

Universita Karlova v Praze
Husitská teologická fakulta

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Využití artefiletiky v partnerské komunikaci

The Usage of Art-philetics in Couple Communication

Vedoucí práce

PhDr. Miloslav Čedík

Autor práce

Bc. Zuzana Sládková

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité prameny a literaturu, ze které jsem čerpala.

V Praze dne 26. 6. 2012

.....

Zuzana Sládková

Poděkování

Zde bych chtěla poděkovat PhDr. Miloslavovi Čedíkovi za ochotu, čas a vzácné rady. Velké díky chci vyjádřit doc. PaedDr. Janu Slavíkovi, CSc., který mi poskytl odbornou podporu. Významné poděkování patří také Mgr. Janě Mrázkové za cenné podněty, bez kterých by práce nemohla vzniknout.

Za podporu děkuji své rodině a přátelům. Především Mgr. Andree Beláňové, Bc. Ondřeji Havlíčkovi a Ing. Monice Minárikové.

Děkuji také všem respondentům, kteří se zúčastnili výzkumu.

Anotace

Diplomové práci se zabývá artefiletikou se zaměřením na proces komunikace mezi partnery. Artefiletika představuje rozvíjející se disciplínu s celkem stabilním teoretickým zázemím. Avšak problematikou partnerské komunikace s využitím právě artefiletiky se doposud nikdo nezabýval. Prozkoumání této oblasti pokládám za potřebné, neboť partnerské vztahy jsou základem pro budoucí stabilní rodinný systém a jsou také vzorem pro děti – naši budoucí generaci. Za jeden z nejzákladnějších nástrojů pro spokojený vztah považuji právě komunikaci.

Cílem této práce je prozkoumat a zanalyzovat procesy podporující komunikaci. Výzkum také ověřuje hypotézu, že artefiletiku lze uplatnit v práci s partnerskými dvojicemi k posílení vzájemné komunikace. Cílovou skupinou jsou sezdané dvojice s dětmi. Pro splnění cíle je vypracován podrobný projekt, který byl realizován jako kvalitativní výzkum ve formě dvou případových studií. Data jsou získávána pomocí pozorování, rozhovorů a (sebe) reflexe, a jsou následně podrobena analýze. Výsledky jsou ověřené dotazníkem zjišťujícím subjektivní hlediska samotných partnerů.

Základní kámen práce tvoří teoretická část, v níž jsou vysvětleny pojmy a procesy artefiletiky i komunikace. Teoretická část se soustřeďuje zvláště na pojmy, které souvisí přímo s praktickou částí (výzkumem). Dále je rozpracována metodologie výzkumu včetně tematického plánu, který může sloužit jako inspirace pro artefiletiku a terapeutky. Jsou zde uvedeny konkrétní úkoly, cíle a otázky. Následně jsou popsány jednotlivé případové studie. Celá práce je zakončena vyhodnocením výzkumu, kde shrnuji výsledky.

Klíčová slova

Artefiletika, partnerská komunikace, salutogeneze, reflektivní dialog, kreativní tvorba.

Annotation

The diploma thesis deals with art-philetics with a focus on the process of couple communication. Art-philetics is a developing field with a relatively stable theoretical foundation. However, no one has so far studied the usage of art-philetics in couple communication. This topic deserves to be paid due attention, since couple relationships are the foundation for a stable family system and also present a model for children – our future generation. Communication is one of the most fundamental tools for having a satisfying relationship.

The objective of the thesis is to explore and analyse the processes that facilitate communication. The underlying research also examines the following hypothesis: art-philetics, with a special focus on communication, can be applied when working with couples. The target group is married couples with children. In order to achieve my the desired goal, a detailed project of a qualitative research in the form of two case studies has been devised. Data come from observation, discussions and reflections, and are then analysed. The results are verified using a questionnaire collecting the subjective views of the couples.

The cornerstone of the thesis is the theoretical part. It contains an explanation of the concepts and processes of art-philetics and communication. Special focus is put especially on those concepts that are directly related to the empirical part (research). The methodology of the research is then described, including a thematic plan which can serve as an inspiration for art-philetists and art-therapists. It consists of specific tasks, goals and questions. Description of particular case studies follows. An evaluation of the research and a summary of the results conclude the thesis.

Keywords

Art-philetics, couple communication, salutogenesis, reflective dialogue, creative work.

Obsah

Úvod	9
1 Artefiletika	11
1.1 Vymezení pojmu	11
1.2 Salutogenetická funkce artefiletiky (salutogeneze).....	12
2 Průběh artefiletického setkání	14
2.1 Start	14
2.2 Rozehřívací cvičení	14
2.3 Hlavní tvorba – výrazová hra	15
2.4 Reflektivní dialog	15
2.4.1 Cíle reflektivního dialogu.....	16
2.4.2 Význam komunikace v reflektivním dialogu	16
3 Artefiletické pojmy	18
3.1 Symbol.....	18
3.2 Zážitek	18
3.3 Situace.....	19
3.3.1 Existenciální typ (situační typ).....	20
3.4 Existenciální situace	20
3.5 Každodennost.....	21
3.6 Koncept	21
3.6.1 Prekoncept.....	22
3.6.2 Sociokognitivní konflikt.....	22
4 Komunikace.....	23
4.1 Vymezení pojmu	23
4.2 Komunikace v kontextu artefiletiky.....	24
4.3 Konflikt	25
4.4 Spolupráce	26
4.5 Porozumění	26
4.5.1 Předpoklady porozumění	27
5 Metodologie	29
5.1 Výzkumná otázka – hypotéza	29
5.2 Cíl.....	29
5.3 Výběr cílových párů.....	29
5.4 Případová studie.....	30
5.4.1 Exploratorní studie.....	31
5.5 Užití metody sběru dat	31
5.5.1 Pozorování.....	32

5.5.2	Rozhovor.....	33
5.5.3	(sebe) Reflexe.....	33
5.5.4	Dotazník	34
5.6	Vyhodnocení výzkumu.....	34
5.7	Tematický plán.....	35
5.7.1	Vysvětlivky.....	35
6	Jednotlivá setkání	36
6.1	Smích.....	36
6.2	Tělo	37
6.3	Naše společná cesta	38
6.4	Příběhy	39
6.5	Obtisky	40
6.6	Postavíme společně dům.....	41
6.7	Semínko.....	42
6.8	Výstava prací	43
7	Jednotlivé případové studie.....	45
7.1	Veronika a Jiří	45
7.1.1	Smích	45
7.1.2	Tělo.....	46
7.1.3	Naše společné cesta	48
7.1.4	Příběhy	49
7.1.5	Obtisky	50
7.1.6	Postavíme společně dům	52
7.1.7	Semínko	53
7.1.8	Výstava.....	55
7.1.9	Analýza pozorování a (sebe) Reflexe	56
7.1.10	Vyhodnocení pozorování a (sebe) Reflexe (interpretace).....	59
7.1.11	Analýza dotazníku	60
7.1.12	Vyhodnocení dotazníku (interpretace)	62
7.2	Andrea a Miroslav	64
7.2.1	Smích	64
7.2.2	Tělo.....	65
7.2.3	Naše společné cesta	66
7.2.4	Příběhy	68
7.2.5	Obtisky	69
7.2.6	Postavíme společně dům	71
7.2.7	Semínko	72
7.2.8	Výstava.....	74
7.2.9	Analýza pozorování a (sebe) Reflexe	76
7.2.10	Vyhodnocení pozorování a (sebe) Reflexe (interpretace).....	79
7.2.11	Analýza dotazníku	80

7.2.12 Vyhodnocení dotazníku (interpretace)	81
7.3 Vyhodnocení výzkumu	83
Závěr	87
Seznam literatury	89
Seznam příloh	91
Přílohy	92

Úvod

V současné době je artefiletika pro veřejnost stále neznámý pojem. V odborných kruzích se ale její využití stále zvyšuje. Artefiletiku lze charakterizovat jako „*reflexivní, tvořivé a zážitkové pojetí vzdělávání a výchovy.*“ (SLAVÍK, 2007, s. 15) V České republice se stal průkopníkem v artefiletice Jan Slavík. Nejenže dal název této disciplíně, ale také ji poskytl potřebný teoretický základ. Téměř všechny knihy o artefiletice nesou jeho jméno. Proto jsem i já čerpala většinou z knih a článků tohoto autora. Ačkoli není artefiletika známá veřejnosti, bohatě se využívá v praxi. Vznikají občanská sdružení (např. Velký vůz, o.s.¹), organizují se akreditované programy a kurzy pro pedagogy i nepedagogy, a především si artefiletiku oblíbili vyučující různých předmětů v mateřských a základních školách a to především jako alternativní přístup ve výtvarné výchově. Sama ale nalézá uplatnění i v sebepoznávacích a terapeutických aktivitách. Avšak v poli artefiletiky zůstává jedno nevyužité místo a to je právě práce s partnerskými dvojicemi.

Ve své práci se zabývám především praktickým využitím artefiletiky, jejíž didaktická a výchovná složka má velký potenciál pro současné vzdělávání. Vzhledem k mému zájmu týkající se mezilidské komunikace jsem ve své práci zvolila cílovou skupinu (páry) ve věkovém rozmezí od mladé dospělosti až po dospělost. Fenomén komunikace byl pro mě výzvou, a aby téma nebylo tak široké, rozhodla jsem se pro konkrétnější zaměření: partnerskou komunikaci. Pokusím se tedy prozkoumat partnerskou komunikaci v artefiletické praxi. Tím jsem mohla zúžit i cílovou skupinu na partnerské dvojice, konkrétně sezdané dvojice s dětmi.

Práce obsahuje podrobný artefiletický projekt sestavený pro partnerské dvojice. Vzhledem ke zvolenému přístupu indukce a také soustředění na menší zkoumaný vzorek, jsem projekt sestavovala jako *kvalitativní výzkum*. Vycházela jsem z metodologie *případové studie*, konkrétně *exploratorní studie*. Na počátku výzkumu jsem vytvořila hypotézu, která předpokládá možnost využití artefiletiky pro partnerské dvojice se zaměřením na komunikaci. Platnost hypotézy není vůbec tak jednoznačná, jak by se mohlo zdát. Dvojice je spíše uzavřený systém a navíc artefiletika pracuje vždy jen se skupinou. Cílem výzkumu je zanalyzovat vliv artefiletiky na procesy podporující komunikaci přispívající k jejímu zkvalitnění, přičemž potvrzují (či vyvracím) zmíněnou hypotézu. Prozkoumávám v podstatě neznámý terén komunikace mezi partnery při artefiletickém projektu. Určila jsem si základní pojmy (existenciální situace a salutogenezi)

¹ <http://www.velkyvuz.cz/>, kancelar@velkyvuz.cz, 777 023 247

z teorie artefiletiky, které využívám pro zmapování této oblasti. Na základě vyzkoumaných poznatků navrhuji základní předpoklady a podmínky pro artefiletickou práci s partnery. Optimální množství případových studií jsem uvážila po domluvě s Janem Slavíkem i Janou Mrázkovou na dvě. Při přímé práci s dvojicemi jsem využívala pro sběr dat pozorování, (sebe) reflexi a rozhovor. Během sezení jsem dělala podrobné zápisy a poznámky. Při vytváření projektu jsem zužitkovala své zkušenosti z Letní školy artefiletiky (30h), Semináře Tvořivě expresivní aktivity v MŠ a ve školní družině, ale také ze své bakalářské práce, kde jsem již artefiletický projekt sestavovala i vedla.

Tento výzkum má sloužit především jako určité vodítko, či pomůcka pro budoucí práci s partnerskými dvojicemi. Zachycuje nejdůležitější momenty, kterých si může artefiletik všimnout, a které by měl především v praxi sledovat. Tyto momenty pojmenuji v konkrétních pojmech. Dalším pro mě zcela neodmyslitelným přínosem je možné zachycení témat, která přesahují cíl práce, ale která se dotýkají současných kulturních hodnot a postojů. Rodina je základní institucí společnosti, státu, ale v současné době se její hodnota snižuje. Klesá sňatečnost, zatímco rozvodovost stoupá. Můžeme si také všimnout trendu střídání partnerů. Je možné, že lidé upouštějí od závazků, zodpovědnosti a inklinují spíše ke svobodě. V takových chvílích se tážeme po vlastní přirozenosti. Čím dál tím častěji se využívá argumentu pudů: „jsme stejně pořád zvířata“ či „monogamie není přirozená“. Je správné se „vymlouvat“ na puďdy? Neskrýváme těmito argumenty mnohem vyšší příčiny? Není to jen útek od zodpovědnosti a vázanosti? Takové těžké otázky současné doby se ve výzkumu nepokouším zodpovídat. Mým cílem je jakkoli přispět k uvědomění, že máme vlastní zodpovědnost za své city, činy i život. Dovolím si dokonce říci, že artefiletika pomáhá ke zplnomocňování vlastního života. Dává do něj řád a přispívá k osvětlování tmavých míst. Proto se domnívám, že pracovat s partnerskými dvojicemi je velice důležité. Dvojice by měly vědět, že problémy jsou jejich a nestojí někde mimo ně. To samé platí pro štěstí, které není darem či náhodou, ale výsledkem aktivního přístupu a přijetí zodpovědnosti, jak za své city, tak i vztahy. Právě proto spatřuji v artefiletice velký potenciál pro práci s partnerskými dvojicemi.

Práce je určena především pro artefiletiky v praxi, kteří by se chtěli věnovat práci s partnery např. při sebezpoznavacích aktivitách či zážitkových kurzech. Vhodnou inspirací by se mohla stát i pro partnerské poradce a terapeutky. Výhodou tohoto výzkumu je, že dává k dispozici nejen samotný projekt, ale také popis jeho realizace se soustředěním se na důležité momenty i rizika.

1 Artefiletika

V této kapitole vymezují pojem „artefiletika“. Stručně ale jasně vysvětlují vznik a principy artefiletiky. Dále seznamují čtenáře se salutogenezí, která je důležitým pojmem pro celou práci.

1.1 Vymezení pojmu

Pojem artefiletika zavedl Jan Slavík spojením slov *arte* (lat. artis tzn. umění) a *philetic*, které použila ve svém článku Liora Bresler (1994). Právě tento článek se stal inspirací pro název k teoretickému vymezení disciplíny. Autorka v něm popisuje „filetické“ pojetí výtvarné výchovy zaměřené na rozvíjení intelektuálních a emocionálních dispozic. Výsledný pojem artefiletika byl představený české odborné veřejnosti článkem Jana Slavíka v roce 1994 (1994/1995, s. 20). V současnosti má artefiletika dostatečné teoretické zázemí a stále se rozvíjející praxi. (SLAVÍK, 2004b, s. 14)

„Artefiletika je pedagogická (či uměleckopedagogická) disciplína, využívající obdobných postupů jako arteterapie v oblasti výchovy, rozvoje pozitivních rysů osobnosti a prevence psychických a sociálních patologií.“ (Stiburek In: SLAVÍK, 2000, s. 36) Předchozí definice představuje artefiletiku v pravém smyslu. Artefiletika má totiž mnoho společného s arteterapií. Vymezením hranic mezi těmito dvěma disciplínami se zabývá několik autorů např. Stiburek (2000) a Slavík (2004a, 2003). Dalším specifickým artefiletiky je pedagogické zaměření neboli vzdělávací a výchovná funkce, což ji také odlišuje od arteterapie. V současné době se ale využívá i v jiných odvětvích než v pedagogice. Výše zmíněná definice toto vyjadřuje slovy: *rozvoje pozitivních rysů osobnosti a prevence psychických a sociálních patologií*, tím odkazuje na využití v psychoterapii a jiných sebepoznávacích aktivitách.

Dle Slavíkové a kol. (2007, s. 14-15) se artefiletika vyznačuje třemi charakteristickými rysy:

1. Reflektivní dialog (sekce 2.4),
2. systematická práce se vzdělávacími prvky (sebeznávání v kulturních souvislostech, poznávání prostředí s ohledem na osobní přístup k němu),
3. propojení poznávání světa s poznáváním sebe samého.

Během výtvarného procesu pracuje především se symboly, na jejichž základě směřují účastníci k sebepoznání. Přes tyto **symboly** (sekce 3.1) dále dospívají ke **konceptům** (sekce 3.6) a **pre-konceptům** (sekce 3.6.1). (Pohnerová In: ROESELLOVÁ, 2001, s. 12). Zmíněné pojmy jsou teoretickým základem pro správnou artefiletickou praxi. Zpřehledňují proces, jak pro artefiletiku, tak v konečném důsledku i pro účastníky. A právě proto jim v následujícím textu budu věnovat další pozornost.

1.2 Salutogenetická funkce artefiletiky (salutogeneze)

Pojem salutogeneze zavedl Aaron Antonovský (1987), který: „*poukázal především na rovnocennou důležitost hledání a využívání toho, co nás udržuje zdravými (Public Health) s hledáním a využíváním poznatků o tom, co nás činí nemocnými.*“ (ZÁVORA, 2012) Tento přístup se využívá v rámci psychologie zdraví především v kontextu prevence. Důležitým faktorem je soustředění se na zvládání stresorů² (coping). (Antonovsky, 1987).

Jak naznačuje A. Vosečková (2003) salutogenetický přístup lze uplatňovat i ve vzdělávacích a výchovných institucích. Využití podobného charakteru nachází salutogeneze v psychoterapeutické práci, kde přináší největší přínos pozitivním postojem k duševnímu zdraví a hledáním souvislostí mezi stresem a jeho zvládnutím. Umožňuje tím rozvoj osobnosti především v osvojování zvládacích mechanismů. Identifikováním a rozvíjením pozitivních mechanismů duševního i fyzického zdraví přispívá k udržení stavu „*Well-being*“³. (VOSEČKOVÁ, 2003 s. 274)

Odtud je již jen malý krok k artefiletice, která blíže hraničí s arteterapií, psychoterapeutickou disciplínou. Spatřuji výrazný rozdíl mezi artefiletikou a arteterapií, která se zaměřuje spíše na patogenezi. Zatímco pro artefiletiku jako výchovnou metodu je mnohem důležitější právě salutogeneze a její pozitivní směřování. Jednodušeji řečeno slovy Jiřího Závory (2012): „*Artefiletika je potom z uvedené logiky věci plnohodnotným salutogenetickým komplementem*

² Stresory lze chápat jako „*negativně na člověka působící vliv*“. Stresor může být materiální (nedostatek stravy či tekutiny), sociální (působení agresivních, hrubých lidí) a také další jako: nedostatek času či situace osamění. (KŘIVOHLAVÝ, 1994, s. 12)

³ Well-being zahrnuje kromě biologické a psychického blaha také sociální rozměr – vnímání sebe sama a vnějšího světa jako srozumitelného a smysluplného. (VOSEČKOVÁ, 2003, s. 274)

arteterapie, jejíž výkon je tradičně ukotven spíše v patogenezi.“ Jako nejčastější produkty či východiska salutogeneze jsou uváděny nezdolnost, percipovaná sociální opora, smysluplnost života, osobní kompetence, coping⁴. (PELCÁK, 2005-6, s. 13)

Během práce s dvojicemi bylo pro mě salutogenetické směřování jedním z nejdůležitějších východisek. Pomáhalo nám udržet komunikaci, která se nezaměřovala na problémy a jejich zbytečné rozebírání. Ale spíše naopak vedla k pozitivním závěrům. Tuto kapitolu bych ráda zakončila slovy M. Stiburka o salutogenezi: „...*podporuje proces sebepoznávání a sebepřijetí, zrání osobnosti, zvládání krizí a jejich využití pro osobní růst.*“ (Stiburek In: SLAVÍK, 2000, s. 37)

⁴ Dle J. Křivohlavého (1994, s. 41) je coping „zvládání nadlimitní zátěže“. Člověk při zvládání krizi ve svém životě využívá veškerých svých dovedností a znalostí, neboli přistupuje k zátěži aktivně. Tento proces se nazývá coping.

2 Průběh artefiletického setkání

Artefiletické setkání lze rozdělit na čtyři fáze. Každá z nich má svůj význam i zcela jiné zaměření procesu.

2.1 Start

Úplný začátek setkání bývá chladný. Účastníci nejsou aklimatizovaní a je těžké s nimi zahájit okamžitou spolupráci. Každý prožil jiný den, každý má jinou náladu a je úkolem artefiletika oddělit účastníka od minulých prožitků. Start je užitečná technika pro přechod z každodenních starostí do společné spolupráce. Také pomáhá účastníkovi nahlas rekapitulovat pocity a náladu. Jednoduše řečeno: „*Účastníci mohou například vyprávět o tom, jak se jim vede a co v poslední době dělali.*“ (CAMBELLOVÁ, 1998, s. 35). Naladí se tím lépe na další artefiletické tvoření.

Informace získané ze startu mohou být určující pro další spolupráci. Artefiletik může s danými údaji pracovat při společném tvoření a také je pro něj pak snazší se přizpůsobit účastníkovi i jeho jednání. Artefiletik se účastní startu spolu s ostatními.

2.2 Rozehřívací cvičení

Další fáze je důležitá pro přiblížení se budoucímu tématu i rozehřátí pro tvorbu. Jedná se o krátká cvičení zaměřená většinou na tvořivost, dramatizaci a spolupráci. Možnosti využití nemají žádnou formální hranici. Závisí především na cíli setkání a osobnosti artefiletika. Někdy je možné začít pouze *motivačním rozhovorem* (MATĚJKOVÁ, 2002, s. 15-16), ale častěji se využívají tzv. *ledolamky* (SLAVÍKOVÁ a kol., 2007, s. 190), které slouží k naladění se na výrazovou hru (hlavní činnost). Slavíková a kol. (2007, s. 190) zmiňují další důležitý význam rozehřívacího cvičení a tím je zapojení artefiletika do činnosti. Lépe se pak vcituje do celkové atmosféry skupiny účastníků a sám svým postojem motivuje k další práci.

Využívala jsem rozehřívací cvičení v každém setkání, přičemž jsem se sama neúčastnila jejich průběhu. Skupina čítala pouze dva účastníky (pár), a proto jsem považovala své zapojení za neúčelné vzhledem k cíli práce.

2.3 Hlavní tvorba – výrazová hra

Jádrem artefiletického setkání je tvůrčí činnost, kterou lze pojmut jako individuální či skupinovou práci. V obou případech jednotlivec zapojuje svou vlastní zkušenost, jež se znovu-zpřítomňuje právě ve výtvarné tvorbě. Tento proces nazývá J. Slavík (1994/95) „výrazovou hrou“. Zahnuje veškeré kreativní a tvořivé činnosti soustředěné na aktivní zapojení účastníka prostřednictvím *ego-angažovaného zážitku*, tzn. působícího na samé základy jedinečného osobního Já (NAKONEČNÝ, 1993, s. 170 n.). V průběhu činnosti se vynořují účastníkovy silné, citově zabarvené vzpomínky, které se prostřednictvím výrazové (tvůrčí) hry proměňují ve výtvarné symboly uchopitelné slovně či vizuálně. (SLAVÍK, 1994/95, s. 19)

Pro výrazovou hru určuje artefiletik námět (téma) a především pravidla. Námět je smysl celého artefiletického snažení, neboť vzbuzuje určitou osobní naléhavost. Nějakým způsobem se účastníků dotýká a zajímá je. Proto jsem se při výběru námětů soustředila na atraktivnost témat hlavně pro partnerské dvojice.

Tvůrčí techniky využití v tomto projektu pro výrazovou hru: výtvarná činnost, koláže, práce s obrázky (příběhy), dramatizace, práce s hlinou. Výtvarnému vyjádření několikrát předcházela imaginace, které měla za cíl zvýšit osobní prožitek z výrazové hry.

2.4 Reflektivní dialog

Reflektivní dialog neboli *reflexe* je neoddelitelnou součástí celého procesu. Navazuje na výrazovou hru buďto plynule a spontánně ze strany účastníků nebo pomocí otázek od artefiletika. „Dialog označujeme jako reflektivní, protože se obrací zpět k minulým zážitkům a hledá v nich poznání, zpravidla na podkladě sociokognitivních konfliktů (sekce 3.6.2).“ (SLAVÍK, 2004a, s. 235)

V první řadě si musíme uvědomit, že reflektivní dialog neznamena hodnocení či jakoukoliv kritiku (chválu) výtvarného díla. Jeho pravou podstatu vyjádřila velice hezky V. Roeselová (2001, s. 14): Reflektivní dialog „je vazbou mezi expresí a jejím uvědomováním.“ Jinými slovy účastníci mohou během reflektivního dialogu mluvit o procesu tvorby, konečném díle, pocitech, vzpomínkách a myšlenkách, jejichž prostřednictvím dochází k uvědomování (sebepoznání) neboli navrací se k prožitému. Tento návrat má dle J. Slavíka (2004a, s. 233) dvě stránky:

1. *Individuální stránku* – zpětný pohled jedince na své aktivity,
2. *sociální stránku* – porovnávání reflektovaných zážitků mezi různými lidmi.

2.4.1 Cíle reflektivního dialogu

Obecné cíle reflektivního dialogu se týkají především poznání světa, kultury a druhých lidí, ale i sebepoznání. Ve vzdělávacím procesu se tento prvek nazývá *zasazením do kulturních souvislostí*, kdy se žák učí chápat sám sebe jako kulturní bytost, která rozumí světu. Pro cíl výzkumu je příhodnější přizpůsobit poněkud obecný pojem „kulturní souvislosti“ na **každodenní život** (sekce 3.5), protože právě ten nás zajímá ze všeho nejvíce. Jako samostatní jedinci bychom měli rozumět světu kolem nás, ale jako partneři bychom měli rozumět světu partnerskému, který je součástí každodenní reality.

Dílčí cíle, které naplňují obecné cíle dle Slavíkové (2007, s. 181), jsou:

- Nacházet co nejvýstižnější slova pro osobně důležité stránky zážitků,
- porovnávat svůj pohled na zážitek z výrazové hry s ostatními pohledy aktérů,
- uvědomit si rozdíly a shody v zážitcích i výsledném díle,
- vyzkoušet, posuzovat a promýšlet varianty těch momentů výrazové hry, které jsou pociťovány jako důležité pro poznávání, nebo naopak málo uspokojivé,
- podělit se o radost či zklamání,
- dopracovat se ke vzdělávacímu přínosu, uvědomit si jej a naučit se jej využívat.

2.4.2 Význam komunikace v reflektivním dialogu

Základním nástrojem reflexe je komunikace. Nejen ze strany účastníků, ale také ze strany artefiletika. Jeho úkolem je rozeznat důležité momenty reflexe a obrátit k nim pozornost: především pomocí otázek, kterými se snaží pobízet i motivovat. Účelem je účastníkovou komunikace vedoucí k zamyšlení. V tomto projektu mohou být inspirací otázky, které jsem zařadila na konci každého tematického bloku.

To, co se dozvím od partnerů během reflektivního dialogu, má svou důležitost pro konečné vyhodnocení. Vždyť pozorovaným procesem je sama komunikace, a proto jsou otázky i motivace účastníků tak významné. Bez pojmenování a dialogu bych nedokázala naplnit cíl práce.

3 Artefiletické pojmy

Během celé práce používám pojmy z teorie artefiletiky zpracované především Janem Slavíkem. Tyto pojmy jsou prostředkem, jak pozorování v hodinách předat a vysvětlit nejen účastníkům, učitelům, ale i sobě samým. Tím nám také umožní zlepšovat své znalosti, schopnosti v praxi a lépe tak rozumět celému procesu artefiletiky. Některé pojmy jsou zásadní pro cíl výzkumu (existenciální situace a typ, každodennost). Porozumění daným pojmům napomáhá komunikaci, díky čemuž dostávají smysl a můžeme je lépe zasazovat do životního kontextu.

