

Diagnostika a terapie hrou - historie a současnost

Autor: Pavel Humpolíček, pro časopis Psychologie dnes (ročník 10., číslo 12.)

Hra

Když se řekne **hra**, jistě se nám vybaví nespočet situací, které je možno tímto slovem popsat. Jako děti jsme si hráli téměř po celou dobu, kdy jsme právě nespali či nejedli.¹ Zejména **pro mladší** (předškolní) **děti je hra skutečným základem komunikace** (kdo nevěří, ať si s malým človíčkem začne povídat nebo ať navštíví nejbližší školku nebo si posejí u pískoviště nebo ...). Jako hru (hrovou činnost) však můžeme označit také **nemalé množství projevů v chování lidí (i zvířat) obecně**. Pokud máte doma kočku či psa, nebo se rádi díváte na přírodovědné populárně-naučné pořady, jistě mi i v tomto dáte za pravdu. Nicméně předmětem tohoto článku není podrobný výklad z pohledu etologie (vědy, která objektivními metodami zkoumá chování živočichů), proto se nadále budeme věnovat pouze hře a jejímu významu u člověka.

S hrou je to podobné, jako s mnoha dalšími předměty psychologického zkoumání - kolik odborníků, tolik názorů a definic. Ve stručném přehledu se proto podívejme na různé pohledy různých autorů a autorit na **funkci hry**.

Hra tak může být chápána jako **přirozená lidská potřeba** (J. A. Komenský), **prostředník k přirozenému odpočinku** (A. Lazarus) či **k odčerpání přebytečné energie** (H. Spencer). G.S. Hall spojuje hru s rekapitulací fylogenetických období v ontogenetickém vývoji (**atavistická teorie hry**) a K. Gross hře přisuzuje funkci **přípravy a přípravného učení**. Hra může sloužit jako **stimulant růstu**, či k **procvičování naučených úkonů** (teorie následných cvičení); může **přinášet slast, funkční libost** či umožňovat **kathartické odreagování** (S. Freud, K. Bühler, D. Carr). Díky hře se také mohou **řešit problémy** (M.H. Erickson), může **pomáhat při asimilaci** (J. Piaget), či **nevědomě plnit nerealistická přání** (L.S. Vygotskij) nebo poskytovat **zdánlivé uspokojení potřeby moci a sebeuplatnění** (A. Adler). S. L. Rubinštejn pragmaticky dodává, že **hra je pro dítě prací**, a známé přísloví pak: "**Kdo si hraje, nezlobí**".

Aby nevznikl dojem, že hra má v životě lidském místo pouze v dětství a dospívání, zkusme si uvědomit, kolikrát si hrajeme jen během jednoho dne:

- A) Ráno odcházíme do práce (školy) a utrhne se nám tkanička u boty. Můžeme reagovat mnoha způsoby (vzít si jiné boty/tkaničky; s nadávkami hodit boty do kouta; obvinít spolubydlícího, nebo manželku, že nám s tkaničkami jistě něco udělala; nakopnout psa, protože nám rád tkaničky ohryzává;; nebo si tkaničky tvůrčím způsobem spojit nebo zkrátit a vyrazit do víru dne). Jak jste jistě poznali, hra, je přítomna ve všech uvedených příkladech (možná kromě toho prvního, fádně praktického).
- B) V práci (škole) sedíme na nudné schůzi (přednášce) a: znuďeně se díváme z okna; kreslíme si umělecké obrázky na papír, přestože nás kreslení nikdy nebavilo; povídáme si se sousedem; vtipnými a tvůrčími dotazy doplňujeme a obohacujeme průběh schůze/přednášky; kritizujeme přednášejícího; přemýšlíme nad tím, co bude odpoledne;
- C) Odpoledne jdeme vyvenčit psa. Učíme ho aportovat, smějeme se při tom, honíme se po louce; a nebo klábosíme s dalšími venčícími pejskaři a pejskařkami.

Zřejmě je jasné, že by se dalo podobným způsobem pokračovat (a zmínit i ono malé procento dospělých, kterým například hra "na vojáčky", "na doktora", "na maminku a tatínka", "na slepou bábu", nebo "na policajty a zloděje" učarovala "na celý život").

