

Odvaž se být s námi, můžeš být sám sebou

Podpůrné terapeutické skupiny pro dívky a chlapce

Smíšené podpůrné skupiny jsou určeny pro chlapce a dívky ve věku 8–16 let. Jejich záměrem je posílení sebeúcty, rozvoj integrity osobnosti dítěte a zvládnání obtížných situací, vztahů v rodině, ve škole či ve společnosti. Otevřené skupiny nabízí dětem bazální bezpečí, které je zajištěno již samotnou neutralitou prostředí a anonymitou. Děti tak mohou bezpečně vykročit do jiného sociálního prostředí, nezatěžkané historií vazeb z jednoho prostředí. Hlavními prostředky terapeutického procesu jsou hra, improvizace, práce s tělem a výtvarná média.

Skupiny probíhají každé úterý

- **od 14.30 do 15.45** **pro chlapce a dívky ve věku 8-11 let**
- **od 16.30 do 17.45** **pro chlapce a dívky ve věku 12-16 let**

Skupiny dětem nabízí:

- rozvoj pozitivního přijetí sebe sama a sebedůvěry
- rozvoj schopnosti vyjadřovat vlastní myšlenky, názory a citové prožitky
- rozvoj komunikačních a sociálních dovedností, včetně kooperace a sebezprosažení ve skupině
- fyzický a emoční ventil úzkosti a negativních emocí, jako je vztek, žal, agrese apod.
- rozvoj adaptivního způsobu vyjadřování emocí (trénování autoregulace a způsobu vyjádření emocí bez agrese vůči druhému či auto-agrese)
- trénink nových způsobu chování, zpracování vnitřních konfliktů ve skupině
- rozvoj svobodného a spontánního projevu
- rozvoj schopnosti přijetí odpovědnosti za sebe a své chování ve skupině
- rozvoj kreativity, tvořivosti a fantazie, jakožto nástroje hlubšího porozumění a poznání sebe sama
- rozvoj trpělivosti, všímavosti a pozornosti

Jak pracujeme:

- Budujeme terapeutický vztah, který je upřímný, přijímající a respektující jedinečnost každého dítěte.
- Vytváříme bezpečné prostředí pro sdílení vlastních myšlenek, názorů a pocitů ve skupině.
- Občas slova nestačí, proto využíváme k bezpečnému a svobodnému vyjádření umělecké a expresivní prostředky.
- Terapeutický proces je veden skrze volnou improvizovanou hru (aktivní tvorbu) založenou na metafoře, fantazii, projekci, repetici a variaci, práci s tělem či výtvarným médiem, přítomném okamžiku „ted' a tady“, intimním kontaktu a skupinové dynamice.
- Pomocí hry, příběhu či opakovaném vstupu do fiktivní (zástupné) role rozšiřujeme náhled na vlastní situaci, hledáme způsoby řešení obtížné životní situace, aktuálně řešeného konfliktu, zpracováváme negativní emoce či traumatické zážitky, také posilujeme integritu osobnosti skrze pozitivní a korektivní zážitky ze hry.
- Hravě, aktivně a systematicky používáme dramatické a výtvarné prostředky v bezpečném prostředí terapie.
- Vytváříme skupinu pro 6–8 dětí.
- Vstup do skupiny předchází osobní rozhovor s terapeutem.

Skupiny vedou dramaterapeuté Lenka Veitová a Jan Bárta, kteří pracují uceleným přístupem Developmental Transformations (tzv. Vývojové proměny).

Bc. Jan BÁRTA



V Centru Sámovka působí jako dramaterapeut programu Arte a Drama dílen. Dále spolupracuje s Tancem Praha na pohybově tanečních dílnách pro děti a seniory v divadle Ponec a pracuje v projektu Škola tančí s organizací S.SE.TA. Věnuje se vlastní autorské a interpretační tvorbě zahrnující produkci, herectví-tanec a režii. Zabývá se prací s dětmi se zaměřením na pohybovou a dramatickou výchovu, a to i v kontextu dramaterapie.

Studoval na taneční konzervatoři *Duncan centre* v Praze, pak přešel na *Pražskou státní konzervatoř obor hudebně – dramatický*. V roce 2009 absolvoval v Holandském Amsterdamu čtyřleté studium na divadelní akademii – *Mime department of Hogeschool voor de Kunsten*; V roce 2017 absolvoval pětiletý drama/arte terapeutický výcvik, se zaměřením na metodu DvT – Developmental transformation. Je spoluzakladatelem Crewcollective z.s., která má cíl pořádat kulturní a vzdělávacích akce, systematicky propojovat umělce z jiných oborů a zprostředkovávat produkci jednotlivých umělců v Čechách i zahraničí.

Mgr. Lenka VEITOVÁ



V Centru Sámovka pracuje jako jako koordinátor a dramaterapeut programu Arte a Drama dílen. Dále působí jako lektor selektivní prevence (Proxima sociale, o.p.s) a interní doktorand a odborný asistent na Univerzitě Palackého v Olomouci.

Vystudovala speciální pedagogiku se zaměřením na dramaterapii na Univerzitě Palackého v Olomouci. Dále absolvovala Kreativní pedagogiku na KATAP, DAMU v Praze. Nyní je frekventantem dlouhodobého sebezkušenostního drama/arte terapeutického výcviku se zaměřením na metodu DvT Developmental Transformations, garantovaného Asociací dramaterapeutů ČR a Institute New Haven USA.

Jako dramaterapeut pracovala několik let s klienty s drogovou závislostí (PN Kroměříž) a neurotickou poruchou (PL Olomouc) v psychiatrických zařízeních a lidmi s mentálním postižením v domovech a stacionářích (Bruntál, Litovel). Také působila jako učitel literárně dramatického oboru na ZUŠ ve Vysokém Mýtě, lektor primární prevence (Přerov, Kappa help, o.p.s.) a respitní pracovník (Děti patří domů, Svitavy). V současnosti také působí jako interní doktorand na Univerzitě Palackého v Olomouci.