3.1 Symbol

Pokud píšeme o symbolu, pak musíme zmínit pojem „umění“, ze kterého vychází pro artefiletiku též důležitý termín „výraz“. Ten je vnímán jako jev (umělecké dílo), jemuž sami aktivně připisujeme souvislosti, a necháváme ho na sebe citově i intelektuálně působit. Nelze ho jen konzumovat, ale je mu potřeba rozumět. Výraz se však netýká pokaždé pouze umění, ale také jazyka, mimiky či matematiky. Pro odlišení výrazu ve smyslu uměleckém (artefiletickém) musíme určit nějaké požadavky. Jedním ze základních požadavků je právě obsažnost díla: jinak řečeno, dílo by se mělo týkat důležitých otázek lidského života. Což znamená, že by se mělo projevit jako zvláštní **symbol** lidského bytí. Pokud používáme symbol, pak připisujeme dané věci **existenciální obsah**: životní obsah, který je pro nás závažný. (SLAVÍK, 2001, s. 164-165)

„Jako symboly zde budeme označovat takové výrazové prostředky (tvary, barvy, zvuky, pohyby, kompozice atd.), které u vnímavého člověka vyvolají zvláštní typ duševní odezvy.“ (SLAVÍK, 2001, s. 165). Symboly nabývají skrze existenciální obsah obraznou podobu, které můžeme rozumět a také ji můžeme vykládat. Díky tomu lze uchopit symbol jako součást života (zkušenosti) každého jednotlivce. (SLAVÍK, 2001, s. 165)

3.2 Zážitek

Během svého života zažíváme různé věci díky tomu, že vidíme, slyšíme, hmatáme a pocítujeme. Jednoduše řečeno, získáváme různé zážitky. Zážitkem je vždy osobní přístup k určité životní situaci. Pocítujeme ho jako významový celek (příběh), prostřednictvím něž se k zážitku můžeme ve svých vzpomínkách navracet (SLAVÍK, 2001, s. 64-65).

A právě to, co bylo zažito, je **zážitkem**. Označujeme jím přístup k osobní situaci, prostřednictvím níž se můžeme k zážitku vracet. (SLAVÍK, 2001, s. 64)

Artefietika je často nazývána zážitkovým vzděláváním. „*V tomto ohledu jsou zážitky jedinou cestou, jíž se lidé mohou za pomoci řeči a jiných kulturních aktivit dobírat poznání nebo sebe-poznání.*“ (SLAVÍKOVÁ a kol., 2007, s. 165) Záleží také na tom, jak si je budeme pamatovat, vykládat a co si do budoucna z nich odneseme. Pro začátek se tedy učíme **popsat a posoudit** zážitky.

Zážitky uchopujeme na základě situací, ze kterých si odnášíme jedinečné osobní vzpomínky. Právě vzpomínky mají zdroj ve vlastním zážitku. Můžeme si díky němu více pamatovat. Tento proces nazýván návrat k zážitku neboli **reflexí** (SLAVÍK, 2001, s. 40).

3.3 Situace

Dle J. Řezáče (1998, s. 21) se vždy nacházíme v nějaké situaci. Souhlasil by s ním i K. Jaspers (In: SLAVÍK, 2001, str. 43) : „*V situaci jsme vždy!*“ Celý náš život je rozčleněn na jednotlivé situace nebo události. O situaci se zmiňuje také J. Slavík v sekci 3.2 v souvislosti se zážitkem, jehož pomocí můžeme situaci popsat, zachytit i vyjádřit.

Každá situace je vymezena:

1. **časem,**
2. **prostorem,**
3. **zapamatovaným obsahem - dějem** (lze o něm diskutovat, přemýšlet a také vymezit začátek, průběh a konec, tzn. má určitý řád). (SLAVÍK, 2001, s. 43)

Dle Slavíka (2001, s. 44) situaci vždy rozdělujeme na menší části a tím nabývá určité **struktury**, která se skládá ze složek, vztahů a změn mezi nimi. Také sociální psychologie pojímá situaci jako fakt, kdy „*objekty a vztahy mezi nimi tvoří vnitřně spjatý a relativně samostatný systém*“ (ŘEZÁČ, 1998, s. 21). Díky těmto vztahům a struktuře si situace pamatujeme i pojmenováváme. Náš vztah k situacím je vždy dynamický a interakční. Ovlivňuje ho množství faktorů (negativní, pozitivní, zážitek, nálada, místo apod.) a především další osoby, se kterými jsme v interakci.

Situace vlastně tvoří celý náš život. Vracíme se k nim prostřednictvím vzpomínek. Také utváří naše zkušenosti. Záleží tedy především na tom, jak situaci zpracujeme. Jsou živoucím systé-

mem, který se neustále proměňuje – zevnitř nás, ale také díky vnějším okolnostem. Zachycením situace a jejím rozbořením si můžeme uvědomovat zajímavé souvislosti. Artefiletika je vlastně nástroj pro zpracování situací – jejich zobrazení, uspořádání, pojmenování.

3.3.1 Existenciální typ (situační typ)

Náš život tvoří nespočetné množství situací. Některé se nám vracejí ve vzpomínkách: z této minulosti dokážeme **zpřítomnit** prožitou situaci, i opakovaně. Pokud umíme zpřítomnit situaci, pak je také umíme porovnat mezi sebou. V procesu porovnávání pak objevujeme společné rysy některých situací. Jednoduše řečeno zjišťujeme, že některé situace se podobají. (SLAVÍK, 2001, s. 53)

J. Slavík (2001, s. 53) dále upozorňuje na prvek sebepoznání v porovnávání situací: „*Vždyť jsou-li situace v určitých vlastnostech podobné, snad budou podobná i tajemství, která se v nich ukrývají.*“ Pro orientaci v těchto podobnostech a situacích vůbec si přiřazujeme situace k situačním typům. Ty jsou reprezentanty navzájem si podobných situací. Slouží jako jejich společný příklad. (SLAVÍK, 2001, s. 53)

J. Slavík (2001, s. 56) podává příklad existenciálních typů: ODPUŠTĚNÍ, VÁŠEN, PEČOVÁNÍ, OPUŠTĚNÍ, OVLÁDÁNÍ, STRACH atd.

3.4 Existenciální situace

Jsou vlastně hlavními situačními typy neboli nejzákladnějšími lidskými situacemi, kterým se nelze v životě vyhnout. Někteří je mohou zastírat, ale ve skutečnosti existenciální situace se během života dotýkají každého z nás. Můžeme je také nazvat **mezními situacemi lidské zkoušky**. Avšak v našem životě se neukazují pouze v dramatických situacích, nejsou až tak nápadné. Bývají ukryté v drobných událostech života. Při zpětném pohledu ale můžeme objevit jeho hloubku. (SLAVÍK, 2001, s. 56-57)

Slavík J. (2001, s. 56) podává příklady také existenciálních situací: SMRT, BOJ, VINA, UTRPĚNÍ, NÁHODA, LÁSKA, ZROZENÍ.

Existenciální typy a existenciální situace využívám ve výzkumu k poznávání především partnerských situačních typů a existenciálních situací, které propojujeme s každodenním životem (sekce 3.5), ale také k **podpoře komunikace**.

3.5 Každodennost

Každodennost je přirozenou součástí našeho života. Ačkoli se zdá, že se nic neděje, tak se něco mění. Každodennost nás obklopuje. Žijeme si v ní spokojeně, protože vše kolem je důvěrně známé – lidé, události i věci. Což vede k přehlížení, někdy až k lhostejnosti. Jsme na každodennost zvyklí, procházíme jí bez potíží. Není nutné nad ní nějak složitě uvažovat. Je však důležité si uvědomit, že se podílíme na utváření každodennosti a svým způsobem vypovídá o nás samotných. Lze jí vnímat jako pobídku pro poznání. Jelikož je naším obrazem, tak v ní nalezneme zas a jen sebe. (SLAVÍK, 2001, 33-34)

„Přestože průměrná každodennost je tolik samozřejmá a účelná, lidé ji oprávněně nepovažují za svůj životní cíl.“ Jan Slavík (2001, s. 35) touto větou vyjádřil současné palčivé téma. Dnešní lidé se často cítí obklíčení každodenností, a proto před ní utíkají za často povrchními zážitky. Avšak průměrná každodennost je podmínkou života (SLAVÍK, 2001, s. 35), proto před ní utéci vlastně nelze. Úkol každého z nás je vyrovnat se s tíží své každodennosti i existence a zároveň si uvědomit, co krásného pro nás skrývá.

Na setkáních propojujeme všechna témata, události i myšlenky s každodenním životem. Snažím se, aby účastníci pochopili tuto propojenost a naučili se s ní zacházet sami. Soustředili jsme se s dvojicemi na zasazování do partnerské každodennosti, kterou ale nelze úplně snadno oddělit od té osobní. Toto propojení proběhlo vždy verbálně. Dvojice tak mohly lépe pochopit význam procesu. Sami pak budou lépe vědět, jak při řešení běžných problémů s partnerem zasazovat emoce a situace do kontextu každodenního života.

3.6 Koncept

Slovo *concept* v angličtině vyjadřuje obecný pojem, ale také individuální pojetí, koncepci, přístup k určité stránce světa nebo i ke světu jako celku. Koncept v sobě ukrývá tuto polaritu (mezi obecným a individuálním pojetím), která je zároveň hybnou silou určující směr. Zohledňuje právě objektivní i subjektivní stránku poznávání. Koncept, který je funkcí úkolu a námětu, se opírá také o zážitek (chápaný fenomenologicky), jehož prostřednictvím se vyjevuje to, co je pro všechny lidi společné a pro člověka neměnné. Je tedy kategorií, která reprezentuje určitý **typický zážitkový obsah** – relativně konstantní prvek určitého typu zážitků. Z předchozích řádků je čitelné, že koncept existuje ve dvou podobách:

1. **Objektivní** ve vnějším světě jako společné východisko zážitku a podmínka dorozumění,
2. **subjektivní** ve vnitřním světě v podobě individuálních představ, dispozic a kulturních zkušeností.

Z toho vyplývá, že koncept jako společné objektivní východisko může být zachycené v pojmenování, ke kterému se vztahují různá pojetí (např. láska – víme, co to je, ale všichni ji pojmáme jinak, máme jiný prekoncept viz dále). Může být tedy měřítkem pro srovnávání různých přístupů a hledisek. (SLAVÍK, 1997, s. 141-145)

3.6.1 Prekoncept

Subjektivní hledisko vztahující se ke konceptu (co si myslím já) je nazýváno prekoncept. „*Odpovídá individuálnímu pojetí světa nebo jeho složek.*“ (SLAVÍK, 1997, s. 145) Prekoncepty vlastně usměrňují a organizují vztah jedince ke světu. Podmiňují také vztah člověka k sobě samému. Prekoncepty se stále vyvíjejí a s jejich vývojem se stávají složitějšími.

3.6.2 Sociokognitivní konflikt

Prekoncepty se samozřejmě člověk od člověka liší, každý totiž máme jinou individuální zkušenost. Logicky pak dochází ke střetu prekonceptů a následnému neporozumění. K tematizaci prekonceptů dochází při reflektivním dialogu (sekce 2.4). Řešením je pak forma dohody založená na novém poznání, kterého se dobrali účastníci konfliktu. Smyslem konfliktu a následné dohody je otevření nového a hlubšího osobního pojetí konceptů. (SLAVÍK, 1997, s. 145) Jednoduše řečeno, účastníci porovnávají své postoje a představy o nějakém tématu, který zadá artefiletik. Prekoncepty se setkají. Následuje dialog, který samovolně pozmění představy o tématu. Takto to zní velmi jednoduše, ale málokdy tomu tak ve skutečnosti je. Artefiletik musí čelit soupeření, nechuti, nebo jiným projevům negativního přístupu. Pak je jeho úkolem se tázat tak, aby účastníky byli motivováni si sami sobě klást další otázky.

Východiskem sociokognitivního konfliktu je rozdílnost. V průběhu výzkumu jsme si s dvojicemi často všímali rozdílnosti. Pojmenovali jsme ji a snažili se na ní nalézt pozitivní smysl (salutogenetická funkce viz kap. 1.2). Rozdílnost se totiž mnohdy stává problémem v komunikaci mezi partnery. Proto považují za důležité si rozdílnost uvědomit a poté s ní umět pracovat v pozitivním slova smyslu.

4 Komunikace

V této kapitole vymezuji pojem „komunikace“. Poté se věnuji komunikaci v kontextu artefiletiky. Dále rozebírám pojmy, které souvisí s komunikací, a na které jsem se soustředila během výzkumu. Ke každému pojmu zvlášť se vyjadřuji, jakým způsobem souvisí s výzkumem.

4.1 Vymezení pojmu

Komunikace je velmi obecný pojem, o kterém není jednoduché říci jednotnou definici. Vždy záleží na konkrétní oblasti, přístupu a úhlu pohledu. V současné době existuje již tolik definic komunikace, že raději nebudu zacházet do přílišné snahy zařadit je či sjednotit v této práci. Na základě odborných podkladů se raději pokusím vyjádřit nejdůležitější společné znaky, které komunikaci charakterizují. Přehledný souhrn parametrů vymezujících komunikaci uvádí Wahlstromová (In: PLAŇAVA, 2005, s. 17):

1. Efektivní sebe-vyjadřování,
2. výměna sdělení psaním, mluvením, obrazy,
3. sdílení informací nebo poskytování zábavy prostřednictvím slov, mluvením nebo jinými metodami,
4. transfer od jedné osoby ke druhé,
5. výměna významů mezi jednotlivci při použití společného systému symbolů,
6. proces, jímž jedna osoba předává sdělení jiné osobě prostřednictvím nějakého kanálu a s určitým efektem.

Tento souhrn vyjadřuje komunikaci probíhající na artefiletickém setkání, kde účastníci komunikují velice často nejen verbálním sdělením, ale také obrazy, symboly či psaným textem. Jinými slovy: „*Komunikace je symbolickým vyjádřením interakce. Povahu této interakce vyjadřuje prostřednictvím symbolů*“ (ŘEZÁČ, 1998, s. 107). Tuto definici považuji za inspirační, ale obsahuje jeden velký nedostatek. Používá pojem **symbol** jako charakteristiku komunikace. Abychom však byli důkladní, tak musíme zmínit důležitý fakt, a to že komunikace vždy nemusí používat symbolů, aby byla komunikací. Dle Watzlawicka a kol.(1999, s. 43) nelze nekomunikovat. Vše je sdělením. Obecně využíváme jako lidé **digitální komunikaci**, kterou tvoří symboly a odlišuje nás tak od komunikace zvířat, která používají nesymbolickou

analogovou komunikaci. Jde v podstatě o neverbální komunikaci v celé její šíři. My, jako lidské bytosti, komunikujeme oběma způsoby, což zahrnuje i komunikaci bez symbolů.

Následně nás bude spíše zajímat, co se konkrétně děje během procesu komunikace. Ve výzkumu nesledují objektivní složky komunikace ať už verbální či neverbální, ale spíše komunikační procesy, které podněcují srozumitelnou komunikaci vedoucí ke vzájemnému porozumění.

4.2 Komunikace v kontextu artefiletiky

Komunikace je v artefiletice jedna ze tří dimenzí artefiletiky, dvěma dalšími jsou **výraz** (vyjádření pocitů, dojmů, nálad či myšlenek; pozornost soustředěná na proces tvorby a vlastní prožívání) a **forma** (soustředění se na výsledek a dokonalost tvorby; kvalita; je nositelem sdělení). V artefiletickém smyslu jde aktérovi v komunikaci vždy o mezilidské sdílení zážitků nebo zkušeností. Pozornost je soustředěna především na sdělnost a srozumitelnost. Středem úsilí se stává cíl, aby byl účastník co nejlépe pochopen druhými. (SLAVÍK, 2004a, s. 242) Tímto procesem účastník trénuje a zdokonaluje komunikaci. Neboť „*posléze pochopí, co kdo svou prací sděluje, a jak má sdělovat, aby mu druzí rozuměli.*“ (ROESELOVÁ, 2001, s. 13)

Za podstatu komunikace považuje Slavík J. (2004, s. 249) interaktivní vztah nejméně dvou partnerů, kteří na sebe navzájem reagují a navazují. Ovšem ve dvojici chybí určitý nadhled, protože druhý je vždy plně zaujat buďto v roli posluchače nebo sdělujícího. Proto je zapotřebí i třetí osoby, která nadhled poskytne. Jelikož se artefiletika realizuje většinou ve skupinách, tak je tento požadavek splněn. Právě touto výhodou artefiletické skupiny disponují. Výzkum s partnerskými dvojicemi tuto výhodu postrádá. Lze ji samozřejmě nahradit osobou artefiletika, který se přímo podílí na reflexi a zpětné vazbě. Zvyšuje se tím tlak na jeho pozornost a také vyjadřovací schopnosti. Kreativní proces artefiletik nejen moderuje, ale také facilituje a svou měrou i dotváří. Jednoduše řečeno, jeho aktivita by měla být větší nežli u skupinové artefiletiky.

Pro komunikaci v artefiletickém kontextu je nejvýznamnější fází z procesu **reflektivní dialog** (sekce 2.4.2).

4.3 Konflikt

„Konflikt znamená střetnutí dvou nebo více zcela nebo do určité míry navzájem se vylučujících či protichůdných snah, sil a tendencí.“ (KŘIVOHLAVÝ, 2002, s. 17) Má také množství synonym jako např. spor, srážka, soupeření, soutěžení, neshoda, hádka apod., přičemž jejich společným rysem jsou „*dvě protichůdné síly*“.

Konflikt je tedy střetnutí snah dvou lidí, při němž:

1. Splnění tužby jedné strany buď zcela, nebo jen do určité míry vylučuje uspokojení druhé strany,
2. jde o porovnávání, konfrontaci dvou nesourodých, až výlučně protichůdných názorů, představ, postojů. (KŘIVOHLAVÝ, 2002, s. 19).

J. Křivohlavý (2002, s. 22) se snaží podat také psychologické rozdělení konfliktů:

- a) Konflikty představ,
- b) konflikty názorů,
- c) konflikty postojů,
- d) konflikty zájmů.

V praxi se málokdy vyskytují výše zmíněné konflikty samostatně, ale spíše v kombinaci jako tzv. *smíšené konflikty*. I přesto je toto rozdělení potřebné především k lepší orientaci při řešení konfliktů. Slouží tedy i k lepšímu dorozumění. (KŘIVOHLAVÝ, 2002, s. 22)

Konflikty lze dělit na intrapersonální (vnitřní), interpersonální (mezi dvěma lidmi), skupinové a meziskupinové. Během práce jsme naráželi spíše na **nedorozumění** (sekce 4.5.1), z něhož někdy může vzejít silný spor. Pokud bude důkladná, tak lze pod konflikt v podstatě zahrnout i zmíněné nedorozumění, přesněji řečeno neshodu (sekce 4.5.1). Jedná se totiž o dvě protichůdné síly, jak sám popsal J. Křivohlavý (2002, s. 17). Konflikt je ale spíše spor, kterým se v práci nezabývám. K neshodám a konfliktům prakticky nedocházelo. Považuji za důležité ale zmínit, se se zabývám především chybnými interpretacemi, které mohou ke konfliktu mít velice blízko

4.4 Spolupráce

Spolupráce neboli kooperace je „*společné úsilí*“ či „*sdužení osob kvůli společnému prospěchu*.“ (MERRIAM-WEBSTER, 2012) Dle J. Křivohlavého (2002, s. 42-43) se spolupráce vyznačuje určitými charakteristickými rysy: a) Zvyšování celkového objemu hodnot, b) očekávání – cíl je v nedohlednu a ani nemusí být dosažen, důležitá je naděje, c) symetrické rozdělení hodnot. J. Křivohlavý (2002, s. 43) dále zmiňuje, že při spolupráci jde zvláště o souhru. Každý dostane při spolupráci něco (odměnu), tudíž na konci jsou všichni o něco bohatší než na začátku.

Protikladem spolupráce je **soupeření**. Zatímco u spolupráce jde o souhru dvou lidí, u soupeření dochází k boji dvou lidí. Soupeření má spíše divergentní tendenci, zatímco spolupráce konvergentní. Nevýhoda soupeření v komunikaci je ve výměně informací, která probíhá v malé míře a spíše nekvalitně. Cílem je totiž skrývání informací. Neboť v čele zájmu stojí zejména vlastní zisk. (KŘIVOHLAVÝ, 2002, s. 44-46) Také Z. Vybíral (2005, s. 180) považuje spolupráci za zdravější přístup: „*Ustoupit, spolupracovat a nesoupeřit, být vlídný a trpělivý se vyplácí.*“

V průběhu práce s dvojicemi proběhla řada situací, kdy partneři spíše soupeřili, nežli spolupracovali. Takové situace jsme se snažili vždy pojmenovat nahlas. Několikrát z nich vyvstala až existenciální situace BOJE (viz Andrea a Miroslav: Obtisky 7.2.5). Propojili jsme ji s každodenním životem. Pojmenovávali jsme také spolupráci. Neboli když se partnerům povedlo něco společně vytvořit bez soupeření.

4.5 Porozumění

Termín „rozumět“ vyjadřuje: dobře se v něčem vyznat či pokládat, brát něco za něco (Havránek In: SLAVÍK, 1997, s. 28). Lze zde vycítit jistou dynamiku mezi minulou a přítomnou zkušeností. V následujícím výzkumu je používáno slovo „porozumět“ často ve významu: něco jsem prožil, něčemu tedy rozumím a nyní hledám souvislost s právě poznaným. Jinými slovy nové zkušenosti se snažíme porozumět na základě již prožitých. Tento význam je podstatný pro artefietickou práci, při které vzniká spousta nových zážitků, a kde pracujeme se souvztážeností s minulou zkušeností: „*Každý z nás je závislý na pokladnici zkušeností a hypotéz, které nám poskytuje minulost*“. (Francastel In: SLAVÍK, 1997, s. 29)

Jak příhodně vyjádřil Slavík: „*v aktuálním stavu našeho světa musíme objevit určitou pravidelnost, abychom jej prohlásili za srozumitelný.*“ (SLAVÍK, 1997, s. 29). Ve výzkumu se sna-

žíme s dvojicemi nalézt souvztažnost existenciálních situací s každodenností na základě vytrhnutí z této každodennosti. A tím porozumět našemu životu, především tomu partnerskému. Nalezená pravidelnost dává řád do našich životních událostí, ale i emocí. Také pomáhá porozumět konfliktům.

V tomto smyslu je předmětem poznání (porozumění) člověk sám a vše, co se ho týká. Lze ho nazvat zjednodušeně **sebepoznání**. Nesmíme ale zapomenout na porozumění, které souvisí spíše s druhým člověkem: *jak já mu rozumím, a jak on rozumí mě*. Odkazuje nás na mezilidské vztahy, které samozřejmě s vnitřním porozuměním svého světa také souvisí. Tímto způsobem vnímá porozumění I. Planava (2005, s. 25-28) v následující sekci. Ve výzkumu je středem pozornosti spíše druhá zmíněná možnost. Tedy porozumění si s druhým, protože více podněcuje komunikaci. Ale je důležité si uvědomit, že obě dvě varianty probíhají souběžně a neustále se prolínají.

4.5.1 Předpoklady porozumění

„Porozumět si můžeme tehdy, máme-li něco společného“ (PLAŇAVA, 2005, s. 25) Alespoň maličkosti. Pravý smysl porozumění přichází s odlišností. Když se lišíme, pak si máme i co vyměňovat. Přičemž vždy záleží na míře **podobnosti** či **rozdílnosti**. Přesná hranice určit samozřejmě nelze, ale můžeme prohlásit, že úplná rozdílnost, stejně tak jako úplná podobnost, porozumění neprospívají. Tyto dva póly jsou mnohdy zdrojem konfliktů, které velice často vznikají právě z **nedorozumění**: protipólem porozumění. Nedorozumění má své jádro ve výše zmíněné rozdílnosti – názorů, postojů, komunikačních stylů, interpretací či myšlenek. (PLAŇAVA, 2005, s. 28).

Nedorozumění můžeme vnímat dvěma základními způsoby:

1. **Neshoda**: správně vyjádřené a pochopené myšlenky a obsah komunikace, ale i přesto vzniká opravdová neshoda, rozdílnost v pohledech.
2. **Chyba v interpretaci**: Informace jsou špatně pochopené. Příčinou mohla být špatná čitelnost informací.

Obě dvě možnosti jsou tématem pro tento výzkum, kdy se dvojice učí překonat neshodu salutogenetickým způsobem ve smyslu *„jsme každý jiný, a proto se můžeme od sebe učit“*. Jak bylo zjištěno z dat, tak dvojice často podléhají rychlým a chybným interpretacím. Snažila jsem se, aby se dvojice na tento jev soustředily a snažily se vyjadřovat co nejvýstižněji. Zároveň

druhý partner komunikace by si neměl přetvářet informace „ke svému obrazu“. Zvládnout tyto dva těžké úkoly znamená docílit lepšího porozumění pomocí **efektivní komunikace**, která dle Řezáče J. (1998, s. 125) musí být nezkreslená, platná a včasná.

Dle Praška J. (2005, s. 53) k nedorozumění také přispívá nejasnost a nekonkrétnost sdělení, které je samo o sobě pro partnera nejasné. Musí si ho tedy nějak interpretovat. Praško J. uvádí příklad: „*A já nejsem udřená? Chodím do práce a ještě kolem tebe skáču.*“. Jako jasnější sdělení uvádí protipříklad: „*Viš, byla bych ráda, kdybys mi doma pomohl. Třeba s velkými nákupy v sobotu. Nebo kdybys umyl nádobí.*“ (2005, s. 53). Vyjádřit se konkrétně je významné pro obě strany. Proto je třeba komunikaci cvičit, naučit se ji ovládat i uvědomovat. Nikdo neumí číst myšlenky druhému člověku. Co nám neřekne, nevíme.

5 Metodologie

Metodologie zahrnuje výzkumný design, výběr cílových párů a metody sběru dat.

Na počátku projektu byla výzkumná otázka a samozřejmě moje velká motivace prakticky prověřit správnost takového tvrzení (viz sekce 5.1). Pro realizaci celé práce bylo nutné vybrat nejvhodnější metodologii. Podkladem mi byly knihy od J. Hendla (2005), J. Reichla (2009), R. Švaříčka a K. Šed'ové (2007). Po formulaci konkrétních cílů jsem vybrala kvalitativní techniku *případové studie*.

5.1 Výzkumná otázka – hypotéza

Artefiletiku lze využít v práci s partnerskými dvojicemi a k posílení vzájemné komunikace.

5.2 Cíl

Hlavní cíl: Zanalyzovat procesy podporující komunikaci. To vše s využitím artefiletické teorie tzn. zaměřením se na *salutogenetickou funkci* a existenciální *situace*, které vznikají při tvoření a reflexi.

Dílčí cíle: U každého setkání rozepisují cíle, které napomáhají splnění hlavního cíle. Týkají se spíše průběhu artefiletického setkání jako takového. Jsou důležité hlavně proto, abych se artefiletik tolik nesoustředil na hlavní cíl a nezapomněla na artefiletické cíle, které jsou základem pro správný průběh setkání.

5.3 Výběr cílových párů

Z počátku jsem se pokoušela získat páry, se kterými bych neměla žádný osobní vztah. Vyvěsila jsem inzeráty a rozeslala emaily. Bohužel se mi nepodařilo nalézt nikoho vhodného, a proto jsem změnila kritérium osobního vztahu, abych nemusela slevovat z ostatních kritérií tj. manželské páry s dětmi. Nakonec jsem tedy pracovala s mými známými. V tomto hledisku se skrývalo velké riziko v motivaci účastnit se projektu. Zaměřovala jsem se tedy především na

motivaci. Pokud jediný důvod zúčastnit se byla pomoc mě samotné, tak jsem dvojici odmítla. Při viditelném zájmu jsem páru vysvětlila principy a techniky artefietiky. Také jsem podrobně popsala svůj projekt, cíle a očekávání. Pokud i pak měla dvojice zájem stát se mými respondenty ve výzkumu, tak jsme mohli zahájit spolupráci. Pouze v jediném případě se výběr nezdařil. Respondent Jiří z dvojice *Veronika a Jiří* byl evidentně motivován, jak on sám nazval: „pomocí kamarádce“. Z časového důvodu nebylo možné dvojici nahradit. A protože pro Veroniku měla spolupráce význam, tak jsme nadále, i přes toto riziko, pokračovali. Pro úplnost je potřeba zmínit, že neočekávatelná práce s osobními známými mohla ovlivnit **očekávání** jednotlivců, neboli: **co bych si chtěl ze společného tvoření odnést za přínos?** A nikoli: co si kamarádka potřebuje odnést za přínos pro výzkum? Snažila jsem se na tento fakt upozorňovat a pomocí otázek směřovat účastníky k jejich očekáváním. Tím jsem se snažila eliminovat zmíněné riziko.