¹ Nicméně ani to není jisté (např. jíst prvně lžičkou či vidličkou může být pro někoho těžkým úkolem, ale pro jiného námětem ke hře; a o snech také nelze s jistotou tvrdit, že si v nich dítě nehraje).

Z výše uvedených příkladů je také patrné, že některé *navyklé způsoby hry*, či řešení situací (schémata) *si můžeme přinášet* z dětství a dospívání *do dospělosti*, kde se projevují svým svébytným způsobem - i nadávky či obvinění manželky může být nazváno "hrou" (zajímavě o tom píše například zakladatel Transakční analýzy Eric Berne ve své knize 'Jak si lidé hrají'). *Hra* se tak (mimo jiné) může v dospělosti stát jak *nástrojem manipulace*, tak *podkladem pro tvůrčí a neobyklá řešení* (ve vědě, umění i běžném životě).

Stručně lze říci, že u člověka je *hlavním znakem hry svobodná vůle* a určitý stupeň *odpoutání se od běžných způsobů zacházení s předměty, látkami a myšlenkami*. "Člověk hravý" ('homo ludens') tak může být tvůrčím či zábavným, nebo si zkrátka hrou činit život příjemnější a zajímavější.

Pro hru u dětí pak Heinz Heckhausen uvádí hlavních znaků celkem pět: (1) Hra není vázána účelem. (2) Hra plní funkci v aktivačním okruhu. (3) Při hře se jedinec vyrovnává s reálným světem. (4) Ve hře je bezprostřední cílová perspektiva. (5) Hra má charakter quasi-reality.

Předpoklady pro praktické uplatnění znalostí o hře v diagnostice a terapii dětí

Dosud sice nebyla vytvořena jasná a zevrubná *teorie hry*², nicméně ve vývojové psychologii a psychodiagnostické praxi bylo hře a jejím **specifickým prvkům odpovídajícím věku či rodu** (pohlaví) věnováno již mnoho pozornosti. Znalosti a teorie vývojové psychologie našly nejedno *uplatnění v psychodiagnostické praxi* - například *ve vývojových škálách, testech sociálních dovedností, testech tvořivosti či klinických diagnostických metodách*. Spolu s Jaroslavem Šturmou pak lze snadno parafrázovat Sigmunda Freuda: "Hra je jednou z 'královských cest' do duše dítěte (dalšími jsou zejména kresba a sen)."³ Počátkem dvacátých let 20. století přichází na psychodiagnostickou i psychoterapeutickou scénu dokonce celá oblast tzv. *diagnostiky a terapie hrou*, v Evropě zejména díky H. von Hug Helmuthové a M. Lowenfeldové (viz dále).

Hra patří k základním pozorovatelným projevům v chování dítěte. Seznámíme-li se tedy se základními vývojovými specifiky, může nám právě tento - pro děti velmi častý - projev přinést další cenné informace.⁴

V psychologické praxi se hry nejvíce využívá (diagnosticky i terapeuticky) v rámci tzv. hrových projektivních metod⁵ (Testy světa, Test mikrosvěta; Test vesnice, metoda Erica, Hra s pískem, Scénotest aj.). Možnosti využití hry však jsou nejen při práci s konkrétní metodou, neboť hrové chování - především u dětí - vyvolávají velice různorodé podněty - *prvek hry* tak

² Autoři těch nejznámějších (jako H. Spencer, G.S. Hall, K. Gross a další) vždy zdůrazňují jen některý z jednotlivých aspektů hry, případně se zaměřují jen na některé vývojové období lidského života.

³ Ač se to může zdát málo pravděpodobným, Sigmund Freud skutečně stál také na počátku terapeutické práce s dětmi. V roce 1909 totiž publikoval knihu "*Analýza fobie pětiletého chlapce*", která je svým způsobem prvním praktickým i teoretickým podnětem k diagnosticko-terapeutickému využití hry. Malého Honzika (Hanse) sice Freud analyzoval zprostředkovaně (chování Hanse analyzoval - dle Freudových instrukcí - jeho vlastní otec), nicméně právě zde se poprvé objevuje tzv. "**dvojí pojetí hry**", tedy jednak jako *naplnění pudového přání* jednak jako *kathartické abreakce*.

⁴ Například typický průběh ve vývoji jedince (ontogenezi) je od (A) **her psychomotorických** (dítě pohybuje tělem, pohyby opakuje, postupně do hry přibírá další předměty, zajímá se o zvláštnosti těchto předmětů i prostředí - explorativní chování, ap.), přes **hry** (B) **fantazijní** (symbolické) a (C) **rolové** (dítě proměňuje neživé předměty v živé, hraje si s fantaziemi, sny, představami, napodobuje pohádkové postavy, hraje si na maminku a tatínka, automechanika či kuchařku atp.), ke **hrám** (D) **stavebním** a (B) **hrám s pravidly** (stavění z kostek, stavebnic, a propojování této hry s vlastní fantazií; sociální hry - "Zlatá brána", karetní, deskové ... či sportovní a jiné kolektivní hry).

⁵ Bývají opět různými autory označovány různě: manipulační (M. Svoboda), expresivní (J. Šípek) či scénické nebo mimetické (V. Borecký). Podstatou je možnost volného vyjádření a projekce pomocí různého materiálu - v tomto případě figurek lidí a zvířat, kostek, domečků, autíček atp.

můžeme vnést například do kresby, manipulace s různými předměty, do práce se skupinami (rodinou) ap.

Při **pozorování a záznamu hry** (který slouží například k podrobnějšímu rozboru a následně cílenější intervenci) můžeme využívat buď specifických záznamových protokolů jednotlivých metod, nebo protokolů sloužících primárně k pozorování chování, případně volného záznamu (písemný, audio či video záznam).

Historický exkurz zaměřený na metody hrové diagnostiky a terapie

Sigmund Freud (1856-1939) v roce 1909 publikuje knihu „*Analýza fobie pětiletého chlapce*“. Právě tuto práci lze považovat za první, která *poukazuje na možnosti hry* (zejm. její abreaktivní prvek) a *analýzy dětí*.

Hermine von Hug Hellmuth, jakožto *první představitelka hrové terapie* (neboť při své terapeutické práci s dětmi jim jako médium sdělení nabízela právě hru) publikovala v roce 1913 knihu „*Z duševního života dítěte*“.

Melanie Klein (1882-1960) využívala především *sexuálních interpretací hry* (jako obdobu analytické práce s dospělými). *Hra* je pro Kleinovou "projekcí potlačeného a nevědomého materiálu" - *analogicky s volnými asociacemi dospělých* (snaží se tedy analyzovat a interpretovat spíše jednotlivé prvky hry). Pracuje s tzv. *nesystematizovaným pozorováním hry* a v roce 1937 publikuje článek „*Psychoanalýza dítěte*“, v němž popisuje herní materiál, který při práci s dětmi využívá. „Hra je jí v tomto smyslu projekcí zvnitřněných raně objektních vazeb a přenosu“ a při její interpretaci využívá *obdobných postupů jako při analýze snu (archaická řeč symbolů)*. Kleinová *místy aktivně zasahuje do hry* – například tím, že naznačuje možná řešení.

Margareta Lowenfeld (1880-1973) - zpočátku „osamělá běžkyně“ oprošťující se od analytických vlivů, jako *první* (r. 1929) *sestavila jeden z tzv. „Testů světa“*.⁶ *Odmítá interpretaci během hry a zasahování do hry*. Je přesvědčena, že „*jedině dítě samo může výtvarům své hry nejlépe porozumět*“ a klade *důraz* především *na terapeutický aspekt hry*.

Anna Freud (1895-1982) obdobně jako M. Kleinová pracuje s archaickými a fylogeneticky staršími výrazovými prvky řeči, kterou známe ze snů - *interpretuje symbolický obsah hrových témat*. *Ve hře se pak, dle Freudové, zpracovávají především okamžiky všedního dne*. Klade důraz na rovnu terapeut-klient - *aspekt přenosu* citů ke členům rodiny na terapeuta.

