUSEK, Petr et al., 2010. *Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání.* Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2010. ISBN 978-80-87000-37-3.

SOUČKOVÁ, Petra, 2018. *Práce v hliněném poli®. Práce v hliněném poli®:*

Mgr. Petra Součková. Online. c2014–2018. Dostupné z:

<https://www.hlinenepole.cz/metoda.html>. [Citováno 2023-06-25].

ŠICKOVÁ FABRICI, Jaroslava, 2016. *Základy arteterapie.* 3. vyd. rozšířené. Praha: Portál.

ISBN 978-80-262-1043-6.

Školní vzdělávací program: Základní umělecké školy Plzeň, Jagellonská 14, 2012. Online.

Dostupné z: <https://www.vytvarkaplzen.cz/dokumenty> [Citováno 2022-05-11].

ŠTĚRBOVÁ, Dana, 2016. *Dotyk jako zážitek...? GYMNASION: Časopis pro zážitkovou pedagogiku,* roč. 10, č. 2, s. 15. ISSN 214-603X.

Touch Research Institute (Archives), c2023a. *Miami Miller School of Medicine.* Online.

Miami. Dostupné z: [https://med.miami.edu/centers-and-institutes/mailman-center/community/other-community-based-programs/touch-research-institute-\(archives\)](https://med.miami.edu/centers-and-institutes/mailman-center/community/other-community-based-programs/touch-research-institute-(archives)). [Citováno 2023-06-25].

Touch Research Institute Books, c2023b. *Miami Miller School of Medicine.* Online. Miami.

Dostupné z: [https://med.miami.edu/centers-and-institutes/mailman-center/community/other-community-based-programs/touch-research-institute-\(archives\)/research](https://med.miami.edu/centers-and-institutes/mailman-center/community/other-community-based-programs/touch-research-institute-(archives)/research). [Citováno 2023-06-25].

VÁVROVÁ, Alena, 2022. *Práce v hliněném poli® ve světě dětské psychoterapie.*

In: VÍŠKOVÁ, Anna. *Práce v hliněném poli®: Sborník k sympoziu.* Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, s. 6–9. ISBN 978-80-244-6170-0.

VIŠŇA, Martin, 2019. *Když keramická hlína pomáhá. Palacký University Olomouc.* Online.

28.12.2019. Dostupné z: <https://www.upol.cz/nc/en/news/news/clanek/kdyz-keramicka-hlina-pomaha/>. [Citováno 2023-06-25].

VÍŠKOVÁ, Anna, 2022. *Aplikace metody Práce v hliněném poli® u dětí s poruchou attachmentu: Senzomotorický přístup v terapii*. Olomouc. Disertační práce. Univerzita Palackého v Olomouci. Vedoucí práce Doc. PhDr. & Mgr. Petra Potměšilová, Ph.D.

ZENTRICH, Josef Antonín, 2002. *Terraterapie a aquaterapie: léčení zemí a vodou*. Praha: Eminent. ISBN 80-728-1097-9.

SEZNAM OBRÁZKŮ

- 1 Hagi nádoba s klínkem. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
https://www.etsy.com/listing/1434658299/hagi-yaki-chawan?ga_order=most_relevant&ga_search_type=all&ga_view_type=gallery&ga_search_query=hagi+yaki&ref=sr_gallery-1-11&pro=1&sts=1&organic_search_click=1
- 2 Práce v hliněném poli®. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<https://training.sensorimotorarttherapy.com/courses/healing-trauma-in-children-with-clay-field-therapy>
- 3-4 Helena Kaasová, Nádoby tvořené pouze rukama, 2023
- 5 Helena Kaasová, Nádoba modelovaná poslepu, 2023
- 6 Helena Kaasová, Kresebné skici, 2023.
- 7-8 Helena Kaasová, Prostorové návrhy, 2023.
- 9-17 Helena Kaasová, Finální soubor stolních nádob, 2023
- 18-19 Adam Železný, Tepané mísy, 2013. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<http://www.artceramics.cz/clenove/zelezny-adam>
- 20 Adam Železný, Výbuch, 2014. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<http://www.artceramics.cz/clenove/zelezny-adam>
- 21 Jana Krejzová, Z cyklu 10x10 / Proudění. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<https://www.janakrejzova.cz/instalace/>
- 22 Jana Krejzová, Skořepiny. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<https://www.janakrejzova.cz/tvorba/>
- 23 Jana Krejzová, Lesíček. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<https://www.janakrejzova.cz/tvorba/>
- 24 Jana Krejzová, Vlnění. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<https://www.janakrejzova.cz/tvorba/>
- 25 Ivan Jelínek, Talíř. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
https://www.facebook.com/IvanJelinekDesign/photos?locale=is_IS
- 26 Ivan Jelínek, Táč. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
https://www.facebook.com/IvanJelinekDesign/photos?locale=is_IS
- 27 Ivan Jelínek, Konvice. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
https://www.facebook.com/IvanJelinekDesign/photos?locale=is_IS
- 28-29 Martina Žilová, Black dessert plate. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z:
<https://www.zilova-martina.com/>