Místo setkávání jsme volili vždy po domluvě, ale upřednostňovala jsem bydliště dvojice - známé prostředí. Lépe se tak účastníci dostávali do pocitu klidu a bezpečí. Pro dlouhodobou spolupráci bych volila spíše prostory neutrální (mimo mé bydliště i dvojice).

Naplánováno bylo jedno setkání týdně (dvou až tříhodinové). Vzhledem k aktuálním podmínkám jsme nebyli vždy schopni pravidelných schůzek. Setkat se s manželským párem s dětmi se stalo celkem náročným úkolem. Proto vznikaly, např. v případě Veroniky a Jiřího, někdy až jednoměsíční pauzy. Spolupráci lze zprůměrovat na tři až čtyři měsíce. V nepravidelnosti jsem neshledala žádné negativní důsledky.

Dvě manželské dvojice s dětmi, se kterými jsem pracovala:

Jiří (37) a Veronika (35) – patnáct let spolu, dvě děti, společné bydlení s rodiči (sekce 7.1)

Andrea (25) a Mirek (37) – pět let spolu, dva roky manželé, jedno dítě (sekce 7.2)

5.4 Případová studie

„Případová studie je empirickým designem, jehož smyslem je velmi podrobné zkoumání a porozumění jednomu nebo několika případů.“ (Švaříček a kol., 2007, s. 97) Pro projekt jsem vybrala několik párů (sekce 5.3), a tak jsem fakticky uskutečňovala více malých případových

studií (celkem dvě). Tento přístup je nazýván *mnohopřípadová studie* dle Hendla J. (2005, s. 110).

Při tvorbě projektu a jeho realizaci jsem se řídila osnovou, která nejpřesněji odpovídala mým vytyčeným cílům a očekáváním. Nejvhodnější postup při plánování jsem našla v návrhu Yin, kterého popisuje J. Hendl (2005, s. 113-114):

1. Určení výzkumné otázky
2. Výběr případu, určení metod sběru, analýza dat
3. Příprava sběru dat
4. Analýza a interpretace dat
5. Příprava zprávy

5.4.1 Exploratorní studie

Tento typ studie „*má za cíl prozkoumat neznámou strukturu případu a působící vztahy, definovat hypotézy, otázky, nebo dokonce navrhnout teorii a připravit tak půdu pro další výzkum (v těchto situacích mluvíme o zobecnění případu k teorii nebo o analytickém zobecnění)*“ (HENDL, 2005, s. 110) V mém artefietickém výzkumu aplikuji artefietické techniky při práci s dvojicemi. Jelikož se s artefietikou pracuje téměř výhradně ve skupinách dětí či dospělých, tak je tato spolupráce málo probádanou strukturou případu. Pozorováním partnerské komunikace bych chtěla identifikovat základní komunikační procesy, které by se daly v artefietické práci s dvojicemi využít. Rozvádím také **salutogenetické funkce** (kap. 1.2) a **existenciální situace** (sekce 3.4), které probíhají při tvorbě, a které mají v konečném důsledku napomáhat komunikaci ve dvojici, ale v artefietickém smyslu (sekce 4.2). Cílem je tedy podat základní strukturu práce s dvojicemi, všimnout si nejdůležitějších procesů komunikace a tím připravit půdu pro praktickou realizaci, ale také další hypotézy pro další výzkum.

5.5 Užité metody sběru dat

Při výběru metod sběru dat jsem se řídila zásadami kvalitativního výzkumu, konkrétně případové studie. „*Pro získání relevantních údajů jsou využívány veškeré dostupné zdroje dat.*“ (Yin In: HENDL, 2005, s. 13-14) Je tím zaručeno kvalitní konečné zhodnocení a závěr celé studie.

Jako zdroj dat bylo využito pozorování, rozhovoru, sebereflexe a dotazníku. Přímo v případové studii popisují pozorování, (sebe) Reflexi a dotazník.

5.5.1 Pozorování

Slova Jiřího Reichla (2009, s. 90) nejlépe vystihují metodu, která je pro můj výzkum stěžejní: *„Vědecké pozorování je definováno jako technika sběru informací založená na zaměřeném, systematickém a organizovaném sledování smyslově vnímatelných projevů aktuálního stavu prvků, aspektů a fenoménů.“*

Jelikož sleduji konkrétní aspekty, tak lze říci, že využívám standardizovanou formu pozorování. Ale je nutné si uvědomit, že v tvořivém artefietickém procesu nelze striktně dodržovat předem daná pravidla. Vzhledem ke svým cílům se o to samozřejmě snažím, ale v některých případech jsem musela dané aspekty přizpůsobit, vypustit, nebo naopak přeměnit. Proto je pro artefietický projekt mnohem vhodnější forma polostandardizovaného pozorování, kde sledujeme některé jasně dané prvky, a zbytek přizpůsobujeme dle vývinu situace a vůbec celého projektu.

Jedná se tedy o otevřené a hlavně zúčastněné pozorování, protože jsem přímo účastna procesu, který pozoruji. V zaznamenávání dat jsem se zaměřila na **fokusané pozorování**, jež *„se zaměřuje na zvláště relevantní procesy a problémy.“* (HENDL, 2005, s. 195) Účastníci byli informováni o zaznamenávání procesu. Vše probíhalo s jejich souhlasem.

Struktura pozorování

Během setkání jsem si písemně zaznamenávala důležité momenty, témata a postřehy. Vzhledem k množství informací získaných z pozorování dvou párů, jsem do výzkumu zaznamenala hlavně ty části, které byly důležité pro cíle projektu (viz výše zmíněné fokusované pozorování). Při sběru dat jsem se řídila osnovou, která mi posléze pomohla zaznamenat důležité momenty a především zjednodušit závěrečné zhodnocení. Osnovu jsem sestavila dle základních cílů.

1. Celkové ladění partnerů.
2. Silné momenty se zaměřením na komunikaci během:
 - a) Rozehřívacího cvičení,

- b) hlavní tvorby,
 - c) reflektivního dialogu.
3. Zkončení (jakákoliv zpětná vazba, která se nevztahuje k tvorbě).

5.5.2 Rozhovor

Metoda rozhovoru je neoddelitelnou součástí procesu a také zcela prolíná předchozí metodu *pozorování* (sekce 5.5.1). Na dialogu je již postaven celý základní kámen artefietické reflexe, a proto jsou otázky neodmyslitelně spjaty s celým výzkumem. Stěžejní otázky, kterými se lze inspirovat při reflektivních rozhovorech, jsou zapsány v jednotlivých setkáních. Tyto otázky se týkají hlavních cílů i témat a mohou nám často pomoci rozpracovat téma hlouběji. Musíme ale také uvažovat v kontextu artefietického prostředí, které je tvořivé a nepředvídatelné. Proto se nelze zcela držet předem vymyšlených otázek. Pohybujeme se zde na hranici volného a polostrukturovaného rozhovoru.

5.5.3 (sebe) Reflexe

Další důležitou metodou pro sběr dat je reflexe: v artefietickém pojetí nejpodstatnější sběr informací. Ale abychom mohli pokračovat dál v zaznamenávání dat a jejich vyhodnocení, je třeba reflexi zapisovat dle určitých pravidel. Sestavila jsem osnovu, dle které jsem se řídila při sepisování údajů.

1. Celková atmosféra a spolupráce dvojice,
2. zaměření na interpretaci a nalezení důležitých momentů (existenciální situace, salutogenetický prvek),
3. sebereflexe vlastních úspěchů či omylů,
4. zhodnocení a rekapitulace (cílů).

Je velice důležité si uvědomit, že reflexe se prolíná s pozorováním, a proto nelze striktně rozdělit informace, které patří pouze pouze do jedné z metod.

5.5.4 Dotazník

Dotazník je rozdělený na dvě důležité části:

První část dotazníku čítá dvanáct otázek a zaměřuje se především na hypotézu výzkumu. Odpovídá na otázku, zda je vůbec potřebné využívat artefietiku pro práci s partnerskými dvojicemi. Také zjišťuje informace pro vytvoření dalšího projektu tak, aby byl mnohem lépe přizpůsobený potřebám dvojice. Využila jsem otevřených, uzavřených i polouzavřených otázek.

Druhá část dotazníku se zaměřuje na cíl výzkumu a čítá patnáct otázek. Tuto část jsem dotvářela těsně před posledním setkáním s první dvojicí, protože jsem potřebovala nejdříve zanalyzovat komunikační aspekty, které se během spolupráce objevily. Teprve poté jsem se na ně mohla tázat. Využila jsem k tomuto účelu škálové otázky, aby se partnerům odpovídalo co nejlépe. A samozřejmě také proto, abych získala, co nejpřesnější odpovědi.

5.6 Vyhodnocení výzkumu

Před vyhodnocením provádím analýzu pozorování a (sebe) Reflexe, kde si všímám jen důležitých pojmů, které se týkají komunikace. Pro analýzu jsou důležité právě konkrétní pojmy, které z textu vyplývají. Z analýzy poté vycházím při interpretaci dat. Souvisí spolu jednotlivé procesy? Jaký vliv měly na komunikaci partnerů? Podobně postupuji i při dotazníku.

Jednotlivá vyhodnocení poté shrnu do celkového „vyhodnocení výzkumu“, který vyhodnocuji dle této osnovy:

Osnova pro vyhodnocení výzkumu:

1. Zhodnocení komunikace (celkové výsledky),
2. rizika vyhodnocení),
3. návrhy pro další výzkum (praxi).

5.7 Tematický plán

1. setkání: Seznámení, téma SMÍCH
2. setkání: téma TĚLO
3. setkání: téma VZPOMÍNKY
4. setkání: téma PŘÍBĚHY
5. setkání: téma DOTYKY
6. setkání: téma POSTAVÍME SPOLEČNĚ DŮM
7. setkání: téma SEMÍNKO
8. setkání: VÝSTAVA všech prací (závěrečná reflexe), zakončení

5.7.1 Vysvětlivky

V průběhu textu používám termíny, které je potřeba vysvětlit, aby se čtenář lépe orientoval.

Malá sada: *giokondy*⁵, pastelky, voskovky, křídly,

Velká sada: *giokondy*, pastelky, voskovky, křídly, vodovky, štětce, kelímky, modelína, ubrus

Start: povídání o náladě. Co účastníci přes den dělali, co je potěšilo či rozladilo.

⁵ Směs olejů, vosků a bílé hlíny (kaolínů). Vysoký podíl mastných složek způsobuje velkou přilnavost k podkladu. Nanášení velké vrstvy a překrývání odstínů umožňuje vzájemné míchání, a tím vytváření nových barevných odstínů, podobně jako je tomu například u olejových či temperových barev.

6 Jednotlivá setkání

V této části je popsán praktický projekt po jednotlivých tematických setkáních, kterých bylo celkem osm. Každé setkání se snažím předložit tak, aby bylo co nejlépe využitelné do praxe. Popisují zde rozehřívací cvičení, hlavní tvorbu a nakonec doporučující otázky. Předtím navrhuji jednotlivé cíle (viz dílčí cíle 5.2).

6.1 Smích

Pomůcky: velká sada, 2 čtvrtky, papír, propiska

Cíle:

- Seznámit se
- Popsat artefiletiku a program příštích setkání:
 - 1) Vysvětlit techniky artefiletiky,
 - 2) hlavní cíle: rozvíjení kreativity, sebepoznání, pojmenovávání emocí,
 - 3) strukturu setkávání: začínáme startem (viz vysvětlivky), rozehřívací cvičení, kreativní tvoření, závěrečný reflektivní dialog).
- První setkání zaměřit spíše hravě, zábavně a odpočinkově.

Rozehřívací cvičení:

Dvojice napiše společně na papír asociace na slovo smích. Píší, dokud chtějí. Po dopsání jeden z dvojice přečte výsledné asociace.

Hlavní tvorba:

1. imaginace

Zavzpomínejte si, kdy jste se naposledy opravdu zasmáli. Jestli si nemůžete vybavit nějakou konkrétní situaci, tak si jen vybavte sami sebe, jak se smějete. Něco Vás rozesmálo, něco vás potěšilo? To víte zatím jen sami. Užijte si ten pocit, zasmějte se vnitřně. Uvědomte si, jak je

vám příjemné se smát. Uvolní se Vám celé tělo, vyčistí se myšlenky, najednou jste plní energie.

Nyní si představte toho druhého, jak se směje. Kdy naposledy jste ho/jí viděli se smát? Jak při tom vypadá, co z něj vyzařuje? A jak je Vám, když ho tak pozorujete při smíchu? Možná byste se chtěli přidat. Pokud ano, zasmějte se s ním. Smějte se společně. Plně se uvolněte, jen se smějte a smějte. Zkuste pocítit tu energii, která z toho všeho vyzařuje. Jakou barvu má váš smích?

2. tvorba

Dvojice se pokusí zachytit nejsilnější zážitek či obraz z imaginace. Cokoliv jim utkvělo v paměti.

Otázky:

- **Při rozechřívacím cvičení:** Máte při asociacích nějaké fyzické pocity? Propojují se Vám asociace s nějakými obrazy? Ze které oblasti života jste vymysleli nejvíce asociací? Dokázali byste je dle toho rozdělit?
- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Jaká pro Vás byla imaginace? Viděli jste spíše konkrétní představy, nebo spíše symbolické? Vaše představy během imaginace byly plynulé? Nenastal během nich nějaký zásek, problém s představou či s pocitem? Který okamžik z imaginace jste se snažili namalovat? Měli jste konkrétní představu na začátku tvorby, či se nějak vyvíjela? Vzpomněli jste si na něco nového a hezkého?

6.2 Tělo

Pomůcky: množství časopisů (různorodých), malá sada, dvě čtvrtky, dvojce nůžky, dvě lepidla

Cíle:

- Uvědomit si více své tělo (i osobní zónu) a jeho propojenost s pocity.
- Konkretizovat osobní zónu (co to je, co vše zahrnuje, co do ní nepatří apod.).

Rozehřívací cvičení:

Uvolnění těla. Třesení, běhání, dupání.

Poté se navzájem dvojice namasíruje k uvolnění. Masírujeme hranami rukou po obvodu těla od ramen až po kotníky.

Hlavní tvorba:

Dvojice vyrobí koláž vlastního těla z vystříhaných obrázků z časopisů. Jak vnímají a cítí své tělo. Přičemž nezáleží na formě, kterou se chtějí vyjádřit.

Poté do obrázku vyznačí svoji osobní bezpečnou zónu. Jak daleko od těla ji mají a proč? Do zóny partneri namalují, nebo napíší, co patří dovnitř a co ven. Popovídáme si o tom, jak se naše osobní zóna projevuje v reálném životě.

Otázky:

- **Při rozehřívacím cvičení:** Jak se cítilo naše tělo předtím a jak teď? Je to tak i v životě? Vnímáte své tělo i přes den, i když nás nic nebolí? Často může být unavené, strnulé, ztuhlé a rozlámané.
- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Jak se vyvíjela vaše představa o tvoření těla jako koláže? Byla hned jasná, nebo jste ji nechali plynout? Je spíše metaforická, nebo jasná a konkrétní? Tvořilo se Vám dobře? Podívejte se, jak se liší vaše těla a zpracování? Je tomu tak i v reálném životě?

6.3 Naše společná cesta

Pomůcky: velká sada, 2 čtvrtky

Cíle:

- Sblížení na základě vzpomínek.
- Procvičit komunikaci a spolupráci při zvolení nejdůležitějšího okamžiku ve vztahu dvojice.
- Uvědomit si pocity, situace, povahu druhého při výměně rolí v dramatizaci.

Rozehrívací cvičení:

Dohromady si popovídáme o první schůzce (obecně). Jaké jsou, co je na nich nejhezčí a nejhorší. Nechám si vyprávět první schůzku dvojice. Poté mi ji zahrají, akorát si vymění role.

Hlavní:

Partneři namalují čáru společného života (každý zvlášť). Poté si je navzájem ukážou, porovnájí, popovídají. Popíší důležité momenty

Otázky:

- **Při rozehrívacím cvičení:** Jaké pro vás je vzpomínat? Řekl partner něco, co jste slyšeli rádi, nebo jste to již zapomněli? V čem se liší vaše vzpomínky od partnerových? Bylo těžké najít společný nejdůležitější okamžik? Jak jste se cítili při výměně rolí v dramatizaci?
- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Vidíte nějaký rozdíl ve vašich osách vztahu, nebo naopak podobnost? Jak jinak by se dala osa vztahu ještě pojmout? Jak jste vyjádřili zlomové okamžiky vztahu? Jak jste ztvárnili konec osy (tzn. Pokračování, budoucnost)?

6.4 Příběhy

Pomůcky: velké množství obrázků z časopisů či novin podlepených tvrdou čtvrtkou

Cíle:

- Rozvinout spolupráci (najít společné znaky v obrázcích partnerů, společné vyprávění).
- Pozorovat rozdíly při vytváření a převyprávění příběhů.
- Všímat si svých priorit při výběru obrázků. Čeho se všímáme, co upřednostňujeme.

Rozehrívací cvičení:

Rozprostřeme na stůl či zem co nejvíce obrázků vystřihaných z různých časopisů. Poté si každý za sebe vybere obrázek tak, aby vystihoval co nejlépe jeho momentální pocit, náladu. Vybraný obrázek popíše a vysvětlí, proč si ho vybrali, jakým způsobem vyjadřuje jejich náladu.

Další obrázek, který si vyberou, by měl vyjadřovat, jak si připadají jako muž, žena. A třetí obrázek, jak vnímají toho druhého jako muže, ženu.

Hlavní tvorba:

1. Jeden z dvojice si vybere nejvíce deset obrázků. Vymyslí si příběh, který vystaví vedle sebe právě pomocí vybraných obrázků. Druhý se pokusí sestavit a převyprávět příběh dle toho, co v obrázcích vidí.
2. Všechny karty dáme na jednu hromadu obrázkem dolů. Střídavě jeden z dvojice obrátí obrázek a vymyslí k němu větu, která ho napadne. Společně tak vymyslí obrácením příběh. Pár tvoří příběh do posledního obrázku.

Otázky:

- **Při rozechřívacím cvičení:** Vidíte ve vašich vybraných obrázcích nějaké společné znaky? Podle čeho jste si je vybírali (konkrétní věc, osoba či abstraktní pocit apod.)? Měli jste konkrétní představu předtím, než jste si vybírali obrázek nebo jste čekali, který vás zaujme? Vidíte se v obrázcích, které pro vás vybral partner?
- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Vyprávěli jste příběh impulsivně nebo jste ho měli promyšlený pár obrázků dopředu či jste se podívali na všechny obrázky a dle toho jste vytvořili příběh? U kterých obrázků jste se příběhově shodli s tím druhým?

6.5 Obtisky

Pomůcky: 1-2 kg hlíny (dostatečně měkké), misku s vodou, vajíčko

Cíle:

- Pochopit své přístupy ke spolupráci ve vztahu.
- Pojmenovat proces spolupráce s druhým a propojit ho s reálnými situacemi ze života.
- Vytvořit společné dílo.

Rozehrívací cvičení:

Seznamování s hlinou. Vezmou si malý kousek, který propracují. Zkusí si práci s hlinou, jak reaguje, co se s ní dá vše dělat. Následně vytvoří kuličku. Potězkají si jí, prozkoumají její povrch apod. Z kuličky zkusí udělat vajíčko.

Hlavní tvorba:

Ze svých dvou hrudek utvoří jednu společnou. Položí si na ní každý z jedné strany ruce a zavřou oči. Ve své mysli si každý představí nějaký tvar. Prostý, jim příjemný, nebo nějak je vystihující. Až budou mít představu hotovou, tak mohou začít převádět svůj symbol, obraz do hlíny. Celé tvoření probíhá se zavřenýma očima.

Otázky:

- **Při rozehrívacím cvičení:** Je Vaše kulička rozdílná od té partnerovo? Všimněte si, jestli je lehčí, těžší, jemnější, teplejší apod.
- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Co jste si představili za symbol? Drželi jste se konkrétní představy, nebo jste ho přizpůsobili situaci? Bylo nepříjemné vybojovat si svůj prostor a nevědět, co druhý dělá? Jak se vám tvořilo s partnerem? Líbí se vám společné dílo? Co byste udělal/a jinak, když se ohlédnete? Komunikujete podobně i v každodenním životě?

6.6 Postavíme společně dům

Pomůcky: malá sada, dostatek papírů (postačí obyčejný papír)

Cíl:

- Spolupráce při společném vytváření bydlení.
- Slazení představ do uspokojivého výsledku.
- Konkretizování toho, co od bydlení chtějí.

Rozehrívací cvičení:

Necháme vybrat oběma partnerům jednu pastelku (nesmí mít stejnou barvu). Poté si každý sám načrtne plánec svého vysněného domu či bytu touto jednou pastelkou. Výsledné obrázky schováme, aby si je partneři navzájem neviděli.

Hlavní:

Nadále si nechají svou pastelku. Nyní musí namalovat dohromady společný vysněný dům. Až bude dvojice hotova, tak k výslednému obrázku rozložíme i obrázky z rozehrívacího cvičení.

Otázky:

- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Které pastelky je na papíře více? Kdo více prosadil své představy? V čem si je podobný váš osobní obrázek se společným? V čem se liší? Zachytili jste detaily? Která část domu, bytu je pro vás nejdůležitější? Jste spokojený se společným bydlením? Co byste změnili, kdybyste mohli?

6.7 Semínko

Pomůcky: různá semena (fazole, obilí, slunečnice apod.), velká sada, dvojce nůžky, dva obyčejné papíry, dvě čtvrtky A3

Cíle

- Představy z imaginace ztvárnit na papír.
- Práce se symbolickými představami semínka.
- Rozpracovat téma „starat se o něco“ a „domov“.

Rozehrívací cvičení

Osaháme si semena. Popovídáme si o tom, kdy jsme se snažili pečovat o semínka, aby nám vyrašila, a co si představíme, když je máme v ruce? Co nám vyvstane na mysl?

Na půl čtvrtky namalují semínko. Dále pokračují rostlinou, která z něj vzejde (jen pastelkou, nebo tužkou) – je možnost ho potom vystříhnout a nalepit do velkého obrázku, který namalují.

Hlavní tvorba:**1. Imaginace**

Našli jste semínko. Vezměte ho do ruky a chraňte ho. Je tak malé a zranitelné. Chtěli byste se o něj postarat a víte, že ho musíte vzít domů. Doma ho zasadíte. Zaléváte, staráte se o něj. Představte si běžný den, vstáváte, snídáte – u toho všeho se o semínko musíte starat. A ono roste a roste, čas plyne a ze semínka se stává rostlina. Jak květina vypadá teď? Je už velká, kvete? Kde v bytě ji máte? Jednou ráno se vzbudíte a víte, že dnes jdete květinu zalévat naposledy. Patříč-ně si to užijte a s květinou se rozlučte. Cítíte, že ji musíte dát nazpátek, do přírody. Víte, že koloběh je přirozený, příroda silná a květiny patří ven, do součástí koloběhu. Vezměte ji do dlaně a odneste ji zasadit ven.

2. Tvorba

Ihned začnou malovat na velký formát (A3). Zaznamenejte nejsilnější obraz a pocit, abyste si ho mohli uchovat a zachytit jako fotografii (nutné mít předem připravené pomůcky a potřeby)

Otázky:

- **Při rozechřívacím cvičení:** Je pro Vás příjemné držet semínka v ruce? Jaké pocity to ve vás vzbuzuje? Jaké obrazy (představy) vidíte? Co semínko symbolizuje pro vás a co obecně?
- **Po hlavní tvorbě (při reflexi):** Co jste viděli v imaginaci? Který moment byl pro vás nejsilnější? Byly Vaše pocity spíše pozitivní, nebo negativní? Která část imaginace byla pro vás nejsilnější? Šlo Vám ihned malovat, nebo jste si nevěděli rady (i během tvorby)? Pokud ano, jak jste si s tím poradili (čekali jste, malovali jste dál)? Jaké pocity máte, když vidíte semínko, ze kterého roste nový život? Když rostlina vyrostne a je samostatná? Co jste prožívali při rozloučení s ní? Zkuste jasněji své pocity pojmenovat, i když jsou nejasné.

6.8 Výstava prací

Pomůcky: Obrazy vytvořené během společného tvoření (z celkem sedmi setkání). Ze dvou setkání jsme neměli žádné obrazy (viz Příběhy a Dotyky). Připravíme si tedy fotografie, které jsme během tvoření pořídili.

Také si připravíme přehled nejdůležitějších okamžiků z každého jednotlivého setkání. Kdyby si dvojice nevzpomněla, lze ji pak lépe navést. Jde také o zpětnou vazbu dvojici. Můžeme sdělit něco, čeho si sami nevšimli.

Cíle:

- Ohlédnout se a pojmenovat nejdůležitější momenty.
- Uvědomit si vývoj přístupu k tvoření.
- Pojmenovat momenty sblížení – konkretizovat proč se tomu tak stalo, jakým úkonem (spojit s komunikací).

Rozehrívací cvičení:

Rozložené výtvary dvojice poskládá dle průběhu celého projektu od prvního díla až po poslední. Přiřadí obrazy sobě, nebo partnerovi. Všimáme si zajímavých momentů.

Hlavní tvorba:

Nyní mohou partneři z obrazů vytvořit výstavu, tak aby se jim líbila. Aktivita je zcela na nich. Až budou hotovi, tak se můžeme pustit do celkové reflexe všech sedmi setkání. Vracíme se k důležitým momentům, které zůstaly dvojici v paměti. Vedoucí má připravený rozpis všech důležitých a zlomových okamžiků, čímž může dvojici pomáhat.

Otázky:

- **Při rozehrívacím cvičení:** Máte obrázky s partnerem u sebe, nebo zvlášť? Kdo sestavoval z vás dvou obrázky? Poznali jste všechny obrázky? Na které si vzpomínáte nejvíce, a na které nejméně?
- **Po hlavní tvorbě:** Které setkání se vás nejvíce dotklo? A které nejméně? Vybavujete si, jak obrazy souvisí s tehdejším vaším pocitovým či životním stavem?

7 Jednotlivé případové studie

Tato kapitola obsahuje dvě případové studie: Veronika a Jiří sekce 7.1, Andrea a Miroslav sekce 7.2. Tvoří je popis (pozorování, (sebe) reflexe) všech osmi setkání. Na konci každé případové studie analyzují pozorování a (sebe) reflexi a také dotazník. Celou tuto kapitolu ukončuje vyhodnocení výzkumu (sekce 7.3)

7.1 Veronika a Jiří

7.1.1 Smích

Pozorování

Ze začátku byl vidět strach a skepse Jiřího. Při rozehřívacím cvičení partneri dobře **spolupracovali**. Slova psali úhledně pod sebe. Vznikl takový seznam plný asociací smíchu. Hlavní úlohy se ujala Veronika (**aktivita**). Psala i hodně vymýšlela. Jejich spolupráce byla vyrovnaná, příjemná. Stejně jako slova na papíru.

Hlavní imaginace se velmi líbila Veronice, Jiří málem usnul. Byl hodně unavený. Vyjadřoval se s nepochopením. Na konci se zeptal: „To je všechno? Ty nevytáhneš tabulky a nebudeš nás rozebírat? Proč jsem nakreslil modrou apod.?“. Vysvětlila jsem mu znovu cíle našeho sekávání a také hlavní principy artefiletiky.

Soustředili jsme se dále na jeho obraz, do kterého nejdříve namaloval balónky a duhu. Poté přemaloval celou čtvrtku modrou křídou, čímž přemaloval již vytvořené obrázky (viz příloha č. 2). Jiří mi tím dával najevo svůj strach z hodnocení. Upozornila jsem na takovou možnost. Také jsem Jiřího ujistila, že ho nebudu hodnotit, ani rozebírat. Otevřelo se zde zajímavé téma. Zeptala jsem se Jiřího, jestli podobný pocit z neznámého (z toho, čemu nerozumí) zažívá i v jiných situacích. Soustředila jsem se na tuto situaci a snažila jí spojit s širším obsahem.

