

VYUŽÍVÁNIE ARTETERAPIE U JEDNOTLIVCOV S PORUCHOU AUTISTICKÉHO SPEKTRA

THE USE OF ART THERAPY IN INDIVIDUALS WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER

Martina Magová

ABSTRAKT

Príspevok sa zaoberá využívaním arteterapie u jednotlivcov s poruchou autistického spektra (PAS). V príspevku sa zameriavame predovšetkým na oblasť komunikácie a socializácie u daných jednotlivcov. Zámerom je poukázať na využívanie arteterapie u jednotlivcov s PAS, ako vhodného prostriedku smerom k ich expresivite. Ďalej v príspevku poukazujeme aj na osobitosti, ktoré súvisia s problémovými oblasťami, vzhľadom na spracovanie niektorých podnetov u žiakov s PAS vo vzťahu k arteterapii.

Kľúčové slová: Porucha autistického spektra. Arteterapia. Komunikácia. Sociálne vzťahy.

ABSTRACT

The paper deals with the use of art therapy in individuals with autistic spectrum disorder (ASD). The contribution focuses mainly on the area of communication and socialization of individuals. The intention is to point out the use of art therapy in individuals with ASD as a suitable means towards their expressivity. Furthermore in the contribution, we also point out the specificities related to the problem areas, given the processing of some stimuli in pupils with ASD in relation to art therapy.

Key words : Autistic spectrum disorder. Art therapy. Communication. Social relations.

Úvod

Teoretickým a praktickým zázemím pre uplatňovanie a výklad výchovného efektu expresie sú všetky expresívne odbory alebo expresívne výchovné prístupy. Jedná sa teda o odbory alebo expresívne prístupy, ktoré stavajú na princípoch umeleckej tvorby a komunikácie (Jedlička, 2014). Komunikácia je jednou z porúch triády autistického spektra, ktorá je výrazne narušená. Problémy v komunikácii sú úzko prepojené aj s problémami v sociálnej interakcii jednotlivcov s PAS. Cez arteterapiu vieme u jednotlivcov s PAS podporiť tieto zručnosti a dávame im príležitosť na expresivitu.

Jednotlivec s poruchou autistického spektra

Pervazívne vývinové poruchy (angl. Pervasive Developmental Disorders) patria k najzávažnejším poruchám mentálneho vývinu. Terminus technikus pervazívna poukazuje na skutočnosť, že vývin je širokospektrálne narušený (v mnohých smeroch). V dôsledku vrodeného postihnutia mozgových funkcií, ktoré umožňujú dieťaťu komunikáciu, sociálnu interakciu a symbolické myslenie (fantáziu), dochádza k tomu, že vzhľadom na spomenuté postihnutie nedokáže vyhodnocovať informácie rovnakým spôsobom v porovnaní s rovesníkmi, ktorí sú na rovnakej mentálnej úrovni (Thorová, 2012). Sears (2010) upozorňuje na fakt, že rôznorodosť a variabilita príznakov typických pre pervazívnu vývinovú poruchu je charakteristická tým, že sa môže meniť čo sa týka výskytu a početnosti od dieťaťa k dieťaťu. Pierangelo a Giuliani (2012) definujú autizmus ako vývinové postihnutie, ktoré výrazne ovplyvňuje verbálnu a neverbálnu komunikáciu a sociálnu interakciu. Ďalšie charakteristiky, ktoré sú často spojené s autizmom sú: vykonávanie opakujúcich sa činností a stereotypných pohybov, nízka odolnosť voči zmenám v životnom prostredí (alebo zmenám v každodenných rutinách) a nezvyčajné reakcie na senzorické skúsenosti. U jednotlivcov s PAS sa využívajú rôzne terapie, ako napr. muzikoterapia, arteterapia, ergoterapia, zooterapie (napr. hipoterapia, canisterapia, delfinoterapia), hydroterapia, terapia hrou.

