

ROLE DOBRODRUŽNÉ TERAPIE V PSYCHIATRICKÉ LÉČBĚ

JIŘÍ KIRCHNER, BĚLA HÁTLOVÁ, VÁCLAV HOŠEK

Předkládaná přehledová studie se zabývá souhrnem současných teoretických poznatků o relativně nové oblasti dobrodružné terapie (Adventure Therapy), která se začala odborně kultivovat především v anglosaských zemích před dvaceti lety. V příspěvku se pokoušíme přinést stručný a přehledný historický vývoj základních inspirací a momentů, které byly zásadní pro počátek uvažování „fenoménu dobrodružství“ jako možného edukačního a terapeutického prostředku. Náš příspěvek k dané problematice spočívá především v obohacení teorie dobrodružné terapie a její začlenění do empirického a vědeckého rámce psychomotorické terapie či kinezioterapie, která je psychiatrickou veřejností akceptována a účinnost jejích programů je vědecky ověřována. Kultivaci oboru dobrodružné terapie se věnuje závěrečná část přehledové studie, kde jsou zmíněny veškeré doposud zrealizované vědecké kongresy. ČR v tomto směru nezaostává, což dokládá i to, že jí bylo přiděleno pořadatelství 6th International Adventure Therapy Conference pro rok 2012. Tato událost se řadí (společně s Eupropean Health Psychology Conference) mezi jedny z nejvýznamnějších odborných akcí z oblasti psychologie a psychoterapie konané v ČR v průběhu roku 2012.

Klíčová slova: dobrodružná terapie, psychomotorická terapie, psychologie zdraví, sport

Inspirace

Psychiatrická teorie i praxe byly vždy odrazem obecného historického procesu vývoje společnosti. Pohybová cvičení jako součást léčby duševně nemocných je zaznamenávána už v historických dobách vývoje medicíny.

Od 19. století se pracující člověk na většinu života ocitá v nepřírozeném prostředí. Většinu života tráví v městských komplexech, které však mimo pracovní možnosti nesplňují jeho potřeby. Prudký rozvoj industrializace, s ní narůstající životní tempo, vyostřování sociálních podmínek, navozují vysoké až nadměrné zátěže ve všech oblastech života (v anglosaské literatuře se mluví o stresu).

Neuspokojivé podmínky života, které vyvolávaly touhu po návratu k přirozenému prostředí, se projeví ve vyhledávání způsobů návratu do přírodního prostředí. Jednou z forem bylo organizování lidí v různě zaměřených klubech a hnutích akcentujících přírodní prostředí a jeho hodnoty. Jejich hlavní náplní byl návrat k životu v přírodě ve volném čase. Základní filosofií byla podřízenost a sounáležitost s přirozeným životem přírody a respektování jejích hodnot. Zde lze najít začátky praktické historie dobrodružných programů.

Ve druhé polovině 19. století v ČR výrazně přispěli k ideovému proudu využití přírodního prostředí ke kultivaci společnosti dvě organizace: Sokol (1862) a klub Českých turistů (1888). Příspěvek Sokola tkvěl především ve vytvoření ojedinělého tělocvičného systému na základě analýzy kladů a záporů již existujících evropských tělocvičných systémů. Tento systém počítal i s propojením aktivit určených primárně pro tělocvičny s přírodním prostředím. Organizoval také pravidelné výpravy do přírody či tréninková soustředění členů Sokola v přírodě. Klub českých turistů přispěl především svojí ojedinělou koncepcí *turistiky*, která je založena na dvou hlavních složkách: pohybová/sportovní – zajišťující kultivaci těla a kulturně poznávací činnost – zajišťující kultivaci ducha prostřednictvím edukace o zajímavých kulturních, historických a přírodních památkách, které se nacházejí podél cest turistického putování. Tato organizace také založila a vyvinula unikátní systém turistických značených cest, který je v současnosti nejpropracovanějším v celosvětovém měřítku.

V anglicky mluvících zemích se rychle rozvíjelo organizování různých skupin (the Appalachian Mountain Club, the Sierra Club, the Hull House, Boy Scouts, Girl Scouts a Camp Fire Girls), které vznikaly na počátku 20. století. Prvotně se genderově jednalo o mužské spolky, které byly později otevřeny i pro ženy. Tyto organizace pořádaly letní kempy s využitím dobrodružné náplně, kterou přinášelo přírodní prostředí. Programy byly zaměřeny především na rekreaci a smysluplné využití volného času.

Edukativní prvky byly do programů zařazeny později a to prvotně v Evropě. V tomto směru mají svůj přínos především koncepce K. Hahna (hnutí Outward Bound), A. B. Svojsíka (Junák – Český skaut) a Jaroslava Foglara (vytvoření unikátního motivačního systému pro mládež prostřednictvím dobrodružné literatury s využitím ve vznik koncepcí táborů a koncepce přenesení dobrodružství do prostředí měst).

Tato filosofie životního stylu se výrazně prosadila v České republice, kde vzniklo světově ojedinělé trampské hnutí jako specifická subkultura inspirovaná životem v souladu s přírodou (kultury indiánů, přírodních národů atp.), jehož inspirační zdroje můžeme datovat kolem roku 1914 a samotný vznik mezi lety 1916–1918. Trampské hnutí je neorganizované sdružení lidí nespokojených s normami a politickým systémem společnosti. Hnutí přežilo i dodnes paradoxně zásluhou sociálního a politického prostředí (uzavření hranic znemožňovalo cestování a umožnilo vznik trampských osad respektujících přírodní/táborový způsob života). Trampské hnutí vytvořilo vlastní umělecký styl, který bychom mohli připodobnit k americkému folkovému či country umění. Dokumentace o tomto hnutí je dosažitelná (Špringl & Kirchner, 2009; Hurikán, 1990; Kössl & Waic, 1992; Vinklář, 2004; Moidl et al., 2008; Dočkal, 1991; Krško, 2008).

