

Projekt „Loutky v nemocnici“ pomáhá dětem už více než deset let. Činnost stejnojmenného občanského sdružení vnáší do života nemocnic nový rozměr – není to jen zábava, ale i účinný podpůrný terapeutický prvek. Navíc si děti do budoucna odnášejí i různá „ponaučení“ pomáhající řešit složité životní situace.

Loutky v nemocnici tvoří lidé s různým uměleckým zaměřením, jsou mezi nimi herci, tanečníci, spisovatelé, výtvarníci, absolventi sociologie nebo pedagogiky. Všem je ale společné to, že vědí o léčivých účincích loutek i hudby a snaží se prosazovat myšlenku, že hra pomáhá a urychluje uzdravování.

Svá představení hrají prakticky každý druhý den v roce po celém území republiky – dnes už ve 14 městech. Jejich činnost nelze nazvat arteterapií (ta musí probíhat kontinuálně), je to spíše „aktuální terapeutické působení“, které reaguje na daný stav nemocného dítěte. Může se samozřejmě opakovat (například nedávno zavedené „pondělky s Loutkami“ v motolské nemocnici na onkologii, hematologii, neurochirurgii, ortopedii a psychiatrii) nebo proběhnout jako týdenní blok v psychiatrických léčebnách, kde s dětmi nacvičují jejich „vlastní“ divadelní vystoupení. Činnost tohoto občanského sdružení je založena především na entuziasmu všech zúčastněných. Motivací jsou nepochybně povzbudivé výsledky jejich doplňkové „léčby bez pilulek“, která se už mnohokrát osvědčila v nelehkém boji malých pacientů, kteří stonají a nevědí proč...

### Tajemství loutky

V loňském roce proběhl v rámci festivalu „Přelet nad loutkářským hnízdem“ mezinárodní seminář „Loutka a terapie“, kde o. s. Loutky v nemocnici také přispělo svými zkušenostmi z vlastní činnosti. Jak uvádí divadelní režisérka, hudebnice a loutkoherečka MgA. Marka Míková, která vznik občanského sdružení před deseti lety iniciovala, „je zvláštní, jakou mají loutka nebo maňásek moc. Jsou menší než dítě a mnohem lépe se jejich prostřednictvím dá navázat kontakt. Svou velikostí loutka připomíná hračku a dítě si s ní může povídat. Snáze se uvolní, protože hned ví, že jde o hru, a v té je mu dobře. Přestává se bát. Tajemství loutky spočívá v tom, že přestože je věcí, má svůj vlastní život, je samostatnou bytostí. Může nám jí být líto, můžeme se jí smát a můžeme ji mít rádi. Na této až magické vlastnosti loutky je postavena metoda, kterou při hraní v nemocnici používáme. Vychází vlastně z dramaterapie a je její součástí,“ říká Marka Míková.

Dodává také, že se nejedná o žádný objev, vlastně jej využívaly už naše babičky a prababičky, stejně tak zpěv, tedy muzikoterapii. „Naše vystoupení vždy začínáme hudbou – hrajeme na piano nebo kytaru, nabízíme dětem rytmické hudební nástroje a necháme je vybírat písničky na přání. Hudba a rytmické pohyby jsou aktivitou, která uvolňuje stres a napětí, stejně tak zpěv jako bezprostřední hlasový projev.

Během několika minut se rozpoložení pacienta změní. Seznamujeme se, vymezujeme sami sebe, v jaké se nacházíme situaci, co nás bolí, trápí, co bychom chtěli a po čem toužíme.“

### Naděje v myšlenkách a postojích

Někdy se dítě otevře a povídá, někdy ne, ale vždy dříve či později vysílá pozitivní reakce. Pak si společně vybíráme pohádku nebo příběh, který bude hrán přibližně podle následujících kritérií: věk dítěte, druh onemocnění, doba pobytu v nemocnici, prostor, ve kterém se hraje. „Představení variujeme, necháme do něj děti vstupovat a měnit děj. Někdy se pozdržíme u nějaké epizody, třeba onemocnění loutky, a řešíme postoj dítěte. Občas se stane, že je dítě odvoláno na vyšetření nebo je unavené, a pak představení předčasně ukončíme či zkrátíme. Jindy naopak hrajeme až do konce a poté příběh znovu probíráme (například bajky přináší poučení, hledání smyslu toho, co děti právě viděly, i s ohledem na jejich momentální situaci) nebo necháme děti, aby s loutkami hrály samy. Je ale třeba být stále ve střehu, stále připraven improvizovat, být citlivý a vnímavý, aby naše návštěva opravdu pomohla. Při loučení přejeme hodně zdraví a brzký odchod domů, ať už je onemocnění sebezávažnější. Dítě by mělo cítit, že přinášíme nadějně myšlenky a postoje,“ uvádí dále k tajemství loutky dramaterapeutka. Oříškem jsou teenageři

Jednou za rok mívají členové sdružení soustředění, jehož náplní je probrat, na co při svých vystoupeních narazili a co by se dalo zlepšit. V současné době hledají především témata pro starší děti. Je třeba vzít v úvahu, že na jednotlivých odděleních samozřejmě existují určitá specifika – například psychiatričtí pacienti se velmi vymezují, tam bývá až silný odpor k něčemu, co se dospívajícím nelíbí.

„Protože mezi sebou máme hudebníky, můžeme to řešit různými způsoby. Například Fumas (pozn. red. – Jaromír František Palme z kapely Původní Bureš) je člověk, který je schopen vyprávět neuvěřitelné historky ze svého života a pak zpívá písničky, které o tom složil – a tohle znají... podivné příběhy podivných lidí. Tam jsou najednou doma a snadno se naváže kontakt. Roli hraje nepochybně to, že se podobné příběhy tvoří ze života a ukazují, že je možné vidět i svůj vlastní život s nadhledem. Vždy se snažíme přizpůsobit. Naučenou pohádku by takoví pacienti nepřijali,“ komentuje specifika přístupu Marka Míková. Zároveň dodává, že právě v psychiatrických léčebnách (Opařany, Bohnice) je ze strany pacientů vidět velká vůle k vyrábění loutek nebo masek, za které se mohou schovat a jsou pak neuvěřitelně kreativní, což je obohacující pro obě strany.

### Terapeutické úspěchy

Podle Marky Míkové loutkoherci svoji činnost nepřeceňují, přesto pozorují pozitivní výsledky. „Nejpodstatnější je, aby si zdravotníci všimli třeba i nepatrné změny a zúročili ji,“ říká loutkoherečka. Jako příklad uvádí prožívání hudby u dětí s neurologickými onemocněními: „Hudba je pro ně báječná. Dítě, které ani nebylo schopné mluvit, se najednou v náznacích pokouší zpívat... Pokud je tam sestra, která to zaznamená, může s tím dále pracovat.“ Vzpomíná také na příběh Kačenky z hematoonkologie, která už bohužel není mezi námi. „Ona nechtěla chodit a nevědělo se proč vlastně. Měli jsme za úkol zkusit, jestli je vůbec chůze schopna, pokusili jsme se ji zaujmout tak, aby na to, že nechce chodit, zapoměla... Tak tedy

žabák Kvak uvízl někde mezi dveřmi a volal o pomoc, ona vstala a zachránila ho. To byl jeden z těch úžasných momentů,“ říká Marka Míková a doplňuje ještě jeden podobný příklad z vystoupení v Německu spolu s Ottokarem Seifertem, který je otcem myšlenky přivést do nemocnice loutky. „Vybavuji si chlapce, který nechtěl jíst. Bylo to na interně, kde si s ním už opravdu nevěděli rady. Sestřička nás poprosila, zda bychom se ho alespoň nepokusili přivést do jídelny. Měl kolem sebe jenom samé ještěry, žádné plyšáky. Vzala jsem si jednoho tyranosaura a začala se s ním procházet, chlapeček mi to dovolil. Tyranosaurus postupně velel ostatním ještěrům, aby šli za ním a pak dodal že by bylo dobré poohlédnout se po nějakém žrádle... Najednou i chlapeček řekl, že má obrovský hlad a něco by si dal. Nakonec vyzval své ještěry, aby ho následovali do jídelny, kde prozkoumají, co je dnes k obědu. Skutečně si pak sedl a jedl, prolomil určitý psychický problém.“

Na podobném principu je postavena také „africká nemocnice“, kdy se dětem rozdají zvířata – pletení minimaňasci z Peru, kteří se navlékají na prsty. Po počátečním ostychu si je děti nasadí a pak vlastně řeší jejich i své problémy. Ocitají se například v čekárně, přichází doktor a sestra, „diagnostikují“ jedno zvíře po druhém, ptají se na jeho problémy. V 60 % případů děti mluví o své vlastní nemoci, zbylých 40 % naopak tvrdí, že jim nic není, že jsou zdraví, protože chtějí být zdraví, ale všichni se ulehčeně rozesmějí, když se diagnóza obrátí v žert...

### **Dětství je stejné všude na světě**

Začátkem letošního roku Marka Míková získala Fulbrightovo stipendium, které jí umožnilo hrát tři měsíce na dětské klinice Kalifornské univerzity v San Francisku (UCSF). Dle vlastních slov měla opravdu velké štěstí, protože se jedná o špičkovou americkou nemocnici a není právě snadné se do ní dostat. Koordinátor dětských aktivit v nemocnici Michael Towne byl ovšem loutkami nadšen – něco takového tam zatím nikdy nezkusili. Díky tomu mohla Marka vidět vše zblízka a ještě na programu participovat. V nemocnici byly kladeny vysoké nároky na hygienu – je třeba prokázat proočkovanost, každé ráno se znovu vyplňuje formulář, zda dotyčný nepřišel do styku s žádným infekčním onemocněním, a dostává nálepku, která se během dne zbarvuje – ráno je bílá, pak růžová, druhý den už nepoužitelná.

„Já chodila každé pondělí po pokojích s klaunem Zero, který působil v UCSF už dlouho v rámci neziskové organizace. Měla jsem s sebou loutku (samozřejmě totálně vydrhnutou a vydezinfikovanou), na kterou děti reagovaly úplně stejně jako u nás – hned si s ní začaly povídat, nebály se, radily malému panáčkovi, jak se má v nemocnici chovat, a smály se, když skákal po posteli a dělal vylomeniny...“ ilustruje odezvu dětí Marka. Nezapomenutelné zážitky

Americké děti mají v UCSF neuvěřitelně bohatý program, který vede místní koordinátor. Tak jako u nás chodí do školy, ale navíc mají každý den vyhrazený pro určitou aktivitu – jeden den mohou pracovat s profesionální výtvarnicí, jež má připraveny nápady i materiál pro ty, kteří mají chuť a sílu vyrábět cokoli – vytvořily proto také loutky, s nimiž pak nakonec společně s Markou hrály.

„Docházela například i režisérka televizního vysílání pro děti a společně s malými pacienty vytvářela minividea – něco natočily, pak další den sestříhaly, následně pod to dávaly hudbu, občas i komentáře... Nakonec bylo vše ‚zavěšeno‘ na YouTube i nemocniční síť. Je to tvůrčí,

baví je to a asi se s tím ve svém životě předtím neměly nikdy možnost setkat. Jiný den si mohou s dalším profesionálem vyzkoušet počítačovou kresbu a podobně. Mimo to je každý den k dispozici pes na mazlení,“ popisuje Marka Míková. „Každý pátek také přicházely básnířky – takové hippie kolem 60–65 let, zářily jim oči, položily na stůl list papíru, na něm byla slova, a řekly například: ‚Dneska budeme psát o neviditelném příteli, máte neviditelného přítele?‘ Když ho děti neměly, psaly třeba o bráchovi. Kdo nemohl psát, diktoval slova a básnířky je zapisovaly. Pak se texty seskládaly do čtyřlístku a rozvěsily se po pokoji. Jedna už docela velká holka z indiánské rezervace, která byla téměř negramotná, ale měla obrovskou fantazii, za tu dobu, co jsem tam byla, vytvořila několik opravdu skvělých básní. Myslím, že z básniček dětí se čas od času vydával sborník... Vlastně každý den nemocnice něco nabízela. Děti, které jsou tam hospitalizovány, si po odchodu domů odnášejí sotva opakovatelné zážitky – něco, co ve svém běžném životě zpravidla nemají šanci zažít.“

Marka Míková zde viděla nemocniční pokoje přeplácené hračkami, jindy zase vypadaly málem jako kaplička... ale nikdo to neřešil. Celá atmosféra byla velmi přátelská – lékaři, kteří chodili zásadně v civilu, děti neustále povzbuzovali a bylo zřejmé, že otázku jejich psychiky berou opravdu velmi vážně.

Jaroslava Sladká

Přepis článku ve Zdravotních novinách, 12. 8. 2013. [část 1 - ke stažení](#) , [část 2 - ke stažení](#) ,