

# I v arteterapii je důležité umět pokládat správné otázky

Lucie Poláková je maminkou čtyř dětí. Pracuje jako učitelka na vysoké škole, kromě toho se věnuje astrologii (její výklad na měsíc prosinec si můžete přečíst poprvé v těchto Jihlavských novinách) a také arteterapii.

■ Veronika Dawidowicz

V Česku podle jejich slov ještě arteterapeut není tak běžná profese jako na Západě, ale začíná se čím dál více prosazovat. Zatím nejvíce se v našich končinách praktikuje například v psychiatrických léčebnách, nebo u mentálně postižených či hyperaktivních dětí.

„K arteterapii jsem se dostala tak, že mám postiženého syna. Nyní mu je 16 let. Chtěla jsem vědět, jak s ním lépe pracovat,“ vzpomíná Lucie, která ráda maluje a tvoří, a tak se rozhodla spojit to, co ji baví s tím, co může pomoci i ostatním.

Její velkým vzorem je Carl Gustav Jung, švýcarský lékař a psychotherapeut, zakladatel analytické psychologie. Jeho přínos psychologii spočívá v pochopení lidské psychiky na pozadí světa snů, umění, mytologie, náboženství a filosofie.

Lucii velmi fascinuje nejen to, co



ARTETERAPIE může pomoci člověku poznat sám sebe. Foto: archiv autorky

všechno je možné z obrázků vyčíst. „Není to jen o diagnostice, ale i o tom prožitku, který během toho, co tvoříte, máte. Během malby vám mohou vylézt na povrch různé informace o vás,“ vysvětluje Lucie.

Arteterapeut, stejně jako psychotherapeut, musí podle Polákové umět klást otázky.

„Já pouze položím ty správné otázky a pak už nechám člověka, aby si sám rozhodl svou životní cestu a zjistil, jestli je mu na ní dobře,“ popisuje

Lucie, jak část arteterapie probíhá a dodává, že je také velmi důležité člověka svými dotazy nijak neovlivňovat. Vše musí být čisté z něj.

„Podle obrázku se dá částečně poznat osobnost lidí, ale mnohem důležitější je pro mě to, co o obrázku člověk sám řekne. To je na prvním místě,“ říká Lucie.

O člověku dle jejich slov hodně vypoví například koláže. Ty jsou prý oblíbené zejména u mužů. „O mužích je všeobecně známo, že jen málokdy rádi malují,“ vysvětluje arteterapeutka a dodává, že nestačí jen ukázat terapeutovi koláž, ale že je potřeba

## Arteterapie

■ Jinak nazývána také terapie uměním, je obor využívající výtvarný projev jako hlavní prostředek k poznávání lidské psychiky a mezilidských vztahů. Někdy bývá přiřazována k psychoterapii a jejím jednotlivým směrům, jindy je pojímána jako svébytný obor. Arteterapeutické aktivity se dají využít v oblasti zdravotnictví, sociální péče či výchovy a vzdělávání u dětí i dospělých. Vzhledem k širší možnosti využití a prolínání jednotlivých oblastí je důležité zachovat průřezový mezioborový charakter povolání.

obrázek vysvětlit.

„Když někdo na výtvarném díle namaluje psa, může to znamenat, že má rád psy, ale klidně taky, že žil s psem pod mostem nebo ho nějaký pokousal. A to já nemůžu vědět,“ dodává Poláková.

Arteterapie může určitě doplnit i běžnou psychologickou péči. Například někteří lidé mohou mít obavy z návštěvy psychologa, aby se na ně lidé ne dívali skrz prsty nebo jako na blázny, ale díky arteterapii se naučí o svých pocitech lépe hovořit.

„Na arteterapii se nehodnotí 'kvalita' obrázku. I kdyby člověk odevzdal černý papír s bílou tečkou, je to v pořádku, protože to tak cítí. Jde jen o to, aby si klient uvědomil, takhle já to mám. Měl by odcházet s tím, že vidí světlo a cítí v životě naději,“ říká Lucie na závěr.

THK RHYTHM AUTOMOTIVE CZECH, a.s. 

## Volné pracovní pozice

**Mechatronik - senior**  
**Mechatronik - junior**  
**Konstruktér přípravků AME**  
**Procesní inženýr AME**



Týden dovolené navíc • Příplatky nad rámec zákoníku práce • Dotované stravování v areálu firmy • Cafeteria 4 500 Kč za rok • Příspěvek na penzijní připojištění ve výši 2,5 % z hrubé mzdy • Letní bonus • Odborné a jazykové vzdělávání • Pružnou pracovní dobu a home office • Odměny za pracovní a životní jubilea • Zvýhodněné volání • Bankovní účet zdarma • Akce pro zaměstnance



384 456 262



prace@trcz.thk.com



www.thkdacice.cz

**I TY S NÁMI MŮŽEŠ  
TVOŘIT BEZPEČÍ NA CESTÁCH**

112-410

Stalo se před 20 lety

## Stavba supermarketu na Březinkách před 20 lety neprošla

V prosinci roku 2000 byla zamítnuta výstavba Penny marketu na Okružní ulici. Supermarket se měl nacházet v blízkosti dvou základních škol - O. Březiny a Demlova. Městská rada tehdy nesouhlasila s prodejem pozemku.

Majetková komise MR projednala žádosti společnosti ICOM Reality, a.s., která do smluvních vztahů vstoupila s firmou VD Horizont a Penny Marketem, za účelem realizace projektu výstavby nového supermarketu.

Pronájem částí pozemků doporučila s tím, že vybudované parkoviště a komunikace budou předány bezúplatně Městu Jihlava, a to je následně pronajme vlastníku supermarketu se započítáním nákladu na údržbu na nájemné.

Společnost ICOM Reality však v případě bezúplatného předání parkoviště a komunikace městu navrhla zřízení věcného břemene k jejich užívání pro vlastníky, uživatele a návštěvníky nové nemovitosti, s čímž majetková komise nesouhlasila.

-vd-

## Najděte ty správné lidi!

Sháníte posilu do svého týmu? Rádi byste v kolektivu přivítali schopného a spolehlivého člověka a nedaří se ho najít i přes to, že máte pocit, že jste už vyčerpali všechny možnosti? Zkuste inzerovat u nás v Jihlavských novinách. Každý měsíc jsou naše noviny zdarma doručovány do schránek téměř 23 tisíc domácností v Jihlavě a přilehlých částech. Možná právě v některé z těchto domácností je někdo, kdo by byl pro vaši firmu přínosem. Naše obchodní zástupkyně je vám k dispozici na níže uvedených kontaktech, kde s vámi individuálně domluví nejlepší a nejefektivnější formu personálního inzerátu právě pro vás.

**Kontakt:**

➤ Radka Mezerová

☎ mobil: +420 732 506 426

✉ e-mail: mezerova.njr@seznam.cz