Další významnou inspirací byla Prázdninová škola Lipnice. Její koncepce vznikla na podkladě kombinace myšlenek a koncepcí Skautu, Woodcraftu, Trampingu, *Tábornických škol* atp., které rozvinula ve specifickou českou cestu pojetí využití výchovy v přírodě v edukačním procesu (srovnej: Neuman, Turčová & Martin, 2007). Prázdninová škola Lipnice je v současnosti reflektována i na mezinárodním odborném poli v oblasti Outdoor Education. Její největší přínos sledujeme v zařazení dramaturgie a dramaturgického procesu do přípravy a realizace konkrétních akcí (Martin, 2001; Martin, Franc & Zounková, 2004). Inspirativní v tomto ohledu je i rozvíjející se koncepce oblasti Environmental Fitness/Wellness.

Péče o duševně choré ve 20. století

Stresové situace jako důsledek pracovních nároků a vyostřování sociálních podmínek vyvolaly v první polovině 20. století prudký nárůst duševních chorob (Baštecký et al., 1993). V rámci péče o duševně choré neexistovala v té době ambulantní péče. Neexistovala psychofarmaka. Propuknutí duševní choroby znamenalo téměř nevyhnutelně hospitalizaci, která byla často jediným řešením.

Hospitalizace se v řadě případů protáhly až do konce života nemocného a to na více než 10 i 20 let. Jako základní byla považována terapie klidem spojeným s pobytem v příjemném prostředí.

Na ni navazovala terapie pohybem, společenskými hrami a muzikoterapie. Jako základní terapie se rozvinula terapie prací (ergoterapie). Na podkladě těchto požadavků na léčbu byly stavěny v první polovině 20. století ústavy pro duševně choré, jejichž součástí byly zahrady s místy pro sportovní cvičení, pracovní dílny, farmy a zahradnictví.

Až do masivního nástupu farmakoterapie v 60. letech 20. století byly vytvářeny terapie další, které jsou od nástupu farmakoterapie až dosud označeny jako terapie podpůrné. Současná psychiatrie začíná přiznávat, že u některých psychických onemocnění (poruchy osobnosti a chování, závislosti) by se mohly podpůrné terapie stát terapiemi základními (Baštecký et al., 1993).

Wellness – vymezení pojmu

Od počátku historie léčby duševně nemocných byl kladen důraz na navození stavu blaženého prožívání „hédoné“, v současné terminologii je označované jako „well-being“ a učení naučit se vyhledávat tento stav jako „wellness“. Wellness vyjadřuje způsobilst být zdrojem osobní pohody (well-being).

Dobrodružná terapie – vymezení směru

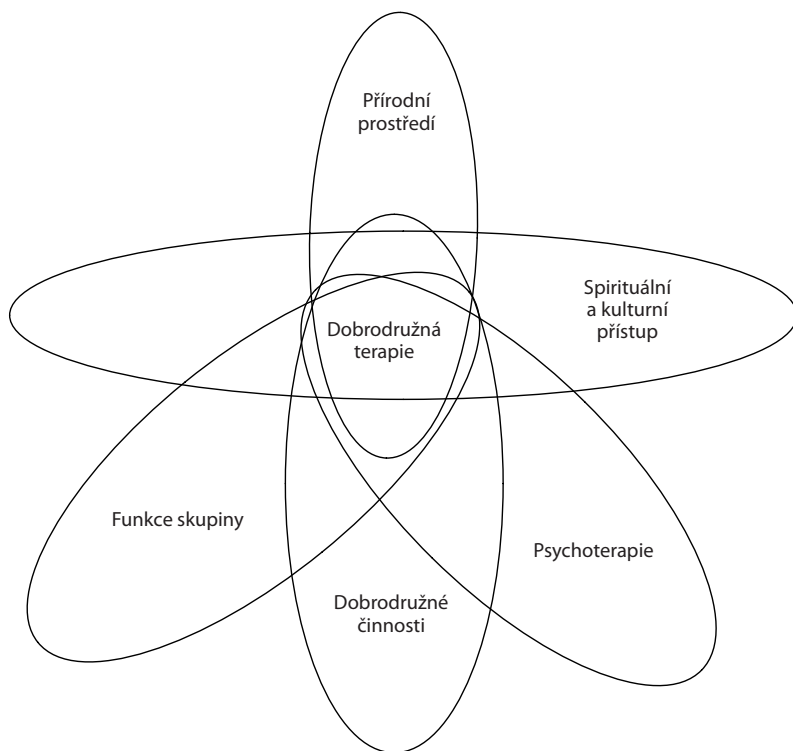
Dobrodružná terapie je nově vznikající terapeutický směr, který zahrnuje fyzicky a psychicky náročné činnosti odehrávající se většinou v odlehlém, přírodním prostředí, nebo prostředí, které navozuje dobrodružné situace. Využívá zkušenosti z poznatku, že faktor dobrodružství a rizika byl pedagogy a psychology identifikován jako velmi výrazný a efektivní element, který je schopen vytvořit vzorce chování pro řešení krizových situací a je vhodným nástrojem pro „odpoutání“ se od problémů (Hátlová, Kirchner, 2010).