Dora Kalff (1904), inspirována M. Lowenfeldovou, využívá hrové techniky na pískovišti. Kalffová, jakožto žákyně C.G. Junga, byla analyticky orientována. „Cílem je nabídnout chráněný prostor *pískoviště*, jenž podpoří kontakt s nevědomím, pomůže *vyjádření preverbálních zkušeností a uvolní zablokovanou energii* tak, aby se uplatnily *regenerativní síly v samotném dítěti*“.

Charlotte Bühler (1893-1974) v roce 1934 navštívila londýnský Institut pro dětskou psychologii, kde působila - tehdy již dobře známá a světově uznávaná M. Lowenfeldová. Jako první se pak pokusila o *standardizační studie Testu světa* (M. L.). Pro diagnostiku tak (v r. 1955) vypracovala set se 160 předměty (viz Obr. 2???)⁷, pro terapii ponechala předmětů 300. V roce 1956 vydává „*Picture World Test*“.

Gerdhild Irmgard Elisabeth von Staabs (1901-1970) - *Scénotest* rozvíjela od roku 1939 a knižně zveřejnila první informace o metodě až roku 1943 (z důvodů války). Ve své práci se hlásí k psychoanalytické tradici Sigmunda Freuda, jeho žáků (C.G. Jung, A. Adler) a neoanalýze (H. Schultz-Hencke). „*Původně vytvářela test jako diagnostický nástroj*, který měl sloužit k objasnění psychologických souvislostí zejména u neurotických dětí. Během

⁶ Tzv. **Welt-test**. Nechala se inspirovat například knihou George Wellse „*Floor Games*“. Ve hře pracuje s předřečovými, prelogickými prožitky, se systémy primárním oproti sekundárnímu (racionální myšlení).

⁷ Snímek byl pořízen ve FTN v Praze-Krči s laskavým svolením PhDr. Dany Krejčířové.

užívání v praxi se však brzy ukázal být Scénotest velmi **vhodným nástrojem i při terapii neurotických poruch**.⁸ Scénotest svým obsahem materiálu vychází z psychoanalytické tradice. Také von Staabs je ve svých interpretacích scén a při terapeutické práci se Scénotestem silně **ovlivněna psychoanalytickými východisky a terminologií**. V novějších pracích věnovaných Scénotestu však psychoanalytické východisko metody zůstává poněkud stranou.

Gosta Harding (1906-1976) je autorem metody Erica. Při jejím vytváření byl inspirován návštěvami M. Lowenfeldové a byl podpořen nadací Erica Foundation, která se i v současnosti zabývá prací se znevýhodněnými dětmi a **Erica-method** tak zůstává **stále aktuální**, je vydávána a hojně využívána (především ve skandinávských zemích – Švédsko, Dánsko ale také v zámoří - USA).

Henri Arthus je autorem **Testu vesnice** (další z modifikací Testu světa M. Lowenfeldové – tentokrát pro francouzskou oblast).

Hans Zulliger (1893-1965) při své práci s dětmi zdůrazňoval především **přínos hry jako takové - děti se zbavují symptomů spíše hrou než pomocí interpretací**.

Jako **tři nejvýznamnější přístupy v psychoanalytické terapii hrou** jsou uváděny přístupy **Melanie Kleinové, Anny Freudové a Hanse Zulligera**.

Významnými **představiteli diagnostického využití hry** jsou pak především **Margaretta Lowenfeldová a Charlotte Bühlerová**.

Z dalších významných představitelů terapeutických směrů využívajících při práci hru můžeme jmenovat například nedirektivní na klienta (člověka) orientovaný přístup **Virginie M. Axlineové**, dětskou gestaltterapii **Violet Oaklanderové**, či různé behaviorální postupy.

Z české psychologické teorie i praxe jmenujme za všechny dva nejznámější odborníky, kteří se (mimojině) zabývají hrou diagnostikou a terapií - **Vladimíra Boreckého a Danu Krejčířovou**.

