**Terapeutické přístupy**

* Odborné a cílené jednání s člověkem, které směřuje k:
	+ odstranění, zmírnění nežádoucích potíží
	+ odstranění jejich příčin
	+ prospěšné změně
* Klasifikace (In Müller a kol., 2014):
	+ Terapie hrou
	+ Činnostní a pracovní terapie
	+ Psychomotorické terapie
	+ Terapie s účastí zvířete
	+ Expresivní terapie
	+ Další specializované fyzioterapeutické či edukační přístupy

**Arteterapie**

* Expresivní terapie
* **„Léčebný postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů“** (www.arteterapie.cz)
* **Dva základní proudy:**
	+ Terapie uměním (důraz na léčebný potenciál samotné tvůrčí činnosti)
	+ Artpsychoterapie (výtvory a prožitky z procesu tvorby jsou dále zpracovávány)
* **Formy práce v arteterapii:**
	+ Individuální arteterapie
	+ Skupinová arteterapie (skupinová dynamika jako další faktor)
* **Diagnostika v arteterapii**
	+ Např.: vývoj lidské kresby
		- Čmáranice (2 – 3 roky)
		- Linie (okolo 4 let)
		- Popisný symbolismus (5 – 6 let)
		- Výtvarný projev, popisný realismus (7 – 8 let)
		- Vizuální realismus (9 – 11 let)
* **Diagnostika v arteterapii:**
	+ Symboly – lidská postava, strom, dům...
	+ Barvy
	+ Linie
	+ Volba tématu
	+ Celkový projev klienta
* **Metody v arteterapii:**
	+ Imaginace
	+ Animace
	+ Koncentrace
	+ Restrukturalizace
	+ Transformace
	+ Rekonstrukce
* **Práce s klienty s mentálním postižením**
	+ Posilování sebedůvěry, pocitu důležitosti pro společnost.
	+ Relaxační techniky, výroba dárků, prodejních předmětů...
	+ Propojení arteterapie s taneční a pohybovou terapií.
* Příklad techniky – **Frotáž** (Müller a kol., 2014):
	+ Zkuste najít několik zajímavých předmětů. Přeneste je na papír technikou frotáže (předmět se dá pod měkký papír a přejíždí se po něm plochou stranou voskovky, křídy, suchého pastelu nebo uhlu)

**Dramaterapie**

* **Co je třeba rozlišovat:**
	+ Dramatická výchova (*Drama in Education*)
	+ Divadlo ve výchově (*Theatre in Education*)
	+ Terapie hrou (Play Therapy)
	+ **Dramaterapie** = terapeuticko-formativní disciplína, v níž převažují skupinové aktivity využívající ve skupinové dynamice divadelních a dramatických prostředků k dosažení symptomatické úlevy, ke zmírnění důsledků psychických poruch i sociálních problémů a k dosažení personálně sociálního růstu a integrace osobnosti. (Valenta a kol., 2006)
* **Prostředky dramaterapie:**
	+ Improvizace
	+ Mimická a řečová cvičení
	+ Hra v roli
	+ Práce s textem
	+ Pantomima
	+ Simulace
	+ Vyprávění příběhů
	+ ...
* **Formy dramaterapie:**
	+ Ambulantní a „klinická“
	+ Individuální a skupinová
* **Příklad struktury dramaterapeutického sezení:**
	+ Pozdrave terapeuta se skupinou
	+ Rozcvička (Warm-up)
	+ Otevření hracího prostoru
	+ Nastartování hry
	+ Hlavní část sezení
	+ Uzavření sezení

(Müller a kol., 2014, s. 143)

* **Příklad herních technik využívaných u dětí s PAS:**
	+ **Zrcadlení**
		- Dítě napodobuje dospělého/vrstevníka, později dochází ke střídání.
		- Přehánění při napodobování, velké rekvizity a hračky.
		- Témata blízká zájmům dítěte.
	+ **Hra s vizuálním scénářem**
		- Kreslený (či nafotografovaný) scénář – posloupný příběh.
			* Přiřazování odpovídajících rekvizit/hraček k obrázkům.
			* Přehrávání příběhu, hlavní roli má dítě s PAS, každý příběh opakovaně.
			* Témata: sociální situace (co dělat, když... Mi někdo sebere hračku? Přijde neznámý člověk? Apod.)

**Zooterapie**

* Pozitivní až léčebné působení zvířete na člověka (Velemínský a kol., 2007)
* **Léčba pomocí zvířat zahrnuje péči o ně, dotýkání, hlazení, kontakt s nimi, komunikaci přes zvíře. Využívá interakce člověka a zvířete k této činnosti speciálně vycvičeného** (prof. Rudolf Kohoutek, In Müller a kol., 2014)
* **Dělení zooterapie:**
	+ **Dle zvířecího druhu:**
		- Hiporehabilitace, canisterapie, felinoterapie, delfinoterapie, lamaterapie, insektoterapie, ornitoterapie.
		- Terapie s malými domácími zvířaty.
		- Farmingterapie (s velkými domácími zvířaty).
		- Terapie s volně žijícími a exotickými zvířaty.
	+ **Dle metody zooterapie:**
		- Aktivity za pomoci zvířat (AAA)
		- Terapie za pomoci zvířat (AAT)
		- Vzdělávání za pomoci zvířat (AAE)
		- Krizová intervence za pomoci zvířat (AACR)
* **Canisterapie**
	+ **Formy canisterapie**
		- **Individuální canisterapie (polohování)**
			* Fyzický kontakt, přenášení energie a tepla na tělo klienta, prohřívání a lepší prokrvení končetin.
			* Pes má o jeden stupeň vyšší teplotu než člověk.
		- **Skupinová canisterapie**
			* 6 – 8 klientů.
			* Stěžejní je aktivní část.
		- Návštěvní program,
		- jednorázové aktivity,
		- pobytový program,
		- rezidentní program.
* **Canisterapie u klientů s mentálním postižením:**
	+ Napomáhá udržení delší pozornosti.
	+ Nácvik jemné a hrubé motoriky
	+ Rozvoj fantazie, komunikace, .
	+ Podpora sbližování se s okolím, pes jako kamarád, který vzbuzuje pocit jistoty a ochrany.
	+ Zvýšení samostatnosti a odpovědnosti klientů.
	+ Upevňování sebeobslužných dovedností (krmení, česání, čištění uší...)

(Müller a kol., 2014)

* Techniky canisterapie
	+ Polohování
		- Po 20 minutách – uvolnění a prohřátí svalů.
		- Stimulace svalů, kůže, končetin, vnitřních orgánů, úst.
		- Podpora dýchání, zklidnění, stimulace olizováním...
	+ Hry
		- Aktivity se psem.
		- Uvolnění, odreagování, odbourání stresu.
		- Rozvoj paměti, myšlení,
		- JM, HM, orientace...

**Muzikoterapie**

* „Muzikoterapie je profesionální využití hudby a jejích elementů jako prostředku intervence ve zdravotnických a vzdělávacích zařízeních i v běžném prostředí pro jednotlivce, skupiny, rodiny nebo komunity, kteří hledají optimalizaci kvality jejich života a zlepšení fyzické, sociální, komunikační, emocionální, intelektuální, spirituální složky zdraví a blahobytu“ (WFMT, 2011, In Müller a kol., 2014)
* Využívání hudební zkušenosti pro nehudební, terapeutické cíle.
* Formy muzikoterapie:
	+ Individuální
	+ Skupinová – 5 až 12 klientů
	+ Komunitní – rodiny, týmy, školní třídy...
* Muzikoterapie ve spec. pedagogice:
	+ Jako sekundární proces:
		- Hudba jako doplněk jiné terapeutické nebo edukační intervence.
	+ Jako primární proces:
		- Muzikoterapie jako samostatná svébytná terapie.
* Muzikoterapie u osob s mentálním postižením:
	+ Podpora kognitivních procesů, pomoc při osvojování vědomostí a dovedností, podpora pozornosti klientů.
	+ Usnadnění zapamatování nové látky pomocí rytmu a melodie.
	+ Strukturované i improvizační techniky.
	+ Orientace na úspěch klienta.
	+ Respekt k mentálnímu i chronologickému věku klienta (pozor na infantilizaci zejména dospělých klientů).

**Další**

* Biblioterapie
* Poetoterapie
* Taneční terapie
* Ergoterapie
* Bazální stimulace