

Seminární práce

Téma: Člověk se zdravotním postižením a výtvarná tvorba

Předmět: SP_VASI

Jméno: Eliška Říhová

Učo:

430287

První malby se objevují již v pravěku, nové studie potvrzují, že vznikaly již před 36 000 lety. Už v té době bylo pro pračlověka přirozené a důležité se nějak výtvarně vyjádřit. Pralidé malovali na zdi jeskyně hlavně zvířata - lvy, nosorožce, mamuty nebo medvědy. Šlo o věci, které se týkali jich samotných a my tak můžeme vidět, že výtvarné umění je s lidskou rasou spjata již od pradávna.

Já osobně jsem umělecky založený člověk. Umění pro mě znamená opravdu hodně, ráda chodím do divadla, kina, maluji, kreslím, píši. Všechny tyto aktivity mi poskytují nové podněty a nová témata, o kterých mohu přemýšlet. Umění mě dokáže rozesmát, rozplakat, ale i inspirovat. Myslím, že hlavní účel umění jako takového je vzbudit v nás lidech nějaké pocity, které individuálně prožíváme uvnitř sebe.

Když se řekne výtvarné umění, vybavím si papírnickví se všemi těmi barvami okolo. Štětce, pastelky, vodové barvy, plátna všechny tyto věci ve mně navodí chuť tvořit. Z ničeho udělat něco, dát něčemu tvar, barvu a myšlenku. Dát něco ze sebe, vyjádřit se a to hlavně oceňuji na výtvarných technikách, které jsou v tomto našem nástroji. Mám ráda všechny výtvarné techniky od uhle až po akvarel či vodové barvy. Je úžasné, že je jich tolik a my máme z čeho vybírat.

Miluji galerie a již jsem jich navštívila u nás i v zahraničí opravdu hodně. Ráda stojím před obrazy a nechávám je na sebe působit a snažím se přijít na to, co tím autor chtěl sdělit. Díky svým dílům a výtvorům totiž dáváme ostatním vědět o svých pocitech, tudíž se jedná také o jakousi formu komunikace skrze vytvořené dílo. Pěkně tuto myšlenku vyjádřil pan Jan Werich, který řekl: „*Vědy je zapotřebí, ale kdyby Newton byl ležel někde jinde a nepadla mu na nos hruška, nebo co to bylo, a neupozornila ho na to, že je taky přitažlivost zemská, tak by ta přitažlivost byla dál. On by ji neobjevil, objevil by ji někdo jinej. Za minutu, za vteřinu, za sto let. Ale kdyby Shakespeare nenapsal Hamleta, tak nikdy nebyl. Kdyby velký umělci neudělali svoje dílo, tak jsme byli o to chudší, protože umění je komunikace.*“

S výtvarným uměním se již v rámci předškolního vzdělávání setkáváme v mateřských školách. Tam je různé výtvarné tvoření bráno jako technika k rozvoji dílčích funkcí. Učíme se zrakové percepci, tvořivosti, grafomotorice, ale také můžeme díky štětci či pastelce vyjádřit

své myšlenky, pocity a nápady. Tak, jak je důležitá výtvarná tvorba pro děti, tak je dle mě důležitá i pro osoby s postižením.

Arteterapie má pro člověka s postižením mnoho přínosů. Jako první bych zmínila různé výtvarné techniky, které nám rozvíjejí motoriku. Někteří lidé s postižením mají často omezenou nebo opožděnou hybnost horních končetin. Už jen držení pastelky, malování prsty či tvoření z hlíny je pro tyto osoby obtížný úkol, a jedním způsobem, jak stimulovat jemnou motoriku je právě využití výtvarných technik. Jak jsem již zmínila může se jednat o kresbu, malbu rukou, hlínu, malbu uhlem, akvarel či jiné výtvarné tvoření z různých materiálů, ale vždy je rozvíjena jemná motorika. Svaly dlaní či prstů se uvolní nebo naopak se jejich pohyby stanou jistější.

Pokud jde o osoby, které ruce nemohou k výtvarné činnosti používat, jsou zde i jiné alternativy jako je například malba ústy nebo chodidly. Skvělá mi přijde například práce nakladatelství a sdružení UMÚN. Jedná se o nakladatelství, které samo vydává a vyhledává umělce, kteří malují nohama a ústy. Já sama každý rok objednávám velmi pěkný kalendář od tohoto nakladatelství, a malby, které se zde objevují jsou někdy stokrát hezčí než malby od intaktních umělců.

V souvislosti s kalendářem se mi líbí myšlenka, že tito lidé i když jsou ochuzeni o nejjednodušší způsob malby, tedy rukama, překonali sami sebe a naučili se jinému náhradnímu způsobu malby pomocí úst či nohou a nakonec dosáhli takového zdokonalení, že ani není poznat, že dílo nevytvořil člověk pomocí rukou. Je tedy vidět, že když něco opravdu chceme, dokážeme to a můžeme být v něčem stejně dobří i když máme jistá omezení než ostatní. Nakladatelství, ale neposílá do světa pouze kalendáře, ale také jsou v nabídce různá přání, kondolence, jmenovky, knížky, hrnečky a mnoho dalších krásných dáreků.

Jedním z mých oblíbených umělců nakladatelství UMÚN je Veronika Svatošová, která je zcela ochrnuta od svých třinácti let a svá díla maluje ústy. Její příběh je o překonávání sama sebe a o umění nejen výtvarném, ale i o umění žít život naplno. Veronika sama i přes svá omezení studuje korejštinu a dokonce absolvovala tříměsíční zahraniční pobyt v Soulu. Plní si tak své sny, je šťastná a tak vypadá i její tvorba. Veroniky obrazy mám ráda, protože působí hodně pozitivně, jsou to nádherné prosluněné malby a jak by řekl Pablo Picasso: „*Jsou malíři, kteří dělají ze slunce žlutou skvrnu, ale jsou jiní, kteří díky svému umění a moudrosti dělají ze žluté barvy slunce.*“ A právě to slunce ze žluté skvrny umí pro mě vykouzlit Veronika.

Dalším umělcem, kterého mám ráda je Lenka Bromková – Kalinová. S postižením žije od malička a maluje akrylovými barvami převážně krajinky. U této malířky se mi líbí hlavně

její schopnost pracovat s odstíny barev. Její malovaná krajina na mě dýchá svou opravdovost a nádherně umí ve svých obrazech zachytit krásu květin. Jedním z Lenky největších snů bylo založení rodiny, což se jí podařilo díky jejímu manželovi, se kterým bydlí od roku 2013.

Práce s kontrastem mě uvádí do úžasu u maleb již zesnulé malířky Adriany Příbylové. Sama malovala ústy a nejvíce pak vroubená stavení, krajinu a zvířata. Její obrazy na mě působí strašně něžně a pohodově. Sama Adriana o svém malování řekla: „*Malování mi přináší radost a psychický odpočinek.*“ A právě tato věta prozrazuje, co hlavně znamená umění pro osoby s tělesným postižením. Radost z činnosti, z toho něco vytvořit, radost vycházející z vlastní zájmové činnosti. Pro nás lidi, je totiž velice přirozené trávit svůj vlastní volný čas něčím, co nás baví, něčím, co nám dodává energii do dalších aktivit, které zrovna rádi neděláme. Také nám to dává smysl života, když děláme něco, co děláme rádi a užíváme si to. Proto je pro osoby s postižením velice terapeutické mít nějaký takový zájem, a rozhodně mezi takové zájmy patří také výtvarná tvorba.

Dalším, co Adrianě její malba přinášela byl psychický odpočinek. Postižení, ať už se jedná o jakékoliv postižení sebou přináší velký nápor na psychiku člověka. Každodenní omezení nebo nepochopení v těchto lidech vyvolává pocity frustrace. Proto je pro ně důležité mít každý den chvíli pro sebe a psychicky se uklidnit a zapomenout na všechny starosti, s kterými se potýkají. A to je samozřejmě možné díky malování. Je známo, že některé barvy uklidňují. Jednou z možností je také se ze stresu, trápení vymalovat. Je to stejné jako když o svým problémech někomu druhému řekneme a tím se nám uleví. Stejně tak můžeme sdělit naše pocity skrze výtvarné umění, a tak se od nich odosobnit a stejně jako když své obavy vyslovíme, i když je namalujeme do značné míry se nám uleví.

Úplně něco jiného ale myslím, že umění znamená pro osoby s nějakým psychickým či psychiatrickým onemocněním či poruchou. Podle mého názoru těmto lidem možnost výtvarně se vyjádřit poskytuje pocit úlevy. Mohou se díky němu zbavit nežádoucích myšlenek, a nebo už jen pochopit sami sebe skrze svou tvorbu.

Když se podívám na tvorbu lidí s psychickými poruchami hned mě zaplaví pocit děsu, strachu spojený však s pocitem krásna. Tu krásu ve mně nejspíše vzbuzuje určitá tajemnost těchto děl. Samo o sobě je tajemné to, že nevíme, co si druhý člověk myslí. A když vidíme myšlenky psychicky nemocného člověka na plátně nejenže my nevíme, co si dotyčný myslí, ale většinou to neví ani dotyčný sám, co jeho kresba znamená nebo co znamená to, co kresba vyjadřuje.

Tito lidé možná malují proto, aby si lépe rozuměli nebo se zbavili toho zlého, co je tíží. Většinou mi připadá, že toto umění se liší na rozdíl od umělců s tělesným postižením

hlavně tím, že lidé s tělesným omezením malují pozitivně laděné obrazy, které zobrazují reálné věci a spíše díla spojená s přírodou a s něčím, co v nás vyvolává příjemné pocity. Na druhou stranu lidé s psychickým onemocněním se spíše vyjadřují pomocí abstrakce a díky nevědomým symbolům. Některé výtvořiny mohou působit až agresivně nebo děsivě, mohou nést zajímavou myšlenku nebo navodit pocit neklidu a tajemna. A právě na zkušeném arteterapeutovi je, aby dokázal s těmito obrazy pracovat. Pomoci tak psychicky nemocnému člověku přijít na to, co se vlastně děje v jeho psychice a jak se s tím dá dál pracovat.

Já sama jsem například viděla dílo člověka se schyzofrenií. Jednalo se o autoportrét, který vypadal následovně. Na černém papíru byl nakreslen obrys tváře jednou barvou a pak ho překrývaly další obrysy totožné tváře, akorát z jiného úhlu a jinými barvami. Tento portrét na mě působil velmi temně, negativně a jako první pocit z díla jsem pocítila určitou roztržitost. Přesně taková je pro mě charakteristika schyzofrenie, naše osobnost je roztržena do tisíce kousků, kterým nerozumíme. A například toto dílo může posloužit i rodině postiženého a ostatním pochopit částečně to, jak se takový člověk se schyzofrenií cítí a jak prožívá sám sebe.

Ještě jsem se nezmínila o výtvarném umění ve spojení s osobami s mentální retardací. Zde je umění bráno jako aktivizační prvek. Kdy chceme, aby tito lidé měli něco, co by je bavilo a nestavilo do pasivní role. V rámci své praxe mi bylo umožněno podívat se do rehabilitačního centra Arpida v Českých Budějovicích. Tam děti i dospělí s mentálním postižením měli možnost docházet do arteterapeutické dílny. A musím říci, že větší zanícení a nadšení pro věc jsem dlouho neviděla. Děti jsou na svá dílka opravdu pyšné a jejich nadšení vás rychle nakazí. Obecně lze říci, že výtvořiny vytvořené lidmi s mentálním postižením jsou velmi barevné a jednoduché. Objevuje se na nich prostá tematika věcí, lidí, zvířat, se kterými se člověk setkává ve svém životě.

Nedávno jsem navštívila hodinu arteterapie, s využitím techniky aktivní imaginace a byla jsem touto psychoterapeutickou metodou uchválena. Člověk se sám o sobě může dozvědět věci, které jsou zasunuté hluboko v jeho nevědomí. Uvědomí si tak skutečnosti, na které by sám hledal odpověď jen stěží. Tato úžasná zkušenost mě inspirovala k tomu, že bych se chtěla o arteterapii dozvědět víc a v budoucnu se přihlásit na Jihočeskou univerzitu, která studium arteterapie nabízí. Pak bych možná chtěla pracovat v rámci arteterapie s lidmi s mentálním postižením a budovat jejich sebedůvěru a tvořivost. Každá malba nebo kresba je totiž podle mého názoru krásná, je jen otázkou, jestli se umíme dobře dívat.

Na závěr bych chtěla říci, že výtvarná tvorba v životě každého z nás zastává určitou roli, méně či více důležitou. Ale lidem s postižením může výtvarná činnost poskytnout smysl

života, důvod, proč ráno vstát, nebo způsob, jak se zabavit. Otevírá jim dveře ke komunikaci skrze své pocity a dává jim možnost říci nevyslovené. Skrze malování si mohou odpočinout, ale i zapomenout na starosti, které jim život s postižením přináší. Vyjádřením frustrace na obyčejném papíru se může člověku s postižením také uvolnit. A toto všechno jsou důvody, proč bychom se měli snažit o to, aby lidé s postižením měli možnost výtvarně se vyjádřit pomocí různých arteterapeutických technik nebo poskytnutím zázemí pro tuto tvorbu v různých rehabilitačních centrech a podobně.