

DIPLOMOVÁ PRÁCE



HAPTICKÉ VNÍMÁNÍ A SENZOMOTORIKA V PSYCHOTERAPEUTICKÉM PROCESU

SETKÁNÍ BIOSYNTETICKÉ PSYCHOTERAPIE
S METODOU PRÁCE V HLINĚNÉM POLI®

ANNA VÍŠKOVÁ

ROČNÍK VÝCVIKU: VI.
ROK ODEVZDÁNÍ PRÁCE: 2022

1. OBSAH

2.	Úvod.....	3
3.	Somatická zkušenost v psychoterapii.....	4
4.	Senzomotorický proces a haptické vnímání.....	6
5.	Představení Metody Práce v hliněném poli®	9
5.1	Vymezení metody a její vývoj.....	9
5.2	Terapeutická situace a setting.....	10
5.3	Terapeutický proces a somatická zkušenost u hliněného pole	11
5.4	Senzomotorické fáze formace tvaru	13
5.5	Bazální smysly v haptické akci dítěte.....	14
5.6	Vývoj v rovnovážné organizaci	16
6.	Tělo a haptika v biosyntetické psychoterapii.....	18
6.1	Senzomotorické vnímání v kontextu Biosyntetické psychoterapie	18
6.3	Práce s dotykem v biosyntetické psychoterapii	20
7.	Vztahový rozměr a haptika.....	21
7.1	Haptická akce jako vztah.....	21
7.2	Styly vztahování v biosyntéze.....	22
8.	Diskuse: setkání metody Práce v hliněném poli® s Biosyntetickou psychoterapií.....	23
9.	Závěr.....	26

2. ÚVOD

Tato práce se zabývá haptickým vnímáním a senzomotorikou v terapeutickém procesu. Vytváří prostor pro setkání Biosyntetické psychoterapie s Metodou Práce v hliněném poli®, která u klienta podporuje zdravé vnímání vlastní tělesné reality a jeho uložení v nervovém autonomním systému skrze senzomotorickou akci s keramickou hlínou a vodou (Elbrecht, 2015).

Téma dotyku v psychoterapii může vyvolat kontroverzní reakce v souvislosti s respektem k osobnímu prostoru a udržení zdravých hranic mezi klientem a terapeutem. Zároveň, senzomotorické vnímání je samozřejmou součástí práce s tělem. Biosyntetická psychoterapie, která integruje práci s tělem a psychoterapii v ucelený systém, využívá dotyk jako součást repertoáru svých intervencí zejména v kontaktu s tělem terapeuta. Psychické i somatické změny dosažené skrze terapeutická sezení klient reflektuje a hledá jejich ukotvení v životní realitě (Boadella, 1987). Metoda Práce v hliněném poli® propojuje kreativní proces spolu s tělesným vnímáním. Využívá haptiky jako přirozené cesty, jak se klient sám se sebou dostává do kontaktu, může si porozumět a projevit se vůči okolnímu světu.

Obě metody kladou důraz na vědomí těla, tělesný kontakt a v návaznosti na reichiánskou tradici zohledňují nové současné psychobiologické výzkumy a poznatky. Proto práce začíná u tématu somatické zkušenosti v psychoterapii. Stručně představuje kořeny obou metod – totiž vývoj využití tělesné zkušenosti v psychoterapii a současné biomedicínské poznatky o které se metody opírají. Dále se zabývá tématem senzomotoriky a haptického vnímání a jejich aplikací v terapeutickém procesu. Seznamuje s metodou Práce v hliněném poli® a hledá souvislosti s biosyntetickými koncepty souvisejícími s haptikou a senzomotorickým vnímáním. Na základě jejich společných teoretických východisek prozkoumává, kde se tyto přístupy setkávají, a zda si mohou být vzájemnou inspirací.

3. SOMATICKÁ ZKUŠENOST V PSYCHOTERAPII

Vývoj neurověd a psychobiologický výzkum přinesly v posledních desetiletích důkazy o integraci mysli a těla a tím nové podněty pro využití somatické zkušenosti v terapii a poradenství. Tyto výzkumy podpořily diskusi o tom, že traumatické zážitky mají biologický základ a jsou provázené tělesnou zkušeností (Damasio, 2003; Kolk, 2005; Levine a Kline, 2007; Rothschild, 2000; Siegel, 2011). Pro pole psychoterapie to znamenalo hledání přístupů, při nichž mohou být aktivovány sebeozdravné zdroje organismu (Levine, 2011; Boadella, 1987). Velký rozvoj zaznamenaly i expresivní terapie. Ve srovnání s tanečně pohybovou terapií, dramaterapií a muzikoterapií by se mohlo na první pohled zdát, že arteterapie má menší předpoklady pro senzomotorické uvědomění a podporu tělesné změny. Přitom tradičně arteterapie přináší do společného pole expresivních terapií kontakt s výtvarným médiem. To, jakým způsobem bereme materiál do ruky, jak s ním zacházíme, jak se k němu vztahujeme, odráží naše vnitřní nastavení, vztahové vzorce chování, zažívaný kontakt s okolním světem a se sebou samým.

Již S. Freud popsal, že ego je „především tělesným egem“ a je „odvozeno z tělesných vjemů, zejména z těch, které vycházejí z povrchu těla.“ (Freud, 1960 podle Smith, 2007, s. 15). Podle E. Smitha, omezuje-li nedostatek určitých tělesných vjemů vývoj ega, nemůže se ego vyvinout, a v oblasti, kde dítě zažívá důsledky neadekvátních tělesných zážitků, vzniká deficit. Pro navození změny pak nepostačuje analýza a náhled problému, ale změnu přinese poskytnutí tělesných zážitků. Smith se domnívá, že W. Reich, který je v psychologické literatuře spojován s počátky somatické psychologie a s terapií zaměřující se na emoční život těla, pravděpodobně zde na Freuda navazuje. Reich tvrdí, že charakterové obrany se manifestují ve fyzické stavbě těla. Zaměřil se na oblast dechu a chronického napětí v těle, které chápal jako důsledek neurotického řešení dětského pudového konfliktu. Toto svalové napětí, „svalový pancíř“, tedy podle Reicha chrání člověka před bolestivými emocionálními zážitky. Reich v diagnostice i terapii zavedl metody využívající tělesný kontakt s pacientem, kdy vyvinutím tlaku na místa napětí směřoval k uvolnění energie (Smith, 2007).

Tvrzení, že prožívání člověka se děje na tělesné úrovni („vnitřně vnímané, tělesně pociťované události“), obsahující implicitní význam, který se může adekvátní symbolizací a verbalizací stát explicitním, rozpracoval E. T. Gendlin, spolupracovník C. Rogerse (Drozd,

2010). Gendlin analyzoval audiozáznamy psychoterapeutických sezení a zjistil, že důležitou proměnnou, která koreluje s úspěšností v terapii bez rozdílu využití metody, není to, „o čem“ klient hovoří, ale „jak“ hovoří – tedy úroveň jeho prožívání, pro kterou měl předpoklady již od začátku. Na tomto základě se dále zabýval tím, jak lze klienty takovému vnitřnímu prožívání učit, a vyvinul proces nazvaný „focusing“ – zaměření pozornosti na vlastní tělesné uvědomění neboli „pocitovaný smysl“ (felt sense). Pocitovaný smysl se proměňuje, když je s ním klient v kontaktu, a tak se mění i prožívaný význam situace. Změnu provází fyzický pocit, „tělesný posun“, který je pro tělo přirozený a pocitovaný jako úleva a oživení (Gendlin 1981).

Gendlinův „pocitovaný smysl“ je zásadní i pro Levina a jeho terapii traumatu – je „prostředníkem“, skrze nějž prožívá jedinec sám sebe jako organismus, jako „komplexní struktury na sobě vzájemně závislých a podřízených součástí“ (Levine, 2011). Levine popisuje trauma jako psychofyzickou záležitost a zdůrazňuje, že „organismus má vrozenou schopnost se z následků traumatu léčit“ (Levine, 2011). „Somatické prožívání“ (Somatic Experiencing), jak Levine svůj přístup nazývá, se neobrací k událostem, které se staly, ale k odpovědi jedince na tuto událost uloženou v autonomním nervovém systému.

Biomedicínský výzkum o tom, že „pocity mohou být a často jsou ‚odhalením‘ stavu života v celém organismu“ a „většina pocitů je vyjádřením zápasu o rovnováhu“ předkládá řadu důkazů (Damasio, 2004). Během experimentů s využitím funkčních zobrazovacích metod CNS bylo prokázáno, že pocítování emocí je provázeno aktivizací somatosenzorických korových oblastí a některých podkorových struktur zodpovědných právě za mapování stavu těla (Drozd, 2010). Levine uvádí, že nový vývoj věd o nervové soustavě a psychoneuroimunologii přinesl důkazy o komplexní komunikaci mezi tělem a psychikou probíhající oběma směry (Levine, 2011). (Candace Pert a další objevili komplexní „neuropeptidové přenašeče“, a tím rozkryli mnoho způsobů, jak psychika a tělo vzájemně komunikují.)

Skutečnost, že kromě traumatu jsou v paměti těla uloženy rovněž instinkty přežití a uzdravení, je jedním ze základních teoretických východisek přístupů v psychoterapii zaměřených na práci s tělem. Levine stejně jako Gendlin klade v procesu terapie důraz na pozitivní nasměrování těla „směřující k životu“, k uzdravení a znovunalezení rovnováhy

(Gendlin, 2003). Biosyntetická psychoterapie to popisuje jako přesvědčení, „že přírodě je vlastní formativní proces – vznik vyššího řádu z nižšího, který se projevuje skrze sebe-ozdravný princip“ (Boadella, 2013). Haptické vnímání představuje Levine jako jednu z oblastí pociťovaného smyslu, jednu možnost, jak lze pociťovaný smysl zpřístupnit (Levine, 2011).

4. SENZOMOTORICKÝ PROCES A HAPTICKÉ VNÍMÁNÍ

Výraz senzomotorický spojuje dvě latinská slova: *sensus* (smysl) a *motor* (jsem pohybován). Motorika a vnímání prostřednictvím smyslů jsou nerozdělitelně propojeny. To, že využíváme sensorů, nás uvádí do pohybu, zároveň když se pohybujeme, vnímáme pohyb a s ním spojené změny svými smysly. Somatosenzorický systém, pomocí něž si člověk uvědomuje své tělo, zachycuje podněty z vnějšího a vnitřního prostředí skrze **exteroreceptory** (zrak, sluch, čich, chuť, hmat) a **interoreceptory** (vnitřní smysly, pojivová tkáň, svaly, vnitřní orgány). Díky senzorickým receptorům uvnitř těla můžeme cítit hlad, přejedení, potřebu vyměšovat apod. Uchovávají paměť těla, komunikují se strukturami mozku, přenášejí se jimi emoce a aktivují hormony. Obsahují vestibulární smysl rovnováhy, propriocepci (hluboké čítí), kinestetické vnímání a vnitřní vnímání (tlukot srdce, dech, teplota, svalová tenze, nekonformita orgánů) (Facová, Orel, Křupka, 2010).

Proces, kdy naše nervová soustava přijímá a zpracovává senzorické informace z prostředí i z našeho těla a reaguje na ně, nazýváme senzorická integrace. Jean Ayres, která rozvinula v padesátých až sedmdesátých letech terapii skrze senzorickou integraci, jež je dodnes respektována a využívána v pomoci dětem, popisuje jednoduchý příklad senzorické integrace: „Když loupu a jím pomeranč.“ Pomeranč vnímám očima, nosem, pusou, kůží na rukou a prstech, svaly a klouby v prstech, v pažích. Jak vím, že jde o pomeranč? Všechna vnímání pomeranče se integrují v mozku a to způsobí, že mohu pomeranč oloupat a sníst. Tento proces je nepřetržitý, protože neustále nevědomě přijímáme, třídíme a vyhodnocujeme informace ze smyslů. Začíná již v prenatálním období, kdy dítě vnímá pohyby matky. Po narození se dítě učí vnímat své tělo a okolní svět a být jeho součástí výhradně pomocí smyslů. Proto i odpověď dítěte na okolní svět („adaptační odpověď“) přichází skrze svaly a motoriku více než skrze mentální úvahu (nemluvně vidí chrastítko a vztáhne k němu ruku). Nervová soustava zpracuje příchozí informace, poskládá si je do celku a na základě toho

adaptačně zareaguje. Pomocí adaptační odpovědi se dítě učí nové dovednosti, které potřebuje k zvládání vývojově stále náročnějších činností (Ayres, 2005).

Ayres nazývá mozek dítěte do sedmi let věku „strojem na senzorické zpracování“. Jde o proces organizace smyslů v nervové soustavě. S tím, že pozdější mentální a sociální odpovědi jsou založené na tomto senzorickém procesu. Pro děti je přirozené užívat si aktivity, které je vyzývají ke zkušenosti nových pocitů a rozvinutí nových motorických funkcí. Senzorické integrativní funkce se vyvíjí v přirozeném pořadí, některé děti se vyvíjejí rychleji, jiné pomaleji, cesta a souslednost je ale víceméně jednotná. Pokud se děti v senzorickém vývoji zásadně odlišují, mívají později problémy v různých aspektech života (Ayres, 2005).

Ayres spojuje smyslové vnímání člověka s pěti „**základními smysly**“ (zrak, zvuk, chuť, čich, dotyk) a „**dodatečnými smysly**“ (vestibulární smysl a proprioceptivní smysl). Součástí haptického vnímání jsou tedy nejen dotyk, ale tvoří jej rovněž vestibulární a proprioceptivní systém (Ayres, 2005). Termín „**haptika**“ poprvé použil M. Dessoir (1867–1947) a definoval jej jako vnímání teploty, tlaku, kůže, umístění v prostoru, celkové tělesné vnímání, vnímání kontaktu s pro-tějškem a vnímání bolesti (Grunwald, 2008). Protože aktivní dotyk zapojuje pohyby, které vedou ke kinestetickému vnímání, lze se setkat s výrazem taktilně-kinestetická percepce (Hatwell et al., 2003). A jelikož hmat a propriocepce (vědomí vlastního těla v prostoru) pracují v součinnosti s vestibulárním systémem (systémem rovnováhy), používá se rovněž výraz „taktilně-kineticky-vestibulární funkce“ (Blythe, 2004).

Haptika jako takto komplexní vnímání ovlivňuje emoční prožívání, rozvoj představivosti, schopnosti řeči, myšlení a jednání (Blythe, 2004). Ukazuje se, že zkušenost tělesného kontaktu je v souvislosti s nejranější tělovou pamětí základem pro vytváření pocitu bezpečí. Vedle distančních receptorů (zraku a sluchu) hraje haptický kontakt a jeho kvalita významnou roli při vzniku citové vazby (např. způsob, jakým matka dítě chová) (Bowlby, 2010; Vrtbovská, 2010). Attachment mezi dítětem a matkou se začíná vyvíjet již v prenatálním období, kdy dítě v děloze zažívá prvotní způsob života jako pevné objetí. Je v aktivním vztahu s matkou a skrze hmat samo sebe uklidňuje (Langmeier a Krejčířová, 2006). Pro novorozené dítě je taktilní kontakt způsobem komunikace, synchronizuje rytmus a emoce mezi matkou a dítětem. Novorozenec v blízkém kontaktu opět zažívá bezpečný pocit, že je držen, obejmut (Langmeier, Krejčířová, 2006; Elbrecht, Antcliff, 2014.) Rozvoj

kineticky-vestibulárních funkcí během prvních osmnácti měsíců (stádium senzomotorické inteligence) vede u dítěte k získání „souboru poznávacích podstruktur“, východisek jeho pozdějších intelektuálních konstrukcí a citových reakcí (Piaget, Inhelderová, 2014). Zpočátku nekontrolované, ale díky opakování stále přesnější pohyby dítěte posilují nervová spojení mezi tělem a mozkem a ovlivňují vývoj mozku. Různé typy pohybu (zrychlení, zpomalení, změny směru) a jejich opakování pomáhají rozvíjet rovnovážný mechanismus (Blythe, 2004). Zkušenosti dítěte s pohybem a dotykem, primárně fixované vzhledem ke kvalitě příjemné – nepříjemné, vytváří implicitní paměť, která se stává součástí fyziologické identity jedince. A tak, dospělý člověk zažívá sám sebe v dotyku v podobě libosti nebo nelibosti na základě toho, jak s ním bylo zacházeno v raných fázích života (Vágnerová, 2012; Boadella, 2013).

Taktilní systém je nejrozšířenější sensorický systém. Na různých místech těla jsou v kůži uložena nervová zakončení odlišné hustoty a kvality. Nejpočetněji mimo rty, prsní bradavky a zevní pohlavní orgány také na bříšcích prstů. Každý centimetr kůže na prstech rukou obsahuje okolo 16 000 dotekových senzorů. Tato senzitivní kožní tělíska s velkou hustotou nervových vláken zaznamenávají velice jemný tlak a dotek, jemné chvění, vibrace a napínání kůže spojené s pohyby (Facová, Orel, Křupka, 2010).

Z kožních čidel se informace dostávají do centrální nervové soustavy cestou senzitivních nervových buněk. V mozku jsou zpracovány v talamech a odeslány do limbického systému, hypotalamu, mozečku, bazálních ganglií a do řady oblastí mozkové kůry. Sekundární korová centra citlivosti se podílejí na vzniku senzitivní mapy těla a paměťových funkcí (Facová, Orel, Křupka, 2010). Rovněž vestibulární systém vysílá do mozku informace o poloze těla v prostoru a podporuje vývoj center pro držení a pohyb těla, bdělost, pohyb očí a smyslovou integraci (Blythe, 2004). Geneticky daný základní rámec mozku se tak rozvíjí a mění prvotním učením a dalšími novými zkušenostmi (Facová, Orel, Křupka, 2010).

Taktilní systém je funkční ve chvíli, kdy se teprve začínají rozvíjet zrak a sluch. To je důvod, proč je dotyk zásadní pro vývoj nervového systému. Bez dostatečné taktilní stimulace se stává nervový systém nevyváženým.

5. PŘEDSTAVENÍ METODY PRÁCE V HLINĚNÉM POLI®

5.1 VYMEZENÍ METODY A JEJÍ VÝVOJ

Práci v hliněném poli® začal v 70. letech vyvíjet Heinz Deuser, profesor na fakultě arteterapie v Nürtingen (Hochschulinstitut für Künstlerische Therapien Nürtingen) a zakladatel Ústavu haptické morfogeneze (Institut für Haptische Gestaltbildung, Hinterzarten). Vycházel přitom ze svých pozorování, jak se lidé vztahují k předmětu, který berou do ruky, a jakou to vypovídá o jejich způsobu vztahování se k okolnímu světu i sobě samým. Pozorování potřeby odezvy okolního světa a spolehnutí se na něj jej vedla k tomu, aby dal klientovým rukám k dispozici materiál, který je tvárný a stálý zároveň, a tak nabízí dostatečný feedback jednak v tom, že jej můžeme ovlivnit, vidět svou stopu, ale také cítit jeho zpětnou reakci, která je předvídatelná v tom, jak s materiálem zacházíme. V Německu se metoda ujala ve speciálně pedagogických a pedagogicko psychologických službách a v klinické praxi s dětmi i dospělými. Postupně se rozšířila do dalších evropských zemí a v roce 1992 byla představena v Austrálii. Zde metodu rozvíjí Cornelia Elbrecht, arteterapeutka německého původu, která vydala první publikaci v anglickém jazyce „Trauma healing at the Clay Field“, v níž metodu klasifikuje jako senzomotorický přístup v arteterapii (Elbrecht, 2013). V ČR se metoda začíná rozvíjet v posledních patnácti letech pod supervizí H. Deusera a Petry Součkové (www.hlinenepole.cz). V dětské psychoterapii a poradenství postupně zaujímá své místo (viz zastoupení v publikaci Creative Interventions with Traumatized Children, ed. C. A. Malchiodi, 2015).

Metoda prošla v průběhu let vývojem od důrazu na kognitivní složku, zprvu inspirovaného jungiánským přístupem (Deuser, 2004), a zájmu o symboliku tvarů k důrazům zaměřeným na somatickou zkušenost a neurobiologické procesy. Deuser byl zprvu ovlivněn jungiánstvím a zájmem o význam vznikajících tvarů (Deuser, 2004). Paralelně s rozvojem bodypsychoterapií a neurobiologickými výzkumy dokazujícími psychofyziologickou povahu traumatických reakcí se Deuser při kontaktu s hlinou zaměřoval čím dál tím více na haptiku jako takovou, na vnímání dotyku a tělesný proces.

Významný představitel současné somatické psychoterapie a neuropsychologie Peter Levine se setkal s Deuserem a zúčastnil se terapeutických sezení, aby potvrdil, že v senzo-

motorickém uvědomění během procesu vidí benefit pro psychoterapii traumatu (Elbrecht, 2013).

5.2 TERAPEUTICKÁ SITUACE A SETTING

„Když se dotýkáme, jsme dotýkáni.“ (Deuser, 2018, 2020).

Metoda Práce v hliněném poli® je psycho-fyziologickým procesem, při němž během práce s hladkou keramickou hlínou dochází k integraci vědomí vlastního těla a senzomotorického procesu. Hlína je umístěna v dřevěné bedně („hliněné pole“) a nabídnuta klientovi spolu s miskou teplé vody. Hliněné pole představuje hmatatelný objekt, který vyzývá klienta k haptické akci. Terapeut nabízí oporu a oslovuje klienta tak, aby si v haptickém procesu porozuměl. Díky fenomenologiím v gestice a tvaru rukou přináší metoda předpoklady pro haptickou diagnostiku, primárně je ale orientována vývojově – na rozvoj klienta, nikoli na stanovení diagnóz (Elbrecht, 2013).

Základní setting obsahuje 10 kg hladké keramické hlíny, zarovnané po okraj v dřevěné bedně o ploše cca 38x42 cm a hloubce 4 cm, misku s teplou vodou a měkkou houbu sloužící k přenosu vody.



Obr. 1: Setting hliněného pole: rám naplněný keramickou hlínou, teplá voda, houba.

Hlína je médium, které poskytuje oporu, má schopnost zrcadlit každý otisk ruky – nabízí taktilní zpětnou vazbu. Je tvarovatelná a ve tvarech stálá. 10 kg hlíny je dostatek materiálu k procesu tvarování a zároveň ne více, než dovede klient vzít do náruče. (Přičemž malé děti mohou potřebovat hlíny méně.) Pole (dřevěná bedna) zprostředkovává hranice a bezpečí.

Voda jako matriarchální archetyp umožňuje změkčit hlinu, a rozšiřuje tak možnosti doteku, je elementem čištění, může zaplavovat a být vysoušena (Elbrecht, 2013).

Klient sedí u stolu, na kterém leží hliněné pole, hmatatelný objekt, k němuž se lze hapticky vztáhnout, podobně jako k jakékoli jiné věci v běžném životě. Neexistuje žádný specifický pokyn, jak s hlinou nakládat, pouze povzbuzení k vnímání hliněného pole rukama. Dospělí, na rozdíl od dětí, pracují většinou se zavřenýma očima, aby se hmat mohl svobodně projevit (Elbrecht, 2013, 2015). Terapeut klienta nevede, ale doprovází, podporuje „haptický jazyk“ rukou. Sleduje, které části rukou jsou v kontaktu s materiálem a jak se pohybují. Verbálně klienta povzbuzuje tak, aby si klient své pohyby tělesně uvědomoval. Hliněné pole se stává klientovým symbolickým světem a jeho ruce reprezentanty jeho těla v něm (Elbrecht, 2013, 2015).

Deuser popisuje, že tento setting je modelem zkušeností, na kterých osobnost zakládá svou ideu o světě a vztahování se ke světu. „Setkáváme se s něčím hmatatelným, čeho se můžeme dotýkat, zažívat to a získat s tím zkušenost a tento kontakt potřebuje být představen skrze jinou osobu, která proces potvrzuje“ (Deuser 2009, podle Elbrecht, 2013, s. 98).

Proces u hliněného pole tedy probíhá na třech úrovních. Na tělesné odkazující se k vlastní vitalitě, emocionální skrze smyslový dotyk a mentálně sociální v souvislosti s porozuměním průvodce a porozuměním klienta sobě samému a zažitému procesu (Deuser, 2018, 2020).

5.3 TERAPEUTICKÝ PROCES A SOMATICKÁ ZKUŠENOST U HLINĚNÉHO POLE

Každé sezení začíná u hladkého povrchu, který je třeba porušit, aby mohlo dojít k tvoření. V procesu se vychází z motorických impulzů. Ruce se setkávají s materiálem a se sebou vzájemně. Médium oslovuje základní potřeby, jakými jsou dotýkat se a nacházet protějšek, chytat a přivlastňovat si sám pro sebe, být držen a držet se, potřeba hledat a poznávat svůj vlastní rytmus v pohybu, objevovat pocit propojení, celistvost skrze rovnováhu a oporu ve vlastní vertikále (Elbrecht, Antcliff, 2014). V dotyku klient může sám sebe cítit a porozumět si. „Když se dotýká protějšku, je dotýkán.“ (Deuser, 2018, 2020) Když udělá stopu, tato stopa

jej vyjadřuje (Elbrecht, Antcliff, 2014). Jak klient uchopuje a zkoumá hlinu, stává se sám objektem zkoumání. „Pohyb se stává tvarem.“ (Deuser, 2018, 2020) Co je v hlině zobrazeno, je tvarem pohybu, který může být opět přeměněn (Viz Gestaltkreis podle W. von Weizsäckera). Svůj pokrok člověk zažívá jako „neustálé se stávání“, kdy se setkává sám se sebou jako s protějškem, který se neustále proměňuje a děje. Tato neustálá výměna mezi vnímáním a akcí je řízena libidem zaměřeným na naplnění zkušenosti, realizace sebe sama ve světě. Proces v hliněném poli libido zviditelňuje. Dochází k neustálé výměně impulzů mezi vědomými záměry a nevědomými vnitřními pudy, self a světem, rukama a hlinou. Klient nevytváří jen příběh své minulosti, ale vytváří „svůj“ příběh (Elbrecht, 2013).

Impulzy, které iniciují pohyb, zrcadlí naučené biografické vzorce chování. Odkazují se ke specifickým potřebám a konfliktům souvisejícím s tím, jak se klient v minulosti učil vztahovat ke světu a k sobě samému. Emoce se projevují v hlině viditelnou kinestetickou akcí. Terapeut podporuje externalizaci těchto pohybů, a tak klient přichází do kontaktu se svým „pociťovaným smyslem“. Ruce nachází potřebný pohyb k dosycení vývojové potřeby nebo završení traumatické zkušenosti. (Levine rozumí terapii traumatu jako dokončení fyziologických procesů zadržujících posttraumatické symptomy.) (Levine, 2011). To, co člověku nebylo v jeho biografické situaci umožněno, může prožít korektivně v tělesně-smyslovém procesu (Elbrecht, 2013).

Deuser integruje přes haptiku celé tělo, klade důraz na práci s dechem a uvolněním napětí. Vnímání posturality je součástí procesu a může vést ke změnám a emočním reakcím souvisejícím s hlubokými charakterovými postoji (Deuser, 2020). Reichiánský přístup takový proces popisuje následovně: „Impulz vyvolá akci a akce je prováděna prostřednictvím svalstva. Pokud je impulz oslaben nebo přerušen, musí svalstvo zajistit zmenšení pohybu. A pokud se obrana proti impulzu stane návykem, je somatickým ekvivalentem navyklý charakteristický způsob pohybu těla. Postoj, držení těla, chůze, artikulace pohybu, řeč, smích, naklonění hlavy, to vše nějakým způsobem odráží naše navyklé způsoby řešení konfliktů.“ (Corlis a Rabe, 1969, podle Smith, 2007, s. 79). Autor Biosytetické psychoterapie, David Boadella, popisuje vliv životní historie člověka na jeho tělo následně: „to, jaké máme držení těla, vypovídá o tom, jak si stojíme ve světě, jak se cítíme, kdo jsme“ (Boadella, 2013).

5.4 SENZOMOTORICKÉ FÁZE FORMACE TVARU

Deuser vypořádal, že při každém sezení se objevují podobné vzorce, které směřují k dokončení senzomotorického cyklu. Na počátku každého procesu se klient ocitá v nevyjasněné situaci, vytváří vzájemný vztah s hliněným polem tělesnou orientací (narovná se, dotkne se atd.) Hledá tak uchopení, bezpečí, spolehlivost způsobem, podle vzorců chování, které přijal v minulosti. (Srov. Bowlbyho typy attachmentu – bezpečný, vyhýbavý, úzkostně ambivalentní, dezorganizovaný.) Pak se objevuje první záměr, ruce jsou řízeny motorickými impulzy, zvyšuje se sebevnímání, dochází k tvarování, ve kterém je třeba se neustále rozhodovat. Z tohoto procesu vzniká primární tvar, který Deuser popisuje jako externalizaci klientova konfliktu – momentálního prosazování se ve světě. Jde o manifestaci známého vztahu vzorců, která signalizuje, že tyto staré vztahy chtějí být přehodnoceny. Vznik primárního tvaru bývá doprovázen pocitem spokojenosti, někdy i pocitem, že je práce u konce. Klient může potřebovat mluvit o tom, co se stalo a jak se cítí, nebo prostě jen zpomalí a posune se do druhé fáze sezení. Ruce začínají znovu hledat, dochází k přehodnocování známého („kým jsem“) k novému („kým bych měl být“), klient riskuje změnu. Objevováním ruce testují, co je a není příjemné, a směřují vpřed, až vzniká „optimální tvar“. Ten Deuser popisuje jako naplnění pohybu, osvobození ega a uspokojení pocitem ukončení. Tento tvar obsahuje směr k budoucnosti a sjednocení protikladů. Zatímco primární tvar představuje aktuální protějšek ega a externalizuje vnitřní konflikt, optimální tvar přivádí člověka k nejvyššímu potenciálu, naději a vnitřnímu vědomí, kdo je. Často se zde objeví element překvapení a úcty, spirituální, bezpodmínečné lásky, pocit bezpečí. (Elbrecht přirovnává tento proces k procesu individuace, definované Jungem.) Optimální tvar zrcadlí senzomotorické naplnění původních motorických stimulů. Co bylo hloubeno, je zaplněno, co bylo vzato pryč, je získáno, co bylo rozděleno, je propojeno (Elbrecht, 2013).

Klient, který otevře oči, poté co dosáhl optimálního tvaru, může potřebovat pojmenovat výsledek nebo stav, v němž se nachází („jsem celý, jsem viditelný...) a mít čas zažít a integrovat nový pociťovaný smysl. U dospělých nastává fáze kognitivního uchopení. Klient prošel procesem od motorických impulzů vynořujících se ze somatického nervového systému a autonomního nervového systému do senzomotorického vnímání skrze exteroceptory a intro-receptory do kognitivní integrace (Elbrecht, 2013).

5.5 BAZÁLNÍ SMYSLY V HAPTICKÉ AKCI DÍTĚTE

Deuser aplikoval v metodě Práce v hliněném poli® tři základní oblasti haptické percepce tak, jak je dělí Ayres. Nazývá je „bazální smysly“. Tyto smysly – taktilní čítí (dotyk kůže), vestibulární systém a propiocepce – souvisí podle Deusera s vývojovými potřebami dítěte do čtyř let a rozvíjí se na základě univerzálních haptických vztahů ve vývoji dítěte. Deuser popisuje, že jsou-li haptické potřeby syceny skrze senzomotorickou zkušenost, dovede dítě disponovat všemi třemi bazálními smysly, dovede si brát, tvarovat a zažívat se v kompetencích jednat. Nejsou-li bazální potřeby nasyceny, ruče se svým chováním v hliněném poli k nenaplněné vývojové fázi vrací (Elbrecht 2015).

Bazálním smyslům můžeme rozumět jako třem základním způsobům haptické percepce. Kdykoli klient bez ohledu na věk přichází během práce v hliněném poli do kontaktu se svou vývojovou potřebou, aktivují se tyto rané vzorce – do té doby, než je potřeba nasycena (Elbrecht, 2013).

Taktilní čítí (dotyk kůže)

Taktilní čítí poskytuje informace z receptorů kůže o doteku, tlaku, teplotě, bolesti nebo i pohybu vlasů na pokožce (Ayres, 2005). Deuser popisuje, že se „dotyk kůže“ váže ke zkušenostem z raného dětství. Probouzí tělesné vzpomínky na první raný kontakt s matkou a propojení s ní. Kůže si přeje být obklopena, zahřáta, opečována. To chtějí zažít i ruče u hliněného pole, využívají materiálu k ponoření, přejí si být materiálem drženy, obklopeny. Ustoupí vnitřní tenze, póry se otevřou, zvýší se cirkulace a objeví se smyslová stabilita a jistota. Ruče objevují, že mohou pečovat jedna o druhou, potírají se, dotýkají se jedna druhé. Klient tak získává tělesné ujištění, že sebenaplnění je možné. Takto posílené ruče mohou začít prozkoumávat kvalitu materiálu, plácát, promáčkávat mezi prsty, přičemž skrze opakování za aktivní zpětné vazby terapeuta narůstá důvěra (Elbrecht, 2013).

Vestibulární systém (systém rovnováhy)

Vestibulární vnímání poskytuje informace z našeho vnitřního ucha o udržování rovnováhy a o tom, jak je naše tělo v pohybu. Vestibulární systém formuje základní vztah člověka k jeho váze a fyzickému světu, pomáhá chápat a orientovat se v prostoru. Je tvořen třemi částmi (půlkruhovými kanálky) ve vnitřním uchu, které jsou zodpovědné za zaznamenání různých

typů pohybu, pozice těla v prostoru a udržení rovnováhy. Vestibulární podněty (pohyb a rovnováha) jsou kritické pro vývoj mozku a seberegulaci. Mezi tyto podněty patří např. točení se, houpání a visení hlavou dolů. Vestibulární dráhy dozrávají do sedmi let a souvisí s pocitem gravitačního bezpečí. Děti s nedostatečným vestibulárním vnímáním mohou narážet do věcí a působit jako nešikovné (Ayres, 2005).

Vestibulární a auditivní systémy mají senzorické spojení – sdílí VIII. Vestibulokokochleární hlavový nerv, tj. když mozek dostává auditivní podněty, aktivuje se vestibulární systém a naopak. Je tedy vhodné spojovat vjemy vestibulární a sluchové např. při výuce; často se dítě při učení snaží získat vestibulární podněty tím, že se vrtí, houpe se na židli apod. Nezralé vestibulární funkce mohou vyústit do řady příznaků, které se projevují jako kognitivní nebo emoční poruchy, souvisí s poruchami učení, pozornosti, řeči, emočními problémy a vyskytují se i u dospělých, kteří trpí úzkostnou či panickou poruchou (Blythe, 2004).

Deuser popisuje, že se systém rovnováhy vztahuje k druhému roku života, kdy dítě objevuje vzpřímení a s tím existenci dvou pólů (já a protějšek). U hliněného pole se setkání self a protějšku projevuje v uvolnění z kontaktu a nalezení nové opory v kontaktu (matka odchází a vrací se) a spojením a rozpojením rukou. Rovnováha souvisí s komunikací mezi pravou a levou rukou a pravou a levou hemisférou. Přináší experimentování se stabilitou, rozlišuje celek a části, vzniká dualita a meziprostor. Deuser rozumí rovnováze jako konfliktu každého dítěte, které potřebuje v prvních sedmi letech života porozumět své existenci mezi silami matky a otce. Nakolik zažívá dítě rodičovské póly v rovnováze, se projevuje u hliněného pole v symetrii a asymetrii. Děti mohou nalézat rovnováhu uvnitř sebe skrze vestibulární stimulaci, kooperaci mezi rukama, stavění mostů, tunelů a propojování obou hemisfér pole (Elbrecht, 2013; Blythe, 2014).

Propriocepce (hluboké čítí, pozice těla v prostoru)

Propriocepce nám poskytuje prostřednictvím našich svalů a kloubů informace o pozici našeho těla a o tom, kde se nacházejí naše ruce a nohy ve vztahu k našemu tělu. Umožňuje nám „vnímat“ naše ruce, když zavřeme oči. Slovo propriocepce odkazuje na senzorickou informaci způsobenou kontrakcí a stahováním svalů a ohýbáním, rovnáním, taháním, stlačováním kloubů mezi kostmi. Latinské slovo *proprium* znamená „vlastní“. Vnímání vlastního těla se objevuje zejména během pohybu, ale také když stojíme bez pohnutí,

protože svaly a klouby neustále posílají informace do mozku a informují nás o naší pozici. A protože v těle je mnoho svalů a kloubů, propriocepce je téměř tak rozsáhlá jako taktilní systém. Nejvíce proprioceptivního vnímání se zpracovává v částech mozku, které nejsou vědomé, takže málokdy zaznamenáme vnímání svalů a kloubů. I pokud se na toto vnímání zaměříme, ucítíme pouze malý zlomek propriocepce, která se děje během pohybu. Problémy ve zpracování se můžou jevit jako nemotornost, neopatrnost, záměrné narážení do věcí, časté pády, šplhání se po nábytku, protržený papír během malování, podpírání se o lokty u stolu (Ayres, 2005).

Deuser popisuje, že hluboké čítí (vědomí vlastního těla) vyžaduje zkušenost vztahu s něčím jiným než „já“ a že schopnost jednat a uchopovat svět souvisí s vědomím ega a archetypem otce. Děti je objevují mezi 3. a 4. rokem. U hliněného pole popisuje souvislost s pohyby souvisejícími s tlakem. Aktivní ruka narušuje, manipuluje, mačká, hloubí a staví různými způsoby. Tato fáze je důležitá pro separaci a zdravé sebevědomí. V pohybech se odhaluje důvěra, obavy a sebehodnocení. Dochází k experimentování s důrazem (vnímám, že jsem), s otiskem (obtisknu se vůči protějšku) a s pevností (materiál musí vydržet akci a potvrdit stálost). Objevuje se odtlačení masy hlíny a získání vlastního prostoru, nebo přitlačení masy k hrudi, oddělení kusů hlíny od sebe, dolování, které vyžaduje tonus v prstech, pažích a zapojení vnitřní osy (Elbrecht, 2013).

Jestliže dítě může získat důvěru skrze dotyk a kontakt, začne experimentovat se vztahy rukou, získá koordinaci skrze pohyb a dotyk a tato koordinace pak rozvine ve vnímání tělesné rovnováhy v páteřní ose. S rostoucí silou v kloubech a svalech začíná být schopno koordinovaného pohybu v zápěstí a v těle a učí se, jak používat tlak a hluboké čítí.

Tyto tři kroky jsou základem pro haptickou seberealizaci a základní vrstvou metody Práce v hliněném poli®.

5.6 VÝVOJ V ROVNOVÁŽNÉ ORGANIZACI

Fenomenologicky Deuser pozoruje vývojové kroky v rovnovážné organizaci a s nimi spojené specifické vývojové potřeby v tom, jak předstupujeme před hliněné pole a pohybujeme se v něm. Tyto vývojové kroky se týkají naší tělesné organizace a pohybové organizace, pomocí níž do pole rukama vstupujeme a projevujeme se v něm. Týkají se také naší vitální

organizace, pomocí níž se chápeme materiálu, a emocionální organizace, která nám poskytuje náš šarm a originalitu. Individuální organizace, pomocí níž v poli nacházíme své místo a střed v sobě samých (Deuser in Víšková, 2022).

Popisuje, že první rovnovážné uvolnění v tomto vývoji získáme v pevných vitálních uchopovacích aktech. Dítě může opustit paralelní držení paží, při kterém se musí – kvůli udržení rovnováhy – jedna ruka opírat nebo je držena v šermířském postoji, když se přes pevný obouruční úchop začnou lokty pružně ohýbat. Lokty míří směrem do stran a drží rovnováhu jako pomocí provazochodecké tyče. Kvůli opoře může tak nyní směřovat jedna ruka dolů, zatímco ta druhá jde nahoru. Takto si uvolňujeme rovnováhu a nemusíme se už opírat. To se obvykle děje do věku 4,3 let.

Přesune-li se tedy nyní dítě rukama do hliněného pole, chce tam nalézt odpovídající rovnovážné vypólování. To, jak se nám pole jeví, je spoluurčeno pohybovými informacemi, v nichž jsme se mohli organizovat ve vztahovém rámci rodičů. V pohybu, kterým vnímá hliněné pole a jímž se zrovna naplňuje, potřebuje konkrétní póly. To se děje ve věku 4,3–8,8 let, kdy se volně pohybuje ve vztahovém rámci rodičů.

Nyní vyrůstají paže ze svého ohnutí a ruce se napřimují do hliněného pole. Už nepotřebují vyvážení, ale protějšek, od něhož se můžou odrazit a vrátit k sobě. Uvolnění v rovnováze vyžaduje vypořádání a konflikt. Tak začíná puberta.

Přibližně ve 12 letech dochází ve vývoji k integrativnímu momentu: Ono „k sobě“ nechává na poli vzniknout malé figurce, která naše „Já“ reprezentuje v protilehlém světě hliněného pole. Po vlastním vycentrování v poli je hledáno: (a) objektivně v nových souvislostech a tvarech, které reprezentují stálost, a (b) ve vlastní přítomnosti v poli. K této přítomnosti patří zkušenosti tělesné autenticity a „k prostoru vztažené identity“. Oboje může být dosaženo ve smyslové jednotě pohybu a pohnutí, pohybu a vnímání (Deuser, 2020).

18 let je věkem, kdy se mladý člověk zpravidla začíná vztahovat jiným způsobem: zatímco jsme dosud vzájemnost zjišťovali jedním píchnutím prstu, narovnáme se nyní na židli, než dosáhneme rovnováhy, a hliněné pole posunujeme tak, aby nám jeho poloha na stole vyhovovala. Disponujeme tedy rovnovážnou organizací a do ní zahrnujeme i svůj protějšek. V dospělosti nastává chvíle, kdy už není potřebné jen sebeurčení, ale i ukotvení.

Vnější proces se jeví jako vnitřní proces. Středově se orientujeme v poli a přicházíme sami k sobě ve své vertikále. Tělesně hlavu a pánev spojuje osa. – Následně jdeo pochopení, že to, s čím se setkáváme ve svém pohybu, nás v našem pohybu utváří. Při práci v hliněném poli uchopujeme to, co se nás v našem životním příběhu dotýká (Deuser in Víšková, 2022).

6. TĚLO A HAPTIKA V BIOSYNTETICKÉ PSYCHOTERAPII

Biosyntetická psychoterapie směřuje k obnovení integrace emocí, těla i myšlení. Integruje bytí člověka na úrovni tělesné, úrovni myšlení a úrovni cítění. Snaží se přinést oživení celého života jedince a podpořit pulzaci životní energie na rovině fyzické, psychické i spirituální.

Podporuje stav zdravé pulzace, ve které jsou základní životní aktivity rytmické, přinášejí potěšení a napomáhají posílení kontaktu se sebou samým i s ostatními. Tělo samotné hraje v biosyntéze ústřední roli. Chápe jej jako odraz prožité životní historie. Popisuje, že to, jak se tělem vyjadřujeme, jak dýcháme, jaký máme výraz obličeje, to vše je odrazem našich životních zkušeností. Terapie se zaměřuje na oblasti, kde jedinec dobře funguje a na to, kam a kudy chce klient růst a podporuje ho v této cestě.

Základním nástrojem terapie je v biosyntéze vztah mezi klientem a terapeutem a samotné tělo terapeuta. Je-li správně vyladěno, umožňuje cítit drobné emoce, napětí, kvality i pulzaci klienta. Tato rezonance je pak základním kompasem udávajícím směr další terapeutické práci a intervencím. (Boadela 2017).

6.1 SENZOMOTORICKÉ VNÍMÁNÍ V KONTEXTU BIOSYNTETICKÉ PSYCHOTERAPIE

Jeden z hlavních konceptů, ze kterých biosyntetická psychoterapie vychází je koncept tří zárodečných vrstev, které se začínají tvořit po oplodnění vajíčka a z nichž se posléze vyvíjí tři skupiny orgánů. Jsou to: vrstva endoderm (trávicí orgány, plíce, emoce), vrstva mezoderm (kosti, svaly) a ektoderm (kůže, smyslové orgány a nervová soustava). V důsledku socializace dochází k odpojování a štěpení těchto vrstev a tím vznikají různé bloky a poruchy (nejčastěji se jedná o zátylek, hrdlo a bránici). Biosyntetická psychoterapie podporuje zdravé propojení

těchto vrstev, zdravou pulzaci a integraci emocí, těla i myšlení. V psychoterapeutickém procesu zaměřuje na to, kam a kudy chce klient růst a posiluje kontakt se sebou i druhými. V souvislosti s embryonálními vrstvami se snaží podpořit vlnu dechu a emocionální prožívání, oživit tělo a obnovit svalový tonus. Skrze zaměření na dech se člověk učí rozpoznávat, co jak a kde cítí. V biosyntéze se snažíme objevit různé vrstvy emocí, i těch kterým bylo doposud bráněno se projevit. Na druhé úrovni se snažíme oživit tělo a obnovit svalový tonus. Podpořit svobodný pohyb. Na třetí úrovni pracujeme s očima, hlasem a vnímáním – to jsou další kanály kontaktu se sebou i světem (Boadella, 2017).

K harmonickému fungování okruhu orgánů odvozeného od prvotních buněčných vrstev se stahují tři základní terapeutické postupy: centering, grounding, facing (Boadella, 2017). V terapeutickém procesu Biosyntetická psychoterapie podporuje „vycentrování“, tj. nastolení rovnováhy mezi činnostmi sympatiku a parasympatiku a obnovení funkčního rytmu v plynutí energie získané látkovou výměnou. Metodou uzemnění, se snaží nastolit dobrý vztah mezi volnými částečně volnými a spontánními pohyby a dosáhnout vhodnějšího svalového tonu.

David Boadella na základě osmi polí síly Ericha Blechschmidta, jež působí v průběhu utváření plodu na embryonální tkáň a na základě vlastního výzkumu a klinické praxe rozvinul koncept motorických polí, jako teorii o tom, jak se pohybuje tělo v prostoru. Popisuje, že jisté souslednosti pohybů jsou dány biologicky, mají velký význam při vývoji dítěte a zásadně ovlivňují naši nonverbální komunikaci. Koncept lze použít i jako diagnostiku, ze které se dozvídáme informace o groundingu a potřebách klienta. V terapii biosyntéza nabízí zkoumání a zažívání těchto polarit skrze strukturální tělesná cvičení.

Motorická pole tvoří čtyři páry polarit, kromě pulzačního pole, které je přítomno ve všech ostatních polích. Zahrnují to, jak se člověk projevuje v pohybech, komunikaci, jednání.

Motorická pole jsou definována takto (Boadella, 2012):

- Pole flexe (stažení) a extenze (roztahení). Ve strukturální práci jde o polaritu mezi zmenšováním se a zvětšováním se.
- Trakce a opozice (pohyby související s nastavením hranic). Ve strukturální práci se pracuje s polaritami odtlačováním a přitahováním.

- Rotace (kreativita) a kanalizace (zaměřenost). Ve strukturální práci jde o polaritu mezi roztočením a zaměřením.
- Aktivace (vitální pohyby) a absorpce (odpočinek a čas vnímat). Ve strukturální práci zkoumáme polaritu mezi aktivitou a odpočinkem.

V terapeutickém procesu klient mapuje, jaká motorická pole používá, jaké copingové strategie se naučil požívat při stresu. Skrze práci s motorickými poli lze tyto copingové (vyrovnávající) strategie aktivovat. K tomu lze využít i detotalizace. Klient odstupuje od určité své části, dotýká se tak některé své citlivější části. Může objevovat a ve zmenšeném pohybu hledat odpověď skrze experimenty v rámci motorických polí. Ty „vědí, co potřebují“, mohou dát odpověď. Klient může pracovat se svými naučenými copingovými strategiemi a dávat jim dostatečnou váhu. Rozpoznat je, uznat. Pokud jsou viděny, může je přizvat do rozhovoru, zeptat se jich, co potřebují, aby byli v bezpečí, k čemu potřebuje odvahu atd. Tím podporuje impuls pro jejich proměnu (poznámky výcvik, Unit III).

6.3 PRÁCE S DOTYKEM V BIOSYNTETICKÉ PSYCHOTERAPII

V biosyntetické psychoterapii prací s rukama často začíná práce se srdečními tématy. Biosyntéza si všímá zvláště intimního kontaktu plochou dlaně. Dokonce říká, že „držet někoho dlaněmi, je vlastně kontakt se srdcem, a že při srdečních trápeních se mohou vyskytovat obtíže s jemnou motorikou.

Biosyntetická psychoterapie rozlišuje čtyři formy dotyku:

1. Dotyk země

Jde o dotyk, který klienta ujistí, uzemní, nabídne mu hranice. Souvisí s tématy konzistence, síly, stability, ohraničení. V konkrétních cvičeních (např. vyvinutí tlaku rukou na ramena, uzemnění nohou rukama) je vždy důležité mapovat, jak silně klient dotyk vnímá.

2. Dotyk ohně

Jde o dotyk, který zvyšuje náboj, energii přenáší energii z těla terapeuta do těla klienta. Souvisí s tématy posílení a energetizování různých oblastí života.

V konkrétních cvičeních se pracuje s dotykem v místech srdce, hary, pupíku.

3. Dotyk vody

Jde o velmi jemný dotyk, který souvisí s očištěním, plynulostí. V konkrétních cvičeních jde o dotyk evokující vodu, déšť, jemný vodopád.

4. Dotyk vzduchu

Jde o dotyk zprostředkovaný vzduchem související s pocitem lehkosti. Terapeut pracuje dechem, ovíváním pomocí vějíře, listu papíru, vánku.

7. VZTAHOVÝ ROZMĚR A HAPTIKA

7.1 HAPTICKÁ AKCE JAKO VZTAH

„TO, CO DĚLÁME, JE NAŠÍ ODPOVĚDÍ NA TO, CO SE NÁS DOTÝKÁ.“ (DEUSER, 2018)

Deuser popisuje haptiku jako bipolární, jako vztah k někomu venku i k sobě uvnitř. „V haptice vycházím ven ze sebe a něčeho se dotýkám a v tu chvíli se dotýkám sám sebe“ (Elbrecht, 2014).

Upozorňuje, že zároveň s dychtěním dojít naplnění, v touze po sobě samých (E. Lévinas in Deuser, 2018), které nás v našem pohybu pohne, přichází opačná tendence – odpor, který v našem pohybu vyžaduje vitální prosazení a pevné rozhodnutí. Jednoduše řečeno, když se projevujeme v materiálu, narážíme na sebe ve své individuální historii. Pomocí haptického vnímání se přibližujeme sami k sobě, což zároveň vnímáme jako výzvu, která vyžaduje naši aktivní, vitální reakci. Cítíme se tělesně, emocionálně a mentálně (s porozuměním sami sobě) (Deuser in Víšková, 2022).

7.2 STYLY VZTAHOVÁNÍ V BIOSYNTÉZE

Z pohledu vztahování se, biosyntetická psychoterapie nabízí teorii bondingových stylů. Ta rozlišuje následující čtyři způsoby, jakými klient navazuje vztahy, přičemž terapeut by měl být schopen v terapii všechny zaujmout.

1. **Being** (bytí, pobývání, pupečnickový bonding, hara)

Jde o kontakt, kdy je nejdůležitější s klientem v terapii být, být přítomen svým srdce.

Jako miminko je v děloze a není víc potřeba. Verbálně to odpovídá jednoduchým ujištěním: jsem tady s tebou, je to v pořádku, jsem tady. Tento styl je zásadní při práci s traumatem.

2. **Having** (mít, orální bonding)

Jde o to, jak jsou syčené klientovy potřeby ve vztahu. Klient doplňuje v terapeutickém vztahu to, co mu dříve v životě scházelo. To, souvisí s výživou, impulsy, podněty, limity i bezpečím. Jako první přichází ke slovu, zda klient vůbec dovede rozpoznat, co potřebuje.

3. **Doing** (dělání, sociální bonding)

Vývojově se tato fáze pojí s vertikalizací (dítě se postaví a začne chodit). Jde o téma solaru a expanze. V terapii se klient učí novým dovednostem. Terapeut je v roli toho, kdo ukazuje nové možnosti a pomáhá držet vědomí variant, co chce klient vyzkoušet, co ho napadá, baví. To souvisí s tématy: moje síla, energie, hranice, vztek. Klient zkouší to, čemu dříve nedovedl říci ano, stanovuje, co je pro něj akceptovatelné a učí se říkat ne.

4. **Giving** (dávání nebo SHARING, sdílení; sexuální bonding)

Fyziologicky souvisí s pánevním dnem.

V terapii se klient a terapeut setkávají na „partnerské“ úrovni. Tzn. že terapeut je více než v předchozích fázích v roli přítele a někoho, kdo je s klientem na cestě.

8. SETKÁNÍ METODY PRÁCE V HLINĚNÉM POLI® S BIOSYNTETICKOU PSYCHOTERAPIÍ

Souhrnně lze říci, že metody Práce v hliněném poli® a Biosyntetická psychoterapie jsou přístupy, které zahrnují jak práci s tělem, tak oslovení klienta na emoční, sociální a mentální úrovni (Deuser, 2018, 2020) bios). Přičemž práce s tělem vychází u obou z podobných teoretických zdrojů a tělesné prožívání a chování je v obou případech chápáno jako odraz biografické historie konkrétního člověka. Metody se shodují, že, jak se tělem vyjadřujeme, jak tělo držíme, jak dýcháme, to vše je odrazem našich životních zkušeností a zaměřují se na to, kam a kudy chce klient růst, aby jej v této cestě podpořily.

Biosyntetická psychoterapie využívá jako základní nástroje vztah mezi klientem a terapeutem a samotné tělo terapeuta. Je-li správně vyladěno, umožňuje cítit drobné emoce, napětí, kvality i pulzaci klienta. Tato rezonance je pak základním kompasem udávajícím směr další terapeutické práci a intervencím. Podporuje stav zdravé pulzace a obnovení integrace emocí, těla i myšlení. Snaží se přinést oživení celého života jedince a podpořit pulzaci životní energie na rovině fyzické, psychické i spirituální. David Boadela terapii popisuje jako „překlad z mozku do těla tak, aby tělo pochopilo situaci, a zároveň z těla do mozku, aby mozek pochopil, jak se tělo cítí.“ (Boadela 2017).

Metoda Práce v hliněném poli® (dále PHP), pozoruje celé tělo klienta, zároveň se ale intenzivně zaměřuje na pohyby rukou a impulzů v haptickém kontaktu. Využívá k tomu kontakt s keramickou hlínou. Pozoruje, jak se klient vztahuje k materiálu a sám k sobě. Práce u hliněného pole obsahuje i nezbytnou mentální reflexi, uchopení, těm je však věnován čas v závěru sezení anebo v průběhu v drobných momentech. Není tedy jako u biosyntézy náplní terapeutického procesu.

U biosyntézy lze dotyk chápat jako součást repertoáru terapeutických intervencí. Stimuluje senzorický, motorický, cévní lymfatický systém, systém pojivové tkáně, centrální nervový a vegetativní nervový systém (Boadela, 2017). PHP se zaměřuje primárně na dotyk, skrze podporu plynulosti pohybů směřuje k prolomení traumatických bloků, všímá si propojení nohou se zemí a rozvinutí svalového tonu.

Společný oběma metodám je respekt toho, kudy klient potřebuje jít, pozornost věnovaná dechu, uvolnění v těle s důrazem na hrudník, břicho, pánev, stejně jako uzemnění.

Stěžejní je rovněž vyladění terapeuta, a to i na tělesné úrovni. Terapeut si v práci uvědomuje své tělesné napětí, reflektuje přenos a zrcadlení tělesného obrazu klienta.

V haptickém kontaktu biosyntéza učí, že když klient nechce, aby se jej terapeut dotýkal a upřednostní svou iniciativu v dotyku terapeuta, učí tak vlastně terapeuta, jak bude v budoucnu chtít, aby se jej zpětně dotýkal. Podobně, když se klient dotýká u hliněného pole materiálu, dotyk se mu vrací a klient se tak dotýká sám sebe právě s tou samou kvalitou, se kterou zachází s materiálem, a kterou potřebuje k zažívání sebe sama.

PHP přináší podrobně rozpracovanou teorii o využití dotyku jako vstupu do kontaktu se sebou samým. Pro pole biosyntézy může být inspirací, jak pracuje s materiálem, jak si všímá haptického kontaktu a jeho projevů v celém těle. Grounding (uzemnění) podpořený „dotykem země“, jak jsme zmínili u Biosyntetické psychoterapie hraje stěžejní roli u PHP v souvislosti s hledáním stability a s projevením síly. První, co v práci u hliněného pole terapeut pozoruje, je jakým způsobem klient do pole vstupuje. Zda využívá sílu (tlačí na hlinu kořenem ruky, opírá se lokty, propichuje hlinu prstem), nebo hledá dotyk (pokládá na pole dlaň, předloktí). Terapeut v tomto kontextu může klientovi nabídnout vyzkoušet si opřít o pole lokty, cítit nohy na podlaze, vydechnout a vyvážit se do stran. V práci s dětmi je možné nabídnout pevné zahrabání rukou klienta, kvůli vyvážení nebo naopak jemnou práci se zakrytím rukou a přiléváním otvory teplé vody do hliněného „objetí“ připomínající pobyt plodu v břiše matky. Podobně některá cvičení v biosyntéze využívají uzemnění tlakem na vybrané části těla, nebo odložení loktů do rukou terapeuta.

V potřebách a projevech haptického vnímání pozorujeme souvislost s tématy biosyntetického centeringu. Totiž s otázkami, jak být ve svém středu dobře mezi tím, co je uvnitř a co je venku. Mohu být dobře v kontaktu se sebou a zároveň s někým druhým? Jsem hybatelem změn, nebo se mi změny dějí? Centering je pak spojen s tématem bondingu. Se zdravým spojením, vztahem matkou během těhotenství, poskytování containmentu pro miminko, pro pohyb a růst. Biosyntetická psychoterapie tato témata teoreticky uchopuje a věnuje jim v procesu terapie pozornost skrze reflexi a strukturální práci. Popisuje polarity mezi „contained“ (být držen) a „having space“ (being free) – téma být držen vs. mít svobodu, střídání containmentu a objevování sebe sama.

Biosyntéza podporuje „vycentrování“, které výše specifikujeme jako „nastolení rovnováhy mezi činnosti sympatiku a parasympatiku“. To ve své teorii zahrnuje i Deuser, který vytváří prostor v práci s materiálem k aktivaci sympatiku a vyjádření dříve potlačených reakcí související s kvalitami „útěk a boj“. Zároveň si všímá parasympatického zklidnění, které se často objevuje v závěru práce, jako velmi intenzivní nově zažívaný pocit klidu a ucelení.

Zajímavé je, že u PHP se téma centrování objevuje v rámci vývoje rovnovážné organizace, jako adekvátní pro dosažení dospělosti. Jde o to, že se klient orientuje do středu pole, tělesně vertikalizuje v ose pánev – hlava, a rozumí tomu, že při práci v hliněném poli uchopuje to, co se dotýká jeho životního příběhu (Deuser in Víšková, 2022).

Vzhledem k ústřednímu tématu vztahovosti v haptice, může být pro PHP inspirativní podívat se na proces u hliněného pole z pohledu biosyntetické teorie o tom, jak klient navazuje vztahy. Dalo by se říci, že being vidíme v samém jádru terapie. Terapeut s klientem v procesu je přítomen v důvěře, že může dojít k léčení, tedy k aktivaci samo ozdravných mechanismů. Zároveň kvality beingu odpovídají situacím, kdy se jedná o jemnou práci s vodou, blátem a spočinutí v dotyku. K dotyku vody se také obrací traumatizovaní klienti, kteří nedovedou hned vstoupit do materiálu (Elbrecht in Víšková, 2022). Kvality Havingu souvisí se syčením potřeb, když se klient cítí v bezpečí jít do akce, následuje své impulsy a zažívá v pohybu a kontaktu to, co potřebuje. Zvláštní kvalitou u hliněného pole je pak „moci vlastnit“, tj. přivlastnit si materiál pro sebe. Poté co si klient materiál přivlastní, je schopen s ním disponovat, může začít stavět, může jej odtlačit nebo vyndat všechen pryč z bedny, přetvořit jej, umýt vodou, změkčit. V tom všem vyjadřuje podobně jako u doingu v biosyntéze svou sílu a energii. Nastavuje své hranice, zkouší nové možnosti. S užitím tlaku se u práce vertikalizuje a často dokonce postaví. Giving nebo sharing by se dal poté dát do kontextu reflexe procesu s terapeutem, klient na konci práce, kdy došlo k posunu může skutečně být nově pohyblivý v pánevním dnu a dobře usazený. Sharing také připomíná práci s teenagery, kteří většinu procesu často zažívají jako „mimochodem“ během toho, co si s terapeutem vykládají o životě.

Závěrem můžeme říci, že to, co je u Metody PHP popsáno jako „poznávat svůj rytmus v pohybu, objevovat propojení, celistvost skrze rovnováhu a oporu ve vlastní vertikále (Elbrecht, Antcliff, 2014). Je velmi blízké tomu co Biosyntetická psychoterapie popisuje jako:

„snahu přinést oživení celého života jedince a podpořit pulzaci životní energie na rovině fyzické, psychické i spirituální“ (Boadela 2017).

9. ZÁVĚR

Metoda Práce v hliněném poli®, podobně jako Biosyntetická psychoterapie patří mezi přístupy, které využívají práci s tělem. Obě se zaměřují na budování důvěry ve vlastní impulzy a pohyb, ve kterém klient může přijít sám se sebou do kontaktu a projevit se vůči okolnímu světu. U metody PHP k tomu slouží výhradně práce s materiálem – hlinou, v rámci ohraničené situace – setting hliněného pole. Dobrá přítomnost terapeuta je ale stejně stěžejní jako v Biosyntetické psychoterapii, která podobné kvality hledává v tělesném kontaktu klienta se sebou případně s terapeutem a jeho dalším pozorováním a rozvíjením. Ačkoli u PHP nechybí ektodermální pojmenování a uchopení, jedná se o více tělově emoční metodu, zatím co v Biosyntetické psychoterapii je ektodermu a porozumění věnováno v rámci psychoterapeutického procesu mnohem více prostoru.

Na tělesné úrovni si obě metody všímají impulzů, které iniciují pohyb a vychází z přesvědčení, že tyto impulzy zrcadlí naučené biografické vzorce chování. Tj. odkazují se ke specifickým potřebám a konfliktům souvisejícím s tím, jak se klient v minulosti učil vztahovat ke světu a k sobě samému. Terapeuti podporují externalizaci těchto pohybů, a tak klient přichází do kontaktu se svým „pociťovaným smyslem“. Podobně jako v hlině se ruce projevují viditelnou kinestetickou akcí a nachází potřebný pohyb k dosycení vývojové potřeby nebo završení traumatické zkušenosti, i biosyntéza pracuje s vnímáním posturality a souvisejícími emočními reakcemi, které se mohou dotýkat hlubokých charakterových postojů.

PHP může být inspirací, jak bezpečně v procesu terapie vstoupit do kontaktu se sebou skrze práci s materiálem a ukazuje její možnou hloubku. Biosyntetická psychoterapie pracuje s celým tělem, jeho polohou a držením. Nabízí rozpracovanou teorii, o tom, co vše se u klienta může odehrávat nejen na tělesné, ale rovněž emoční a rozumové úrovni. V souvislosti s haptikou nacházíme souvislosti v oblastech groundingu, centeringu a bondingu.

„Vyrovnání se sebou“, potřeba naplnění, vyvážení a vycentrování se týkají psychofyzických souvislostí mezi námi a naším světem. Zahrnují fyziologické a rovnovážné souvislosti, v nichž se ve světě pohybujeme. Deuser popisuje, že to, co děláme s materiálem, je naší odpovědí na to, co se nás dotýká (Deuser, 2018). To se hezky pojí s Davidem Boadelou: „to, jaké máme držení těla, vypovídá o tom, jak si stojíme ve světě, jak se cítíme, kdo jsme“ (Boadella, 2013).