Dobrodružná terapie je jednou z forem psychomotorické terapie, která se v České republice nazývala Kinezioterapie.

Ringer (2008) prezentuje svoji představu o vymezení oboru dobrodružné terapie. Upozorňuje na mládí oboru a proto preferuje vymezení tohoto pojmu „flexibilním modelem“. Místo definice označuje několik prvků, které se dají v programech dobrodružné terapie najít. Identifikaci a popisem těchto prvků u každého konkrétního oboru můžeme zjistit, zda má tendenci být programem dobrodružné terapie. Vymezení oboru si tedy představuje jako zónu pravděpodobnosti konvergence následujících pěti oblastí:

- prostředí přírody příp. divočiny,
- dobrodružné činnosti,
- spirituální/kulturní prvky,
- psychoterapeutický přístup,
- skupinová dynamika.

Pokud program obsahuje všechny prvky, můžeme si být jistí, že se jedná o skutečný program dobrodružné terapie, existují ale takové programy dobrodružné terapie, které všech pět prvků neobsahují. Program například může být desetidenním táborem u kmene Maori (spirituální centrum), může obsahovat expedice do buše na lov, sběr potravy, spolu s informacemi o místní historii. I když takový program nemusí zahrnovat západní prvky psychoterapie, klidně by mohl za program dobrodružné terapie být považován. Rozmanité druhy dobrodružné terapie, které v jednotlivých částech světa vznikly, různě zdůrazňují pět prvků dobrodružné terapie – ty jsou detailněji popsány níže.



Obr. 1 Vnímání dobrodružné terapie jako integrace pěti různých prvků (upraveno dle Ringer 2008)

Problém při identifikaci výše uvedených ‚prvků‘ dobrodružné terapie je, že je dobrodružnou terapii možné vnímat jako skládanou z různých prvků, které se různými způsoby kombinují. Na druhou stranu, nový pohled na nejefektivnější programy dobrodružné terapie je poskytnout účastníkům takový přístup, kdy si ani oni ani instruktoři neuvědomí, že výše uvedené body jsou důležitými součástmi programu. Tento požadavek je především

s ohledem na možnost práce s průběhem činností, vzájemnou interakcí mezi účastníky a prostředím během programu a výsledky programu především v průběhu reflexe, kde se za přispění facilitátora dá tato skutečnost vhodně využít a tím umocnit a zefektivnit kýžený proces změny.

Wellness v dobrodružné terapii

Stav osobní pohody (well-being) se týká kognitivního a emocionálního vyhodnocení aktuální životní situace. Psychologicky jde o stav na pomezí prožívané nálady (emoce) a postoje (osobnost). Osobnost je považována za složku habituální, emoce jsou složkou aktuálního prožívání (Hošek, 2010).

Tento termín je blízký starořeckému „hedoné“. Od stavů „Flow“ (Czikszenmihalyi, 1996) a prožitků provázejících dobrodružné aktivity se liší tím, že nejsou nutně podmíněny námahovým stresem. Adherenci k takto navozenému stavu mají některé typy osobnosti s nízkou výkonovou motivací, lidé oslabení, unavení, lidé v rekonvalescenci.

Schopnost navození osobní pohody (well-being) je dána dlouhodobým vyhledáváním podnětů, které osobní pohodu navozují a jejich intenzity. Stav „cool“ typické pro dobrodružné sporty jsou well-beingem v zátěžové situaci. K well-beingu při sportovních aktivitách přispívá nalezení osobní zátěžové hranice využívající zvrátové teorie emocí (Hošek, 2010).

Dobrodružství jako součást výkonu

V historickém náhledu na způsoby léčby psychických poruch lze říct, že terapie s prvky dobrodružství, umožňující zintenzivnit vnímání vlastního bytí, je přirozenou součástí terapeutických přístupů u terapeutů, kteří měli s tímto přístupem vlastní zkušenost.

Prožívání dobrodružných aktivit s sebou nese stav vysoké motivace k podání výkonu na/nad hranici subjektivně vnímaných vlastních schopností a subjektivně vnímaného vrcholného výkonu. Prožitek při dobrodružných aktivitách je užíván jako prostředek léčby v programech dobrodružné terapie.

Motivy, k nimž má jedinec silný emotivní vztah, mohou vést zvláště ve vypjatých situacích, často spojených s hrozcím nebezpečím, k vrcholným výkonům. Motivem může být přímo touha, žádostivost nebo obava, motiv však může být i druhotný, vědomí povinnosti dané příkazem, nebo vlastním rozhodnutím, na podkladě ideje nebo zákona. Vrcholné výkony vyžadují kromě motivace i silnou vůli, znalosti a dovednosti. Mohou však vzniknout i bez těchto podmínek, ve výjimečných emočních situacích, při ohrožení svého života nebo života blízkých (Bašný, 2005).

Dosažení cíle je doprovázeno uspokojením, radostí, která může vést až do takové emotivní a afektivní výše, že dojde ke změně vědomí, „vytržení“, extatickým stavům. To jsou příznivé psychické stavy, které provázejí dosažení cíle.