Arteterapia u jednotlivcov s PAS

Arteterapiu ako expresívnu terapiu môžeme definovať z dvoch rôznych uhľov pohľadu: z širšieho alebo užšieho. V širšom poňatí sa arteterapia stáva zastrešujúcim pojmom pre všetky expresívne terapie, ide teda o využitie akýchkoľvek umeleckých foriem v práci s jednotlivcom. V užšom poňatí arteterapia využíva v práci s jednotlivcom len výtvarné umelecké formy (Potměšilová In Müller a kol., 2014). Arteterapiu môžeme v užšom slova zmysle vymedziť ako aplikáciu prostriedkov výtvarného umenia použitú za účelom pomoci

ľuďom zmeniť ich správanie, myslenie, emócie a ďalšie osobnostné predpoklady spoločensky a individuálne prijateľným smerom (Valenta, Müller, 2007).

Vzhľadom na vyššie uvedenú triádu porúch autistického spektra je arteterapia vhodnou terapiou u daných jednotlivcov. Sme o tom presvedčení predovšetkým z hľadiska cieľov, ktoré má daná terapia plniť. Jedná sa o nasledovné ciele:

- redukcia psychickej tenzie,
- uvoľnenie kreativity pre plnenie ďalších úloh,
- odblokovanie komunikačných kanálov,
- relaxácia, odreagovanie a uvoľnenie sa ,
- interakcia osobnostných zložiek,
- celková socializácia osobnosti,
- úprava ašpirácie,
- nácvik sebareflexie, sebaovládania a vôle (Valenta, Müller, 2007).

U detí s poruchou autistického spektra je spoločná triáda problémových oblastí, a to: komunikácia, sociálne správanie a imaginácia spojená so stereotypným okruhom záujmov. Kvalita **komunikácie** býva u osôb s PAS silno narušená, reč sa nemusí vôbec objaviť alebo je nefunkčná a zvláštna. Problémy v komunikácii u osôb s PAS sa objavujú v mnohých oblastiach, napríklad v začatí či udržaní konverzácie, v opakovaní slov či viet, rigidita v témach rozhovoru, v oslovovaní samého seba treťou osobou, v neudržiavaní očného kontaktu, v absencii schopnosti porozumieť novým kombináciám slov v konkrétnych životných situáciách, osoby s PAS majú problém používať slová v inom význame ako v tom, v ktorom ich pôvodne počuli, nechápu komunikáciu ako prostriedok k dosiahnutiu cieľa (komunikácia býva nahrádzaná úchopom ruky druhej osoby a jej privedením k cieľu (Bazalová, 2012). Práve vzhľadom na problémy, ktoré sú v oblasti komunikácie, Šicková - Fabrici (2002) uvádza, že výtvarný prejav detí s PAS je charakteristický snahou o kompenzáciu absentujúcej verbálnej komunikácie. V rámci aplikovania arteterapie u žiakov s PAS je považovaný za najdôležitejší cieľ práve nadviazanie kontaktu s jednotlivcom. Nájdenie spôsobu komunikácie, vytvorenie priestoru dôvery, bezpečia a emocionálneho porozumenia. Dané oblasti sú základom arteterapeutickej práce s jednotlivcom s PAS. Arteterapia vytvára priestor a dáva jednotlivcom s PAS možnosť odkomunikovať pre nich veľmi ťažko vyjadrované emócie, nálady, pocity, potreby, túžby, ale aj vytvára priestor na socializáciu a relax. Nadviazanie kontaktu považujeme za podstatný krok aj z toho dôvodu, že mnohí jednotlivci s PAS pri arteterapeutickej práci v začiatkoch odmietajú alebo iba sledujú,

