

TISKOVÁ ZPRÁVA PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ, z. s.

KONTAKT: MICHAELA VENCLOVÁ/ 773 915 753/ michaela.venclova@pdz.cz
ODBORNÝ: MUDr. PETR HEJZLAR/ 777 915 740/ petr.hejzlar@pdz.cz

12. dubna 2019

Život je někdy drama - terapie

Každý z nás občas zažívá životní drama. Chvilé, kdy neví kudy kam a co je správné udělat. Jak si s nelehkou situací poradit? Zahrajte si jí, radí sociální pracovnice, které s klienty nacvičují některé životní situace na pravidelných lekcích dramaterapie.

Lekce dramaterapie pořádá pro své klienty organizace Péče o duševní zdraví v Jičíně (PDZ). „S některými věcmi si v životě neumíme snadno poradit. Pokud máme nějaký hendikep, může se zdát jako těžká životní situace i věc, která je pro jiného banalitou. Na kurzech dramaterapie se naši klienti učí, jak zvládat pro ně problémové situace v běžném životě,“ říká vedoucí skupiny dramaterapie Anna Bočková.

Dramaterapie v Jičíně, která se koná v rámci aktivit rehabilitačního klubu, pomáhá lidem s duševním onemocněním i s mentálním postižením. Je zaměřená na rozvoj dovedností přiměřeně reagovat v různých sociálních situacích. Prostřednictvím hry, příběhu nebo role se snaží rozšiřovat pohled na situaci a hledat její řešení. Pracuje s fantazií či metaforami, využívá projekci, stylizaci a kreativitu.

Do skupinových lekcí se zapojil i klient Pavel, kterého posunula dramaterapie v jeho životě s mentálním postižením o kus dál, a to nejen ve zvládnání náročných situací, ale i v jeho aktivním zapojení v běžné společnosti.

Pavel se na služby PDZ obrátil, protože se ve městě, kde žije, cítil osamělý a chtěl být více zapojený v komunitě. Následně pociťoval i potřebu zaměřit se na zvládnání svých emocí, které jde s navazováním kontaktů a vztahů ruku v ruce. Pavel je impulzivní, emočně nestabilní. Kvůli svému mentálnímu handicapu nerozumí některým reakcím jiných lidí, a to bylo překážkou pro větší zapojení do společnosti. Sociální pracovnice PDZ napadlo zapojit Pavla do lekcí dramaterapie. Zde si může mimo jiné formou tzv. hry v roli přímo natrénovat konkrétní situace ze života a jak v nich jednat. Pavel začal na dramaterapii pravidelně docházet, od začátku se aktivně zapojoval a získané zkušenosti pozitivně hodnotil. Sám říká: „*Baví mě na tom, že se tam učíme, jak jednat. To já často nevím. Tady si to natrénuju.*“

Po určité době bylo Pavlovi nabídnuto navštěvovat místní divadelní spolek KULA (pro herce s postižením). Pavel na základě pozitivních zkušeností z dramaterapie nabídku přijal. Do divadla chodí nyní každý týden. O zatím krátkodobé zkušenosti říká: „*Chodím tam, abych neseděl doma, ale šel mezi lidi. Zatím se držím stranou, oni se totiž už znají, já jsem nový. Bojím se toho, až budeme nějaký to divadlo hrát, že budu nervózní. Radši bych nějakou roli, kde bych nemusel mluvit.*“ V současnosti spolek nové divadelní představení nenacvičuje, protože právě jedno dokončil. Tato situace je ale pro Pavla ideální, zatím se může blíže seznámit s kolektivem, zvyknout si na průběh hodin, na jednotlivé aktivity, na způsob vedení. Až nastane čas, zapojí se do divadelního představení dle svých přání, možností a schopností.

TISKOVÁ ZPRÁVA PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ, z. s.

KONTAKT: MICHAELA VENCLOVÁ/ 773 915 753/ michaela.venclova@pdz.cz

ODBORNÝ: MUDr. PETR HEJZLAR/ 777 915 740/ petr.hejzlar@pdz.cz

Zapojení do divadelního spolku je pro Pavla velkým pokrokem a šancí. V ideálním případě se Pavel s lidmi ze spolku spřátelí a bude se s nimi setkávat i mimo divadlo. Snad Pavel jednou k tomuto cíli dospěje a divadlo pro něj bude další cestou do komunity jako takové.

Péče o duševní zdraví, z. s.

Nezisková organizace pomáhající lidem s duševním onemocněním. Poskytuje sociální služby v Pardubickém a Královéhradeckém kraji, organizuje akreditované vzdělávací kurzy, pořádá osvětové a kulturní akce na podporu společenského povědomí o životě lidí s duševním onemocněním. Pobočný spolek Výměník podporuje lidi se zdravotním handicapem v návratu na běžný trh práce a nabízí pracovní uplatnění v chráněné kavárně, dílnách a obchodu.

Více na <http://www.pdz.cz/>

<https://www.facebook.com/Pece.o.dusevni.zdravi>