Mohou se objevovat však také stavy méně příznivé. Vyčerpání a únava mohou být tak veliké, že jedinec po dosažení cíle cítí jen úlevu, že skončila strastiplná cesta k cíli. Nadměrná potřeba dosažení vytouženého cíle může způsobit, že jedinec nedbá o své tělesné a duševní potíže, nepřijemnosti a bolest, nevšímá si délky potřebného času a zcela

se soustředí na dosažení cíle, k němuž je svou motivací nasměrován. Stavů emočního překlopení/zvratu z nelibých prožitků, které může provázet výkon před dosažením cíle, na prožitky libé až extatické, jež mohou nastat po dosažení cíle, popisuje zvrátová teorie (Apter, 2003; Kerr, 1997; v češtině Kirchner, 2009).

Lze říci, že kromě nejčastějšího radostného afektu při dosažení cíle vrcholného výkonu, mohou být duševní stavy, které souvisejí s vrcholnými výkony různé. Od elace ústící až k extázi, až po exhausci končící smrtí. Používáme-li dobrodružství jako terapeutický prostředek, je z tohoto důvodu bezpodmínečně nutný doprovod druhou osobou, která má hluboké znalosti a zkušenosti s prováděnými aktivitami.

V průběhu duševních poruch je obvyklejší stav apatie a ochablosti. Vrcholné výkony v průběhu duševních poruch jsou poměrně vzácné, ale je možné se s nimi setkat (na příklad schopnost člověka hovořit v hypnotickém stavu jazykem, kterému se nikdy neučil nebo extrémní výdrž v bizarních polohách u katatonické schizofrenie). Někdy je to právě trýzeň, která vede některé jedince k vrcholným výkonům (v depresivní fázi bipolární afektivní poruchy, v průběhu těžkého onemocnění). Aby motivy mohly vést k vrcholným výkonům je nutná mohutná vůle, schopnost přivést motiv k cíli. Právě silná vůle musí znovu a znovu odstraňovat nechuť k činnosti, úzkost, obavy a pochybnosti, známky slabosti a únavy (Bašný, 2005).

Dobrodružství jako prostředek léčby

Dobrodružství v sobě skrývá riziko, začátek něčeho nového, smělost, sílu, touhu po něčem neznámém. Dobrodružství by tedy podle své etymologie mělo znamenat „činnost, kterou provádějí odvážní, stateční druhové“. Anglická etymologie uvádí, že první doložený výskyt slova *adventure* lze najít v roce 1230 jako *aventure* – „náhoda, štěstí“. Pochází ze starofrancouzského *aventure*. Původní latinský význam tedy byl „přijít“, ale ve středověké angličtině se význam přiklonil spíše k „risku/nebezpečí“ (tedy pokoušení vlastních šancí, možností) a k „riskantnímu podniku“ (zhruba v roce 1314) a tedy také k „neobvyklé a vzrušující události“ (rok 1570) (srov. www.etymonline.com). Ve francouzštině se slovem *aventure* obecně míní to, co se jedinci či skupině přihodí více či méně nenadále (srov. Zounková & Císařová, 2005).

Moderní pojetí dobrodružství má svůj základ ve změněné kvalitě prožívání. Z pohledu rozvoje dobrodružné terapie má své kořeny spojeny s konceptem divočiny.

Aplikace outdoorových aktivit do resocializace mladistvých pacientů se váže k boomu sportů, výchovy a aktivit v přírodě v USA. Hlavním místem vývoje lze označit neziskovou organizaci Project Adventure v USA, která staví na základech, které položil Outward Bound (Gass, 1993). Tato organizace začala působit v Hamiltonu, kde za vydatného přispění státních orgánů získala finance na první projekt a vybudovala si také počáteční renomé. Na svém úplném počátku se zabývala resocializací mladistvých pacientů. Později rozšířila svoji působnost i na další cílové skupiny (závislí, firemní kurzy týmové spolupráce).

Druhou hlavní silou ve Spojených státech amerických byl podle Resnicka (1997) v roce 1963 vznik veřejných psychologických center, který otevřel možnosti pracovního uplatnění psychologům a psychoterapeutům. Ti dali vzniknout skupinové terapii, stejně jako alternativním „prožitkovým“ terapiím, jako je hudební terapie, taneční terapie, arte-terapie, dramaterapie a další.

Vznik „Dobrodružné terapie“ je založen na zážitcích terapie prováděné ve volné přírodě (u států které to umožňují především v divočině). Za původní formu, je často považována „Wilderness Therapy“ – „Terapie v divočině“ (Davis-Berman & Berman, 1994).

Vzhledem k nutnosti zpřístupnění a přiblížení dobrodružných programů lidem (včetně aspektu jejich stále vzrůstající pohodlnosti/lenosti) se začaly dobrodružné programy přesouvat do měst, aby byly „lidem na blízku“. Tento přesun umožnily i rozvíjející se technologie, které umožnili řadu z přirozených přírodních výzev přenést a simulovat v městském prostředí (umělé stěny, vodní kanály, lanová centra atp.) a zajistit adekvátní bezpečnost klientů, kteří nemají dovednosti na odpovídající úrovni (např. raftové čluny, jistící prostředky pro horolezectví, tandemové seskoky, bunde jumping, atp.).

Můžeme proto konstatovat, že když se v pojmenování oblasti vychází především z pojmenování souvisejícího s přírodním prostředím (outdoor), v současnosti se však stále více přechází na „obtížnostní trenažery“, různá centra lanová a jiná, případně i „indoorové“ modelové situace. I z tohoto důvodu pokládáme nevhodné nazývat a pojmově tuto oblast vázat na oblast „outdoor“ tedy „outdoor therapy“, ale přikláníme se k propagování pojmu dobrodružná terapie.