Přehledové práce zaměřené na hrou diagnostiku a terapii publikovali například **Charles E. Schaefer** a **Kevin J. O'Connor** (1991, 1994, 2000).

"Současnost" hrové diagnostiky a terapie

Stávající podoba hrové diagnostiky a terapie zřejmě nejvíce navazuje na myšlenky a postupy dvou výše jmenovaných osobností vycházejících ze dvou směrů **tzv. nedirektivní psychoterapie: V. M. Axlineovou a V. Oaklanderovou**.

V hrové terapii⁹ se tak ke slovu kromě písku a (krabicí či stolem) vymezeného prostoru dostávají ke slovu **mnohé další materiály** (hlína, prstové barvy, kamínky, papír, maňásci, ..., zkrátka "co dům dá") **i větší prostory** (např. herny - tedy pokoje určené výhradně pro hrou terapii - individuální i skupinovou).

*V zahraničí není výjimkou, když na klinickém či poradenském pracovišti je určen jeden odborník, který se věnuje výhradně hrové diagnostice/terapii a má k tomu určenu svou vlastní místnost či metodu.*¹⁰ Další možností je **vymezení jedné místnosti či celého zařízení**, kde se hrové diagnostice a terapii věnuje odborníků několik.

Hrová činnost je stále z velké části **cíleně uplatňována především v oblasti dětské psychoterapie a psychodiagnostiky**.

⁸ Právě Freudova dvojí interpretace hry jako naplnění pudového přání a jako kathartické abreakce dává pochopit, proč diagnostický aspekt neoddelitelně souvisí s terapeutickým

⁹ Psychoterapie a psychodiagnostika jsou spolu samozřejmě neoddelitelně propojeny.

¹⁰ Takový člověk pracuje systematictěji zejména s dětmi, které mají nějaké konkrétní potíže - např. sy CAN; nebo s dětmi, s nimiž si v rámci běžné terapie ostatní kolegové "nevědí rady" ap.

Britská asociace hrových terapeutů (BAPT) definuje současnou podobu hrové terapie jako: "...dynamický proces mezi dítětem a terapeutem, kterým dítě prochází svým vlastním tempem a podle vlastního rozhodnutí (programu), a s využitím určitých témat - minulé a současné, vědomé a nevědomé - která mají vztah (ovlivňují) k jeho/jejímu životu v současnosti. Vlastní, vnitřní zdroje dítěte umožňují - s podporou terapeutického vztahu - pokročit ve vývoji či dosáhnout změny. Hrová terapie je orientována na dítě, jejím primárním médiem je hra a sekundárním jazyk (řeč)."

V psychoterapeutické práci s dospělými je hra využitelná například "s pomocí" písku (navazující na tradici D. Kallfové a C.G. Junga), při práci s představami, symboly (vycházející např. z KBT a jiných postupů pracujících s fantazií a imaginacemi) či sugescemi (hypnoterapie), při skupinových výcvicích (např. sociálně-psychologických), v oblasti práce s úkoly či ve "hře se slovy" aj.

V této chvíli by bylo zřejmě vhodné opět zdůraznit, že terapeuticky pojatá hra v žádném případě není manipulací!

Aktuální metody hrové diagnostiky a terapie

V této kapitole budou záměrně opomenuty metody zaměřené na vývoj dítěte (ontogenezi) tzv. vývojové škály (např. Gesellovy, Bayleyové - BSID aj.) a vyhneme se také zobecňujícímu sklonu, že veškerá diagnostika dětí může být spojena s hrovou činností.

Bude zde tedy zmíněno pouze *několik specifických metod*, které s hrovou diagnostikou a terapií souvisí poněkud úžeji a čerpají zejména ze schopnosti člověka promítat (projikovat) své zkušenosti, obavy či přání do neživých předmětů.¹¹

Welt-test (M. Lowenfeldová, Ch. Bühlerová) podstata metody byla popsána v textu k jednotlivým autorkám. V praxi je stále využíván (v České republice i v zahraničí).

Erica Method (G. Harding) je dobrou ukázkou tzv. „klasického Testu světa“, kdy s pomocí figurek a dalšího materiálu na pískovišti (suchém či mokřím) využívá hry k diagnostice i terapii (viz Obr. 4???)¹². Erica-method má zajímavě rozpracován systém záznamu, skórování i interpretačních kritérií. Metoda je v praxi využívána zejména ve skandinávských zemích a v USA.

Scénotest (G. von Staabsová) byl stručně popsán výše. Metoda je využívána v praxi zejména v německy mluvících zemích (nejčastěji jako součást tzv. vývojových baterií) a také v České republice.

Doll-play techniques (např. Doll-play test T. Moora) s využitím různých druhů figurek či panenek se snaží odhalit vnitřní nebo vztahové konflikty a naznačit možné formy nejvhodnější intervence. Například panenky se zjevnými druhotně sexuálními znaky jsou využívány při práci s dětmi sexuálně zneužívanými či týranými.¹³

TAT, CAT (H. Murray, Ch. Morganová; L. a S. Bellakovi) jsou metodami, jejichž podstatou je soubor obrázků, k nimž dítě či dospělý vymyslí příběh (k jednomu obrázku jeden příběh). Tyto metody získávají opět na popularitě i v České republice (v zahraničí ji ani nikdy neztratily). V Anglii vytvořil N. Mueller podobné metody (**MUG** a **The Teddy Bears' Picnic**), které jsou rovněž založeny na obrázkových předlohách, k nimž dítě vypráví

¹¹ Nebudeme se zde tedy věnovat ani různým technikám, které specifickým způsobem využívají záznam tzv. volné hry, či technikám rozhovoru, práce se skupinou, hodnocím kritériím hry ani různým dotazníkům či škálám. Na to vše zde není dostatek prostoru a zájemci najdou podrobnosti v literatuře či na internetu.

¹² Snímek byl pořízen na dětském klinickém pracovišti Fakultní nemocnice v Malmö.

¹³ Česká republika má jedny z předních odborníků v této oblasti, kteří úzce spolupracují například s kolegy z Francie.

příběh (povídka). Metody jsou určeny zejména pro děti s emocionálními potížemi a děti s problémovým chováním.

POKIT (K. Mogford-Bevanová) je metodou určenou pro malé děti (12-48 měsíců). Je založena na pozorování volné hry dětí (s dvěma standardními "typy hraček") a jejím systematickém záznamu. Hra pochází z Anglie a je využívána také v USA (zejm. v oblasti tzv. vývojové psychodiagnostiky).

Z dalších metod mohou být za všechny jmenovány alespoň česká úprava Dětského apercepčního testu **CATO** (Boš, Strnadová), nebo psychodiagnostická hra pro děti i dospělé **Osobnostní poker** (Hugentoblerová, Oettli a Ruckstuhlová).

Tento článek byl pouze stručným nástinem možností využití hry a také historie a současnosti jejího uplatnění v psychologické praxi. V příštím čísle Psychologie dnes se poněkud blíže zaměříme na jednu z výše jmenovaných metod - Scénotest, a pokusíme se základní informace z tohoto článku obohatit o konkrétní praktické i výzkumné zkušenosti.

Literatura:

- Gitlin-Weiner, K., Sandgrund, A., Schaefer, Ch. (Eds.) (2000). *Play Diagnosis and Assessment*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Langmeier, J., Balcar, K., Špitz, J. (2000): *Dětská psychoterapie*. Praha: Portál.
- Oaklander, V. (2003). *Třinácté komnaty dětské duše*. Dobříš: Drvoštěp.
- O'Connor, K. J., Schaefer Ch. E. (Eds.) (1994). *Handbook of Play Therapy: Advances and Innovations*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Staabs, G. von (2001). *Scénotest*. Praha: Testcentrum.
- Svoboda, M. (ed.), Krejčířová, D., Vágnerová, M. (2001). *Psychodiagnostika dětí a dospívajících*. Praha: Portál.

Internetové odkazy:

- <http://www.bapt.info>
<http://www.a4pt.org>
<http://www.phil.muni.cz/~hump>