čo robí terapeut a nezapájajú sa do činnosti. Ďalším dôležitým krokom je spôsob komunikácie. Terapeut by sa mal oboznámiť s metódou a spôsobom ako komunikovať s jednotlivcom s PAS, resp. dodržať model komunikácie v danom prostredí (vizualizácia), pretože nepochopenie a neporozumenie výtvarnej techniky, pokynov, postupov, významu predlohy, môže byť spúšťačom neadekvátneho správania, stereotypov, úzkosti a nechoty spolupracovať (Bošňáková, 2012). Vzťahy medzi verbálnou a neverbálnou zložkou komunikácie hrajú výraznú rolu pri pozorovaní a interpretácii. Ak chce príslušný odborník zmysluplne využiť neverbálnu zložku komunikácie, musí vedieť rozpoznať a aplikovať aspoň jej základnú dimenziu bežne sa prejavujúcu vo väčšine sociálnych interakcií. Predovšetkým by mal byť schopný analyzovať neverbálne signály v kontexte sociálnej situácie, v ktorej prebehli. Ďalej by mal vedieť rozlíšiť jednotlivé komunikačné úrovne a celky. Súčasťou priebehu neverbálnej komunikácie je jej členenie na formálne úrovne (od jednoduchého gesta, až po komplexy neverbálneho správania) a významové celky. Pre porozumenie je preto dôležité vedieť určiť, či sa jedná o samostatné inštrumentálne gesto s čiastkovým významom, alebo sa pomocou gesta adaptujeme na vzniknutú situáciu (Müller a kol., 2014).

Problémy v rámci **sociálnej interakcie** sú jedným z hlavných problémov u všetkých ľudí s autizmom. Dané problémy v oblasti sociálnej interakcie sú dosť závažné na to, aby ľuďom s autizmom spôsobovali vážne problémy v každodennom živote. Sociálne problémy sú často spojené s ostatnými oblasťami deficitu, napr. komunikačné zručnosti, nezvyčajné správanie a záujmy. Ako príklad sa dá uviesť neschopnosť viesť konverzáciu, jedná sa zároveň o sociálny aj komunikačný problém (Pierangelo a Giuliani, 2012). Medzi ciele arteterapie smerom k rozvoju sociálnych zručností zaraďujeme:

- uvedomovanie si, uznanie a ocenenie druhých,
- spolupráca, zapojenie sa do skupinovej činnosti,
- komunikácia,
- zdieľanie problémov, skúseností,
- objavovanie univerzálnosti, jedinečnosti jednotlivca,
- porozumenie vlastného vplyvu na druhých a na vzťahy,
- spoločenská podpora a dôvera,
- objavovanie skupinových tém (Potměšilová In Müller a kol., 2014).

Kováčová, Zentko, Tuřák Krčmáriková (2017, s. 111) uvádzajú, že „v rámci spolupráce je očakávaná interakcia, ktorá je základným procesom umožňujúcim existenciu ľudskej spoločnosti. Proces arteterapeutickej interakcie je mnohodoménne podmienený

faktormi prostredia, situáciou i osobnosťou účastníkov (klientov), pozostávajúca z troch zložiek, a to: zo sociálnej percepcie a poznávania ľudí; z komunikácie (jazyk, symboly, gestá, signály) a zo spätno-väzbovými vplyvmi. Interakcia zo sociálneho hľadiska s platnosťou na arteterapeutickú interakciu vyjadruje viacero sociálnych motívov, vytvára a vymedzuje referenčný rámec sociálnej komunikácie, ktorá sa uskutočňuje formou procesu vzájomných vzťahov, kontaktov a výmeny hodnôt“. Pri cieľoch arteterapie, ktoré sú zamerané na sociálnu interakciu, je dôležité si uvedomiť, nakoľko sú jednotlivci s PAS schopní pracovať v skupinovej arteterapii. Jedná sa o to, či im vyhovuje skupinová arteterapia alebo im vyhovuje, vzhľadom na ich komunikáciu a sociálne vzťahy, skôr individuálny prístup. Ak sa jednotlivec prejavuje agresívne alebo autoagresívne, je vhodné pracovať individuálne, alebo je možné vyskúšať pracovať vo dvojici ak sa jednotlivci s PAS znášajú a vyhovujú si, a to za predpokladu nadviazania kontaktu, komunikácie a vytvorenia pocitu bezpečia (Bošňáková, 2012). Skupinová a individuálna arteterapia využíva rôzne výtvarné techniky, ktoré sú prispôbené veku, schopnostiam a individuálnym preferenciám jednotlivcov s PAS. Z množstva výtvarných techník sa najčastejšie využíva tematická alebo voľná maľba, kaširovanie, koláž, jednoduchá grafika (linoryt), vosková batika. Niektorí jednotlivci bez tvorivého potenciálu môžu postupovať podľa naučených štruktúrovaných šablón, ktoré im prinášajú rovnakú radosť ako jednotlivcom, ktorí pracujú s kreativitou. Mnoho jednotlivcov s PAS kreslí veľmi originálne (Thorová, 2012). Ich diela sú častokrát veľmi osobité a originálne, nakoľko prostredníctvom nich vyjadrujú svoj pohľad na realitu.

Jednotlivci s poruchou autistického spektra majú výrazné problémy v mnohých oblastiach. Z tohto dôvodu je využívanie prvkov arteterapie veľmi vhodným spôsobom ako eliminovať niektoré z týchto problémov. Bazalová (2012) tvrdí, že arteterapia má veľmi dôležité miesto v živote jednotlivcov s PAS. Ako uvádza Šicková - Fabrici (2002) arteterapia má u jednotlivcov s PAS široké pole pôsobnosti nakoľko u nich absentujú sociálne vzťahy, verbálna komunikácia je na nedostatočnej úrovni, resp. úplne absentuje, vzory správania sú veľmi obmedzené, telesný kontakt je často odmietaný, v prejavoch správania dominujú stereotypy a rituály. Arteterapeutická činnosť je priestorom vyjadriť nahromadené pocity, ktoré inak nedokážu jednotlivci s PAS vyjadriť, pretože si proces myslenia a emócií neuvedomujú. S tým súvisí aj výber témy a výtvarnej techniky, ktorá je prepojená s ich stereotypnými záujmami. Objekty, ktoré súvisia s ich záujmami, vedia zobrazit' s precíznosťou a stereotypom (Bošňáková, 2012). Arteterapeutický program je pre niektorých jednotlivcov s PAS veľmi prínosným. Podporuje rozvoj mentálnych funkcií. Význam pre

psychický rozvoj má sám proces tvorenia, ktorý umožňuje sebvýjadrenie, navodzuje príjemný pocit uvoľnenia a prináša radosť z výsledku (Thorová, 2012).

Nakoľko majú žiaci s PAS dysfunkcie v sensorických oblastiach, je potrebné zamerať sa aj na túto zložku v rámci využívania prvkov arteterapie. U jednotlivcov s PAS je dôležité brať ohľad na ťažkosti so spracovávaním zmyslových vnemov. Mozog jednotlivca s autizmom nedokáže filtrovať mnohonásobné zmyslové vnemy, t. j. čo vidí, čo počuje, čo cíti (Notbohm, 2013). Jednotlivci s autizmom majú ťažkosti so spracovávaním zmyslových informácií, čo sa premieta do ich každodenného fungovania. Majú problémy s precitlivosťou na podnety, alebo sú málo citliví a vyhľadávajú ich, s úrovňou aktivity, emočnou kontrolou, pozornosťou, hrubou aj jemnou motorikou. Prostredníctvom sensorickej integrácie majú možnosť získavať širokú škálu sensorických skúseností a vďaka nim tak rozvíjať aj ostatné zložky osobnosti a ľahšie sa učiť. Osoby s PAS, ktoré majú aj dysfunkcie v sensorickej oblasti, majú *„problémy so školskými aktivitami – ťažkosti s písaním, odmietanie niektorých výtvarných a pracovných činností, správanie sa v lavici, v jedálni, v telocvični“* (Hrčová In Hrčová, Kováčová, Magová, 2018, s. 121). Thorová (2012) uvádza, že u jednotlivcov s PAS sa vyskytujú percepčné poruchy. Odlišnosť vo vnímaní sa dá pozorovať v niekoľkých smeroch:

- zvláštny spôsob vnímania,
- precitlivosť (hypersenzivita), alebo naopak malá citlivosť (hyposenzivita) na zmyslové podnety,
- výrazný záujem až fascinácia určitými sensorickými podnetmi.

Pri arteterapii u jednotlivcov s PAS môžu u nich vznikajú problémy práve pri vnímaní hmatom a vnímaní dotykom. Jednotlivec s PAS sa nechce určitých vecí dotýkať, má intenzívnu nechuť k procedúram spojených s dotykom. Jednotlivci s PAS sú často precitliví na špinavé ruky. Odmietajú preto používať prstové farby, neradi manipulujú s modelovacím materiálom. Ďalej im prekáža manipulácia s vodou, pokiaľ ich ostrieka (Thorová, 2012)., Taktiež nemajú radi dotýkanie sa rôznych materiálov, ktoré sa využívajú v rámci arteterapie.