Původně byla terapie v divočině aplikována jako způsob resocializace adolescentů, kteří měli kriminální nebo silně asociální tendence a divočina jim poskytla fyzicky náročné prostředí daleko od možností uspokojení potřeb prožitku, od obvyklého městského prostředí.

Definiční charakteristikou prvních programů v divočině byla skutečnost, že účastníky byli často trestně stíhaní mladiství, kteří se jen zřídka zúčastnili programu dobrovolně. K tomu, aby zvládli přirozené překážky na hraně přežití, byli téměř úplně závislí na instruktorech a zároveň bylo téměř nemožné program opustit. Očekávalo se, že prožitek překonání hraničních překážek vytěsí až nahradí prožitky spojené s pozitivním stimulací a prožitky spojené s asociálním chováním.

Mezi programy dobrodružné terapie v divočině se zachovaly dvě významné formy. Obě používají jako terapeutický prostředek náročné sportovní činnosti individuálního, ale především skupinového charakteru, vyžadující vysokou míru spolupráce členů skupiny:

1. První je založena na dlouhodobých pobytech v kempech/táborech, které jsou umístěny v izolovaném prostředí a používají jako terapeutický prostředek náročné sportovní činnosti jako horolezectví, kanoistiku či prvky přežití v přírodě. Tato forma je nejobvyklejší v USA, kde je většina takto koncipovaných programů hrazena zdravotní pojišťovnou.
2. Další formou je výprava/putování do divočiny/divočinou, která často trvá deset či více dní, a kde si účastníci nesou vše, co budou potřebovat pro přežití.

U programů dobrodružné terapie přenesených do „civilizovaného“ prostředí (městského, příměstského, osídleného) se setkáváme především s programy na těchto základních principech:

1. Counselling/poradenství, které bychom mohli přirovnat k ambulantní práci. Tento typ se vyskytuje především u rodinných či resocializačních terapií. Provádějí ho sociální/výchovní poradci, rodinní terapeuti, terénní pracovníci, facilitátoři.
2. Pravidelné kempy v prostředí blízko města se strukturovanými programy vhodnými pro konkrétní cílové skupiny.

Rozdíl mezi těmito dvěma hlavními skupinami spatřujeme především v tom, že pro programy koncipované v divočině jsou dominantní především prvky fyzického dobrodružství. Tyto programy jsou také velice vhodné pro skupiny, u kterých je zapotřebí izolovat delikventy od okolního prostředí (např. lodě, tábory, komunity). U programů „městského typu“ převažují komponenty sociálního/psychického dobrodružství.

Aspekt fyzického dobrodružství v dobrodružné terapii byl tradičně jedním z hlavních prvků dobrodružné terapie. V průběhu vývoje tohoto oboru vznikly programy dobrodružné terapie, které nezahrnují vysokou úroveň fyzického úsilí, bez ohledu na prostředí. V poslední době se i v této oblasti diskutují jiné prvky, jako například spiritualita nebo sociální/psychické dobrodružství, které mohou zásadním způsobem přispět léčebnému procesu, a snižují tak závislost terapie na fyzicky náročných činnostech.

Pro zařazení dobrodružné terapie do léčby skóruje především aspekt motivace, výzvy, zaujetí a aktivity. Další prvky se kterými je vhodné pracovat je náročnost programu, změna, dyskomfort, ohrožení a egodefenzivní mechanismy. Důležitou roli zde hraje i prvek euforizace a flow fenoménu, stejně jako nabídky alternativy životního stylu, skupinové uspořádání, skupinová dynamika. Na druhé straně může terapeut pracovat i s netradičními rolí, kterou může v těchto programech zastávat. Role terapeuta tedy spočívá v jeho dostupnosti, důvěryhodnosti, vzorovosti. Jistě bude fungovat dodávání naděje, altruistické momenty, sociální učení, nápodoba, kohesivita i existenciální faktory.

Dobrodružná terapie ve světě

Vývoj odborné komunity dobrodružné terapie začínal vytvořením odborných skupin zaměřených na terapeutické využití aktivit v přírodě u již etablovaných odborných asociací. Klasickým příkladem je Asociacion for Experiential Education (AEE), při níž vznikla specializovaná skupina Therapeutic Adventure Professional Group (TAPG), jejíž geneze se datuje od roku 1980, kdy vznikla the Association for Experiential Education's Professional Group: Adventure Alternatives in Corrections, Mental Health, a Special Populations. V roce 1991 tato skupina přednesla etický kodex. V roce 1992 se změnila v Therapeutic Adventure Professional Group (TAPG).

Práce Davis-Bermanové a Bermana (1994), „Wilderness therapy: Foundations, theory and research“, dokumentuje rané počátky užívání „stanové terapie“ na půdě nemocnice Manhattan State Hospital East již v roce 1901. Hlavním důvodem bylo zabránění šíření infekce tuberkulózy. TBC pacienti byli od ostatních pacientů izolováni tím, že pobývali ve stanech v blízkosti budovy nemocnice. „Stanová terapie“¹ tedy nebyla prvoplánová, ale byla jakýmsi druhotným produktem.

Tento „terapeutický přístup“ prostřednictvím campingu byl použit v roce 1929 v táboře Ahmek, a v roce 1946 v klubu obchodníků Club of Dallas. Prostřednictvím práce Camobella Loughmillera a jeho textu Wilderness Road, se rozvinulo „Hnutí terapeutického campingu“.