- 30 Arkadiusz Szwed, The Human Trace. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z: <https://arkadiuszszwed.com/People-from-the-porcelain-factory-The-Human-Trace>
- 31 Kintsugi technika. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z: <https://www.viator.com/en-CA/tours/Tokyo/Kintsugi-The-art-of-pottery-repair-with-gold/d334-120883P1>
- 32 Bouke de Vries, Guan Yin in a cloud of shards, 2019. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z: <https://boukedevries.com/2019-2/nggallery/image/guan-yin-in-a-cloud-of-shards>
- 33 Bouke de Vries, Guan Yin with a nimbus of saucers, 2019. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z: <https://boukedevries.com/2019-2/nggallery/image/guan-yin-with-a-nimbus-of-saucers>
- 34 Bouke de Vries, Goddess of the fragments, 2015. Vyhledáno 25.06.2023. Dostupné z: <https://boukedevries.com/2015-2/nggallery/image/goddess-of-fragments>
- 35 Helena Kaasová, Pojmová mapa, 2022
- 36-47 Výtvarné práce dětí, 2022

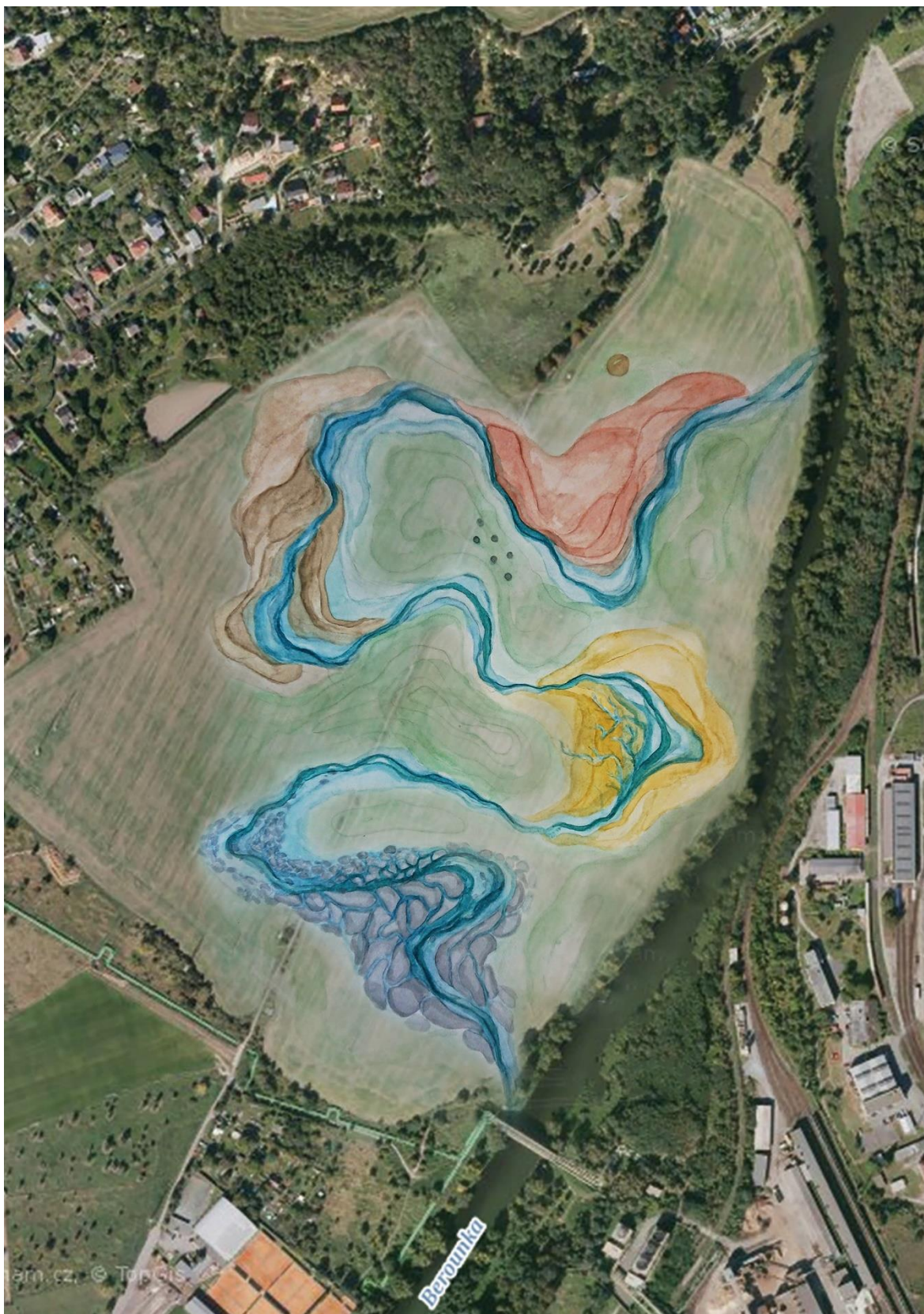
SEZNAM TABULEK

- 1 Helena Kaasová, Tabulka přípravy průběhu hodiny, 2022

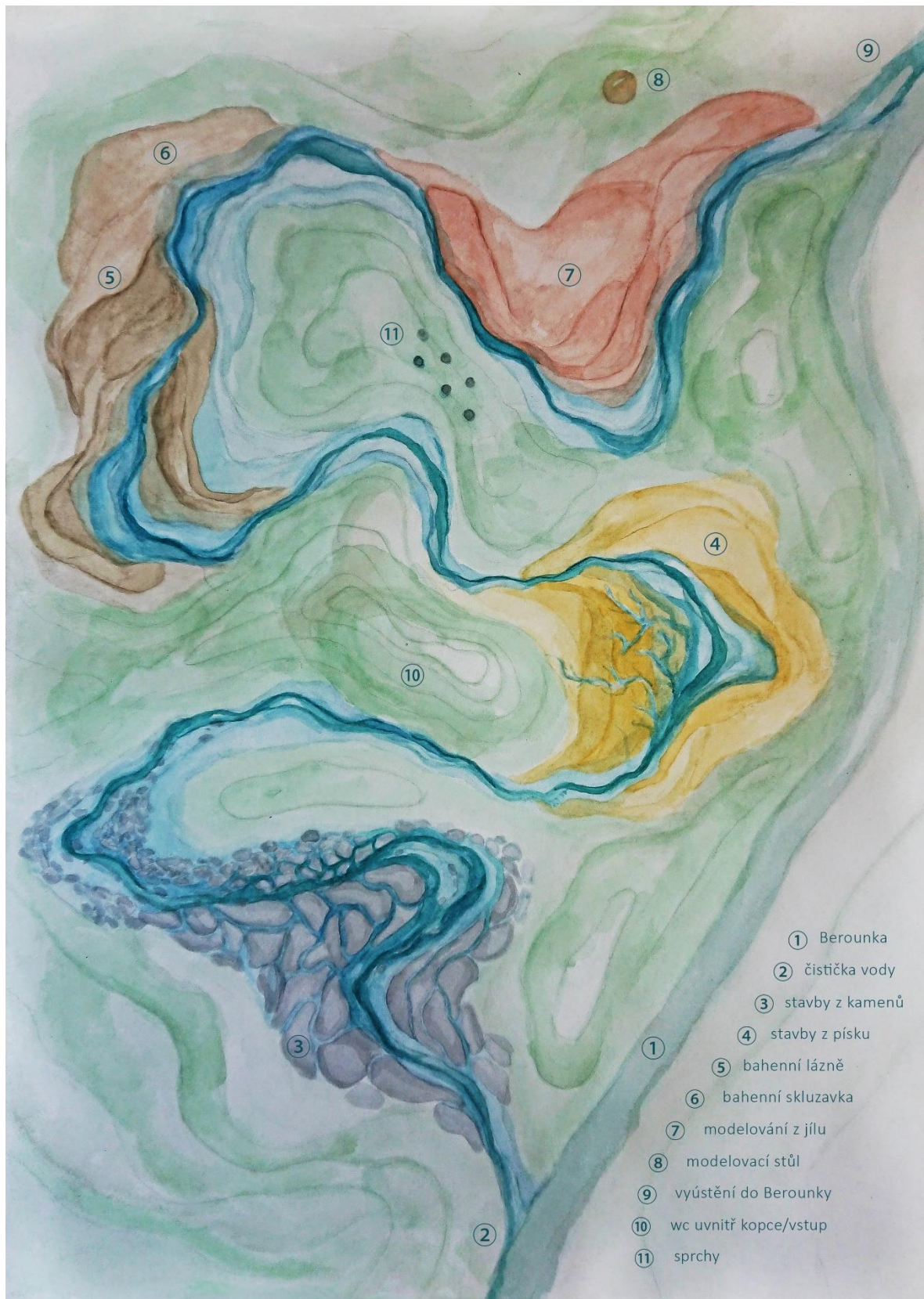
SEZNAM PŘÍLOH

- 1 Helena Kaasová, Hřiště v blátě, 2021
- 2 Helena Kaasová, Hřiště v blátě, 2021
- 3-5 Dětská práce – podivuhodný tvor z hlubin oceánů, 2021
- 6 Tematický plán Mgr. Jany Vackové, 2021

PŘÍLOHY



1 Helena Kaasová, Hřiště v blátě, 2021



2 Helena Kaasová, Hřiště v blátě, 2021



3 Dětská práce – podivuhodný tvor z hlubin oceánů



4 Dětská práce – podivuhodný tvor z hlubin oceánů



5 Dětská práce – podivuhodný tvor z hlubin oceánů

INDIVIDUÁLNÍ ŠVP 2021/2022 – 1. STUPEŇ VTM - Jana Vacková

Vyučovací předmět Výtvarná tvorba /plošná tvorba - kresba, malba, grafika; prostorová tvorba - modelování, objektová tvorba; výtvarná kultura/

Téma:

PŘÍRODA JAKO VĚČNÝ ZDROJ INSPIRACE - Plastické vyjádření podzimní kytice, Kresba slunečnic, Sbírka hmyzu, Hmyz podle fantazie, Listy kaliny vrásčitolisté – monotyp, otisky a fantazijní dotvoření, **Užitá keramika s motivem ryb**, Jarní přírodní téma – víla,

Skládání odpadových dřívěk podle fantazie – zvířata a rostliny,

Muzeální sbírky (přírodovědné, uměleckohistorické, technické, folkloristické...),

Můj nejoblíbenější motiv z filmu, četby, hry – stylizace pro grafiku.

GEOMETRIE KOLEM NÁS - Caesar Manrique a jeho architektonické, sochařské a malířské dílo

PŘÍLEŽITOSTNÁ PŘÁNÍČKA, NOVOROČENKY A DEKORACE zaměřená na prostorové vyjádření

Modelování z keramické hlíny, z papíru, lepení a stříhání, tvoření kompozice v proporčně různých formátech, **technika keramické mozaiky**, **prostorová skica a etuda**, tisk z keramického reliéfu, stylizace a zjednodušení plastického tvaru, barva jako prvek zdůrazňující prostor, plasticitu, cvičení představivosti a znázornění tvarů z paměti, **užitá keramika**, **plastický ornament**, **dekorativní plocha**, **struktura**, materiály, papír – drát, korálky

6 Tematický plán Mgr. Jany Vackové