Příloha č. 1: Ilustrace vývoje zaznamenaného v prvním kontaktu s hliněným polem



Začátek 1. sezení – po prvním dotyku pole ukazováčkem se Matěj stahuje zpět, podkládá si bradu a přemýšlí.

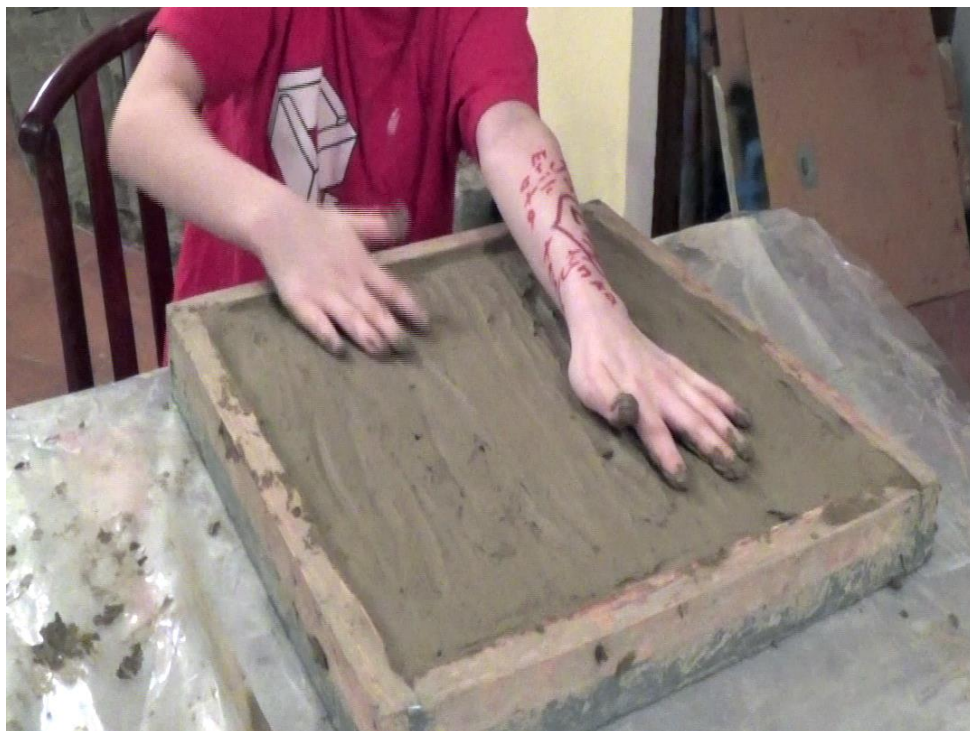


Začátek 8. sezení. Paže jsou narovnané do paralelní pozice. Matěj má výraz velkého údivu nad tímto kontaktem. Zkouší pevnost a pravou a levou stranu – rozpohybuje se v ramenou.



Začátek 10. sezení – plynulý, pomalý pohyb v teplé vodě: „Já teda jsem se naučil plavat.“
Paže jsou uvolněné, ramena poklesla.

Příloha č. 2: Ilustrace vývoje zaznamenaného ve schopnosti využít svou sílu.



Začátek 1. sezení. Tlak, který zůstává na povrchu. Viola se nemůže zpětně cítit, jde o hektické silové pohyby směrem k sobě, jako by hlínu chtěla nabrat. Ale nenabírá.



Začátek 18. sezení. Viola využívá sílu s kompetencí přivlastnit si materiál v klidném tempu.

Příloha č. 3: Ilustrace jemného dotyku, skrze přidání teplé vody. Povolení napětí.



Bibliografie

Ayres, J. (2005). *Sensory Integration and the Child: 25th Anniversary Edition*. Los Angeles.

Blythe, S. G. (2012): *Dětství v rovnováze: Pohyb a učení v raném dětství*. Bratislava, Inštitút psychoterapie a socioterapie.

Boadella, D. (2013): *Životní proudy*. Praha, Triton.

Boadella, D. a kol. (2017). *Biosyntéza: Zdroje a energie v terapii*. Praha: Triton.

Boadella, D. (1973). Wilhelm Reich: *The Evolution of his Work*. San Francisco: Vision Press

Bowlby, J. (2010): *Vazba: Teorie kvality raných vztahů mezi matkou dítětem*. Praha, Portál.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment*. London: Chatto & Windus.

Damasio, A. (2004): *Hledání Spinozy: Radost, strast a citový mozek*. Praha, Dybbuk.

Deuser, H. (Ed.). (2004). *Bewegung wird Gestalt*. [Movement becomes gestalt]. Bremen: W. und W. Doering Verlagsgesellschaft Tübingen.

Deuser, H. (2018). *Arbeit am Tonfeld. Der haptische Weg zu uns selbst*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

Deuser, H. (2019). Přednáška v rámci Mezinárodního Symposia Práce v hliněném poli. Praha Vyšehrad, pořadatel: Anna Víšková.

Deuser, H. (2020). *Lebendige Haptik. Handbuch zur Arbeit am Tonfeld*. Verlag books on Demand.

Deuser, H.; Součková, P. (2018). Interní materiály z výcviku v metodě konaného v Praze.

Drozd, M. (2010): *Práce s tělem v psychoterapii*. In: Vybíral, Z.; Roubal, J. Praha, Portál.

Elbrecht, C. (2013): *Trauma healing at the Clay Field: A sensorimotor art therapy approach*. London and Philadelphia, Jessica Kingsley Publishers.

Elbrecht, C.; Antcliff, L. R. (2014): *Being touched through touch. Trauma treatment through haptic perception at the Clay Field: A sensorimotor art therapy*. International Journal of Art Therapy. Vol. 19, No. 1, 19–30.

Gendlin, E. T. (2003): *Focusing: Tělesné prožívání jako terapeutický zdroj*. Praha, Portál.

- Grunwald, M. (Ed.) (2008): *Human haptic perception: Basics and Applications*. Basel/Boston/Berlin: Birkhaeuser.
- Hatwell, Y.; Streri, A. (Eds.) (2003): *Touching for knowing. Cognitive psychology of haptic*. Philadelphia, John Benjamins Publishing Company.
- HuHölz, B. (2020). Arbeit am Tonfeld bei ADHS: Pädagogische und psychodynamische Aspekte der Affektregulierung. University of Tübingen, Germany.
- Langmeier, J.; Krejčířová, D. (2006): *Vývojová psychologie*. Praha, Grada.
- Levine, P. A. (2011): *Probouzení tygra: Léčení traumatu*. Praha, Maitrea.
- Levine, P. A., Kline, M. (2007). *Trauma Through a Child's Eyes: Awakening the Ordinary Miracle of Healing*. Berkeley, Ca: North Atlantic Books.
- Malchiodi, A. (Ed.) (2014). *Creative Arts and Play Therapy for Attachment Problems*. New York, NY: The Guilford Press.
- Malchiodi, A. (Ed.) (2015): *Creative Interventions with Traumatized Children*. New York, The Guilford Press.
- Orel, M.; Facová, V. (2010): *Člověk, jeho smysly a svět*. Praha, Grada Publishing.
- Piaget, J.; Inhelderová, B.(2014): *Psychologie dítěte*. Praha, Portál.
- Rappaport, L. (2008): *Focusing-Oriented Art Therapy Accessing the Body's Wisdom and Creative Intelligence*. London, and Philadelphia, Jessica Kingsley Publishers.
- Roubal, J.; Čevelíček, M.; Řiháček, T. (2019). *Jak jednoduše provést a napsat případovou studii: Vodítka pro psychoterapeuty v praxi*. Psychoterapie. Brno: Masarykova univerzita, roč. 13, č. 1, s. 22-39. <https://www.psychosomatika-cls.cz/jak-psat-pripadovou-studii/>
- Rubinová, J. (Ed.) (2008): *Přístupy v arteterapii: Teorie a technika*. Praha, Triton.
- Richtrová, B. (2013): *Aplikace speciální arteterapeutické techniky „Doteky hlíny“ a zhodnocení terapeutického účinku u klientů s vývojovou poruchou řeči*. Arteterapie 33, 17–22.

Richtrová, B. (2010): *Analýza a zpracování řečových a biologických signálů: Princip aplikace speciální arteterapeutické techniky u dětí s vývojovou dysfázií*. In: Pollák, P.; Čmela, R. (Eds.): Sborník prací 2010. Praha, 1. LF UK.

Rotschild, B. (2000). *The Body Remembers: The Psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

Siegel, D. J. & Bryson, M. D. (2011). *The Hole-Brain Child: 12 revolutionary strategies to nurture your child's developing mind*. USA: Bantam Books.

Smith, E. W. L. (2007): *Tělo v psychoterapii*. Praha, Portál.

Vágnerová, M. (2012): *Vývojová psychologie I: Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.

Víšková, A. (Ed.). (In edition: 2022). *Práce v hliněném poli[®]: Sborník k mezinárodnímu sympoziu*. Olomouc: UPOL.

Vrtbovská, P. (2010): *O ztraceném dítěti a cestě do bezpečí: Attachment, poruchy attachmentu a léčení*. Praha, Natama.

<http://www.hlinenepole.cz>

<https://www.sensorimotorarttherapy.com>

<http://www.tonfeld.de>