Veroniky obraz byl barevný a abstraktní (viz příloha č. 1). Celkově působil vesele a uvolněně. V následující reflexi Veronika výborně dokázala popsat (**pojmenovat**), co který tah na papíru znamená. Smích je pro ni velice důležitá součást života. Prorůstá každým dnem. Má ráda smích ostatních.

Na závěr jsem ještě jednou zrekapitulovala celé setkání a znovu vysvětlila naše cíle.

(sebe) Reflexe

Spolupráce i komunikace mezi partnery probíhala uvolněně a otevřeně. Jen mezi mnou a Jiřím byly drobné nesrovnalosti, které jsem se snažila zachytit a napravit.

Za nejdůležitější moment považuji situaci, která vznikla z Jiřího odporu a strachu. Měli jsme možnost vidět jeho přístup na jeho výsledném obraze. Tím si mohl Jiří lépe uvědomit, co prožívá, a v jakých situacích se mu takové pocity vracejí. Věděla jsem, že musím poukázat na daný pocit, ale chvíli jsem bojovala s tím, abych dokázala pro Jiřího nalézt salutogenetický prvek. Jednodušeji řečeno, aby dokázal svůj pocit zasadit do jiných situací, uvědomit si ho a poté ho i uchopit: získat nad ním převahu. Salutogenetický prvek i existenciální situace jsou obsaženy již v **pojmenování** daného STRACHU (emocí). Další uchopení je již na Jiřím.

Otázku od Jiřího na konci setkání vnímám jako konfrontaci s jeho očekáváním i strachem, za kterou jsem vděčná. Vyjádřil své pochyby a **pojmenoval**, proč je mu celé tvoření nepříjemné. Neustále čekal, kdy ho začnu hodnotit (dělal si nevyřčené **interpretace**). Tuto otázku jsem si vzala za ponaučení, že příště musím jasněji popsat, co budeme dělat, jaký je přesný smysl, úmysl. Důležité je, abych použila **konkrétní výrazy** a vyvarovala se abstraktních pojmů. Účastníci by měli porozumět cílům našeho setkávání. Jinak nedojde k navázání důvěry.

Celkové zhodnocení setkání bych vyjádřila slovy „těžce vypracovaná **spolupráce**“. Veronika se spíše seznamovala, ale Jiří potřeboval určit jasná pravidla a cíle. Také jsme společně pojmenovali **existenciální typ STRACH**. Myslím, že **salutogenetická funkce** byla naplněna hlavně u Jiřího, ke kterému byla po celou dobu obrácená pozornost.

7.1.2 Tělo

Pozorování

Cvičení na uvolnění těla se líbilo oběma, i když Jiří vypadal ostýchavě při třesení celým tělem. Masáží se snažili oba potěšit toho druhého. Při následném povídání jsme se shodli na tom, že jsme často velice dlouho v křeči a málokdy se uvolňujeme. Hlavně tedy Jiří.

Hledání správného obrázku pro tělo bylo náročné, jak se oba během výběru vyjádřili. Veronika byla velice pečlivá, zatímco Jiří se snažil o symbolické vyjádření. Dlouho jsme pak i na Vero-

niku čekali, protože se snažila nalézt co nejvhodnější hlavu k tělu (**konkrétní představa**). Jiří nebyl s výsledkem tolik spokojený, nakonec jsme se dohodli, že pro jeho spokojenost by bylo třeba celý obrázek (jeho tělo) zaoblit. Veronika si povšimla, že Jiřího tělo se skládá pouze z inzerátů na prodej domů, bytů a také z reklam realitních kanceláří (viz příloha č. 4). Dlouho prý touží dělat práci realitního makléře.

Nakreslení osobní zóny se ukázalo dost těžké, hlavně pro Jiřího: „Nad něčím takovým jsem nikdy nepřemýšlel.“ Nakreslit a uvědomit si věci, které jsou pro nás důležité a dělají našemu tělu dobře, bylo pro Jiřího také těžké, proto zvolil **symbolické vyjádření** (srdíčka), (viz příloha č. 4). Veronika si dala záležet a **konkrétně** vypsala věci, lidi a situace, které ve své zóně má či nemá (viz příloha č. 3).

Jiřího téma Těla bavilo více než minulé malování, u Veroniky naopak. Oba ale uznali, že koláž je náročnější. Navzájem si obrázky pochválili.

(sebe) Reflexe

Setkání nebylo tak veselé jako minule. Partneri spolu tolik nekomunikovali a soustředili se na hledání v časopisech.

Bylo zajímavé sledovat, jak je těžké **vyjádřit se konkrétněji**. Malování je výborná metoda pro abstraktní vyjádření a můžeme za ní spoustu věcí schovat. Tentokrát to nebylo tak jednoduché. I téma samotné bylo konkrétnější na rozdíl od minulého setkání, kdy jsme mluvili o abstraktnějším pojmu „smích“. Více pobízelo k **pojmenovávání** pocitů, obrazů i představ.

Upozornila jsem na Jiřího přístup, který mi připomněl jeho pocit strachu z předchozího setkání. Srovnali jsme situace a Jiří připustil, že je tomu tak (**salutogenetický prvek**).

Jiří mi pomohl si uvědomit, že jeho odmítavé, nebo rozpačité reakce znamenají podnět, abych lépe osvětlila, co po něm chci. Samotnou mě to učí lépe pojmenovávat cíle, které ve společném tvoření máme. Když měl problém s osobní zónou, o které nikdy nepřemýšlel, tak jsem pochopila, že musím více pojmenovat důležitost takového přemýšlení a také zdůraznit, jak je podstatné uvědomit si osobní zónu **konkrétněji**. Jinými slovy jsem sama pochopila, že musím pojmenovávat lépe a sama se podílet na tvoření (říkat vlastní názory a zkušenosti).

Opět jsme s Jiřím narazili na jeho téma STRACHU – **salutogenetický funkce** a **existenciální typ**. Veronika si uvědomila, jak cítí momentálně své tělo. Vše jsme prodiskutovali a **propojili**

s **každodenním životem**. Pro příště bych doporučila více se zaměřit na osobní zónu a její uvědomování i pozdější verbalizaci.

7.1.3 Naše společné cesta

Pozorování

Jiří se projevoval otevřeně a vřele. Veronika se vyjádřila, že se těšila na setkání. Start se znovu protáhl. Když jsem dvojici sdělila téma, tak ochotně vzpomínali, ale dramaturgie Jiřího vyděsila.

Začátek byl obtížný. Jiřímu se do hraní nechtělo. Veronika ovšem nakazila svým nadšením i jeho (**aktivita**). Vyprávěli mi, jak se poznali. I přes ostych Jiřího, že se netrefí do toho, co chce Veronika slyšet, se rozpovídali oba. Při hraní obrácených rolí vyplavaly na povrch vzpomínky, ale také vlastnost Jiřího, o které nevěděl. Veronika použila stejný typ komunikace, který používá on na druhé. Bylo mu nepříjemné ocitnout se na té straně, která musí jeho otázkám čelit.

Při hlavní tvorbě, kdy malovali čáru svého společného života, bylo zajímavé vidět **rozdílné pojetí** obou čar. Veronika si vybrala **konkrétní pojetí** jedné čáry, styl nahoru dolů (viz příloha č. 5). Konkrétně zachytila problematiku období a neměla ani problém nahlas se vyjádřit. Jiří zvolil méně konfrontační způsob. Vyjádřil jejich vztah jako železnici (**symbolické vyjádření**), různé křižovatky, kruhové objezdy a zatáčky (viz příloha č. 6).

Reflexe se nesla v tónu silného momentu, který nastal při výměně rolí v dramaturgii. Jiří byl přístupný a Veronika viditelně ráda, že Jiří mohl opravdu pocítit, jaké to je odpovídat jeho útočným dotazům.

(sebe) Reflexe:

Velice pozitivně hodnotím metodu dramaturgie a výměnu rolí. Pro pochopení některých věcí se ukázala být velice užitečnou. Nejspíše svou názorností, která vyhovuje spíše mužům.

Za důležitý moment považuji výměnu rolí a Jiřího uvědomění své vlastní **komunikace účinných otázek**. Protože si Jiří něco uvědomil a nejspíš i pochopil, jaký je smysl našeho počínání. Tím, že si vyzkoušel na sobě vlastní komunikaci, došlo k uvědomění na základě konfrontace - salutogenetický prvek. Zeptala jsem se Jiřího, jestli je to obrana nebo určitý BOJ proti nezná-

mému či strachu. Pojmenovali jsme situaci, ve které jsme našli existenciální téma boje. Jiří sám pochopil propojenost tématu s **každodenním životem**.

Z počátku jsem měla nepříjemný pocit, že Jiřího do něčeho nutím, protože se mu do hraní nechtělo. Přemýšlela jsem, jestli ho mám přesvědčovat anebo ho nechat v tom pocitu, který za chvíli odezní. Druhá možnost byla úspěšná. Uvědomila jsem si, že i negativní reakce jsou reakcí a něco o tom člověku vypovídají. Ne pro mě, ale pro ně samotné. Jiří měl strach. Je stále dost ztuhlý svým přesvědčením, že já ho hodnotím, dávám mu úkoly a výsledek budu nějakým způsobem rozebírat. Po tomto setkání mám pocit, že konečně pochopil můj úmysl a přestal se bát. A já konečně vím, že negativní reakce je jen nechuť či nejasnost splnění úkolu, tudíž si ji nemám brát osobně. Z celého tvoření jsem měla dobrý pocit. Hlavně z **pojmenování útočné Jiřího komunikace**, ze kterého vzešla i existenciální situace BOJE. Nepovedlo se mi tuto situaci rozpracovat do hloubky. Netušila jsem, jak správně téma uchopit a možná jsem si ani neuvědomila důležitost onoho tématu. Rozpoznání důležitosti je faktor, který může ovlivnit nejen dané setkání, ale také ty příští. Zkušeností se jistě naučím více soustředit a také rozeznat významné aspekty.

Setkání bylo velkým přínosem z mé strany, i ze strany účastníků (dle jejich zpětné vazby). Došlo k uvědomění v **salutogenetickém smyslu** a také k nalezení **existenciální situace BOJE**, kterou jsem spojila do souvislosti s tématem strachu z minulých setkání.

7.1.4 Příběhy

Pozorování

Jiří byl nemocný. Veronika se projevovala opět nadšeně. Hned na začátku setkání jsem navrhl, že bych druhou půlku tvoření chtěla vymyslet s nimi, aby se také zúčastnili. Byla to pro mě zajímavá zkušenost a svým způsobem i dobrá zpětná vazba.

Výběr obrázků nebyl pro pár těžký. Veronika si vybírala spíše symbolické obrázky. U obrázku pro Jiřího se nemohla rozhodnout. Vybrala si dítě s lucernou a muže dobrodruha (viz příloha č. 7). Jiří vhodnost obrázku moc neřešil. Jako důležitý faktor pro něj byla přítomnost dětí. Během tohoto rozehrívacího cvičení spolu dvojice dobře **spolupracovala**. Poté do pokoje vběhly děti (**negativní faktor**). Od té chvíle se Jiří špatně soustředil.

Veronika svým nadšením nedokázala Jiřího povzbudit, ale to jí viditelně nevadilo. Vymyslela sama úkol s vybíráním obrázků a tvoření příběhu (**aktivita**). Poté postavila obrázky za sebou na zem (viz příloha č. 7). Jiří měl vytvořit příběh tak, aby možná co nejvíce ladil k obrázkům. Vložil do obrázků svoje představy, a tudíž bylo zajímavé, jak vnímá aktuálně svět on. Veronika na konci příběh převyprávěla „správně“. Jiří působil nepřítomně (**pasivita až rezignace**).

(sebe) Reflexe

Jak jsem již zmínila, tak Jiří byl nemocný a necítil se dobře (**negativní faktor**), což ovlivnilo celou naši spolupráci. Ve srovnání s předchozími setkáními byla Veronika unavenější.

Během rozechřivacího cvičení jsem se snažila upozorňovat oba na specifčnost (**rozdílnost**) výběru obrázků, a tím dvojici **motivovat k větší vnitřní práci** nebo alespoň snaze přemýšlet více nad tím, které obrázky jsou nám více sympatické, dle čeho si je vybíráme, a které detaily jsou pro nás na nich důležité (**salutogenetický prvek**). Jiří odpovídal na mé podněty, ale viditelně nechápal, proč by měl říkat některé věci nahlas (nekomunikoval). Nejspíš to souviselo s jeho špatnou soustředěností.

Setkání bylo podařené jen z poloviny. Pro Veroniku ano, Jiří byl se svou nemocí stažený do sebe. Tudíž se mi nepodařilo upoutat jeho unavenou pozornost a tím ho přimět k větší spolupráci i komunikaci s Veronikou. Dalším negativním faktorem bylo přerušování dětmi v půlce setkání. Jiří se nedokázal soustředit a přestával úplně spolupracovat. Tehdy mě nenapadlo zaměřit se na Jiřího stav a propojit ho s naším tvořením. Pro příště doporučuji soustředit se na současný fyzický stav a na negativní přístup. Veronika se například mohla vyjádřit, jak na ní Jiřího stav a spolupráce působí (**využit Veroniky aktivity proti pasivitě Jiřího**).

Cíl celého setkání jsem tedy vzhledem k celkovému zaměření mé práce nesplnila. Ovšem dle okolností se nedaly podmínky změnit (nemoc Jiřího, pobíhající děti). Splnili jsme přinejmenším **salutogenetický prvek** v rozpoznávání obrázků a **rozdílů**.

7.1.5 Obtisky

Pozorování

Dvojice se při startu hezky rozpovídala o tom, jak se mají a co prožili. Jiří se při pohledu na hlínu trochu vyděsil.

Oběma se hnětení hlíny ze začátku nelíbilo. Připadala jim studená, mazlavá. Bylo to pro ně až nepříjemné. Jiří měl chuť si jít v půlce umýt ruce. Jakmile hlínu rozpracovali, tak se postoj změnil. Navzájem si potěžkali své vyrobené kuličky. Nenašli výrazný rozdíl. Po tvorbě vajíčka z dané kuličky jsem si vypůjčila opravdové vejce. Mohli jsme porovnat tvary, vyzorovat přirozené zakřivení vejce. Shodli jsme se, že po paměti odhadnout tento tvar je obtížné.

Společnou práci si dvojice evidentně užila. Bylo pro ně těžké mlčet a komunikovat pouze rukama. Ze začátku se ostýchali, ale poté, co si našli způsob komunikace (smích), tak se uvolnili (**spolupráce**). Vzájemně se přetahovali o prostor i hmotu. To se později stalo zábavou pro ně oba. Výsledek se Jiřímu nelíbil. Veronika tvořila sopku, Jiří noru. Svůj výtvar pojmenovali společně „Milenci nad studánkou“ (viz příloha č. 8: výsledný výtvar).

V závěrečné reflexi jsem se dozvěděla, že práce s větším kusem hlíny byla příjemnější i kreativnější. Cítila jsem z jejich zpětné vazby uvolnění a pohodu.

(sebe) Reflexe

Při počáteční nechuti pracovat s hlínou jsem se snažila dvojici vysvětlit, že nechuť, nebo nepříjemné pocity jsou v pořádku.

Konečný společný výtvar se Jiřímu nelíbil. Opět jsem poukázala na důležitost procesu a kreativitu. U hmatatelné hlíny to bylo pro Jiřího lépe pochopitelné. Pochválila jsem ho za schopnost improvizace a **přizpůsobení** při tvoření, čímž jsem přesměrovala jeho pozornost od hodnocení výtvaru. Pravděpodobně jsme se konečně pochopili. Ještě jsem ho požádala, aby si takových momentů všimal. Zde vidíme salutogenetický prvek.

Veronika se jasně držela představy, kterou si určila na začátku. Jiří své cílové představy měnil dle toho, co dělala Veronika. **Přizpůsoboval** se situaci. Bral také Veronice hlínu, čímž projevil svou **dominanci**. Jiří se chtěl pokárat, ale Veronika projevila svůj souhlas: „Možná jsem ráda, že jsi dominantní.“ Otevřelo se nám tím téma přelévání sil ve vztazích, jež jsme souhrnně zahrnuli pod existenciální typ DOMINANCE a PŘIZPŮSOBENÍ. Opět můžeme v této situaci nalézt salutogenetickou funkci.

Ihned v prvopočátku práce s hlínou jsem musela dvojici motivovat. Vnímali ji nepříjemně. Chtěla jsem změnit situaci převedením na pozitivní aspekty hlíny a také, aby více pozorovali práci s ní. Snažila jsem se ze současné situace převést pozornost na budoucí (až bude hlína rozhnětená, až s ní budeme tvořit apod.). Povídali jsme si tedy o tom, jak se nám hlína přemě-

ňuje v rukou, jak je tvárná, jak se studený kus stává teplým příjemným materiálem. Snažila jsem se, aby přemýšleli nad hlinou jinak a zároveň se nesnažili skrýt nepříjemné pocity.

Celkově jsem byla s hodinou spokojená. Bylo náročnější se potýkat s počáteční nelibostí, ale nakonec se povedlo společné tvoření, při kterém byly krásně patrné přístupy ve vztahu – jak Veronika velice dobře sama pojmenovala. **Existenciální typ PŘIZPŮSOBENÍ a DOMINANCE** - dva odlišené přístupy, které jsme **propojili s každodenním životem**. Tím jsme naplnili i **cíl salutogenetický**.

7.1.6 Postavíme společně dům

Pozorování

Sešli jsme se všichni v dobré náladě. I Jiří ve startu zmínil, že se má dobře. Právě se mu povedlo něco v práci. Veronika z toho měla radost a upozornila mě, že Jiří bude chvíli euforický. Prý z něj spadl stres.

Kreslení plánu svého domu každý pojal jinak. Jiří chtěl mít práci rychle hotovou, namalovat tedy jen strohý dům s garáží a autem (viz příloha č. 11). Veronika si dala opět práci a pečlivě nakreslila dům jako vyvýšenou noru. Vykreslila i okolí (viz příloha č. 10). Když měli tvořit dohromady společný plánek jejich domu, tak mi Jiří dal najevo, že **nemá rád spolupráci**. Dělá mu prý potíže. Nakonec se začal snažit kvůli Veronice a namalovali dům, kam se snažili dát prvky z obou jejich plánků (viz příloha č. 12). Veronika se snažila, aby Jiří také něco udělal pro jejich dům, a tak ho požádala o nakreslení lavičky. Jiří ještě vydláždil cestu ke garáži. Veronika ji dokončila (**aktivita a dominance**).

Do reflexe se tentokrát zapojoval aktivně i Jiří. Probírali jsme téma **spolupráce**. Veronika si dobře všímala **rozdílů** i celého procesu tvoření.

(sebe) Reflexe

Setkání bylo uvolněné. Jiří spolupracoval jak se mnou, tak i s Veronikou. Dobrá nálada zůstala účastníkům až do konce.

Nejzajímavějším momentem byla chvíle, kdy Jiří přiznal svůj postoj ke spolupráci. **Vyjádřil se přímo a pojmenoval, co cítí**. Přiznal se, že to o sobě ví. Povídali jsme si o postojích, o tom, jak se dají překonávat, a jestli mu vyhovuje, nebo jestli ho chce změnit. Požádala jsem ho, aby

chvíli snažil překonat svůj odpor. Pozastavili jsme se také u toho, že Jiří vyjádřil svůj postoj. Jaký to má vliv na komunikaci? Veronika je prý vždy ráda, když Jiří místo odporu řekne, co mu vadí. Je zde jasně patrný salutogenetický prvek (Jiří se postavil k situaci pozitivně a zvládl ji). Veronika byla opět **aktivní**. Jiří se **přizpůsobil**, ale i přesto nechal většinu kreslení a vymýšlení na Veronice.

Zajímavé bylo pozorovat, jak Veronika projevuje svou **dominanci**. Zeptala jsem se, jestli jim to takto vyhovuje. Vrátili jsme se tím k existenciální situaci z předchozího setkání (hlína), kdy se projevila naopak dominance Jiřího. V těchto projevech dochází mezi partnery ke **konfrontaci (dominance a přizpůsobení** – vnímaná jako pasivita), která ale neústí ke konfliktu. Tento proces jsem sdělila i dvojici. Propojili jsme tuto situaci s ostatními v **každodenním životě – salutogenetický prvek**.

Nalezli jsme **dvě salutogenetické funkce**: 1. Jiřího odpor ke spolupráci a následné zvládnutí 2. konfrontace mezi dominancí a přizpůsobením. Existenciální typ se projevil spíše zprostředkovaně z předchozího setkání, kde se projevila dominance Jiřího. Nyní se role obrátily.

7.1.7 Semínko

Pozorování

Start se protáhl povídáním o momentální náladě a prožitým týdnem. Dvojice si evidentně měla co říci. Veronika působila opět otevřeně s chutí do tvoření. Jiří si rád povídal, ale sám přiznal, že dnes se mu nechce nic dělat, natož přemýšlet.

Začali jsme příjemným popovídáním o semenech a počátku života. Oba si sáhli na různé druhy semen a řekli mi, co si představují. Veronika začátek života, Jiří srnky a ptáky, které by nakrmil.

Při tvoření bylo znát, že Jiří neví, jak se vyjádřit kresbou. Veronika malovala ihned (**aktivita**). Vypadala, že má konkrétní představu. Jiří improvizoval vícebarevnou pastelkou. Nejdříve se držel v jednom místě čtvrtky, ale po chvíli se uvolnil a pomaloval ji celou (**pasivita**, poté **přizpůsobení**), (viz příloha č. 14). Veronika namalovala malou chatrč a vedle ní rostlinu, doprostřed umístila postavu ženy otočenou zády (viz příloha č. 13). Tvorbu dokončili oba skoro nastejno. Veronika si nechala záležet na detailech, ale i tak končila jen o chvíli déle než Jiří.

Reflektivní dialog byl podobný jako v předchozích setkáních. Veronika reflektovala a **pojmenovávala** své prožitky a Jiří se držel spíše stranou (**pasivita**). Působil nepřítomně.

(sebe) Reflexe

Atmosféra byla díky Veronice příjemná. Jiří chtěl být jakoby jinde, nebo dělat něco jiného. Snažila jsem se ho namotivovat. Tentokrát neměl jeho přístup nic společného s jeho pocitem nechuti – s pocitem strachu. Alespoň ne za začátku.

Jiří při reflexi přiznal, že spontánně maloval a netušil, co z toho vzejde. Nechtělo se mu přemýšlet. S výsledným výtvořem byl spokojený. Veronika následovala **konkrétní představu**, kterou i jasně viděla v imaginaci. Sama přiznala, že jí to bavilo a překonala svůj strach z výtvarného vyjádření. Při vyprávění její imaginace jsme se dostali k symbolickému pojetí semínka (u Veroniky děti). Nejdříve vnímala semínko jako záchranu pro celé lidstvo. Dala si s ním práci a nechtěla ho vysadit ven. Vyřešila to tak, že rostlinu zasadila vedle svého obydlí, aby ho mohla dál chránit. Ale přišel vítr a odnesl semínka, která vyplodila rostlina. Nechal alespoň dvě (dvě děti Veroniky a Jiřího). Pojmenovala jsem situaci, kdy se Veronika bojí vysadit semínka ven. Ocitli jsme se v rovině **existenciální situace STRACH – BOJ – ZROZENÍ a vlastně i LÁSKA**. Spojili jsme v dialogu existenciální situace s **každodenním životem**. Veronika uměla výborně **pojmenovat své emoce**, dokázala nalézt spojitosti a uvědomit si salutogenetický prvek. Naopak Jiří byl unavený. Přiznával při reflexi, že se mu nechce přemýšlet, něco řešit, připodobňovat apod. (**pasivita**) Semínko opět spojil s krmením zvířat. Salutogeneticky jsme si všimli **rozdílů** a v přístupu obou partnerů.

Chtěla bych zde zmínit zpětnou vazbu od Veroniky. Artefiletiku vnímá pozitivně pro uvědomování si emocionálních pochodů, obrazů. Uvědomila si díky tvoření, že malování není o výsledku, ale o zachycení pocitu a nálady. Vždy si myslela, že neumí kreslit, protože se soustředila na cíl (jak má výsledek vypadat, co nejlépe). To se jí nikdy nepodařilo dle představ. Naše spolupráce jí prý naučila malovat s radostí a pocitově, aby mohla být spokojená. Také ocenila sblížení s partnerem. Během povídání a spolupráce se dozvěděla o Jiřím informace, které nemají čas si sdělovat. Byla jsem za tuto zpětnou vazbu vděčná. Uvědomuji si, že takové naplnění cílů artefiletiky nemůže být vždy u každého účastníka, se kterým pracuji. Když vidím konkrétní výsledky, tak jsem motivovaná nevzdávat to s těmi, kteří se vzdali předem (dnes Jiří).

Snažila jsem se Jiřího zapojit do tvoření a jeho duševní nepřítomnost obrátit naopak k zapojení. Ale dnes měl jasno, a vůbec nerozuměl, co po něm chci. Rozhodla jsem se ke konci jeho postoj

respektovat, protože Veronice to viditelně nevadilo. Považuji to za svůj neúspěch, protože v konfliktu s mými cíli vyhrál Jiřího současný stav nespolupráce. Všechny mé pokusy o navázání komunikace ztroskotaly u „Já nevím“ a „Nechce se mi přemýšlet, je to prostě takhle...“ Pro příště by mohlo být dobré zaměřit se na rozdíl v postojích Veroniky (**spolupráce, aktivita**) a Jiřího (**reznice, pasivita**), zda se s nimi někdy setkávají v každodenním životě.

Cíle považuji za splněné. Pojmenovali jsme společně existenciální situaci na ose STRACH – BOJ – ZROZENÍ a LÁSKA. Salutogenetická funkce pro oba partnery vyvstala u rozdílných představ semínek jako symbolu (zrození versus krmení). Veronice vynikl **salutogenetický prvek** vícekrát: 1. Uvědomění si kreativního procesu, kdy se jí lépe maluje pocitově 2. propojení představ z imaginace a verbálního projevu – pojmenování. Propříště doporučuji rozpracovat více rozehrávací cvičení.

7.1.8 Výstava

Pozorování

Veronika projevovala hned na začátku radost, ale zároveň smutek z posledního setkání. Jiří působil uvolněně. Oba byli komunikativní, až jsem musela oba usměrňovat zpátky k našemu tématu.

Při roztřídování všech děl dvojice se Jiří nezapojoval. Veronika tedy převzala tento úkol bez jakéhokoliv viditelného protestu (**aktivita**). Naopak projevovala nadšení. Poznala všechny své obrazy až na jeden – ten první. Jiří mi na otázku, zda nějaký poznává, odpověděl, že ne. Prý si nic nepamatuje. I když by chtěl. Na reflektování všech setkání reagoval překvapeně. Zjevně si opravdu nepamatoval nic (**reznice**). Zastavili jsme se u tohoto tématu. Veronika zhodnotila jako nejpřínosnější třetí setkání - Naše společná cesta s dramatizací, páté setkání - Obtisky s hlínou a sedmé setkání - Semínko s malováním. Jiří bohužel nic neříkal, protože si nic nepamatoval. Veronika na to reagovala už poněkud rozladěně: „Já Ti to nevěřím.“ Tuto situaci jsme rozpracovali dál a poté i propojili. Partneři se vyjádřili a Veronika působila již klidněji.

Poslední otázka zněla, zda se cítí na konci projektu bližší, a zda cítí větší **porozumění** v komunikaci. Veronika se vyjádřila ihned pozitivně, Jiří přemýšlel a odpověděl mi jakoby na jinou otázku: „Hlavně, jestli jsem Ti pomohl.“ Další milou poznámkou bylo Veroničino přiznání, že ji artefaktika bude scházet. O manželovi se prý dozvěděla nejvíce při startu, kdy jsem

se ho zeptala na náladu já jako třetí osoba. Jiřího to překvapilo a uznal, že si hodně věci nestačí ani říci.

(sebe) Reflexe

Atmosféra posledního setkání byla uvolněná a příjemná i pro mne. Přece jenom dvojice i já jsme cítili závěr celého procesu, což bývá ulehčující. Veronika byla jako vždy předtím plná nadšení a chutě ke spolupráci. Jiří se snažil, ale netušil, jak na to. Hlavně proto, že si nepamatoval z předchozích setkání nic.

Zajímavý okamžik byla Veroničina reflexe přínosných momentů. Zrekapitulovala pečlivě hned tři 1. Třetí setkání: výměna rolí – Jiří si uvědomil svou útočnou komunikaci, když něčemu nerozumí 2. Páté setkání – Role ve vztahu, **dominance versus přizpůsobení**. Veronika pochopila, že se Jiří přizpůsobuje, zatímco ona si jde za svým cílem; zároveň umí být i dominantní, což Veronice vyhovuje (nyní to už ví) 3. Sedmé setkání – znovu si všimla následování svého **konkrétního cíle**, ale tentokrát malovala pocitově a byla překvapená z výsledku. Našla si opět vztah k malování. Tím pojmenovala místo mě splnění našeho výchovně-vzdělávacího cíle (**salutogenetického**).

S Jiřím jsme si povídali o jeho přístupu „já si nic nepamatuji“. Jiří přiznal, že žije teď a tady, nebaví ho přemýšlet nad tím, co se stalo. Nechce se hloubat v minulosti a moc nechápe, proč to někdo dělá. Veronika souhlasila s tím, že Jiří to takto má. Prý si již zvykla, ale Jiřímu to stále nevěří. Zeptala jsem se, co může být pozitivní na takovém přístupu a proč lidem vyhovuje (**salutogeneze**). Popovídali jsme si i o druhém kontrastním přístupu reflektování minulého. Upozornila jsem na sebepoznávací prvek (jak **salutogenetický**, tak i **existenciální situace**), který nám usnadňuje vyznat se ve světě i v sobě. Vrátila jsem Jiřího zpátky k některým situacím z předchozích situací, kde se setkal s existenciální situací strachu. Z celého zakončení mám velice kladné pocity. Jiří byl pro mě „tvrdý oříšek“, ale nakonec jsme společně dosáhli požadovaného cíle výzkumu.

7.1.9 Analýza pozorování a (sebe) Reflexe

Pozorování

1. Smích: **Spolupráce** – Jiří s Veronikou dobře spolupracují. Bez komunikačních problémů. **Aktivita** – Veronika projevuje větší aktivitu a dominanci. **Pojmenování** - Vero-

nika výborně popsal svůj obrázek i související emoce. Jiří také nakonec pojmenoval své obavy i pocit strachu.

2. Tělo: **Konkrétní představa** – Veronika následovala konkrétní představu při hledání hlavy pro své tělo. Také konkrétně vypsala věci do své osobní zóny. **Symbolická představa** – Jiří má spíše symbolické představy jako jeho srdíčko v osobní zóně.
3. Naše společná cesta: **Aktivita** – Veronika velice aktivně přistupovala k vyprávění i k dramatizaci. Motivovala Jiřího. **Rozdílné pojetí** – Jiří nakreslil železnici jako **symbolické vyjádření** vztahu a Veronika ho vyjádřila **konkrétně**.
4. Příběhy: **Spolupráce** – navzájem si pomáhali a komunikovali. **Negativní faktor** – Jeden takový faktor byla Jiřího nemoc. Dalším děti, které vběhly do pokoje. Následovala Jiřího **pasivita až resignace**. **Aktivita** – Veronika velice aktivně komunikovala a pracovala až do konce v podstatě bez aktivity Jiřího.
5. Obtisky: **Spolupráce** – beze slov našli společně způsob spolupráce.
6. Postavíme společně dům: **Spolupráce** – téma pro Jiřího. Dělá mu problémy. **Aktivita až dominance** – Veronika se ujala kreslení. Nechala Jiřího zasahovat, ale sama práci dodělávala, nebo rozdávala úkoly. **Rozdíly** – Veronika i Jiří se všímali rozdíly v pojetí bydlení.
7. Semínko: **Aktivita** – Veronika aktivně malovala a poté i reflektovala. **Pasivita a poté přizpůsobení** – Jiří si nejdříve nevěděl rady s malováním, ale po chvíli se přizpůsobil a volně jezdil tužkou po papíře. Jinak se držel verbálně pasivně stranou.
8. Výstava: **Resignace** – Jiří si prý nepamatoval nic. Tímto postojem rezignoval na jakoukoliv snahu. **Aktivita** – Veronika projevovala nadšení pro práci, přebírala úkoly, které Jiří nechtěl plnit. **Porozumění** – Veronika se vyjádřila na přímou otázku, že rozhodně cítí lepší porozumění.

(sebe) Reflexe

1. Smích: **Pojmenování** – Jiří pojmenoval svůj pocit strachu i oba ohledně hodnocení. **Interpretace** – význam verbalizace svých domněnek a očekávání, které si Jiří dělal ohledně průběhu a hlavně hodnocení setkání. **Existenciální typ a salutogeneze** – Jiří pojmenoval pocit strachu, což je existenciální typ a zároveň salutogenetická funkce.
2. Tělo: **Konkrétní vyjádření** – koláž těla podněcuje spíše konkrétní vyjádření těla, stejně tak konkretizování osobní zóny, což nabízí prostor k pojmenovávání myšlenek, pocitů.

- Pojmenování pocitu strachu** – Jiřího téma, ke kterému jsme se vrátili (**existenciální typ** a zároveň **salutogenetické směřování**). **Každodenní život** – propojili jsme s ním všechna témata i pojmenování.
3. Naše společná cesta: **Komunikace útočných (obránných) otázek** – Jiří používá tuto komunikaci ve chvílích, když něčemu nerozumí. Veronika ji použila na něj při dramatisaci. Došlo k uvědomění na základě zkušenosti. **Existenciální situace** – v návaznosti na Jiřího útočnou komunikaci jsme našli ex.s. BOJE. **Salutogeneze** – vše propojeno s **každodenním životem** se směřováním k salutogenezi.
 4. Příběhy: **Rozdílnost** – snažila jsem se dvojici motivovat, aby si sami všímali rozdílnosti, a aby ji **pojmenovávali** nahlas. **Aktivita** Veroniky a **pasivita** Jiřího – lze využít této polaritě. **Salutogeneze** – v pojmenování rozdílů jsme hledali pozitivní aspekty, což jsme nadále propojovali s **každodenním životem**.
 5. Obtisky: **Pojmenování existenciálního typu DOMINANCE a PŘIZPŮSOBENÍ** – u Veroniky i Jiřího se střídavě objevovaly dominance i přizpůsobení. Tyto protikladné síly jsme pojmenovali. **Salutogeneze** – vše propojeno s **každodenním životem** se směřováním k salutogenezi.
 6. Postavíme společně dům: **Pojmenování** – Jiří pojmenoval svůj postoj ke spolupráci. **Existenciální typ DOMINANCE a PŘIZPŮSOBENÍ** (viz minulé setkání) – opět střídavé projevy u obou partnerů. Tentokrát dominanci projevovala spíše Veronika, Jiří se přizpůsoboval. V těchto situacích dochází i dvojice ke **konfrontaci**. **Salutogeneze** – vše propojeno s **každodenním životem** se směřováním k salutogenezi.
 7. Semínko: **Konkrétní představa** – Veronika ji následovala v malování. Také si velice konkrétně představovala imaginaci. **Rozdíly** – u obou partnerů byly rozdíly v představách v imaginaci, následném přístupu i výtvarném zpracování. **Existenciální situace STRACH – BOJ – ZROZENÍ a také LÁSKA** – v souvislosti s Veroniky strachem zasadit a opustit semínko. **Aktivita** Veroniky a **pasivita** Jiřího – v kontrastu. **Pojmenování** – Veronika pojmenovávala své pocity a myšlenky, dokázala propojit představy z imaginace s výtvarným projevem. **Salutogeneze** – tentokrát spíše jen pro Veroniku, vše propojeno s **každodenním životem** se směřováním k salutogenezi.
 8. Výstava: **Pojmenování** – Veronika dokázala zrekapitulovat a zároveň pojmenovat nejdůležitější momenty z celé spolupráce (1. **útočnou komunikaci** Jiřího, 2. **dominance versus přizpůsobení** 3. své **konkrétní představy**, které vždy následuje). **Aktivita** – Veronika byla velice aktivní oproti Jiřímu.

7.1.10 Vyhodnocení pozorování a (sebe) Reflexe (interpretace)

Komunikace

Dle analýzy je dobře čitelné, jak je komunikace u dvojice nastavená. Veronika je velmi **aktivní**. Jiří vždy buďto **pasivní**, nebo přizpůsobivý. Toto je určující rys jejich komunikace, který se projevoval již od prvních setkání. Považuji ale za důležité zmínit, že Jiří byl velice komunikativní při startu, kdy si mohl se mnou a Veronikou nezávazně povídat. Problém nastal ve chvíli, kdy na něj byly kladeny nějaké nároky, otázky či úkoly. Tohoto jevu jsem si všimla již při spolupráci, snažili jsme se ho **pojmenovat** a zasadit do kontextu **každodenního života**, aby se partnerům propojili vzorce chování. Považuji za důležité si tohoto faktu všimnout. Kdo je ve vztahu více aktivní a proč? Jak na to ten druhý reaguje?

Dalším významným aspektem, který vyplynul z analýzy, byla **rozdílnost** partnerů v myšlení, představách a konečné realizaci. Neboli Veronika následuje vždy **konkrétní představu** a téměř neimprovizuje. Zatímco Jiří byl velice přizpůsobivý, improvizoval a pracoval spíše se **symbolickým** a **abstraktivním myšlením**. Myslím si, že takovýto vzor lze nalézt i u jiných párů. Často může tato rozdílnost za konflikty, nedorozumění až nepochopení. Uvědomit si, pojmenovat a následně propojit rozdílnost s každodenním životem bylo naším cílem. V konečném důsledku má toto uvědomění za následek pozitivní vliv na komunikaci mezi partnery. Což se potvrdilo i za zpětné vazby od Veroniky.

Další zajímavé momenty vznikaly při **spolupráci** a **samostatné práci**. Komunikace se samozřejmě lišila, pokud partneři spolupracovali či každý mluvil sám za sebe. U této dvojice se mi nepodařilo vypořádat proč tomu tak je. Doporučuji pro příště se zaměřit na rozdílnost komunikace při spolupráci a samostatné práci.

Existenciální typ a situace sloužily především k uvědomění si důležitého tématu, které nás vytrhuje ze všednosti. Podporovaly komunikaci jedince především v uvědomění si daného vzorce chování či pocitů a především v pojmenování. Propojením s **každodenním životem** došlo k pochopení kontextu. Shrnu-li přínos pojmenování existenciálních situací do jedné věty, tak bude znít takto: partneři se učili pochopit souvislost svých emocí a chování s konkrétními situacemi ve svém životě.

Salutogeneze prostupovala celým tvořením a komunikací. Jinými slovy jsme se zaměřovali na věci, které nám dělají dobře, které umíme řešit a na pozitivní vliv konfliktů. Nezabývali jsme

se problémy. Salutogeneticky jsme například pojímali i rozdílnost, aktivitu a pasivitu. Přičemž bylo určující, jak si s danou rozdílností poradit.

7.1.11 Analýza dotazníku

(vzor dotazníku viz Příloha č. 16)

1. část

První uzavřená otázka dotazníku má za cíl zjistit, zda se partneři někdy zúčastnili podobných sebezobcovacích činností. Veronika ano, Jiří ne. Další otázka je určující pro celé zhodnocení spolupráce s jednotlivcem, protože zjišťuje motivaci účastníků. Proto je také otázkou otevřenou. Verončina slova jsou výstižná: *„Touha po poznání nových věcí, sebezobcování a práci na sobě. Touha po prožitku, který bude odlišný od toho, co na mateřské dovolené prožívám.“* Vyjádřila tím svou motivaci i přístup ke spolupráci. Jiří odpověděl, že chtěl udělat radost partnerce a také někomu pomoci. Jeho motivací nebyla práce na sobě či na vztahu.

Třetí uzavřená otázka se táže přímo na spokojenost s artefaktickými technikami. Obě odpovědi jsou kladné. Ve čtvrté otázce by odpovědi měly souhlasit s průběhem celého setkávání. Jde spíše o takové potvrzení i zpětnou vazbu spokojenosti s konkrétní technikou. Veronika vybrala celkem tři: malování, hlína a dramaturgie, k čemuž ještě dopsala konkrétní důvody. Jiří zvolil pouze jednu techniku a to hlínu. Výběr dvojice souhlasí s průběhem i zhodnocením výzkumu.

Veronika se nejvíce soustředila na sebe a své myšlenky, také na svého partnera (otázka č. 5). Jiří se nejspíše nevědomě citoval: *„Nechtělo se mi přemýšlet“* (viz Sedmé setkání). Odpovědi opět souhlasí se záznamy ze setkání. Stejně je tomu tak u šesté otázky. Pro Veroniku byla nejužitečnější kreativní část, zatímco pro Jiřího počáteční povídání a doplňující otázky.

Sedmá otázka se zaměřuje přímo na cíl práce – celkové sblížení partnerů. Jiří odpověděl kladně. Veronika odpověď rozepsala: *„Spíše než sblížení cítím lepší porozumění pro partnera i pro samu sebe. Což nás v důsledku harmonizuje a může sblížovat“*. Potvrdili tím předpoklad splnění cílů.

I přes odmítavější postoj a dosavadní odpovědi Jiří zvolil u osmé otázky všechny možnosti (dozvěděl jsem se něco nového o sobě a o partnerovi, vždy jsem si odpočinul, použil jsem nové výtvarné techniky). Svým způsobem je to překvapivá informace. Lze ji chápat kladně? Zcela objektivně odpovědět bohužel nejde. Veronika zakroužkovala podobně jako Jiří pouze bez

volby nových výtvarných technik. Středem pozornosti u ní byly nejspíše informace o ní samotné a o Jiřím. Čímž potvrdila odpovědi z páté otázky.

Za nejužitečnější techniku u otázky deváté považují oba hlínu, i když každý z jiného důvodu. Veronika se vyjádřila: *„Jednoznačně hlína protože jsem objevila něco nového o sobě. Něco s čím mohu dále pracovat a to může můj život učinit snazším. Díky tomuto zjištění se neberu tak vážně, zpětně se některé události zdají být zábavné namísto protrpěných, což je velká úleva. Do budoucna stačí používat pro sebe i okolí jinou formulaci okolností a celkový prožitek oné situace pro mě bude mnohem snesitelnější.“* Jiří se shodl s Veronikou na setkání s hlínou, která pro něj byla nepoznanou technikou. Bližší odůvodnění Jiří nevedl.

Otázka desátá a jedenáctá spolu souvisí a měly by zjišťovat splnění očekávání i slabé stránky projektu. Očekávání byla partnerům splněna a také jim nechybělo nic při společné spolupráci.

Poslední otevřená otázka je kontrolní k otázce č. 8. Tím, že je otevřená, má účastník větší prostor pro popis svého subjektivního přínosu a mohu se tak dozvědět více než u polouzavřené otázky č. 8. Jiří shrnul přínos do spojení *„smysluplné trávení volného času“*. Veronika ocenila především sebepoznání i poznání partnera. Začínali jsme vždy povídáním (startem): *„Myslím, že se toho leckdy o partnerovi sama nedozvím za celý týden tolik, jako za oněch 15 minut při úvodu, pokud se na jeho pocity ptá někdo třetí“*

2. část

U škálových otázek zaměřených na komunikaci se odpovědi Veroniky a Jiřího dle očekávání téměř vždy liší. Nejdříve ale napíši o výrocích, ve kterých se shodli: Jiří s Veronikou se shodli u č. 1, kde Jiří napsal číslo osm a Veronika devět. Společně se jim tedy komunikovalo dobře. Dále se shodli u otázky zaměřené na spolupráci (č.5), kde oba napsali pětku. Spolupráce tedy nebyla pro dvojici až tolik významná. Dle odpovědí u otázky č. 9 lze usuzovat, že pár pochopil, jak lépe spolu komunikovat (Veronika devět, Jiří osm). Oba se také shodli u otázek změřených na interpretaci. Oba si dělali interpretace o druhém (Veronika devět, Jiří osm) a také své interpretace vyjadřovali nahlas (Veronika devět, Jiří osm). Poslední shodou byla otázka č. 14, kdy oba vyjádřili osmičkou, jak jim byly doplňující otázky příjemné.

U dalších výroků se odpovědi partnerů značně liší. Veronika přiznává u výroku č. 2 svou aktivitu (číslem deset), která souvisela i s pojmenováváním myšlenek a pocitů (č. 4 deset) a pojmenováváním rozdílů a myšlenek (č. 6. osm). Jiří tyto výroky hodnotil dvojkou a trojkou. Dokonce přiznal svou pasivitu (č. 10) osmičkou. Také mu dělalo potíže mluvit o svých před-

stavách a myšlenkách (č. 8). Zatímco Veronika má pocit, že artefietika měla pozitivní účinek na jejich komunikaci (č. 15), tak Jiří ne. Jedinou desítku, kterou Jiří použil ve škále u výroku č. 7, že raději pracoval samostatně.

7.1.12 Vyhodnocení dotazníku (interpretace)

1. část

Zde vypisuji pouze nejdůležitější informace využitelné především pro další výzkum. Dotazník potvrzuje průběh celé spolupráce. Důležitým aspektem, který ovlivnil především Jiřího, je jeho motivace. Důvod jeho účasti byla partnerka a touha pomoci (nejspíše mě). Také neměl nikdy předtím podobnou zkušenost. Toto jsou faktory ovlivňující jeho postoj. Pro další sestavení výzkumu doporučuji se ještě více soustředit **na motivaci účastníků**. Za nejužitečnější část považuje Jiří úvodní povídání a vůbec doplňující otázky. Veronika na jiném místě v dotazníku také vyzdvihuje úvodní povídání (start). Potvrzuje se tím význam startu. Domnívám se, že pro sezdané páry a dětmi o to víc. Jak Veronika sama píše, tak se o manželovi nestíhá dozvědět tolik, jako při **startu**. I když pro aktivní Veroniku byla nejužitečnější část tvoření, jelikož si sama uměla pokládat otázky a uvědomovat si souvislosti.

Pro Veroniku i Jiřího se stala technikou číslo jedna **hlína**. Byla něčím novým a zábavným. Veronika blíže popsala, že si při ní mohla hodně uvědomit, protože hlína vedla k názornosti. Veronika ještě zmínila **dramatizaci** a **malování**. Jiří dále přiznal, že se mu nechtělo přemýšlet, čímž potvrdil své projevy během posledních setkání. S jeho postojem jsem si nevěděla rady. Myslím si, že pro příště by se dalo využít Veroniky aktivity v kontrastu s Jiřím. Neboli využít současné situace v kontextu s jinými situacemi (Stává se to Jiřímu často? Co děláš, když se Jiří podobně „sekne“? Apod.)

2. část

Škálové odpovědi dvojice potvrdili Vyhodnocení pozorování a (sebe) Reflexe. Veronika si uvědomuje svou **aktivitu** a Jiří zase svou **pasivitu**. Za pozitivní považují fakt, že Jiří si je svůj přístup schopen přiznat. Tím vědomě či nevědomě pojmenoval svůj přístup ke spolupráci se mnou i s Veronikou. Oba partneři se shodli na děláním si **interpretací** o druhém a zároveň jejich verbalizaci. Tento bod považují za významný. Nevyřčené interpretace jsou častým zdrojem nedorozumění (sekce 4.5.1), a proto je jejich správná verbalizace tolik důležitá pro komunikaci. Další pozitivně hodnoceným výrokem je pokládání **doplňujících otázek**. Artefietik si lépe

všimne nesouladu, skrytých interpretací, neverbálních projevů nespokojenosti apod., a proto může doplňujícími otázkami navést dvojici ke „správné komunikaci“. Jiří dále hodnotil velice vysoce **samostatnou práci**. Jelikož se vyjádřil (protikladně k Veronice), že mu dělalo potíže mluvit o představách i pojmenovávat myšlenky a pocity, tak vidím jeho přístup jako naprosto logický. Samostatná práce může být i únikem od toho něco poznat. Nemůžeme samozřejmě nikoho nutit k neustále reflexi, pokud se mu nechce. Ale je dobré navádět účastníka, aby svůj postoj sám reflektoval (pojmenoval). Nemusí ho přímo měnit. Veronika sice hodnotila samostatnou práci nejnižším počtem, ale během setkávání uměla ze samostatné práce těžit. Reflektovala, pokládala si otázky, hledala souvislosti, pojmenovávala sama pocity a myšlenky. Vidím zde možnost improvizace ze strany artefietika. Pokud se Jiří při samostatné práci schovával a Veronika naopak objevovala (ale o sobě, ne o Jiřím), tak by bylo účelné pozměnit trochu program ke spolupráci. Tím myslím krátkou hru, společné malování či vzájemný popis obrázků - zkrátka cokoliv, co povede ke konfrontaci.

7.2 Andrea a Miroslav

7.2.1 Smích

Pozorování

První rozechřívací cvičení s asociacemi na téma smích proběhlo výborně. Musela jsem dvojici zastavit, aby dále již nevymýšleli nová slova. Miroslav vymýšlel a Andrea zapisovala. Skvěle **spolupracovali**. Dokázali si také rozdělit bez komplikací úkoly. Bylo patrné, že role mají jasně stanovené, a že jim to takto vyhovuje. Alespoň pro toto cvičení.

Tvorba po imaginaci byla velice rychlá. Oba byli spokojení pouze s názorným zobrazením toho, co chtěli vyjádřit. Andrea si dala s obrázkem více záležet. Malovala déle a Miroslav na ni čekal. Jeho obrázek připomínal obličej šaška. Andrea dva vaječníky.

Následující reflexe probíhala pestře.

(sebe) Reflexe

Protože tento pár měl již zkušenost s podobnými technikami, tak odpadly starosti s nechutí se vyjádřit, s nepochopením apod. Mohla jsem tedy vytěžit ze společného tvoření co nejvíce i pro mě.

Jelikož jejich výtvarné vyjádření bylo velice strohé a jednoduché, tak jsem se snažila soustředit hlavně na tento projev. Opravdu tím vyjádřili nejlépe smích? Vyjádřili by ho takto i pohybem – stroze a jednoduše? Srovnali jsme obrázky i s asociacemi. Zeptala jsem se, jestli by nechtěli do obrázku něco přimalovat. Andrea ani Miroslav nechtěli měnit na obrázku nic. Všimli jsme si tedy alespoň **rozdílných prvků** v dílech dvojice. Miroslav namaloval hodně ostré hrany, zatímco Andrea zvolila motiv kulatého vaječníku. Jako u přechozího páru jsem vyzdvihla moment **rozdílnosti** a snažila jsem se pár motivovat **pojmenovat** situace, které jsou spíše oblé, a které spíše ostré a hlavně, co je spojuje, kde se setkávají. Tím jsme dosáhli **salutogenetické funkce** našeho setkání.

Na konci jsem dostala výbornou zpětnou vazbu. Pro Andreu byly důležité **doplňující otázky**, které jsem pokládala, a které hodnotila kladně. Miroslav se cítil trochu rozpačitě na začátku. Řekl mi, že by potřeboval více uvedení do toho, co se bude dít, a jak bude průběh vypadat. Motivovalo mě to doplnit si osnovu, kterou se řídím vždy na začátku setkávání s novým pá-

rem. I přes vstřícnou spolupráci jsme nepojmenovali existenciální situaci, která se jistě dala v salutogenetickém procesu situace rozdílnosti nalézt. Přesně jsem nevěděla, kterému tématu bychom se blížili nejvíce.

Jak jsem zmínila již v odstavci výše, tak jsme našli **salutogenetickou funkci** v pojmenování **rozdílnosti** na základě výtvarných děl páru. Dvojice tento moment zmínila i při závěrečném reflektivním dialogu, čímž tento cíl potvrdila. **Pro příště doporučuji zaměřit se na výtvarný projev partnerů a reflexi propojovat spíše s ním, protože dvojice pak lépe chápe reflexi a uvědomování.**

7.2.2 Tělo

Pozorování

Miroslav byl nemocný a celé setkání ovlivňoval jeho zdravotní stav (**negativní faktor**). I přesto se mu chtělo do společného tvoření i cvičení s tělem.

Rozcvičku jsem proto pojala lehce a pomalu. Abychom svá těla protáhli, ale nenamáhali. Andrea si se mnou po rozcvičení povídala a odpovídala na otázky (**aktivita**). Miroslav odpovídal pouze v souvislosti se svým zdravotním stavem (**pasivita**).

Podobně dopadlo i lepení koláží. Andrea využila čas a pečlivě vybírala obrázky (**aktivita**), které se jí líbily. Miroslav vybral pár obrázků, které poskládal na papír. Nechtělo se mu je lepit (**pasivita**). Na prosbu Andrey tak po chvíli učinil (**přizpůsobení**). Jeho koláž byla obrázkem Miroslavova nemocného těla. Andrea pojala koláž jako výjev věcí, které patří k ní. Tělo nedokáže prý vnímat odděleně od sebe. Její osobnost a tělo jsou jedno. Očividně ji bavilo přemýšlet a povídat si na toto téma. Zvlášť zajímavé bylo kreslení osobní zóny. Miroslav **rezignoval**, nejspíš mu už opravdu nebylo dobře. Setkání jsem raději vzhledem k situaci ukončila rychleji.

(sebe) Reflexe

Musela jsem se nějakým způsobem vypořádat s Miroslavovým stavem (**negativní faktor**) a z něj vyplývajícím přístupem. V normálních podmínkách bych setkání určitě zrušila a domluvili bychom se na jindy. Ale vzhledem k času, který nám zbývá, jsme se museli přizpůsobit všichni. Miroslav byl negativní a ponořený do sebe. Pro mě to znamenalo úplně novou situaci.

Při kreslení osobní zóny měli partneři znázornit, co do své zóny pouští a co ne. Miroslav tento úkol pojal opět velice negativně a ledabyly. Pokusila jsem se mu vysvětlit, že některé věci dělají našemu tělu dobře, a že někdy si je musíme uvědomit i přes nepříznivý tělesný stav. Zakreslil poté i věci, které mu dělají dobře – **salutogenetický prvek (přízpůsobení)**.

Při závěrečné reflexi jsem se chtěla zaměřit na výsledná díla. Přece jen mě jednoduché pojetí obou zaujalo (viz doporučení z minulé (sebe) Reflexe). Povídali jsme si o představách, jak dokážeme dát pocity a představy do obrazů a následně ztvárnit na papír (**uvědomování si a následné pojmenování emocí**). Zeptala jsem se po tomto rozhovoru, jestli by něco nyní změnili na svém obrázku. Ke změnám by došlo. Pár si tak mohl uvědomit význam výtvarného vyjádření.

Těžce jsem se rozhodovala, jestli toto setkání přerušit nebo ne. Nakonec jsem se rozhodla, že budeme pokračovat. Téma tělo se svým způsobem potkalo s Miroslavovým momentálním stavem. Možná tak mohlo pro něj být přínosnější nežli ve zdravém stavu. Zpětně ale vidím svou velkou chybu v celém zaměření procesu. Mohli jsme blíže poznat Miroslavův stav a nalézt v něm existenciální situaci na ose život-nemoc-smrt nebo se více zaměřit na **kontrastní zdravý stav** Andrey.

Shrnu-li průběh celého setkání, tak jsme našli **dva salutogenetické prvky**: 1. Miroslavovo nakreslení i pozitivním aspektů do osobní zóny, 2. kreativní proces vkládání představ a pocitů do výtvarného díla. Jak jsem již poznamenala, tak existenciální život – nemoc – smrt téma jsem si uvědomila až později na základě vlastní sebereflexe.

7.2.3 Naše společné cesta

Pozorování

Start byl otevřený, i když přerušovaný jinými tématy. Snažila jsem se dvojici vést k soustředění na naše setkání.