Práce Kellyho a Baera (1968), ve které je popis jednoho z programů Outward Bound, který byl veden s mladistvými delikventy, se stala významným počinem z pohledu

¹ Tzn. klasické stanování v areálu nemocnice, kde hlavní pozitivum je, že pacienti/klienti jsou separováni v „přírodním“ prostředí od klasického chodu nemocničního zařízení.

financování programů aplikujících dobrodružné prvky. Výsledkem této studie byla skutečnost, že začaly být financovány dobrodružné programy, do kterých byla vkládána naděje v efektivnější léčbu.

Významnou publikací v tomto oboru byl text Stephena Bacona (1983) „The conscious Use of Metaphor in Outward Bound“ (Vědomé užití metafory v Outward Boundu). Zde Bacon kombinuje techniky Miltona Ericksona s psychologií Carla Junga. Publikace o dobrodružné terapii: „Therapeutic Applications of Adventure Programming“ (Terapeutické aplikace dobrodružných programů (Gass, 1993) a „The Book of Metaphores Vol. II“ (Kniha metafor II.) (Gass, 1995), byly pro tento obor průkopnické.

Velkou pozornost médií vyvolala v roce 1994 smrt Aarona Bacona při expedici North Star v Utahu, USA. Jeho smrti předcházela dvě úmrtí z roku 1990, Michelle Suttonové v Summit Quest a Kirsten Chaseové při programu dobrodružné terapie, organizovaném nadací Challenger. Všechna úmrtí byla způsobena nedbalostí a zaměstnanci programů byli souzeni za nedbalost a zanedbání péče. Žádný ze zaměstnanců souzených za smrt při programech však nebyl školeným terapeutem. Následkem těchto úmrtí začalo mnoho států v USA přezkoumávat licence pro vedení programů dobrodružné terapie.

V roce 1995 vznikl „Listserv“ dobrodružné terapie, umožňující těm, kdo mají přístup na internet a zajímají se o dobrodružnou terapii, diskutovat o tématech týkajících se teorie, výzkumu a praxe v dobrodružné terapii. Listserv je spravován Univerzitou v Georgii a státní univerzitou. V období mezi rokem 1994 a 1997, Univerzita v Georgii a Státní univerzita také podporovaly vysokoškolský „Master of Science“ program v oboru psychologie, který se zaměřoval na dobrodružnou terapii. Program v této době úspěšně absolvovalo devět studentů. Program byl zrušen v roce 1997, vzhledem ke změně podmínek pro držení licence na provozování léčby psychických poruch ve státě Georgia a také vzhledem k nezájmu a nedostatečné podpoře katedry psychologie v poskytování dohledu a instrukce při zakládání psychoterapeutických kurzů a jejich průběžného hodnocení.

Průkopníky vědomého využívání terapeutických benefitů dobrodružství byly organizace Outward Bound a Project Adventure, které postupem času nezůstaly osamoceny.

V současnosti je po celém světě mnoho center rozvoje oboru dobrodružné terapie. Východiska jsou různorodá a především zaměřená na praktické užívání. Stále častěji se objevují i pokusy o teoretické zakotvení oboru v již etablovaných disciplínách, i když můžeme sledovat odlišné přístupy a odlišnou terminologii, která vzniká především pod tlakem požadavků praxe. To je i důvodem, nejednotnosti terminologie i teoretických základů celého hnutí.

Významnou událostí ve vytváření odborné komunity byla iniciace tradice tematicky zaměřených konferencí pod názvem International Adventure Therapy Conference (IATC). Doposud se konaly a jsou připraveny k realizaci následující:

Tab. 1 *Konference International Adventure Therapy Conference (IATC)*

Pořadové číslo kongresu	Místo konání	rok	Hlavní téma a body vývoje
1IATC	Perth, Austrálie	1997	první kongres, financován z grantových prostředků
2IATC	Ausburgh, Německo	2000	popularizace dobrodružné terapie v západní Evropě

Pořadové číslo kongresu	Místo konání	rok	Hlavní téma a body vývoje
3IATC	Victoria, BC, Kanada	2003	kongres byl financován z privátních zdrojů, byl ustanoven International Committee for Adventure Therapy, který měl za úkol kultivovat tuto oblast a budovat mezinárodní síť kontaktů (je zastoupena i ČR). Nebyla určena přesná struktura výboru a zodpovědnost za jednotlivé oblasti
4IATC	Rotorua, Nový Zéland	2006	větší strukturování výboru, kompetence výboru pro volbu dalšího místa pořádání kongresů (bez jasně vymezených kritérií), určení pracovních skupin pro jednotlivé oblasti
5IATC	Edinburgh, UK	2009	jsou jasně daná kritéria pro výběr dalšího místa konání kongresu, přiblížení dobrodružné terapie k ostatním terapiím prostřednictvím britské terapeutické a poradenské asociace, určení osob zodpovědných ve výboru za konkrétní oblasti, jasná struktura vedení výboru, zvýšení efektivity komunikace mezi členy výboru prostřednictvím online portálu
6IATC	Česká republika, Český Ráj	2012	zaměřeno na propagaci dobrodružné terapie ve východní Evropě (www.GIATC.eu)

Ze všech kongresů jsou publikovány sborníky. Tato setkávání odborníků z celého světa umožňuje posunout jednotlivých témat ke společným, jednotně daným kritériím, prostředkům a způsobu jejich užívání. Cílená pozornost je zaměřena na sledování průběhu a evaluace terapií standardizovanými psychologickými a dalšími metodami.

V současnosti jsou pro oblast dobrodružné terapie podnětné koncepty psychomotorické terapie navazující na kvalitní Českou psychiatrickou tradici.

Terminologie v oblasti dobrodružné terapie

Ve světovém písemnictví se můžeme setkat s celou řadou pojmů, které se všechny překrývají a vyjadřují v podstatě stejnou oblast. Rozdíl spočívá především v kulturním chápání jednotlivých pojmů a šíři jejich obsahu. Proto se v odborné literatuře, která je psána většinou v anglickém jazyce, můžeme setkat s následujícími označeními: wilderness therapy, outdoor therapy, adventure-based therapy, outdoor-based therapy, adventure based counselling, adventure therapy, outdoor adventure intervention, nature therapy atp. (Hátlová & Kirchner 2010).

Závěr

Dobrodružná terapie vznikla mezinárodně prostřednictvím komplexní sítě vlivů v rámci a mezi jednotlivými zeměmi, kulturami a regiony, takže zde můžeme vidět projev mnohonárodní transformace síly dobrodružství, skupinové spolupráce a spojení se zemí. To jakým způsobem se dobrodružná terapie rozvinula, a bude se nadále vyvíjet, částečně

závisí na kulturních normách a očekáváních. Rozvoj a facilitace dobrodružné terapie potřebuje využít rostoucího mezinárodního porozumění teorii a praxi dobrodružné terapie, zároveň je třeba vnímat úskalí a možný přínos místních a regionálních národů.

Využití takto orientovaných programů se uplatňuje zejména u poruch jejichž výskyt je zapříčiněn problémy v prožitkové sféře.

Neexistuje jediný správný přístup v dobrodružné terapii. Neexistuje jeden plán nebo přístup, který zaručí „nejlepší praxi“ v každém regionu, pro každou skupinu a pro každého praktika. Hledání přesnosti v této fázi rozvoje dobrodružné terapie by mohlo být krokem zpět spíše, než aby nám umožnilo větší profesionalitu. Každá kultura a každý program spíše potřebují nalézt sílu dobrodružných aktivit, přírodního prostředí, duchovních a kulturních norem, skupinovou dynamiku a terapeutické přístupy pro nalezení vhodných způsobů pro práci s klienty a komunitami způsobem, který bude splňovat očekávání a zdroje prostředí pro práci. Zároveň doufáme, že programy vytěží co možná nejvíce z rozdílů mezi dobrodružnou terapií a konvenčnějšími přístupy tak, aby program sám o sobě poskytoval vedení a inspiraci pro danou komunitu. Úspěšný rozvoj dobrodružné terapie bude z mezinárodního hlediska záviset na rozvoji propojené mezinárodní sítě takových programů různých národů, které spojují a pracují s prvky „outdoorových“ aktivit, dobrodružných aktivit, spirituálních/kulturních prvků, psychoterapeutické přístupy a skupinovou a vztahovou dynamiku.

V současnosti je největší výzvou pro programy dobrodružné terapie jejich empirické zhodnocení za přispění jasněho vědeckého a metodologického přístupu, aby mohlo dojít ke komparaci dosud zjištěných výsledků, které dokládají efekt dobrodružných programů. Dalšímu rozvoji by napomohlo i ujasnění teoretického základu a stanovení jasněho frameworku pro tuto oblast, o což se pokouší nová publikace Teorie dobrodružné terapie, která je k dosažení na www.eusapub.eu.

LITERATURA

- Apter, M. J. (2003). *Basic Concepts In Reversal Theory*. (Vyhledáno 27. 7. 2007 na <http://www.reversaltheory.org/>).
- Bacon, S. (1983). *The Conscious Use of Metaphore in Outward Bound*. USA: Outward Bound.
- Bašný, Z. (2005). Duševní stavy při vrcholných výkonech. In J. Kirchner (ed.). *Kontexty prožitku a kvalita života*. Ústí nad Labem: UJEP.
- Baštecký, J., Šavlík, J. & Šimek, J. (1993). *Psychosomatická medicína*. Praha: Grada, Avicenum.
- Davis-Berman, J. L. & Berman, D. (1994). *Wilderness therapy: Foundations, theory and research*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *O štěstí a smyslu života*. Praha: Lidové noviny.
- Dočkal, Z. (1991). *Údolia nestíchlí: dejiny trampingu na Slovensku*. Bratislava: Tramp club.
- Gass, M. (1993). *Adventure Therapy: Therapeutic Applications of Adventure Programming*. USA: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Gass, M. A. (1995). *Book of metaphors*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt.
- Hátlová, B. & Kirchner, J. (2010). *Terapeutické aplikace aktivit v přírodě*. Chotěboř: Department of Outdoor Activities, o.s.
- Hošek, V. (2010). Wellness, well-being a pohybová aktivita. In V. Hošek & P. Tilinger. *Wellness jako odbornost: proceedings*. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra.
- Hurikán, B. (1990). *Dějiny trampingu*. Praha: Novinář.
- Hurych, E. (2008). Srdce poutníka v hrudi moderního cestovatele. In *Aktuální problémy cestovního ruchu. Trvale udržitelný rozvoj v cestovním ruchu*. Jihlava: VŠPJ.
- Hurych, E. (2009a). *Faustové a gladiátoři internetového věku: Nezávazné podněty k úvahám o filosofii sportu*. Brno: Tribun EU. 112 s.

- Hurych, E. (2009b). Doctor Faustus in the World of Modern Sports. In: *Sixth Annual Conference of British Philosophy of Sport Association*. 26–28 March 2009, Book of Abstracts. University of Abertay, Dundee, The United Kingdom od Great Britain and Nothern Ireland.
- Kelly, F. & Baer, D. (1968). *An Alternative to Institutionalization for Adolescent Delinquent Boys*. USA: Fandel Press.
- Kerr, J. H. (1997). *Motivation and Emotion in Sport: Reversal Theory*. Hove (U.K.): The Psychology Press (Taylor & Francis)
- Kirchner, J. (2009). *Psychologie prožitku a dobrodružství*. Brno: Cpress.
- Kössl, J. & Waic, M. (1992). *Český tramping 1918–1945*. Praha – Liberec: Práh – Ruch.
- Krško, J. (2008). *Meziválečný tramping na Rakovnicku*. Rakovník: Státní okresní archiv.
- Martin, A. J. (2001). „Dramaturgy“: A holistic approach to outdoor education. *Australian Journal of Outdoor Education*, 5(2), 34–41.
- Martin, A. J., Franc, D. & Zounková, D. (2004). *Outdoor and Experiential Learning: An Holistic and Creative Approach to Programme Design*. Hants, UK: Gowe Publishing.
- Moidl, Z., Moidlová, O. & Smlsal, J. (2008). *Kronika východočeského trampingu: Chrudimsko 1912–2008*. Liberec: Rosa.
- Neuman, J., Turčová, I. & Martin, A. (2007). *Being in Nature: Summer Cams, but not as we know it*. Horizont (40), s. 25–30.
- Resnick, R. J. (1997). *A brief History of Practice-expanded*. USA: American Psychologist.
- Ringer, M. (2008). A subjektiv description of Adventure Therapy. *Journal of Outdoor Activities*, 1(1), 5–21.
- Špringl, J. & Kirchner, J. (2009). Úvodní slovo editorovy party. In V. Kašák (ed.). *Počátky trampingu na Kačáku: ze vzpomínek pamětníků*. Ústí nad Labem: Oddělení aktivit v přírodě.
- Vinklát, P. (2004). *Kronika trampingu v Jizerských horách 1934–2004*. Liberec: Knihy 555.
- Zounková, D. & Císařová, P. (2005). *Etymologie slova dobrodružství*. Gymnasion. Vol. 3., 4–5.

THE ROLE OF ADVENTURE THERAPY IN PSYCHIATRIC TREATMENT

J. KIRCHNER, B. HÁTLOVÁ, V. HOŠEK

ABSTRACT

The study summarizes current theoretical knowledge about a rather new field of adventure therapy, which started in Anglo-Saxon countries approx. twenty years ago. The paper introduces fundamental historical sources and moments that were crucial when potential therapeutic and educational resources of adventure were analyzed. The aim of the paper is to show the impact of adventure therapy within the framework of current psychotherapy and/or kinesiotherapy, which is accepted by psychiatrists and its effectiveness is currently scientifically evaluated. The final part of the paper describes current development and perspectives of adventure therapy, and mentions congresses which have been held on the topic. The Czech Republic plays an active role in this development as it has been chosen to organize the 6th International Adventure Therapy Conference in 2012. This event (along with European Health Psychology Conference) is one of the most important professional events in the field of psychology and psychotherapy held in the Czech Republic in 2012.

Key words: adventure therapy, psychomotor therapy, health psychology, sport

ROLLE DER ABENTEUERTHERAPIE IN PSYCHIATRISCHER BEHANDLUNG

J. KIRCHNER, B. HÁTLOVÁ, V. HOŠEK

ABSTRAKT

Die vorliegende Studie befasst sich mit einer Übersicht der aktuellen theoretischen Kenntnisse über die relativ neue Abenteuertherapie (Adventure Therapy), die sich vor allem in den anglosächsischen Ländern vor

zwanzig Jahren zu kultivieren begann. In diesem Artikel versuchen wir eine Übersicht der Entwicklung der grundlegenden Inspiration und der Momente, die von entscheidender Bedeutung für die Erwägung des „Phänomen Abenteuer“ als potentiellen therapeutischen und pädagogischen Mittels waren, zu bieten. Unser Beitrag zum Thema liegt in der Bereicherung der Theorie der Abenteuertherapie um die Integration in den empirischen und wissenschaftlichen Rahmen der psychomotorischen Therapie oder Kinesiotherapie, die von der psychiatrischen Öffentlichkeit akzeptiert und deren Wirksamkeit wissenschaftlich validiert wird. Der Kultivierung der Abenteuertherapie widmet sich der letzte Teil des Artikels, wo alle bisher realisierten wissenschaftlichen Kongresse aufgelistet werden. Die Tschechische Republik liegt in dieser Hinsicht nicht hinten, weil sie im Jahr 2012 die 6. Internationale Adventure Therapy Konferenz organisieren wird. Diese Veranstaltung ist eine (zusammen mit der European Health Psychology Conference) der wichtigsten Fachveranstaltungen im Bereich der Psychologie und Psychotherapie in der Tschechischen Republik im Jahr 2012.

Schlüsselwörter: Abenteuertherapie, psychomotorische Therapie, Gesundheitspsychologie, Sport

PhDr. Jiří Kirchner, Ph.D., European Science and Art Corporation, e-mail: jiri.kirchner@seznam.cz

doc. PhDr. Běla Hátlová, Ph.D., katedra psychologie PedF UJEPurkyně v Ústí nad Labem
prof. PhDr. Václav Hošek, DrSc., Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra