**Dokud dokážu žasnout, žiju**

Rozhovor s psychoterapeutkou a arteterapeutkou Alenou Koblicovou

**Každý z nás má své místo bezpečí, kde se dokáže usebrat, zapomenout na všed­ní starosti, meditovat, modlit se, podívat se na sebe a – nebojme se toho slova – být šťastný. Kde takový ostrov bezpečí máte vy?**

V obci Babí jen krůček od polských hranic, v kraji Aloise Jiráska a Boženy Němcové, jak nám do omrzení ve škole vtloukali do hlavy, ale také Václava Černého, Josefa Škvoreckého, bratří Čapků, Egona Hostovského… Tady jsem se narodila a prožila pro životní cestu nejvýznamnější léta, tedy léta předškolní. Zírám do plamenů tančících na „obrazovce“ krbových kamen, u nichž podřimuje moje už stařičká, leč stále ještě čupr černobílá kočka. Vracím se v duchu daleko v čase, až k nejranějšímu dětství, ke školním létům stráveným v mimořádně malebném městečku, mladými dnes řečenému „Nováč“, tedy k Novému Městě nad Metují, k docela bouřlivé adolescenci a mladé dospělosti, čili k devíti letům studií v Brně, a pak už ke všem dlouhým rokům pražským, prožitým v nepřetržitém pracovním zápřahu.

**Tam někde jste také potkala i psychoterapii a arteterapii?**

K psychoterapii a arteterapii mě na rovině vědomé přivedl nejspíše profesor občanské výchovy na Střední průmyslové škole textilní v Brně Pavel Blažek. Byl charismatický, mladý, zapálený a velmi odvážný vzhledem k tomu, že právě začínalo období normalizace. Osnovy zřejmě nerespektoval a vykládal nám poutavě o psychologii a filozofii. Pro zájemce pak ve volném čase přednášel psychoanalýzu, která mě silně zaujala. Když jsem posléze uvažovala o vysoké škole, studium psychologie bylo lákavou volbou, poněvadž mě vůbec nenapadlo, že tam už o psychoanalýze mnoho neuslyším, a pokud, tak jen hanlivě. Arteterapie, s níž jsem se potkala ve 3. ročníku VŠ na stáži v PL Kroměříž, pak představovala logické propojení mého původně výtvarného vzdělání a psychoterapie. V Kroměříži jsem také na oddělení pro skupinovou psychoterapii dělala výzkum ke své diplomové práci, v níž jsem se zabývala využitím arteterapie ve skupinové psychoterapii neurotiků. A rovina nevědomí? Tam jistě hrála svou roli potřeba reparovat traumata z dětství a porozumět více sobě samé i jiným lidem, ale kdo ví, co ještě dalšího…

**Takže, jak vidím, na čas mládí ráda vzpomínáte…**

Jistě. A na jižní Moravu se ráda občas vracím. Jak bylo řečeno, studovala jsem v Brně, ve velkoměstě s výhodami vesnice a vice versa. Napřed internát, poté koleje… první lásky a přátelství, vztahy tak silné a významné, že některé přetrvávají dosud i přes vzdálenost, která nás dělí. Studentská léta jsem si skutečně užívala, často ovšem na úkor studia. Spoustu času jsem trávila na výletech (Brno má nádherné okolí) a na lyžích, na plesech, samozřejmě i v příjemných kavárnách a vinárnách. Podle možností jsem cestovala, ovšem jen do v té době „povolených“ spřátelených zemí, a také co nejvíce využívala nabídky kulturních akcí. Na SŠ jsem byla přijata na obor výtvarné zpracování tkanin. Původně jsem sice toužila být návrhářkou oděvů a nejlépe divadelních kostýmů, což byl jeden ze čtyř tehdy vyučovaných oborů spolu s návrhářstvím úpletů a krajkářstvím, ale vcelku pochopitelně tam byly preferovány uchazečky, které uměly šít, a to jsem v té době ještě nedovedla. Navíc jsem pocházela z tkalcovského kraje a předpokládalo se tedy, že se jako návrhářka uplatním v některé z mnoha textilních továren ve východních Čechách. Bohužel, textilní průmysl je dnes v troskách a budovy, v nichž jsem kdysi absolvovala povinnou každoroční třítýdenní praxi, jsou opuštěné a nevyužité chátrají. Nosíme vesměs nekvalitní věci made in China na pár použití… Bolí mě to, poněvadž jsme si kdysi v téhle oblasti vůbec nevedli špatně a na textilce v době mých studií vyučovali vynikající výtvarníci, vystavující v našich i světových galeriích, například Bohdan Mrázek, Jindřich Vohánka, Karel Veleba… Studenti byli z celé republiky. Doslova od Aše až po Tatry.

