**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