Záver

Využívanie arteterapie u jednotlivcov s PAS má výrazné opodstatnenie. Daná terapia má pozitívne účinky predovšetkým smerom k rozvíjaniu komunikácie a socializácie. Cez arteterapiu vieme u jednotlivcov s PAS podporiť tieto zručnosti a dávame im prostriedok na

expresivitu. Musíme však brať ohľad na osobitosti, ktoré súvisia s problémovými oblasťami smerom k spracovaniu niektorých podnetov u žiakov s PAS vo vzťahu k arteterapii.

Zoznam použitých bibliografických zdrojov:

BAZALOVÁ, B. *Poruchy autistického spektra v kontextu českej psychopedie*. Brno : Masarykova univerzita, 2012. 278 s. ISBN 978-80-210-5930-6.

HRČOVÁ, J. Senzorické dysfunkcie u detí s poruchou autistického spektra a ich súvis s problémami v každodennom fungovaní (prehľad výskumov) In HRČOVÁ, J., KOVÁČOVÁ, B., MAGOVÁ, M. *Expresívne terapie vo vedách o človeku*. Ružomberok : Verbum, 2018. s. 120-127. ISBN 978-80-561-0563-4.

JEDLIČKA, R. a kol. 2014. *Teorie výchovy- tradice, současnost, perspektivy*. Praha : Karolinum, 2014. 276 s. ISBN 978-80-246-2412-9.

KOVÁČOVÁ, B., ZENTKO, J., ŤULÁK KRČMÁRIKOVÁ, Z. Arteterapeutická intervencia zameraná na tému spolupráce v skupine klientov so zdravotným znevýhodnením In Kováčová B. (Ed.) *Liečebná pedagogika IV. Skupinová arteterapia adolescentov so zdravotným znevýhodnením*. Ružomberok : Verbum, 2017. 160 s. ISBN 978-80-561-0472-9.

MÜLLER., O. a kol. *Terapie ve speciální pedagogice*. Praha . Grada, 2014. 512 s. ISBN 978-80-247-4172-7.

NOTBOHM, E. *Desať vecí, které by každé dítě s autizmom chcelo, aby ste vedeli*. Bratislava . Europa, 2013. 104 s. ISBN 978-80-89111-84-8.

PIERANGELO; R., GIULIANI, G. *Teaching Students with Autism Spectrum Disorders: A Step-by-Step Guidefor Educators*. New York : SkyhorsePublishing, 2012. ISBN - 13: 9781620872208.

POTMĚŠILOVÁ, P. Arteterapie In MÜLLER, O. a kol. *Terapie ve speciální pedagogice*. Praha . Grada, 2014. s. 77 - 131. ISBN 978-80-247-4172-7.

SEARS, R. *The Autism Book: What Every Parent Needs to Know About Early Detection, Treatment, Recovery, and Prevention*. New York: Little, Brown and Company, 2010. 416 p. ISBN 978-0316042802.

ŠICKOVÁ - FABRICI, J. *Základy arteterapie*. Praha : Portál, 2002. 176 s. ISBN 80-7178-616-0.

THOROVÁ, K. *Poruchy autistického spektra : dětský autismus, atypický autismus, Aspergerův syndrom, dezintegrační porucha*. 2 vyd. Praha : Portál, 2012. 465 s. ISBN 978-80-262-0215-8.

VALENTA, M., MÜLLER., O. *Psychopedie*. Praha : Parta, 2007. 386 s. ISBN 978-80-7320-099-2.

Online zdroj

BOŠŇÁKOVÁ, M. *Arteterapia a triáda autistického postižení*. 2012. [citované dňa 01-03-2019]. Dostupné z: <http://www.huptych.cz/data/kurzy/prace-frekventantu/Bo%C5%A1%C5%88%C3%A1kov%C3%A1%20Monika%20Arteterapia%20a%20tri%C3%A1da%20autistick%C3%A9ho%20postihnutia.pdf>