

# VYUŽÍVANIE EXPRESÍVNÝCH TERAPIÍ NA SLOVENSKU AKO SÚČASŤ LIEČEBNÝCH POSTUPOV

Souček Vaňová M., Žitniaková Gurgová B.

Pedagogická fakulta UMB, Katedra psychológie, Banská Bystrica

## Úvod

Expresívne terapie ako arteterapia, muzikoterapia alebo tanečno-pohybová terapia predstavujú prepojenie umeleckej tvorby s tradičnými psychoterapeutickými postupmi. Lištiaková a Kováčová (2015) uvádzajú, že metódy expresívnych terapií sa uplatňujú v kontexte poradenstva, rôznych psychoterapeutických smerov, ale aj špeciálnej, liečebnej a všeobecnej pedagogiky.

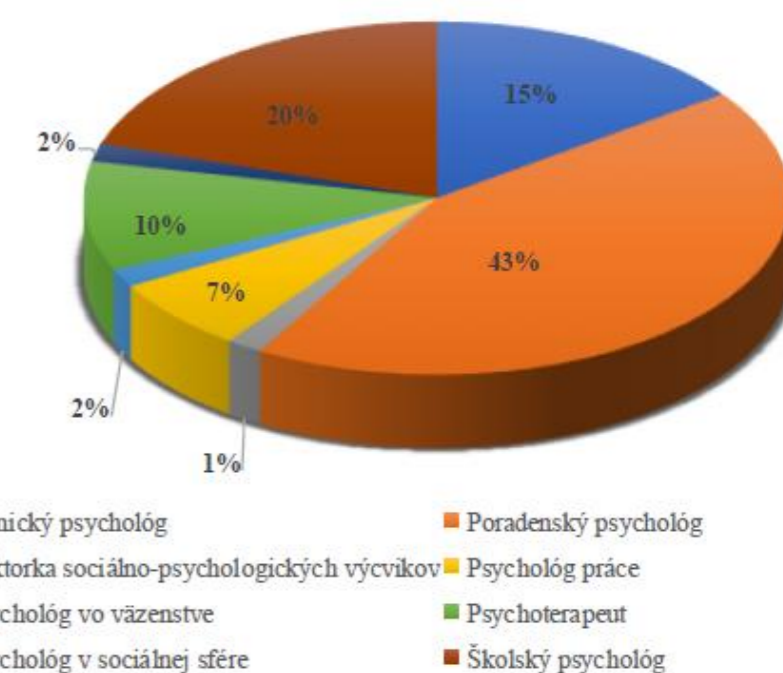
Ciele využívania expresívnych terapií (liečebné, podporné, výchovné) súvisia s konkrétnym teoreticko-praktickým zameraním odborníkov. Národná organizácia pre umenie v zdraví (National Organisation for Arts in Health, 2019) vníma prínos expresívnych terapií najmä v oblasti starostlivosti o duševné zdravie pri napĺňaní psychoterapeutických cieľov. V zahraničí, ale aj na Slovensku sú expresívne terapie využívané v rôznych profesiách, ale chýbajú komplexné národné dáta o ich zastúpení. Nás ako psychologov zaujímalo, aké je využívanie expresívnych terapií v psychologickú praxi odborníkov na Slovensku.



## Metódy

Cieľom výskumu bolo zistiť, ktoré druhy expresívnych terapií sú využívané psychologmi.

Výskumný súbor (n=60) tvorili psychologovia z rôznych oblastí (Graf 1), ktorí vyplnili online dotazník vlastnej proveniencie v marci 2021. Najväčší podiel tvorili psychologovia s dĺžkou praxe do 5 rokov (40 %). Expresívne terapie využíva 25 psychologov (41,67 %), 35 psychologov (58,33 %) ich nevyužíva vôbec.



Tab. 1 Zastúpenie expresívnych terapií v psychologickú praxi (n=25)

Druh expresívnej terapie	HS (n)	VS (%)
Arteterapia	24	92 %
Biblioterapia	8	32 %
Dramatoterapia	4	16 %
Muzikoterapia	6	24 %
Tanečno-pohybová terapia	7	28 %

Najviac zastúpenou expresívnou terapiou medzi psychologmi v našom výskume je **arteterapia** (92 %), najmenej dramatoterapia (16 %).

Psychologovia využívajú expresívne terapie najviac pri práci s detským klientom, pri ktorom považujú tieto terapie za najadekvátnejšiu formu terapie.

Graf 1 Zloženie výskumného súboru na základe oblasti psychologickej činnosti

## Záver

Na základe nášho výskumu môžeme konštatovať, že z expresívnych terapií slovenskí psychologovia najčastejšie využívajú arteterapiu. Otvorenou zostáva otázka miery ich dostatočnej odbornej prípravy a či expresívne techniky využívajú terapeuticky alebo skôr „filetický“. Pre plnohodnotnú možnosť realizácie expresívnych terapií v praxi je však potrebné aj ich legislatívne ukotvenie. Súhlasíme s vyjadrením Petra Kusého (2019), ktorý o. i. zdôrazňuje absenciu explicitného vymedzenia muzikoterapie v slovenskej legislatíve ako aj neexistenciu študijného odboru muzikoterapia a dodáva, že uvedené sa týka tiež arteterapie, dramatoterapie, tanečno-pohybovej terapie a biblioterapie. Na psychiatrických oddeleniach a v stacionároch sú pritom uvedené terapeutické postupy bežne využívané. Uvedomujeme si, že limitom realizovaného výskumu je nízky počet respondentov a predstavuje len sondu do skúmanej problematiky. Ďalší výskum zameraný na konkrétne prvky a postupy, indikáciu resp. kontraindikáciu pri konkrétnych ochoreniach by mohol byť prínosom pre skvalitnenie psychoterapeutickej práce.

## Zdroje

Kusý, P. (2019). Quo Vadis muzikoterapia a muzikofiletika na Slovensku? *Psychiatria-Psychoterapia-Psychosomatika*, 26(4), s. 19-23.

Lištiaková, I., & Kováčová, B. (Eds.). (2015). *Expresívne terapie vo vedách o človeku 2015*. Bratislava.

National Organization for Arts in Health. (2019). *About NOAH*. Retrieved from <https://thenoah.net/about>.

Žitniaková Gurgová, B. & Vrbinská, P. (2021). Využívanie expresívnych terapií v psychologickú praxi. In *Journal socioterapie* 7(1), s. 6-11.