Ihned ze začátku bylo znát, že oba velice rádi vzpomínají na období svého seznámení. Na první schůzce se nemohli ale dohodnout. Každý vnímal důležitost daného okamžiku jinak. Snažila jsem se je vést, aby každý vyprávěl jednotlivě. Sami si pochvalovali zajímavost selektivní paměti (**rozdílnost**). Při přehrávání prvního důležitého bodu v jejich vztahu si vybrali dost intimní situaci první strávené noci vedle sebe. Pro mě bylo zajímavé sledovat jejich **spolupráci**, a

tak jsem je nechala pokračovat. Snažili se mi přehrát své první usínání. Miroslav dával důraz při vyprávění na fyzický kontakt, ale při dramatizaci zastával roli Andrey, na které bylo zahrání dané situace. Role Andrey (hraná Miroslavem) byla pasivní. Úkol přehrát, co se tehdy stalo, spočíval na Andree. Pamatovala si mnohem méně, než by si Miroslav přál (**očekávání**). Vzhledem k celému průběhu bylo patrné, že fyzický kontakt je pro něj velice důležitý. Proto si také vybavoval hlavně tyto vzpomínky. Andrea viděla důležitost v romantické fázi, která předcházela usínání (procházka, měsíc, básně). Nakonec se oba domluvili a zbývající místa mi jen převyprávěli.

Obrázky měla dvojice rychle hotové. Andrea více obecný, takový symbolický. Miroslav měl křivku, která klesala, stoupala či zatáčela. Dle jeho popisu při závěrečné reflexi nám došlo, že to není křivka vztahu, ale fyzického kontaktu během něj. Toto je zajímavý a hodnotný závěr, který si dvojice uvědomuje velice dobře.

(sebe) Reflexe

Téma se viditelně líbilo oběma, ale Andree postupem času začalo být nepříjemné, že Miroslav dává důraz na jiné okamžiky než ona.

Během společného vyprávění jsem moderovala dvojici, aby nedošlo ke vzájemnému překřičování. Napomáhala jsem tím lepší domluvě a dosažení cíle – shodnout se na jedné situaci, či více, které se poté přehrají (**domluva, kompromis**).

Když jsem pochopila, že pár chce přehrát intimní scénu společného usínání, byla jsem na pochybách, jestli nemám dopředu určit hranice. Pozorovala jsem tedy bedlivě, co se bude dít zcela připravená. Avšak dramatizace byla krátká. Miroslav doplnil, co si myslí, že se ještě více událo alespoň ústně (**aktivita**). Snažila jsem se převést pozornost na to, že jinakost důležitosti situací je obohacující. Shodli jsme se, že selektivní paměť i **rozdílnost** v prisuzování důležitosti přispívají k celistvosti. Zde je jasně patrný **salutogenetický prvek**, který jsme propracovali až k **existenciální situaci LÁSKY**. Vše, co nás spojuje a rozděluje.

Musím kriticky poznamenat, že jsem se měla více zastavit u konce dramatizace a snažit se s Miroslavem domluvit, jak scénku dohrát, aby byl spokojený. Měla jsem se více soustředit na důležitost fyzického kontaktu a nenechat dvojici takové téma přejít. Přece jen osa vztahu byla osou fyzického kontaktu mezi manžely. Pravdou je, že nevím, jestli by takové hloubání vůbec uvítali.

Splnili jsme cíle setkání jak komunikační, tak salutogenetické (selektivní paměť, **rozdílnost**). Došli jsme až k existenciální situaci LÁSKA. Pro příště doporučuji si všimnout tématu fyzická u Miroslava.

7.2.4 Příběhy

Pozorování

Oba partneři se zdáli být v dobré náladě. Otevřeně mi vyprávěli o svém dnu i naladění. Působili odpočínutě s chutí do spolupráce.

Technika se dvojicí líbila. Projevili radost, že nebudou malovat. Obrázky vybírali bez problémů, ale se zájmem. Bohatě mezi sebou diskutovali o obrázcích, které si vybrali. Zvláště po vyzvání, aby dali všechny vybrané obrázky k sobě a našli **podobnost** (společné rysy). Andrea si volila obrázky spíše se **symbolickým popisem**, neboli pocitově. Miroslav se zaměřoval na **konkrétní rysy** a náladu (**rozdílnost**). Tento pocitový rys měli společný. Dvojice dokázala dobře nalézt výrazné a společné prvky a také je **pojmenovat**. Opět se potvrdilo, že zkušenost dvojice v podobných technikách je velice pozitivní.

Andrea jako první vymýšlela příběh a vybírala k němu obrázky. Usilovně přemýšlela a po celou dobu výběru byla potichu. Poté Miroslav tvořil příběh dle obrázků, které sestavila Andrea. Začal u prvního obrázku a pokračoval improvizací dále až k poslednímu obrázku. Příběh byl vlastně jejich vyprávěním od začátku vztahu, narození dítěte až k plánovanému odjezdu do Ameriky. Miroslavovo vyprávění se hodně podobalo tomu Andrey (**podobnost**). Nahlas jsem pojmenovala, co jsem viděla a snažila se motivovat dvojici, aby udělali to samé a reflektovali, co se stalo.

Reflexe příjemně plynula. Andrea i Miroslav nemají žádný problém a vítají i **doplňující otázky**.

(sebe) Reflexe

Celkově dvojice spolupracovala bez problémů. Partneři byli otevření a reagovali pozitivně na mé doplňující otázky.

Všimla jsem si způsobu, kterým dvojice vybírá obrázky. Také jsem pozorovala, jestli se navzájem něčím podobají (**podobnost**). Pokud mě něco zaujalo, řekla jsem to nahlas (podobný

výběr obrázků, na co se soustředili apod.). Vždy stačily jen otázky. Pár dokázal nadále diskutovat sám (**aktivita**). Miroslav našel ve vybraných obrazech jistý vzorec ženských sil a mužských sil (**pojmenování interpretace**). Vybral pro Andreu obrázek povalující se kočky, zatímco pro sebe malé batole. Přiznal sám sobě nahlas, že u nich v rodině převládá jasně ženská role, která utlačuje tu mužskou část. Povíдали jsme si o rolích a vzorcích z rodin partnerů. Celý tento proces hledání a **pojmenování** je **salutogenetický prvek**, který jsme se snažili vnést do nalezení řešení **rozdílů a dominancí různých rolí**. Nakonec jsme uchopili toto téma jako **existenciální situaci BOJE** – převládání sil, přetahování o prostor.

Svůj úkol jsem plnila v moderování diskuse a hlídání hranic, abychom se drželi tématu. Ostatní iniciativu jsem nechala na partnerské dvojici, protože byli schopní samostatně uvažovat a uvědomovat si.

Salutogenetický cíl byl splněn. Dvojice byla schopná zachytit mírné rozdíly a pochopit, v čem jsou jim prospěšné. Na závěru našeho rozhovoru a reflexe vyvstala **existenciální situace BOJ**, kterou jsme mohli shrnout celé téma a tím i lépe propojit s **každodenním životem**.

7.2.5 Obtisky

Pozorování

Tento pár si hlínu oblíbil. Hráli si s ní ještě předtím, než jsme začali pracovat. Evidentně se velice těšili na práci s hlínou.

Při tvoření koule, a následné dotváření vejce, byl pozorovatelný **rozdíl** v použité technice jednotlivce (viz příloha č. 15). Na danou situaci nebylo třeba upozorňovat. Dvojice si všimla sama. Diskutovali jsme o rozdílech.

Hlavní tvorba se stala pro pár spíše **soubojem** o moc. Přetahovali se o prostor i hlínu. Tento boj trval až do konce. Sami na tento projev při reflexi upozornili. Mají to tak prý i v **každodenním životě**. Svůj výsledný výtvar pojmenovali „Zhroucené přirození“. Miroslav působil trochu nespokojeně, že se Andrea nepřizpůsobila (**očekávání**). Ani jednomu se nepodařilo dotvořit to, co potřebovali. Andrea následovala tvar jablka a Miroslav trojúhelník. I když se celý průběh přetahovali o prostor i hlínu, tak výsledek byl poznatelný.

Závěrečná reflexe se nesla v duchu boje o moc. Dostali jsme se až k tématu ženské a mužské energie a předávání vzorců v rodině.

(sebe) Reflexe

Po celou dobu dvojice spolupracovala a působila v komunikaci uvolněně. Miroslav často uštěpačně narážel poznámkami na Andreu, která nenechala na sobě znát negativní ani pozitivní reakci (**pasivní přijímání dominance**).

Ze začátku jsem dvojice spíše pozorovala. Později jsem si všimla opětovného objevení sexuálního tématu (výsledný tvar i název). Poukázala jsem na možnou souvislost. Andrea i Miroslav souhlasili s tím, že průběh je stejný jako boj o hlínu (**pojmenování souvislosti**). Dvojice sama **pojmenovala svoji společnou tvorbu**: „*To nebyla spolupráce, to byl boj o prostor.*“ (**soupeření**). Vystala nám **existenciální situace BOJE**, kterou jsme propojili s **každodenním životem**, vzorci chování a také již zmíněným sexuálním tématem. Zeptala jsem se dvojice, ve kterých situacích boj používají, a zda by nebylo někdy lepší zvolit jiný přístup (**salutogenetický prvek**). Pár je na danou komunikaci zvyklý a stala se pro ně již standardem.

Ke konci Miroslav znovu otevřel téma ženských a mužských sil, čímž jsme mohli propojit současnou situaci s minulým setkáním (**pojmenování souvislosti**). Zdá se, že je toto téma pro pár silné. Jakou souvislost ale může mít s něčím aktuálním „*tady a teď*“? Miroslav se vyjádřil ve smyslu toho, že oba jsou dominantní, a proto se jejich síly třou a vyvolávají pak vzájemný boj: kdo s koho (**pojmenování**). Jaké komunikační (verbální i neverbální) přístupy mohou pomoci, aby k boji nedošlo, nebo aby boj skončil? Andrea i Miroslav vyjmenovali jiné způsoby řešení v komunikaci (**salutogenetický prvek**).

Když vystalo opět sexuální téma, tak jsem okamžitě zpozorněla. Již mám nastavenou určitou hranici díky předchozím setkáním. Naštěstí jsme dané téma nerozpracovávali do hloubky, ale pouze v rámci rolí a dominance. Jinak jsem byla se setkáním spokojená. Překvapilo mě opětovné objevení tématu boje i ženských, mužských sil z minulého setkání. V tu chvíli jsem poznala důležitost a snažila se udržet ho v současné situaci „*tady a teď*“, aby nesklouzlo k rozebírání minulých situací. Mým cílem bylo dosáhnout salutogenetické funkce v nalezení pozitivnějších přístupů.

V tomto setkání se objevily dva salutogenetické prvky, které nakonec mohu shrnout pod jeden: nalezení jiných komunikačních přístupů v existenciální situaci BOJE, jež jsme našli na základě boje o prostor a hlínu během tvorby.

7.2.6 Postavíme společně dům

Pozorování

Začátek setkání probíhal nervózně a mírně zmateně, protože syn dvojice ještě nespal. Pár mě ubezpečil, že můžeme začít, že syn brzy usne i v mé přítomnosti. Což se ale nestalo. Spolupráce byla tímto faktorem dost ovlivněná a museli jsme nakonec počkat, až dítě usne (**negativní faktor**).

Plánek Andrey byl podrobnější a pečlivější. Namalovala průřez domu, vybavení a popsala i jednotlivé místnosti. Miroslav namaloval plánek bytu seshora bez vybavení. Svým způsobem si byly oba půdorysy podobné. Možná i proto následující spolupráce byla velice rychlá (ale přerušena synem). Opět si rozdělili jako při rozehrávacím cvičení Smíchu úkoly a krásně spoluprací vytvořili jednotný plánek svého ideálního bytu. Miroslav zakresloval (**aktivita**) a Andrea radila (**aktivní přizpůsobení**). V počtu místností počítali i s dalšími dětmi.

V reflexi dvojice popsala svůj byt. Odpovídali mi na otázky. Byla jsem unavená (**negativní faktor**) a nebyla jsem moc schopná se přizpůsobit. Reflexi jsem ukončila rychle.

(sebe) Reflexe

Nebyt vnějších podmínek (**negativních faktorů**), tak dvojice **spolupracovala** výborně. Téma je bavilo a zajímalo.

Když měli partneři hotové své vlastní plánky, tak jsem si je vzala k sobě. Poté měli namalovat jeden dohromady. Miroslav se chopil tužky (**aktivita**) a Andrea mu popisem pomáhala (**přizpůsobení**). Na všem se bez problémů domluvili. Andrea se přizpůsobovala a vše plynulo bez zádrhelů. Porovnali jsme poté všechny tři obrázky. Všimli si **podobnosti i rozdílů** mezi jednotlivými svými obrázky a také podobností ve společném (**salutogeneze**). Vzhledem k oběma **negativním faktorům** (brečící syn a má únava) jsem nebyla schopná pokládat otázky. Hladký průběh navíc nepřinesl žádné podněty k otázkám. Andrea s Miroslavem byli spokojeni. Jak se sami vyjádřili v reflexi, tak je **spolupráce** opravdu bavila.

Pojmenovali jsme salutogenetický prvek. Existenciální situaci jsme nenalezli, ale vzhledem k okolnostem (**negativní faktory**), to nebylo možné.

7.2.7 Semínko

Pozorování

Miroslav se necítil fyzicky dobře. Bolelo ho břicho (**negativní faktor**). I přes to byl odhodlaný do práce. Andrea byla v dobré náladě, prý měla hezký víkend.

V motivačním rozhovoru o semínku si Miroslav představil sezamové malé semínko, které se zaseje na pole. Andrea si představila sexuální tematiku semene a poté malé zelené semínko, které klíčí. Své představy pak namalovali na papír velice podobné tomu, jak je popsali ústně.

Po proběhlé imaginaci se Miroslav i Andrea jakoby zklidnili ve svých verbálních i neverbálních projevech. Neboli už tolik neprojevovali potřebu komunikace. Začali na vyzvání ihned malovat. Andrea byla hotová první a celkem rychle. Miroslav potřeboval více času, ale nemuseli jsme na něj čekat dlouho (**aktivita**). Obrazy měly barevné a **konkrétní**. Andrea namalovala doprostřed keř s květy zasazený před zdí. Okolo přimalovala hodně zeleně. V dolní části čtvrtky byla postava ženy a dítěte, jak mávají rostlině. Miroslav měl rostlinu, která klíčila ze semínka, také uprostřed čtvrtky. Semínko rostlo ze země. V pravém horním rohu Miroslav namaloval velké slunce a do levého horního rohu měsíc.

Andrea popsala, že na začátku imaginace, kdy měla semínko v ruce a měla ho chránit, tak se jí nechtělo (**pojmenování negativní emoce**). Poslechla prý můj popis a vzala si ho domů. Poté se starala o semínko (rostlinu) na svém domově v Praze. Rodina jí pomáhala. Přesazení ven Andree vůbec nevadilo. Naopak byla ráda, že zodpovědnost končí. Semínko si poradí. Přesazovala rostlinu se svým synem kousek od bytu k hřbitovní zdi. Mávající žena s dítětem na obrazu je prý ona se synem, jak se loučí s rostlinou. Miroslav zachytil okamžik růstu rostliny, kdy koření a roste vzhůru. V imaginaci viděl totiž hlavně tento výjev. Semínko vzal a zasadil ho hned venku. Neodnesl si ho domu. Vybral si nějaké obecné místo u lesa, které mu bylo příjemné. Semínko zasadil, ale moc se o něj nestaral. Na konci imaginace se s ním rozloučil bez emocí. Věděl, že rostlina to zvládne.

V reflexi jsme si povídali hlavně o nejsilnějším momentu imaginace, **rozdílech** a **podobnostech** v obrazech a také o domově.

(sebe) Reflexe

I přes to, že Miroslav se necítil opravdu dobře (**negativní faktor**), se zapojoval a spolupracoval (**aktivita**). Andrea mluvila mnohem méně, ale na vyzvání se vždy vyjádřila (**přízpůsobení**).

V reflektivním dialogu jsme se vrátili k průběhu imaginace. Zajímal mě nejsilnější moment na ose **existenciálních situací** ZROZENÍ – ŽIVOT- SMRT. Tento okamžik dvojice zobrazila do svého obrazu. Miroslav konkrétně růst, pro Andreu rozloučení, kdy už se nemusela o rostlinu starat. Oba tím projevovali důvěru v rostlinu. Porovnali (**rozdílnost a podobnost**) jsme dané situace a propojili je s možnými vzorci v **každodenním životě** (**salutogenetický prvek**). Andrea poznamenala, že oba mají rostlinu uprostřed čtvrtky. Zeptala jsem se, co by to mohlo znamenat? Když jsem nedostala odpověď, tak jsem dvojici zkusila nabídnout pocit jistoty a bezpečí. Souhlasili se mnou. Andrea přímo odpověděla: „*Já myslím, že jo, že se teď cítím v životě pevně.*“ Co nám ale přináší pocit jistoty v životě? Tím jsme **salutogeneticky** propojili téma s každodenním životem.

Miroslav na výzvu našel jeden významný **rozdíl** mezi ním a Andreou, která si představila konkrétní místo domova – jejich společný byt. Zatímco Miroslav vzal semínko na místo, kde se cítil nejspíše dobře, ale nebyl to domov (kraj lesa v blízkosti pole). Rozvinuli jsme tedy téma domov. Miroslav poznamenal, že se asi necítí v současné době nikde doma (**pojmenování emocí**). Zeptala jsem se dvojice, co pro ně přesně znamená domov? Miroslav se rozpovídal, že to musí být místo, kde je mu dobře a cítí se bezpečně. Snažila jsem se ho dovést ale ke **konkrétnější** podobě: „*A co způsobí, že se tam cítíš bezpečně?*“ Nakonec jsme zůstali u slova bezpečí, se kterým souhlasila i Andrea. **Pojmenovali jsme tím existenciální typ BEZPEČÍ**. Miroslav ještě poznamenal, že to přesně znamená místo, kam se člověk vrátí a najde tam klid.

Na základě zkušenosti s tímto setkáním (Veronika a Jiří, sedmé setkání, (sebe)Reflexe) jsem rozpracovala rozehřívací cvičení více výtvarně. Motivační rozhovor jsem propojila s asociacemi a také jednoduchým výtvarným zpracováním. Cvičení je určitě přínosné. Tentokrát jsem však neměla opravdová semena, protože jsem myslela, že jednoduché rozehřívací cvičení stačí. Pro příště bych doporučovala zapojit i různé druhy semen jako u Veroniky a Jiřího. Při diskusi o důležitých tématech, jako je existenciální typ BEZPEČÍ, je možná zapojit neverbální vyjádření (pantomimu), aby si účastníci více tělesně uvědomili tento pocit. Mohla jsem také téma více ukotvit v současné situaci a soustředit se na přítomnost „**ted' a tady**“

Otázka „Opravdu se v současné situaci Miroslav necítí doma v jejich společném bytě?“ zůstala nezodpovězena.

Celkově jsme **pojmenovali** jednu existenciální situaci na ose ZROZENÍ – ŽIVOT – SMRT, kde jsem se soustředila na **salutogenetickou funkci**. Dalším zajímavým momentem byl existenciální typ BEZPEČÍ, který nám vyvstal z tématu domov - důležitým hlavně pro Miroslava. Salutogenetickou funkci jsme naplnili také u podobnosti v obrazech (rostlina uprostřed čtvrtky, důvěra v rostlinu).

7.2.8 Výstava

Pozorování

Poslední setkání následovalo ihned po Semínku, a proto byla dvojice v komunikaci již mnohem více uvolněná.

Všechny obrazy z předchozích setkání jsem rozložila na zem. Miroslav Andree nabídl, jestli jí vyhovuje, že bude skládat obrazy, zatímco on ji bude říkat, kam patří (**spolupráce**). Andrea souhlasila. Postupně si dokázali společně vzpomenout a správně přiřadit obrazy k daným setkáním. Potíže měli s obrazy z prvního setkání Smích. Nakonec jsem dvojici pomohla, aby si lépe vzpomněli. Výstavu měli společnou. Nijak od sebe prostorově neoddělovali své vlastní obrazy.

Při pohledu na všechna díla jsem se zeptala dvojice, které setkání jim s odstupem připadá nejsilnější. Pár odpovídal ve shodě: první setkání „Smích“, čtvrté setkání „Příběhy“ a šesté setkání „Postavíme společně dům“. Nejvíce oceňovali společnou kreativní tvorbu (**spolupráci**). Hodně jsem musela klást otázky, dvojice sama od sebe nekomentovala obrazy ani setkání. Jednotlivá témata a setkání jsme reflektovali jedno po druhém, jak šli za sebou.

Na konci celé reflexe se Miroslav zmínil, že ho nebavila **samostatná tvorba**, kdy se nemohl s Andreou podílet. Andrea zase vyjádřila svůj strach z hodnocení. Malovat jí prý bavilo, ale moment, kdy musí dát obraz k dispozici popisu i druhým, neměla ráda. Miroslav jí prý vždy něco zkritizoval (**pasivní přijímání dominance**)

Zeptala jsem se dvojice, jestli na konci projektu cítí zlepšení komunikace či nějaké sblížení. Oběma připadalo, že málo spolupracují během tvoření a uvítali by více spolupracujících cviče-

ní. Určité sblížení cítili, ale protože většinu věcí již ví a mají vyřešeno, tak přímé zlepšení komunikace prý neproběhlo.

(sebe) Reflexe

Nemohu říci, že by dvojice nespolupracovala či nějak narušovala moji snahu o verbální komunikaci. Avšak vlastní aktivitu nevyvíjel ani jeden z partnerů (**pasivní spolupráce**). Musela jsem hodně klást otázky a snažit se, co nejlépe navést dvojici ke komunikaci (**aktivita**).

Při pojmenování nejdůležitějších momentů jsem si všimla, že dvojice popisuje hlavně výtvarné techniky a cvičení, kde spolu tvořili dohromady. Jakoby se nesoustředili na reflexi, myšlenky apod., ale na „*společnou hru a zábavu*“ jak vyjádřil Miroslav.

Takovou vzpomínku měli také na první setkání „Smích“. Pamatovali si nejvíce rozehřívací cvičení s asociacemi (**spolupráce**). Sdělila jsem dvojici, že byli velice kreativní. Vrátili jsme se i k obrazům, které byly strohé a jednoduše pojaté. Zeptala jsem se, jestli to byl záměr. Miroslav reagoval s upřímností, že nerad tvořil sám, a proto obrázky odbýval. **Společnou práci** si vždy užil a stejně tak i Andrea. Reflexe souhlasí s průběhem všech setkání.

U druhého setkání Andrea poznamenala, že bylo hrozné: „*Mirkovi nebylo dobře a bylo mi líto Tebe.*“ Tím jsme se dostali k fyzickému stavu Miroslava. Zopakovala jsem průběh společného tvoření a důležitá témata (nemoc, osobní zóna, propojení kreativního procesu a představ). Miroslav se vrátil v reflexi ke své nemoci. Prý se cítil zle až ohroženě. Křížek v obrázku naznačoval skutečně strach ze smrti. Dále se nechtěl vyjadřovat. Snažila jsem se zaměřit pozornost na pozitivní aspekty, které nakonec vypsaly do své osobní zóny. Také ke stavu, který prožívá on, a který Andrea. Jak ona vnímá jeho stav? Každý z partnerů mi vždy odpověděl, přičemž na konci poznamenali, že to vše už vědí, ale je dobré si to zopakovat.

Třetí setkání s dramatizací prvního nejdůležitějšího momentu vztahu utkvělo partnerům díky selektivní paměti. Andrea si vybavila také Miroslavovu osu sexuality jejich vztahu. Ohledně selektivní paměti jsem směřovala dvojici, aby pojmenovali přínosy rozdílných úseků v pamatování. Také mě zajímalo, jestli by Miroslav nakreslil osu jinak. Mým cílem bylo přiblížit ho k současnému stavu a srovnat ho s minulým. Miroslav odpověděl, že ne, ale v myšlenkách nadále nepokračoval.

Téma „Příběhy“ dvojici bavilo. Na mé podněty odpovídali a zároveň si vybavovali vybrané obrázky i příběhy, které tvořili. Z celého reflektování vyplynulo, že nejsilnější zážitek pro ně

bylo společné vytváření příběhu. Tohoto společného znaku jsem si všimla až při této reflexi. Spolupráce znamená pro pár výzvu, zábavu a nejspíše i nejhodnotnější část pro jejich komunikaci.

I přesto, že partneři vyzdvihují spolupráci, s pátým setkáním bojovali. Práce s hlínou byla zaměřená hlavně na spolupráci, která ale byla velice náročná. Miroslav poznamenal, že Andrea nechtěla vůbec spolupracovat. Vrátili jsme se tedy k existenciální situaci BOJE. Oba partneři projevovali dominanci, ale Miroslav by si přál více spolupráce. Andrea jeho spolupracující tendence chápala jako útok na její realizaci jablka. Připomněla jsem propojenost s každodenním životem. Dále jsem nechala prostor pro Andrey vyjádření. „Víme, že to takhle máme. Prostě se přetahujeme o prostor i o názor a vyhovuje nám to.“ Zopakovala jsem konečný výsledek domluvy a schopnosti dokončit úkol (salutogenetická funkce).

Setkání „Postavíme společně dům“ jsem po minulé zkušenosti zhodnotila jako odpočinkové. Tentokrát (u tohoto páru) jsem měla pocit úplného selhání. Vnější podmínky nechaly vzniknout patové situaci, ke které se přidala i má únava. Andree a Miroslavovi se ale prý líbilo, protože mohli společně něco tvořit. Utřídili si své představy o bydlení. Má interpretace se nechala ovlivnit pocity a nedostatečnou zpětnou vazbou dvojice, kterou jsem odbyla právě kvůli své interpretaci. Je třeba potlačit pocitové interpretace. Ovlivňují celé setkání i výsledek výzkumu.

Sedmé setkání jsme pouze zopakovali a zasadili do kontextu ostatních setkání. Existenciální situace na ose ZROZENÍ – ŽIVOT – SRMT a existenciální typ BEZPEČÍ (domov) jsme srovnali s nejčastějším tématem existenciální situace BOJE. Nakonec jsme ale skončili u Andrey pocitu přílišné kritiky ze strany Miroslava. Strach z jeho poznámek ji ovlivňoval při tvorbě i reflexi. Zeptala jsem se Miroslava, zda si to uvědomuje. Dvojice byla za jedno, oba si daný přístup připouštějí a ví o něm. Prý je to jejich společné téma z rodiny. Andrea přiznala, že dělá to samé, což má naučené od mámy. Zde došlo k dalšímu propojení situace a každodenního života (salutogenetická funkce)

7.2.9 Analýza pozorování a (sebe) Reflexe

Pozorování

1. Smích: **Spolupráce** – Andrea a Miroslav si dokázali rozdělit úkol jakoby již naučeným způsobem.

2. Tělo: **Negativní faktor** – Miroslavova nemoc ovlivňovala celý jeho postoj a práci. **Aktivita** – Andrea aktivně odpovídala na otázky a snažila se také přemýšlet. Při tvorbě koláže také aktivně hledala vhodné obrázky. **Pasivita** – Miroslav se na komunikaci nepodílel. Musela jsem z něj informace „dolovat“. Vždy odpovídal v souvislosti se zdravotním stavem. Nakonec se **přízpůsobil** na Andrey prosbu a dodělal alespoň koláž. **Rezignace** – ke konci již rezignoval (opravdu se necítil dobře).
3. Naše společná cesta: **Spolupráce** – při domlouvání konkrétní scénky a jejího zpracování dvojice v klidu spolupracovala. **Očekávání** – na Miroslavovi bylo znatelné velké očekávání od Andrey v její roli. Pamatoval si něco jiného než ona. **Rozdílnost** – každý z partnerů si pamatoval něco jiného (selektivní paměť).
4. Příběhy: **Rozdílnost** – ve výběru a popisu obrázků (**symbolické a konkrétní rysy**). **Pojmenování** – dvojice si sama od sebe všímala detailů a také uměla popsat společné rysy i rozdílné rysy. **Podobnost** – Miroslav dokázal popsat Andrey příběh skoro stejně jako ona.
5. Obtisky: **Rozdílnost** – v technice a výsledném vejci Miroslava a Andrey. **Souboj (soupeření)** – při práci na společném výtvoru z hlíny. **Očekávání** – Miroslav očekával od Andrey lepší spolupráci. Dával najevo nespokojenost. **Každodenní život** – oba propojili sami své soupeření s každodenním životem.
6. Postavíme společně dům: **Negativní faktor** – plačící syn a má únava. **Aktivita** – Miroslav se tentokrát ujmul pastelky. **Přízpůsobení (aktivní)** – Andrea sice nemalovala, ale aktivně Miroslavovi pomáhala s vymyšlením bytu.
7. Semínko: **Negativní faktor** – Miroslava bolelo břicho. **Aktivita** – Andrea i Miroslav byli aktivní jak v komunikaci, tak v tvorbě. **Konkrétní představy i obrazy** – Andrea i Miroslav měli v imaginaci konkrétní představy, které i konkrétně namalovali. **Pojmenování** – Andrea i Miroslav pojmenovávali své negativní, neutrální, ale i pozitivní emoce.
8. Výstava: **Spolupráce** – Andrea a Miroslav výborně spolupracovali. Miroslav se zeptal Andrey, jestli ji to vyhovuje tak či tak. Oba se poté vyjádřili, že nejvíce oceňovali spolupráci a přivítali by více cvičení zaměřených na ni. **Samostatná tvorba** – Miroslava nebavila. **Pasivní přijímání dominance** – Andrea se až na konci vyjádřila, že ráda malovala, ale prožívala strach, co ji Miroslav zkritizuje. Jelikož **pojmenovala** daný strach z hodnocení až nyní, tak ho předtím pasivně přijímala.

(sebe) Reflexe

1. Smích: **Rozdílnost** – rozdílné výtvarné zpracování (oblast a hrany). **Pojmenování** – situací, které jsou oblé, a které ostré. V čem se setkávají? **Salutogeneze** – nalezení společných prvků rozdílnosti a propojení s **každodenním životem**.
2. Tělo: **Salutogeneze** – i přes svůj negativní přístup se Miroslav **přizpůsobil** a dokreslil do osobní zóny, co mu také dělá dobře. **Pojmenování** – představ a emocí při lepení koláže.
3. Naše společná cesta: **Domluva (kompromis)** – při výběru jednoho společného okamžiku jsem musela moderovat domluvu mezi partnery. Každý vnímal důležitost okamžiku jinak. Nakonec se podařilo, že dvojice nelezla jeden důležitý moment bez mé pomoci. **Aktivita** – Miroslav byl velice aktivní. Snažil se Andree vysvětlovat, jak to tehdy bylo. **Rozdílnost** – každý si pamatoval něco jiného (selektivní paměť). **Salutogeneze** – pojmenovali jsme důležitost této rozdílnosti. **Existenciální situace** – LÁSKA je pojítkem celé dramaturgie Andrey a Miroslava. Vše, co nás spojuje a rozděluje.
4. Příběhy: **Podobnost a rozdílnost** – partneři pojmenovávali ve svých vybraných obrázcích. **Pojmenování interpretace** – Miroslav pojmenoval svou interpretaci rozložení ženských a mužských sil u nich v rodině. **Salutogeneze** – v rozdílech, podobnostech a dominancích různých rolí, propojeno s **každodenním životem**. **Existenciální situace** – v návaznosti na dominanci rolí jsme pojmenovali existenciální situaci BOJE.
5. Obtisky: **Pasivní přijímání dominance** – Andree reakce na Miroslavovo „popichování“. **Existenciální situace** – BOJ o prostor, dominanci. **Pojmenování souvislostí** – Miroslav propojil sám téma s minulým setkáním. Oba partneři vědí o své dominanci. **Salutogeneze** – v čem je prospěšná komunikace boje (soupeření), kdy ji používají? **Každodenní život** – propojení předchozích témat s reálným životem. **Tady a teď** – řešíme, co je teď.
6. Postavíme společně dům: **Spolupráce** – dvojice spolupracovala spolu i se mnou. **Aktivita** – Miroslav aktivně maloval a organizoval práci. **Přizpůsobení** – Andrea se přizpůsobila. Očividně ráda. **Podobnost a rozdílnost** – pojmenovali navzájem na svých obrázcích. **Salutogeneze** – vše propojeno s **každodenním životem** se směřováním k salutogenezi.
7. Semínko: **Negativní faktor** – Miroslav se necítil dobře. **Aktivita** – Miroslav vystupoval aktivně, především verbálně. **Přizpůsobení** – Andrea spíše vyčkávala na otázky.

Rozdílnost a podobnost – pojmenovali jsme dané prvky v obrázcích a představách v imaginaci. **Existenciálních situace** – na ose ZROZENÍ – ŽIVOT – SMRT. **Salutogeneze** – vše propojeno s **každodenním životem** se směřováním k salutogenezi. **Pojmenování** – Miroslav pojmenoval emoce ohledně domova. **Existenciální typ** – BEZPEČÍ, situace, kdy jsme doma. **Ted' a tady** – snažila jsem se dvojici zakotvovat ted' a tady.

8. Výstava: **Pasivní spolupráce** – partneři nevyvíjeli aktivitu, spíše pasivně odpovídali na otázky. **Spolupráce** – partneři se oba vyjádřili, že aktivity zaměřené na spolupráci měli nejraději. **Zpětné pojmenovávání** – vracela jsem dvojici k již prožitým věcem. Většinu jsem musela připomenout a sama je navést. Poté ale hned věděli.

7.2.10 Vyhodnocení pozorování a (sebe) Reflexe (interpretace)

U Miroslava a Andrey není jednotný vzorec komunikace. Vzájemně se střídají v **aktivitě** a **pasivitě**, která se ale často projevuje jako **přízpusobení**. Vůči sobě dokáží síly vyvážit, ale vůči spolupráci se mnou se často projevovali spíše pasivněji. Až poslední setkání Miroslav aktivně. Stejně jako Veroniky a Jiřího je důležitost tohoto jevu v pojmenování. Artefakt by si měl všimnout míry aktivity účastníků, obrátit pozornost na **ted' a tady**. Také pomoci **pojmenovat**, co se děje, co zrovna účastník cítí a vidí, ale také umožnit propojit dané pocity a pojmenování s **každodenním životem**.

Během analýzy jsem našla nový termín **podobnost**, který patří k **rozdílnosti**. U předchozího páru jsme si všimli především rozdílnosti, možná i proto, že byla převažujícím znakem. U této dvojice nebyly výrazné rozdílnosti, ale naopak mnoho podobností, na které jsme se s Miroslavem a Andreou zaměřovali. Pojmenovávali jsme oboje a vždy v **salutogenetickém směřování**.

Často jsme se během setkání setkávali s **dominancí**, o které sám hovořil Miroslav. V jejich vztahu oba bojují o dominanci (viz Obtisky). Proto se objevuje u dvojice **soupeření**, o kterém oba dva ví. Andrea se naučila danou situaci řešit **pasivně přijímanou dominancí**. Nevyjádří se k tomu, co jí vadí. Možná proto, aby nedošlo k dalšímu boji. Tento princip považuji za důležitý samozřejmě pro pár, ale také pro výzkum: soustředit se na rozložení dominance a především na reakce na dominantní chování. Andrea si našla svůj způsob, který by ale mohl vést k ještě větším konfliktům, protože nahlas nepojmenovala, co jí vadí a co jí není příjemné.

Dvakrát jsem našla Miroslavovo **očekávání**, ze kterého plynula nespokojenost, protože nebylo zcela splněno. Tento jev je také dobré zachytit a pojmenovat ho. Např. Co očekáváš od Andrey? Jak by to mělo vypadat, aby si byl spokojený? Miroslav by si pak mohl lépe uvědomovat očekávání. Stejně tak Andrea.

Dvojice velice vyzdvihovala **spolupráci**. Miroslav se na konci vyjádřil, že ho **samostatná práce** nebavila. Spolupráce byla pro dvojici zábavou.

Existenciální situace se nám ze začátku nedařilo nalézt kvůli negativním faktorům nebo mé nezkušenosti. Při pozdějších setkáních jsem již věděla, na co se soustředit. Na situace, které něco spojuje, jsem uměla přečíst až po lepším poznání dvojice. Např. Andrea a Miroslav se často dostávali do situace boje. Nebo jsem si všímala témat, která vytrhují ze všednosti (láska, bezpečí, zrození, život, smrt). Vždy jsme o existenciálních situacích uvažovali v kontextu každodenního života se směřováním k **salutogenezi**.

7.2.11 Analýza dotazníku

(vzor dotazníku viz Příloha č. 16)

1. část

Miroslav a Andrea se oba již účastnili podobné činnosti. Motivace obou partnerů byla chuť zažít něco nového a také pomoci kamarádce. S metodou artefietiky byli oba spokojeni. V další čtvrté otázce se odpovědi partnerů už lišily. Andree nejvíce vyhovovaly tyto techniky: malování, lepení koláže, hlína, dramatizace, imaginace a obrázky (příběhy). Miroslav zvolil dramatizaci, imaginaci a obrázky.

Na pátou uzavřenou otázku odpověděla Andrea, že se nejvíc soustředila na sebe a své myšlenky, zatímco Miroslav na partnerku. Oba partneři se poté shodli na nejužitečnější části setkání: tvoření (kreativní část). Dále se také shodli na sedmé otázce týkající se sblížení s partnerem. Oba zaškrtnuli, že pocítovali sblížení částečně.

Andrea i Miroslav spatřují subjektivní přínos v tom, že se dozvěděli něco nového o sobě a také o partnerovi. Devátá otevřená otázka zjišťuje, které setkání připadalo partnerům nejužitečnější a proč. Miroslav napsal setkání Naše společná cesta, protože byla zábavnou hrou. Andrea odpověděla, že poslední setkání kvůli závěrečné reflexi. U desáté otázky se oba partneři vyjádřili

shodně, že jim chybělo více společného tvoření (více spolupráce). Oba se také shodli u otázky jedenácté splněným očekáváním.

V poslední otevřené otázce se partneři museli vyjádřit vlastními slova. Měli pojmenovat subjektivní přínos z celého tvoření. Andrea odpověděla: „*Udělal jsem si cíleně čas na sebereflexi a zamyšlení.*“. Miroslav odpověděl: „*Dozvíme se věci, o kterých se běžně nemluví.*“

2. část

Andrea a Miroslav se shodli na osmdesáti procentech výroků. Jejich hodnocení se různilo pouze ve třech případech. Tímto se značně odlišují od Veroniky a Jiřího. Výrok č. 1: Andree se spolupracovalo s partnerem dobře (sedmička), Miroslavovi také (osmička). Nejvýše hodnotili partneři výroky č. 3 a č. 6. Tzn., že raději spolupracovali s druhým (zde Miroslav ohodnotil dokonce desítkou), a že jsme si všimli rozdílů ve výtvarných dílech a myšlenkách, a ty jsme pak pojmenovávali nahlas. Tvrzení o spolupráci potvrdili u výroku č. 7 tím, že neměli rádi samostatnou práci.

Výroky č. 2 a č. 10 byly zaměřené na aktivitu a pasivitu. Andrea se považovala za aktivní (osm) a ne za pasivní (dvě). Zatímco Miroslav přiznal, že aktivitu vyvíjel tak středně (šest) a pasivní byl také středně (pět). Sedmičkou se shodli u výroku č. 11 o interpretacích. Oba si dělali interpretace, které pak (č. 12) vyjadřovali nahlas: Miroslav osm, Andrea sedm. Podobně ohodnotili výrok č. 4, že jsme pojmenovávali pocity a myšlenky: Miroslav sedm, Andrea šest. Zároveň dvojici nedělalo potíže mluvit o svých představách a pocitech (č. 8.). Zajímavé jsou čísla u výroku týkajících se doplňujících otázek (č. 5, č. 14), kde se dvojice opět shodla a zároveň se vyjádřila (trojkou až čtyřkou), že jim otázky nebyly příjemné, ale ani nepříjemné. Výroky zaměřené na komunikaci mezi partnery (č. 9, č. 13, č. 15) partneři ohodnotili průměrně (čtyřkou až pětkou). Zvláště poslední hodnocení výroku, že artefietika měla pozitivní vliv na jejich komunikaci, je důležité: oba dva šestka.

7.2.12 Vyhodnocení dotazníku (interpretace)

1. část

Výsledky dotazníku také potvrdili Vyhodnocení pozorování a (sebe) Reflexe (sekce 7.2.10). Dvojice upřednostňuje spolupráci, která ji i v setkávání chyběla. Především asi Miroslavovi,

kterému přišly nejužitečnější techniky využití v projektu ke spolupráci (kromě imaginace): dramatizace a obrázky. Zatímco Andrea zaškrtila i techniky využití především pro samostatnou práci (malování, koláž). Nejspíše i proto se dvojice shodla na kreativní části setkání jako na nejužitečnější. Miroslav se poté ještě vyjádřil, že nejužitečnější setkání pro něj bylo Naše společná cesta jako zábavná společná hra. Informace o významnosti spolupráce je pro výzkum důležitý.

Výše zmíněné údaje zle potvrdit i přístupem dvojice k reflexi. Vždy jsem musela pokládat řadu doplňujících otázek. Zatímco třeba Veronika si uměla otázky pokládat sama, protože pro ni měla reflexe význam. Ale vzhledem k vyjádření jak Andrey („*Udělal jsem si cíleně čas na sebereflexi a zamyšlení.*“), tak i Miroslava („*Dozvíme se věci, o kterých se běžně nemluví.*“) v poslední otázce, lze soudit, že nakonec reflexi ocenili. Lze tedy usuzovat, že osoba artefietika má ve spolupráci s partnerskými dvojicemi velký význam. Měl by podporovat reflexi a cíleně otázkami směřovat k pojmenování a aktivitě.

2. část

Touha po **spolupráci** (společné hře) se projevila i ve druhé části dotazníku. Spolupráce byla ceněna hodně, zatímco samostatná práce nízko. Velice pozitivní je hodnocení partnerů v **pojmenování myšlenek, pocitů a interpretací**. Stejně tak všimání si a **pojmenování rozdílů** ve výtvarném díle a myšlenkách. Mohu tedy z daných informací usuzovat, že jsme dané aspekty v komunikaci plnili. Zajímavá informace plyne z výroků o **doplňujících otázkách**, které dvojice hodnotila nízko. V podstatě jim nebyly nepříjemné, ale ani příjemné. Potvrzuje se tím informace z první části dotazníku, že dvojici nejvíce bavila výrazová hra (kreativní část), ale reflexe je tolik nezajímala.

7.3 Vyhodnocení výzkumu

Komunikace

I přesto, že se dvojice vzájemně lišily v přístupu i vzájemné interakci, tak se podařilo najít základní aspekty, na které se artefiletik může při práci s partnery soustředit. V podstatě vyvstaly u obou dvojic stejné procesy, jen u Miroslava a Andrey díky větším zkušenostem přibýly nové. Nejdůležitější principy, kterými by se měl artefiletik (vedoucí pracovník) řídit je **pojmenování (ted' a tady) – propojení s každodenním životem – v salutogenetickém smyslu**. U pojmenování zmiňuji „ted' a tady“, protože se s účastníky musíme soustředit především na to, co je tady v tuto chvíli (co ted' cítím, co jsem ted' udělal, proč se mi ted' nechce apod.). Propojení s každodenním životem je potřebné pro uvědomění. Účastník najednou pochopí význam daného problému, chování či pocitu ve svém životě. Salutogeneze pomáhá vše pojmut tak, aby partneři zvládali své emoce (jak negativní, tak i pozitivní). Pojmenování se zdá být určujícím pojmem. A co vše můžeme pojmenovat? Ve výzkumu jsem objevila základní procesy, které by se měly během reflexe pojmenovávat. **Při samostatné práci** a následné reflexi se lze zaměřit na **rozdíly a podobnosti** v myšlení (konkrétní, abstraktní), ve výtvarném díle či v přístupu k práci. **Interpretaci** artefiletik těžko rozezná, stejně jako **očekávání**. Oboje lze přechíst z chování a reakcí partnerů. Pro začátek je nejjednodušší se zaměřit na ta vyslovená a projevená. Účastníka pochválit a všimnout si, zda si nedělá i skrytá. Podobně je tomu tak i s **myšlenkami a pocity**. Někomu se pojmenovávají jednoduše, ale druhému mohou dělat problémy. Artefiletik by měl pokládat jen nenásilné otázky (Co právě cítíte? Jak byste to vyjádřil slovem?) nebo otázkami navádět (Naštvalo vás to? Bojíte se? Vypadá to, že z toho máte radost!). **Existenciální situace a typy** jsem dokázala přechíst až po lepším poznání dvojice. Např. Andrea a Miroslav se často dostávali do situace boje. Nebo jsem si všimla témat, která vytrhují ze všednosti (láska, bezpečí, zrození, život, smrt). **Při spolupráci** platí výše zmíněné. Ovšem přibývají důležité termíny jako **aktivita a pasivita**. Kdo je ve dvojici aktivní? Jak na to ten druhý reaguje? Proč je druhý pasivní? Cílem těchto otázek není nátlak na účastníky, aby měnili své chování, ale aby si pouze uvědomili a pojmenovali své stávající chování. S aktivitou a pasivitou souvisí i **dominance a přizpůsobení** ovšem v mnohem konkrétnější podobě. Často si rozložení sil lze všimnout až po delší spolupráci se dvojicí. Zajímavé je si všimnout především reakcí na dominanci a přizpůsobení (viz Andrey pasivní přijímání dominance). Opět cílem není chování měnit, ale pouze poznat.

Pro lepší orientaci uvádím přehledný výčet jednotlivých pojmů pro pojmenovávání:

1. samostatná práce (zaměřené na sebe)

- a) rozdíly a podobnosti
- b) interpretace
- c) očekávání
- d) existenciální situace a typy.
- e) emoce a myšlenky

2. při spolupráci v podstatě to samé jako u samostatné práce ovšem s několika nadto:

- a) aktivita a pasivita
- b) dominance a přizpůsobení

Druhá část dotazníku zaměřená především na komunikaci potvrzuje výše zmíněné informace. Aktivita i pasivita souhlasila s pozorováním dvojice. Pojmenování emocí, interpretací a rozdílů bylo vždy kladně hodnoceno. Partneři hodnotili vliv artefiletiky na jejich komunikaci jako pozitivní. Splnila jsem tedy cíl práce nalezením procesů podporujících komunikaci s využitím artefiletiky.

Cílovou skupinu sezdaných dvojic s dětmi hodnotím kladně. Manželé, kteří mají děti, na sebe nemají tolik času a málokdy zbývá prostor pro práci na vztahu. Kladné ohlasy ze stran účastníků (zpětná vazba, dotazník 1. část) potvrzují, že artefiletika měla pozitivní účinky na komunikaci. Je třeba ale zmínit, že jsem pracovala se specifickou skupinou. Pro tuto skupinu se potvrdila hypotéza, že artefiletiku lze využít v práci s partnerskými dvojicemi k posílení vzájemné komunikace.

Artefiletická práce s partnerskými dvojicemi je specifická svým skupinovým složením. Artefiletická skupina většinou tvoří osoba artefiletika a nejméně tři účastníci. V našem případě jsem jako artefiletik utvářela malou artefiletickou skupinu jako „skoroúčastník“, a proto jsem si musela pečlivě hlídat hranice. Zároveň jsem se zapojovala mnohem více, nežli bývá u artefiletika obvyklé. Mým úkolem bylo podněcovat, motivovat a vystupovat aktivně. Také jsem reflektovala, zapojovala se do tvorby či cvičení. Reflexi jsem se snažila směřovat k pojmenování a následnému propojování s každodenním partnerským životem. Jelikož jsem potřebovala data k výzkumu, tak jsem pokládala řadu otázek a aktivizovala jsem dvojici ke komunikaci. Tím se

zároveň partneři učili, jak má reflexe vypadat. Proto se nejspíše zlepšovala schopnost reflexe v průběhu setkávání.

Rizika vyhodnocení

Při vyhodnocování dat je nutné počítat s riziky, neboli negativními faktory, které ovlivňovaly výzkum. Jedním z nejdůležitějších je mé subjektivní hodnocení, pohledy apod. Jak jsem již zmínila, tak jsem se do práce s partnery musela více zapojovat. Byla jsem vtažena do procesu, ze kterého nelze mít úplně jasný nadhled. Za další riziko výzkumu považuji prostory. Scházení se v místě bydliště dvojice nebylo ideální, protože nás často rušily děti. Další rizika nebylo možné ovlivnit, např. fyzický či duševní stav partnerů, ale je užitečné s nimi počítat.

Využití pro další výzkum (praxi)

Výzkum je velice dobře využitelný i pro další projekty nejen jako inspirace, ale také jako návod pro „lepší“ provedení projektu. Proto tento účel byla zaměřená první část dotazníku. Původně jsem si myslela, že spolupráce bude stejně dobře využitelná jako samostatná práce. Ale během výzkumu se z výsledků i ze zpětných vazeb ukázalo, že pro partnerskou komunikaci má mnohem větší užitek **spolupráce**. Do projektu je možné zapojit i samostatnou práci, ale co nejvíce ji propojovat se spoluprací, kde vznikají konfrontace. Samostatná práce může být záminka pro pasivitu či dobrým přítelem pro únik od komunikace.

Při výběru partnerských dvojic existuje nejspíše vždy riziko spojené s **motivací**. Málokdy budou do projektu nadšení oba. Jeden z dvojice může být často přesvědčen pod nátlakem nebo zkrátka jen vyhoví svému partnerovi. Nikdy asi nelze zaručit motivaci obou partnerů, ale je třeba s tímto aspektem počítat.

Dle pozorování i dotazníku zle říci, že **start** je pro sezdané dvojice s dětmi velmi užitečný. Jak napsala Veronika, tak si stihli říci tolik, kolik si během týdny říct nestihli. Navíc partner řekne třetímu člověku jiné věci a také jinak. Proto je dobré nechat partnerům čas na vypovídání. Dát samozřejmě také najevo zájem. Artefietik rozhovor usměřňuje a ukončuje ve chvíli, kdy se příliš vymyká.

Velmi dobře využitelnou technikou se ukázala **hlína** a také **dramatizace**. Nejspíše pro jejich názornost. Ze zpětné vazby v dotazníku účastníci zmiňují právě hlínu, dramatizaci, výběr obrázků a také imaginaci.

Při realizaci se objevily určité **negativní faktory** jako: děti rušící průběh setkání pláčem či svou přítomností, fyzický stav účastníků a můj fyzický stav i nálada. Některé faktory se nedají ovlivnit, ale přítomnost dětí by bylo potřeba omezit. Myslím si, že pozitivní účinek na práci by mělo jiné neutrální místo. (viz Rizika vyhodnocení výše)

Závěr

Z výsledků výzkumu odvozuji, že artefiletiku lze využít v práci s partnerskými dvojicemi k posílení vzájemné komunikace, s nimiž jsem spolupracovala. Tento svůj závěr čerpám především z dosažených cílů a také ze zpětné vazby v dotazníku (z 1. části), kde partneři vyjadřují svou spokojenost s metodou, a kde vlastně hodnotí celý praktický projekt. Prostřednictvím kvalitativního výzkumu, ve kterém jsem pracovala se dvěma páry (dvě případové studie), jsem pozorovala a reflektovala dění. Ze získaných dat jsem rozkódovala nejdůležitější procesy, které jsem zpracovala v jednotlivých analýzách. Analýzy jsem interpretovala a konfrontovala s informacemi získanými z dotazníku. Ve výsledku jsem získala ověřitelná data, která jsou použitelná pro další výzkum nebo praxi. Hlavní cíl výzkumu jsem tedy naplnila. Zanalyzovala jsem procesy podporující komunikaci, které by měly v důsledku zlepšovat komunikaci. Hlavními procesy jsou **pojmenování – propojení s každodenním životem – salutogeneze**. Pojmenovávat můžeme v samostatné práci: rozdíly a podobnosti, interpretace, očekávání, pocity a myšlenky, existenciální situace a typy (ty byly cíleně sledované). Při spolupráci ty samé procesy, ale s dalšími navíc: aktivita a pasivita, dominance a přizpůsobení. Vše je vždy potřeba propojit s každodenním životem v salutogenetickém smyslu. Za další přínos práce považuji doporučení pro další praxi či výzkum, které vyplynuly ze spolupráce s dvojicemi, z jejich i z mé sebereflexe a především z dotazníku (1. část). Při tvorbě projektu pro partnerské dvojice by měl artefiletik věnovat pozornost motivaci obou účastníků. Dále by měl zajistit vhodné prostory. Možné je i bydliště dvojice, ale vždy bez jakéhokoliv kontaktu s dětmi. Což neutrální prostor mimo bydliště ulehčuje. Co se týká průběhu jednotlivých setkání, tak by měl dát dostatek prostoru partnerům při startu. Dále tvořivou část pokud možno co nejvíce zaměřit na spolupráci dvojice. Přičemž by mohl využít zvláště hlínu a dramatizaci díky své názornosti. Spolupráci považuji za nejdůležitější bod, protože podporuje konfrontace partnerů. Samostatná práce má také svůj význam především v zamyšlení nad svou komunikací, nad svým světem, ale je potřeba zaměřit se na riziko toho, že účastník bude využívat samostatnou práci jako únik.

Význam práce ale přesahuje vytyčené cíle a dotýká se samotných partnerů ba dokonce až palčivých současných témat. Veronika vyjádřila krásně, co pro ni účast na projektu znamenala, a jaký přínos jí dal: „*Zejména sebepoznání, ale i zprostředkování poznání pro mého partnera, protože já bych ho nikdy nedovedla přimět (ani nevím, jestli by mě to napadlo), aby se nad věcmi, které společným prožitkem vyvstaly a byly poznány, zamyslel. Navíc zamyšlení vede k vymlouvání a sebeobhajování, ale výsledek prožitku je daný. Je to pocit, který je v onu chvíli definitivní, přestože může být časem přeměněn díky práci na sobě samém.*“ Chci tím naznačit,

že oblast mezilidských vztahů a především těch partnerských je v dnešní době velice aktuální téma. Partneři neumějí často řešit své problémy a leckdy se neumějí ani domluvit. Komunikace tvoří celý náš život, je nástrojem, který nám pomáhá dorozumět se a ne naopak. Po celou dobu projektu jsem následovala myšlenku vyjádřených informací aneb „*co mi neřekneš, nemohu vědět*“. Myslím si, že samotný projekt, jeho realizace i výstupy z něj jsou přínosem pro oblast partnerské komunikace ať už pro samotné artefiletiky, nebo např. partnerské poradce či terapeutky. Artefiletika má velký potenciál pro využití v partnerské oblasti a já doufám, že jsem položila základ pro další práci.

Možná budoucí rozšíření

Protože se jedná o opravdu ne moc prozkoumanou oblast, tak jsou možnosti pro rozšíření a další práci široké. Tento výzkum byl krátký a nebylo v mých silách zaměřit se např. na konflikty, které by jistě při dlouhodobé práci s dvojicemi vyvstaly. Já jsem se jimi nezabývala, ale je to jistě zajímavé téma pro další výzkum.

Jelikož jsem výzkumem podala potřebné informace pro praktickou práci, tak by se navazující výzkum mohl orientovat např. na rozdíly komunikace mezi partnery, kteří jsou spolu jeden rok, kteří jsou spolu déle než pět let a manželské dvojice s dětmi.

Během výzkumu mě mnohokrát napadlo, jak zajímavé by bylo setkávání s více páry najednou, kde by vynikly specifika každého páru. Zda by se komunikace podobala důvěrné práci jednoho páru s artefiletikem či ne.

Seznam literatury

- [1] ANON, Dotazník-online: jak na dotazník. [online]. [cit. 2012-05-11]. Dostupné z <http://www.dotaznik-online.cz/>
- [2] ANTONOVSKY, Aaron. *Unraveling the mystery of health: how people manage stress and stay well*. New York: John Wiley & Sons Inc, 1987, 238 s. ISBN 978-1555420284.
- [3] BRESLER, Liora. Imitative, Complementary and Expansive: Three Roles of Visual Arts Curricula. *Studies in Art Education: A Journal of Issues and Research*. 1994, roč. 35, č. 2, s. 90-104.
- [4] CAMPBELLOVÁ, Jean. *Techniky arteterapie: ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Praha: Portál, 1998, 199. ISBN 80-7178-204-1.
- [5] FISHER, B. Aubrey. *Perspectives on human communication*. New York: Macmillan, 1978, 356 s. ISBN 00-233-7990-1.
- [6] HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál, 2005, 408 s. ISBN 80-7367-040-2.
- [7] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada - Avicenum, 1994, 190 s. ISBN 80-716-9121-6.
- [8] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Konflikty mezi lidmi*. Praha: Portál, 2002, 189 s. ISBN 80-717-8642-X.
- [9] MAŇÁK, Josef, Štefan ŠVEC a Vlastimil ŠVEC. *Slovník pedagogické metodologie*. Brno: Paido, 2005, 134 s. ISBN 80-210-3802-0.
- [10] MATĚJKOVÁ, Jana. Kam se; ptáčku; kam schováš?. *Informatorium*. 2002, roč. 9, č. 9, s. 15-17.
- [11] Cooperation. MERRIAM-WEBSTER INC. *Merriam-Webster Online Dictionary* [online]. 2012 [cit. 2012-06-19]. Dostupné z: <http://www.merriam-webster.com/dictionary/cooperation>
- [12] PELCÁK, Stanislav. Úvod do psychologie zdraví: Soubor základních přednášek 2005 - 6. In: [online]. [cit. 2012-05-11]. Dostupné z: pdf.uhk.cz/ksop/UPZ.doc
- [13] PLAŇAVA, Ivo. *Jak (to) spolu mluvíme: (psychologie dorozumívání i nedorozumění mezi lidmi)*. Brno: Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, 1992, 130 s. ISBN 80-210-0412-6.
- [14] PLAŇAVA, Ivo. *Průvodce mezilidskou komunikací: přístupy - dovednosti - poruchy*. Praha: Grada, 2005, 146 s. ISBN 80-247-0858-2.
- [15] PRAŠKO, Ján. *Asertivita v partnerství*. Praha: Grada, 2005, 235 s. Psychologie pro každého. ISBN 80-247-1246-6.
- [16] REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada Publishing, 2009, 192 s. ISBN 978-80-247-3006-6.

- [17] ROESELLOVÁ, Věra. Poslední je artefiletika. *Talent*. 2001, roč. 3, č. 3, s. 12-15.
- [18] ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998, 268. ISBN 80-85931-48-6.
- [19] SLAVÍK, Jan. Artefiletika - reflektivní pojetí výtvarné výchovy. *Výtvarná výchova*. 2004b, roč. 44, č. 1, s. 13-16.
- [20] SLAVÍK, Jan a Helena JIRÁKOVÁ. Artefiletika: o radosti z tvorby; která inspiruje k poznávání. *Moderní vyučování: Časopis pro nové programy v českém základním školství*. 2006, roč. 12, č. 3, s. 3-5.
- [21] SLAVÍK, Jan. Mezi arteterapií a výtvarnou výchovou. *Výtvarná výchova*. 1994/95, roč. 35, č. 2, s. 19-20.
- [22] SLAVÍK, Jan. *Od výrazu k dialogu ve výchově: artefiletika*. Praha: Univerzita Karlova, 1997, 199 s. ISBN 80-718-4437-3.
- [23] SLAVÍK, Jan. *Umění zážitku, zážitek umění: teorie a praxe artefiletiky 1. díl*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2001, 281 s. ISBN 80-729-0066-8.
- [24] SLAVÍK, Jan a Petr WAWROSZ. *Umění zážitku, zážitek umění: teorie a praxe artefiletiky 2. díl*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2004, 303 s. ISBN 80-729-0130-3.
- [25] SLAVÍKOVÁ, Vladimíra, Jan SLAVÍK a Sylva ELIÁŠOVÁ. *Dívej se, tvoř a povídej! artefiletika pro předškoláky a mladší školáky*. Praha: Portál, 2007, 194 s. ISBN 978-80-7367-322-2.
- [26] STIBUREK, M. Arteterapie, artefiletika - podoby, obsah, hranice, role, cíle. In SLAVÍK, J. (Ed.) *Současná arteterapie v České republice a v zahraničí*. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2000. s. 33-47. ISBN 80-7290-004-8.
- [27] ŠVARÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách: pravidla hry*. Praha: Portál, 2007, 384 s. ISBN 978-80-7367-313-0.
- [28] VELKÝ VŮZ, o.s. *Artefiletika* [online]. [cit. 2012-03-21]. Dostupné z: <http://www.artefiletika.cz/>
- [29] VOSEČKOVÁ, Alena. *Psychologie zdraví a duševní hygiena*. [online]. 2003, s. 273-275 [cit. 2012-05-11]. Dostupné z: http://www.pmfhk.cz/VZL/VZL6_2003/04.pdf
- [30] VYBÍRAL, Zbyněk. *Psychologie komunikace*. Praha: Portál, 2005, 319 s. ISBN 80-717-8998-4.
- [31] WATZLAWICK, Paul, Janet Beavin BAVELASOVÁ a Don D. JACKSON. *Pragmatika lidské komunikace. Interakční vzorce, patologie a paradoxy*. Hradec Králové: Konfrontace, 1999, 243 s. ISBN 80-860-8804-9.
- [32] ZÁVORA, Jiří. *Salutogenetický charakter artefiletiky*. [online]. [cit. 2012-05-11]. Dostupné z: <http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=77>

Seznam příloh

Příloha č. 1: Smích – Veronika (první setkání), (obrázek)

Příloha č. 2: Smích – Jiří (první setkání), (obrázek)

Příloha č. 3: Tělo – Veronika (druhé setkání), (obrázek)

Příloha č. 4: Tělo – Jiří (druhé setkání), (obrázek)

Příloha č. 5: Naše společná cesta – Veronika (třetí setkání), (obrázek)

Příloha č. 6: Naše společná cesta – Jiří (třetí setkání), (obrázek)

Příloha č. 7: Příběhy – Veronika a Jiří (čtvrté setkání), (fotografie)

Příloha č. 8: Obtisky – Veroniky a Jiří (páté setkání), (fotografie)

Příloha č. 9: Obtisky – výtvar Veroniky a Jiřího „Milenci nad studánkou“ (páté setkání), (fotografie)

Příloha č. 10: Postavíme společně dům – Veronika (šesté setkání), (obrázek)

Příloha č. 11: Postavíme společně dům – Jiří (šesté setkání), (obrázek)

Příloha č. 12: Postavíme společně dům – společný výtvar Veroniky a Jiřího (šesté setkání), (obrázek)

Příloha č. 13: Semínko – Veronika (sedmé setkání), (obrázek)

Příloha č. 14: Semínko – Jiří (sedmé setkání), (obrázek)

Příloha č. 15: Obtisky: Vejce Andrey a Miroslava, (fotografie)

Příloha č. 16: Vzor dotazníku, (dotazník)

Přílohy

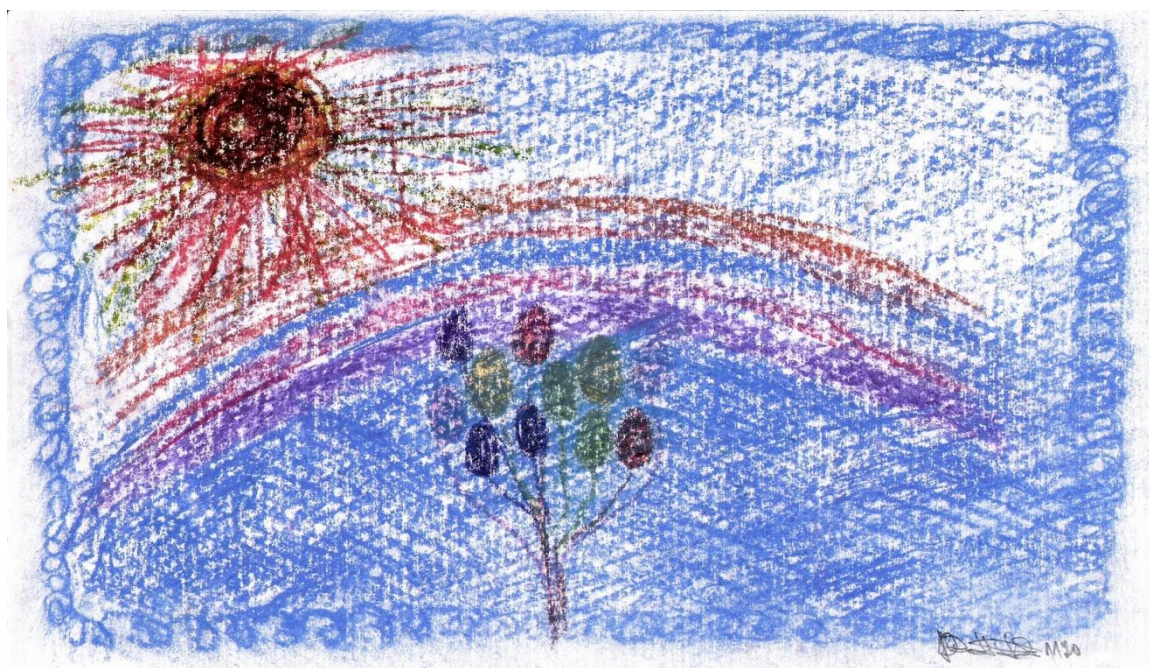
Příloha č. 1

Smích – Veronika (první setkání)



Příloha č. 2

Smích – Jiří (první setkání)



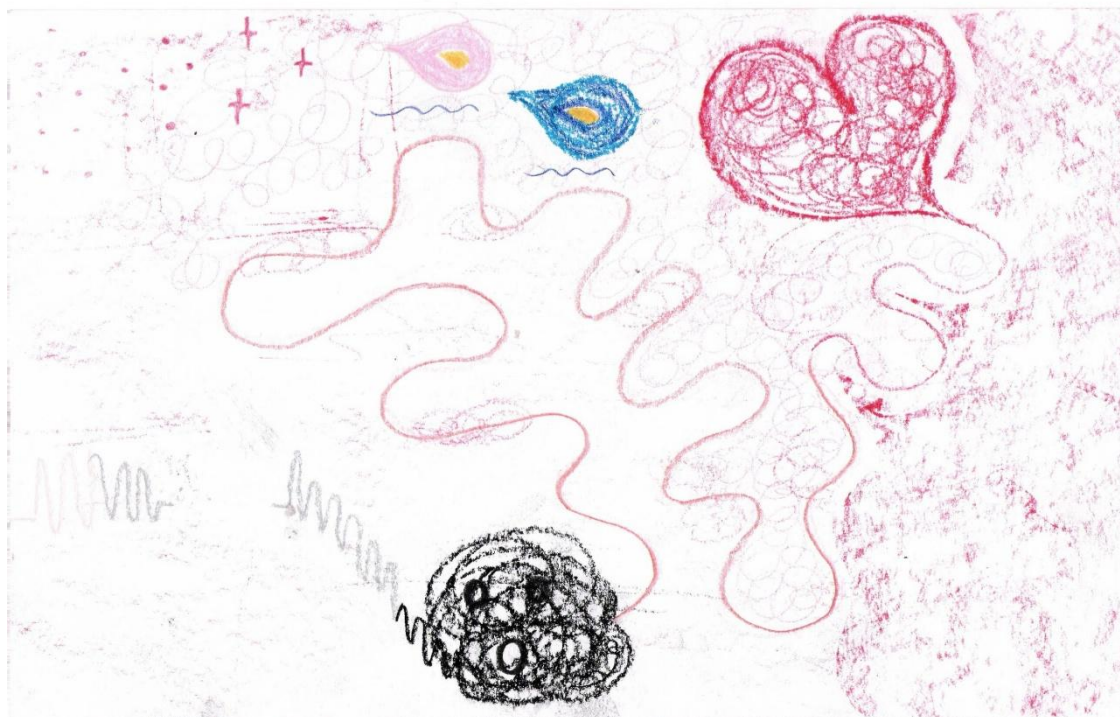
Tělo – Veronika (druhé setkání)



Tělo – Jiří (druhé setkání)

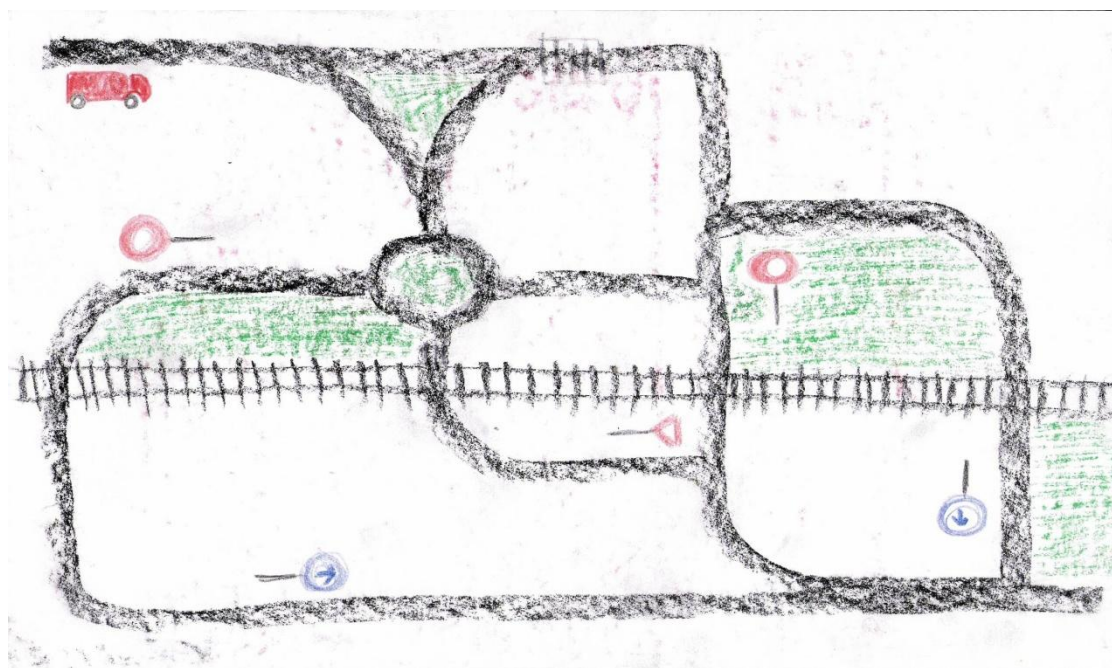


Naše společná cesta – Veronika (třetí setkání)



Příloha č. 6

Naše společná cesta – Jiří (třetí setkání)



Příběhy – Veronika a Jiří (čtvrté setkání)



Příběhy – Veronika a Jiří (čtvrté setkání)



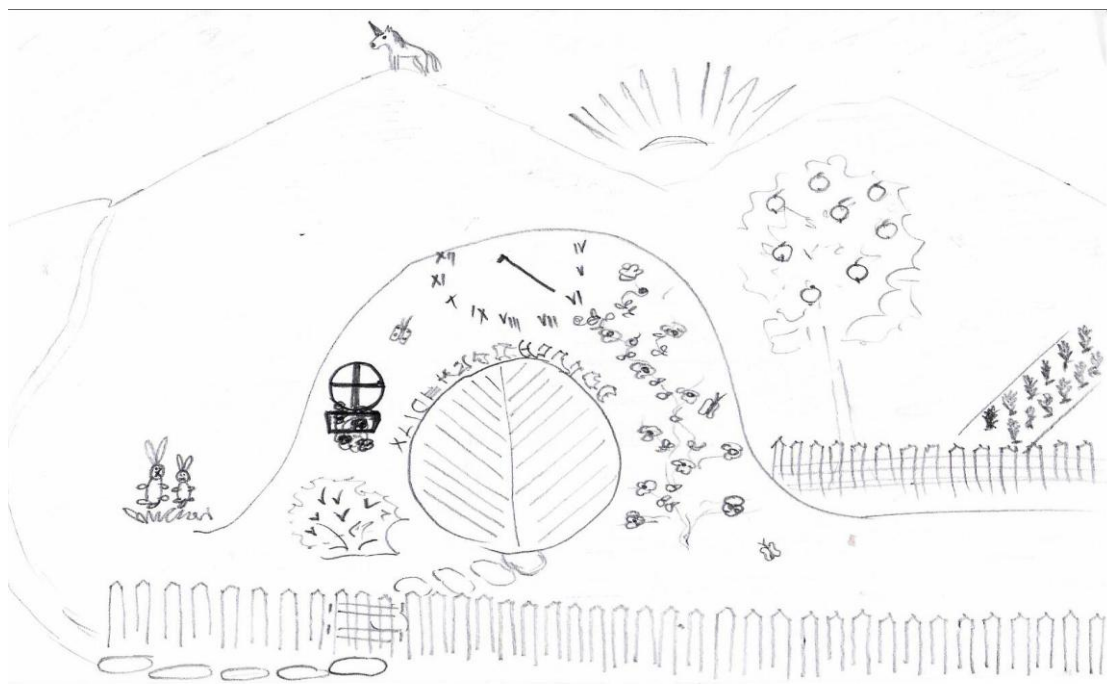
Obtisky – Veroniky a Jiří (páté setkání)



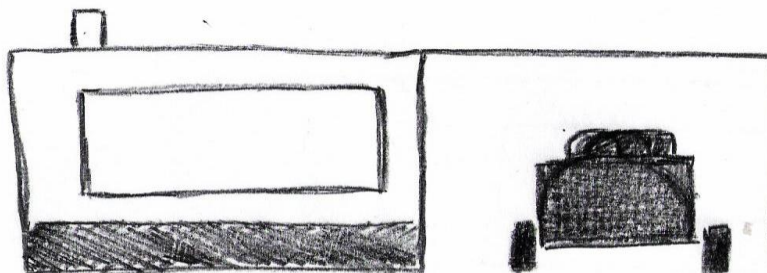
Obtisky – výsledný výtvar Milenci nad studánkou (páté setkání)



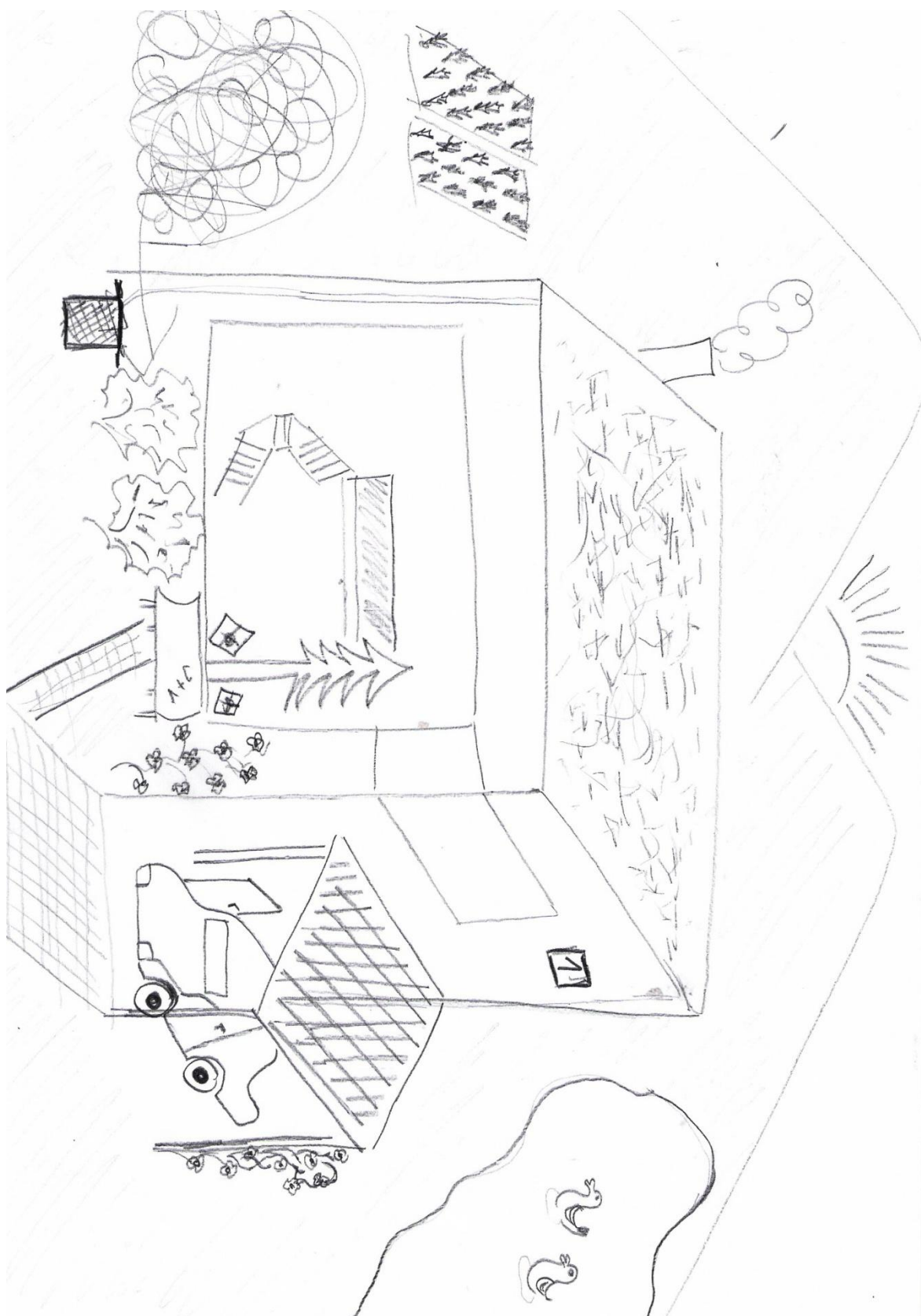
Postavíme společně dům – Veronika (šesté setkání)



Postavíme společně dům – Jiří (šesté setkání)



Postavíme společně dům – společný výtvar Veroniky a Jiřího (šesté setkání)

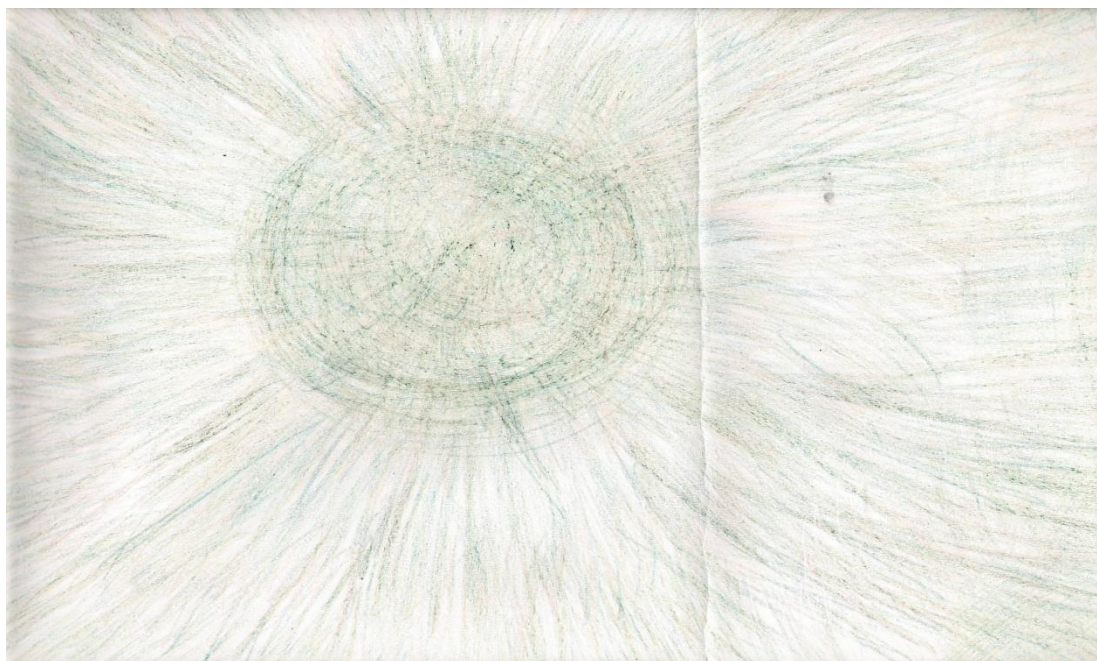


Semínko – Veronika (sedmé setkání)



Příloha č. 14

Semínko – Jiří (sedmé setkání)



Obtisky: Vejce Andrey a Miroslava



Vzor dotazníku

1. část

Jméno:

Věk:

Pohlaví: žena – muž

1) Účastnili jste se již v minulosti něčeho podobného (sebepoznávacích, kreativních aktivit)?

a) ano

b) ne

c) částečně

2) Jaká byla Vaše motivace pro účast na tomto projektu? (vyjádřete se prosím vlastními slovy)

3) Mohu říci, že jsem byl spokojený s touto metodou.

- a) ano
- b) ne
- c) částečně

4) Nejvíce mi vyhovovala technika:

- a) malování
- b) lepení koláže
- c) hlína
- d) dramatizace
- e) imaginace
- f) obrázky a jejich příběhy
- g) jiné:

5) Na co jste se především soustředili během spolupráce s partnerem?

- a) na sebe a své myšlenky
- b) na partnera
- c) na nic (nechtělo se mi přemýšlet)
- d) jiné:

6) Nejužitečnější část považuji:

- a) povídání (úvodní, doplňující otázky během tvoření)
- b) tvoření (kreativní část)
- c) závěrečná reflexe
- d) jiné:.....

7) Cítili jste po skončení jednotlivých setkání jakékoliv sblížení s partnerem?

- a) ano
- b) ne
- c) částečně
- d) jiné:

8) V čem spatřujete subjektivní přínos společného tvoření? (lze zaškrtnout více možností)

- a) dozvěděla jsem se něco nového o sobě
- b) dozvěděla jsem se něco nového o partnerovi
- c) vždy jsem si odpočinul/a
- d) použil/a jsem nové výtvarné, tvořivé techniky
- e) jiné:

9) Které setkání (1.- 8.) Vám připadalo nejužitečnější a proč? (vyjádřete se prosím vlastními slovy)**10) Chybělo Vám něco při spolupráci a tvoření?**

- a) ano
- b) ne
- c) jiné:

Pokud ano, vyjádřete se prosím vlastními slovy:

11) Byla naplněna Vaše očekávání?

- a) ano
- b) ne
- c) jiné:

Pokud ne, vyjádřete se prosím vlastními slovy:

12) Zkuste prosím blíže pojmenovat subjektivní přínos z celého tvoření. (vyjádřete se prosím vlastními slovy):

2. část

Následující výroky prosím ohodnoťte od jedničky do desítky s tím, že jednička znamená nejmenší hodnocení (ne) a desítka největší (ano).

- 1) Při spolupráci se mi s partnerem komunikovalo dobře:
- 2) V komunikaci jsem byl/a aktivní:
- 3) Raději jsem spolupracovala s partnerem:
- 4) Pojmenovávali jsme často pocity a myšlenky:
- 5) Doplnující otázky mi byly nepříjemné:
- 6) Všimli jsme si rozdílů ve výtvarných dílech i myšlenkách a ty jsme pak pojmenovali nahlas:
- 7) Raději jsem pracovala samostatně:
- 8) Mluvit o svých představách a myšlenkách mi dělalo potíže:
- Pokud ano, napište prosím, jak jste tuto situaci řešil/a:
- 9) Pochopila jsem, jak s partnerem lépe komunikovat:
- 10) V komunikaci jsem byl/a pasivní:
- 11) Při reflexi (povídání o procesu) jsem tvořil/a interpretace či domněnky o partnerovo jednání, slovech či výtvarném díle:
- 12) Své interpretace a domněnky jsem pak vyjádřil/a nahlas:
- 13) Po setkání jsme byli s partnerem sblížení a lépe se nám komunikovalo:
- 14) Doplnující otázky mi byly příjemné:
- 15) Vliv artefietiky měl pozitivní účinky na naši komunikaci: