

Dramatická výchova jako přístav, odrazový můstek i stupínek vítězů
(aneb jak prospívá tvořivá dramatika dětem s AD/HD)

Kolikrát jsem ti říkala, že máš sedět v klidu, zase se ti to nepovedlo, podívej, jak to vypadá, ty nemehlo! Už tě nechci ani vidět, pokaziš, na co sáhneš, děláš jen problémy...

Tyto věty asi znějí v uších před spaním mnoha neklidným dětem. Je ale třeba si uvědomit, že i ony, které jsou častým zdrojem našich potíží, se ve starostech samy utápí. Točí se v začarovaném kruhu neporozumění, špatných vztahů, neúspěchu a mnoha dalších ne-

Před několika lety jsem se pokusila tento silný kruh přetnout pomocí jemného ostří dramatické výchovy. Která, pokud shrnu definice, vede k osobnostnímu a uměleckému rozvoji jedince, přičemž využívá prvků divadla. Protože klade velký důraz na sebepoznání a sociální vztahy, což je důležité nejen v divadle, ale i v životě - a u hyperaktivních dětí dvakrát tolik, rozhodla jsem se toho využít. Hyperaktivní děti se opravdu potýkají s nedostatečnou orientací v sobě, ve svých emocích a možnostech. O nízké sebedůvěře a problémech s komunikací nemluvě. A právě dramatika dokáže tyto temné stránky pomocí tvořivých her a činností jemně odkrývat. Neznamená to ale, že by měla být zaměňována s psychoterapií, kde je řešení těchto problémů cílem. U dramatické výchovy to volně vyplývá z procesu hledání umění, tvořivosti a fantazie, možností.

Dramatické přidává na síle i to, že se pracuje ve skupinách. Děti tak společně prožívají mnoho intenzivních zážitků, což je stmeluje, motivuje k další práci. A po nějakém čase, až neklidné děti poznají, kde stojí hranice ostatních dětí a vedoucího, mohou v kroužku najít kamarády nebo alespoň podporu a přízeň vrstevníků. Samozřejmě to není tak jednoduché, jak to popisují, ale časem se to téměř v každé skupině podaří.

Aby člověk mohl být zapojen do procesu dramatické výchovy, nemusí být umělecky nadaný, není třeba ani touha předvádět se publiku. Příprava divadelního představení totiž nemusí být cílem setkávání.

Jak už jsem uvedla, u dramatiky je kladen důraz na prožití procesu tvorby, ne na cíl, což je přínosné zvláště pro hyperaktivní děti, které často trpí strachem ze selhání. Mohou se rozvíjet a zkoušet mnoho věcí a přitom nemohou nic pokazit.

Prostřednictvím dramatické výchovy můžeme děti vést k odpovědnosti za vlastní rozhodování a jednání, vnímání partnera, vciťování se do něj, rozeznávání pocitů. Mělo by také docházet k poznání možností svého těla, dechu, hlasu a tedy i ke kultivaci projevu. Hledají se cesty k vyjadřování názorů, ke spolupráci a podobně.

Z těchto řádků, kde je velmi zjednodušeně vyložena podstata dramatiky, se možná zdá, že je to spásná metoda vhodná pro všechny. Musím ale dodat, že při troše štěstí tomu tak sice může být, ale bohužel k výsledkům nedochází hned, ale postupem času. Celý proces je nutno pojímat jako směr hledání a ne jako jasnou odpověď. Co však dítě získá hned, bude prostor pro vyjádření pozitivních i negativních emocí. Prostor, kde bude podporována jeho vlastní tvorba a kde bude přijato jako bytost s velkým B a ne jako zlobivé dítě. A myslím si, že i toto samo o sobě není málo.

Pro ukázkou zde uvedu, jak vypadal program dramatického kroužku pro neklidné děti například v Centru pro rodinu, kde jsem jej vloni vedla. Shrnu tedy celkový průběh našich setkávání.

Hlavním tématem byla plavba do neznámých zemí, které byly vlastně různými částmi našeho málo poznaného těla a mysli. - Takže jsme se ocitli například v Ušivindě, Kukalíně, Rrukozdravu, Strachapulku nebo Vzteklikomu. Tyto země jsme se snažili důkladně poznávat a na konci každé cesty nás čekala náročná překážka, po jejímž překonání jsme získali poklad v podobě pomocníka, kterého jsme mohli použít i v běžném životě, když jsme pocítili nějaký problém. Připomněl nám, že tehdy, v té zvláštní zemi jsme to zvládli, a tak šlo spoustu věcí lépe překonat. Tito pomocníci nás ale v průběhu plavby postupně opouštěli, protože jsme se naučili řešit různé situace sami. V průběhu celé plavby nás však doprovázely čtyři důležité bytosti, které nám pomáhaly vyhnout se komplikacím v našich vztazích. Například starý mořský vlk Evžen posílal každý týden vzkazy s plány cesty, s hodnocením pokroků a nedostatků. Ptáček - melodie hraná na flétnu se ozvala vždy, když jsme se k sobě nechovali hezky, naopak rolnička nás chválila. Plyšový zajiček Šamšulka nám pomáhal vyjádřit myšlenky, které nešly vyslovit. A tak jsme procestovali velký kus světa - tedy sebe a i když velký kus je pro nás dosud skrytý, nastal patrný pokrok v tom, jak vnímáme sami sebe a jak dokážeme vycházet s ostatními lidmi.