**A jak jste se cítila na vysoké škole?**

Na vysoké škole, tehdy UJEP, dnes Masarykova univerzita, jsem mohla ještě podprahově vnímat dozvuky působení jungiána Huga Širokého, ale vcelku už převládala normalizační atmosféra, a tudíž zvláště prvé dva roky všeobecných základů psychologie byly úmorné natolik, že jsem uvažovala o odchodu ze školy. Ve 3. ročníku však nastalo příjemné oživení v podobě specializace. Vybrala jsem si klinickou psychologii, i když poradenská silně konkurovala. Přednášeli nám zkušení a s praxí pevně spjatí odborníci, kteří, pakliže již nezemřeli, jsou dosud v oboru známí a činní. Uvedu je bez titulů – jinak by se text značně prodloužil: Stanislav Kratochvíl, Mojmír Svoboda, Bouchal, Libor Míček, Josef Švancara. Vyjmenovávajíc je si uvědomuji, jak je vlastně možné, že tam nefigurovala žádná žena, když obor je tak přefeminizovaný… Obě školy kladly velký důraz na praktickou složku výuky. A to mi vyhovovalo a ovlivnilo mě to i do budoucnosti.

**Skočíme rovnýma nohama do současnosti. Dnes jste především…?**

Psychoterapeutka. To je moje hlavní identita, o které naštěstí dnes už nepochybuji. Je pro mě přirozené naslouchat pacientovi a plně ho vnímat, držet se v pozadí, mlčet, a zároveň zvažovat a cítit, co ve mně ten člověk vyvolává. Přitom se ale i spontánně osobně projevit, když je vhodná chvíle. Těžištěm je práce s trpícími lidmi, jinak řečeno pacienty. Termín klienti sice občas ovlivněna duchem doby použiji, ale nepovažuji jej ani za vhodný, ani za výstižný. Ostatně do všech zdravotnických zařízení přicházejí přece pacienti, nikoli klienti. Psychiatrie a psychologie je výjimkou. Proč? Vždyť psychická bolest je, troufám si říct, mnohdy trýznivější a vytrvalejší než třeba horečka nebo nekomplikovaná zlomenina. Do mé ambulance přicházejí lidé, kteří v daném okamžiku zažívají trpkost a bolest bytí, kterou obvykle v nějaké podobě známe všichni. Pokouším se jim porozumět a sdílet jejich pocity, jenže bohužel ne vždy se to podaří. Nemohu ale vyhovět všem.

**Jaké si dáváte pracovní cíle?**

Přála bych si, abych s co nevětším množstvím pacientů dospěla do bodu, kdy dokážou převzít zodpovědnost za svůj život a jsou dost svobodní, aby si zvolili vlastní cestu. V ideálním případě jsou schopní se dál rozvíjet a měnit se způsobem, který násobí jejich vnitřní potenciál. Mohou si dovolit být sami sebou a radovat se z toho, jakkoliv podivně se někdy jejich způsob existence může průměrnému okolí jevit.

**Od počátků vaší praxe doposud jste překlenula pozoruhodný oblouk.**

Začínala jsem v 25 letech v Psychiatrické léčebně Bohnice, na mužském příjmovém oddělení. Byli tam hospitalizováni lidé s nejrůznějšími psychickými poruchami a nemocemi, celé spektrum tzv. velké psychiatrie, psychózy všech druhů, psychopati, sexuální devianti, občas nějaký člověk v těžké životní krizi či neurotik nebo simulant usilující vyhnout se vojenské službě. Primář Zdeněk Kalvach byl velmi vzdělaný a precizní, na oddělení se střídali mladí sekundáři v předatestační přípravě a nad každým nově přijatým pacientem se vedla diskuse ve snaze co nejpřesněji stanovit diagnózu. Měla jsem tudíž příležitost dozvědět se hodně o psychopatologii a diagnostice, i když sama jsem to za nejdůležitější nepovažovala. Nicméně se ode mne vyžadovala především psychologická vyšetření. Naučila jsem se vcelku dobře základní testovou baterii, bavily mě hlavně projektivní testy, Rorschach, test ruky, Lüscher, test stromu. Potíž byla v tom, že se ke mně dostávaly ponejvíce nejasné případy, takže jsem často tápala. Dnes by se mnozí z těch lidí označili jako hraniční porucha osobnosti, ale v té době se tato diagnóza ještě nepoužívala. Měla jsem však zájem spíše o psychoterapii a také jsem byla na několika stážích v jiných léčebnách, kde se psychoterapie provozovala. V Denním sanatoriu Horní Palata a v Lobči u primáře Zdeňka Mrázka, v PL Horní Beřkovice, kde jsme se poznaly s Helenou Strnadlovou a dnes bohužel již zemřelým Slávkem Hubálkem, jehož terapie sexuálních deviantů na speciálním oddělení byla fascinující. Inspirující byl rovněž pobyt v Opavě u primářky Strossové.

**Kam byste zařadila arteterapii ve své praxi?**

S vybranými pacienty jsem pravidelně malovala, ale byla jsem odkázána na lékaře, kteří měli za průběh léčby zodpovědnost, a některým z nich nebylo vhod, že jim lezu do zelí. Tehdy mi byl blízký rogeriánský přístup, i když speciálním výcvikem jsem neprošla. Bylo to období, kdy na všechno zbývalo dost času. Na debaty s kolegy při obědě, kávě či procházkách nádherným parkem, na četbu odborné literatury, pravidelné vědecké schůze a semináře… Dnes už si to ani neumím představit, když vládne všudypřítomný spěch. Nejčastěji slýchám a také sama říkám: „Nestíhám: mám toho moc.“ Po pěti letech jsem ale byla nečekaně přeřazena na oddělení takzvaného mužského neklidu, kde byli hospitalizováni zvláště agresivní pacienti, opět v šílené směsici. A tam jsem si uvědomila, že je čas změnit prostředí. Co nejrychleji jsem si udělala doktorát a tzv. atestaci – zkoušku ze speciální průpravy pro zdravotnictví, provdala se za muže, s nímž už jsem dva roky žila, a našla si místo psycholožky na oddělení pro středoškoláky v pražské pedagogické poradně, které vedla Alena Hnídková. Pracovala jsem tam dva a půl roku a mnohému se naučila. Měla jsem na starost šest středních škol, pravidelně tam docházela a spolupracovala s výchovnými poradci, s pedagogy, rodiči a především se studenty. Na rozdíl od předchozí práce byla tato zcela samostatná a naučila jsem se i nové metody testování, hromadná vyšetření, sociometrii. V té době jsem také vstoupila do sebezkušenostního výcviku SUR, do komunity vedené Jaroslavem Skálou. V roce 1987 se mi naskytla šance vrátit se zpátky do zdravotnictví, a sice na místo, kde jsem mohla dobře využít všech svých dosavadních zkušeností. Nastoupila jsem na polikliniku pro studenty vysokých škol. V době největšího rozmachu nás bylo na oddělení polikliniky šest, z toho dva psychiatři a čtyři psychologové.

**Kdo vás vyhledával nejvíc?**

Typickými návštěvníky mé ordinace umístěné v areálu pražského ČVUT byli tehdy převážně muži typu YAVIS, což je zkratka tvořená počátečními písmeny ang­lických slov mladý, přitažlivý, výřečný, inteligentní, úspěšný. Na první pohled se zdáli být všestranně vybaveni pro život v současném světě, ale přicházeli obvykle s potížemi v oblasti důvěrných vztahů. Z psychodynamického hlediska byly v popředí konflikty příslušející k životní fázi mladé dospělosti – intimita versus izolace, identita versus konfúze rolí, závislost versus nezávislost, problémy období druhé separace a individuace a s tím související konflikty s autoritami. Spolu s kolegy Petrem Junkem a krátce též Václavem Mikotou jsme vedli skupinu. Převážně jsem se ale věnovala individuální psychoterapii.

**Revoluce v roce 1989 asi mnohé změnila i ve vaší pracovní činnosti. Pacienti zůstali podobní?**

Po revoluci v roce 1989 se oddělení postupně rozpadlo a v současné době jsem zde už zůstala sama. Privatizovala jsem se v roce 2002 a postupně se moje klientela dále proměňovala. V současné době výrazně převažují ženy, pouze v polootevřené psychoterapeutické skupině, kterou vedu po celá léta, je poměr pohlaví relativně vyvážený. Pro většinu mých pacientek je typické, že mají nějakou potíž s mateřskou rolí. Buď po dětech touží a nemohou otěhotnět či nalézt vhodného otce, nebo jsou vůči mateřství ambivalentní či je vědomě odmítají, nebo děti měly či mají, ale nějakým způsobem o ně přišly – ať už definitivně úmrtím, nebo například při rozvodu, anebo se jim odcizily děti.

**Žijeme v období materiální orientace, tvrdé soutěživosti, orientace na výkon, na mládí… Mluví se o rozpadu rodiny. Lidé spolu čím dál tím častěji žijí bez uzavírání sňatku, ženy chtějí děti později. Jak se tento rozporuplný okolní svět jeví ve vaší ordinaci?**

Přirozeně, jaký svět, takové obrázky a taková i témata psychoterapie. Všechny jmenované problémy vstupují do ordinace spolu s lidmi, kteří se s nimi chtějí vypořádat. Ale samozřejmě ani já nezůstávám mimo tento svět, jakkoliv nepřijatelný se zdá někdy být. Jenže i já si leckdy pořizuji zbytečné předměty, i já toužím být výkonná a stárnout se mi nechce, i moje manželství se rozpadlo a mateřství jsem odkládala příliš dlouho.

**Jakou psychoterapeutickou školu vyznáváte a proč?**

Jsem psychoterapeutka využívající metody arteterapie. Vlastně by se můj vztah k těmto dvěma oborům dal přirovnat k situaci, kdy žena žije ve fungujícím dlouholetém manželství (= psychoterapie), ale občas se setkává se svou romantickou láskou z mládí (= arteterapie) a vždycky to ji a koneckonců i to manželství osvěží. Někdy se může ptát, jestli by nebylo bývalo lépe, kdyby bývala byla vzala tu starou lásku, ale nakonec stejně zůstane s manželem… A psychoterapeutická škola? Vždycky jsem se snažila zůstat otevřená rozmanitým pohledům. Ideální by bylo vědět aspoň něco o všem a téměř všechno o něčem, ale nepodařilo se mi ani jedno z toho. Ochutnávala jsem z nejrůznějších směrů, a když už se musím zaškatulkovat, dá se říci, že se pohybuji na pomezí humanistických a psychodynamických přístupů. Kromě již zmíněného brněnského studia a výcviku v komunitě SUR jsem prošla individuální psychoanalytickou sebezkušeností u Petra Příhody, za další významné vzory považuji Jiřího Mrázka, Hanu Junovou, Darju Kocábovou, Ferdinanda Knoblocha, Antonína Šimka a pokud jde o zahraniční autory, kromě „otců zakladatelů“ na mne silně zapůsobila četba K. Horneyové a osobní setkání s I. D. Yalomem. Z jeho díla pak obzvlášť *Existenciální psychoterapie* a *Skupinová psychoterapie*. V posledních letech jsem se vzdělávala v katatymně imaginativní psychoterapii, která je koncipována tak, že je možné postupně poznat celou plejádu odborníků převážně z německy mluvících zemí.

**Setkala jste se Yalomem. Tak to vám opravdu závidím. Je jedním z mých tří nejoblíbenějších autorů. Mám doma v knihovně vše, co od něj u nás vyšlo. Jaký byl váš osobní pocit ze setkání s tímto psychoterapeutickým velikánem?**

Byla jsem okouzlena. Ale nečekaně ještě víc jeho útlou a nenápadnou a velmi bystrou ženou. Věděla každopádně o Praze víc než já. Hned jsem pochopila, že je to právě ona, která stojí v pozadí jeho věhlasu.

**Uplatňujete ve své praxi psychodiagnostické kresebné či barvové testy?**

O testech byla už řeč výše. Nyní nepoužívám žádné. Vycházím z rozhovoru a pozorování pacienta a vlastních reakcí na něj.

**Jaké byste uvedla záporné stránky ve své praxi a jaké kladné?**

To by bylo na samostatný článek. Obecně vzato ale vím, že velmi zanedbávám péči o zpětnou vazbu. O svých pacientech se po ukončení terapie dovídám jen náhodně. Za nejuspokojivější příklady považuji ty, kdy se lidem podařilo dozrát. Například odejít z ubíjejícího prostředí, začít dělat to, co si člověk přeje, stát se rodičem ať už vlastnímu dítěti, nebo sám sobě. Rozvinout schopnost lásky a tvoření. Ale také přijmout své limity. Neúspěchů bylo habaděj. Nemohu vyhovět každému. Jedním z nejhorších zážitků pro mne byl příběh ženy, jejíž obě děti v mládí spáchaly sebevraždu, jedno z nich v době, kdy byla v mé péči a vyrovnávala se i s úmrtím manžela. Pocit smyslu naopak mívám zpravidla tehdy, když lidé, kteří prošli v dětství týráním, zneužíváním či zanedbáváním, začnou žít vlastním uspokojivým rodinným životem anebo rozvíjejí svoje talenty a možnosti.

**Ocitla jste se někdy na prahu vyhoření?**

Na prahu vyhoření stojím často. Snažím se to reflektovat a čelit tomu, jak jen dovedu, s pomocí supervize, svých blízkých a četných zájmů.

**Je pro vás výhodné, že jste klinická psycholožka?**

Výhodou je, že mohu uzavírat smlouvy se zdravotními pojišťovnami a nemusím být odkázaná jen na solventní klientelu, že se stále mohu, ba musím vzdělávat (Asociace klinických psychologů pořádá školení a také garantuje vzdělávací akce jiných institucí, i ČAA), že jsem díky pravidelným setkáním informovaná o změnách v legislativě, o volných místech… Mám jasnou profesní identitu.

**Jste lektorkou arteterapeutických a psychoterapeutických výcviků a kurzů – i v systému SUR.**

Ve výcvicích SUR jsem lektorkou pouze v sebezkušenostní části, tedy vedu skupinu v páru s kolegou podobně, jako to činím ve své ordinaci, ale sama. Jsem k dispozici jako projekční figura i jako model (arte)terapeutky. Těch pět let sebezkušenosti, po 120 hodinách ročně, se v praxi osvědčilo. Někteří teoreticky zdatnější kolegové, třeba Kamil Kalina nebo Jiří Růžička či vedoucí naší nynější komunity Jan Pfeiffer, by jistě podali skvělé teoretické zdůvodnění. Já ale jednoduše vycházím z osobní zkušenosti, že proces zrání nelze uspěchat, že vytvoření důvěry vyžaduje čas, že sebepoznání je spíš dlouhá cesta než rychlokvašený, byť třeba silný zážitek.

**Rovněž jste supervizorkou. Jak hodnotíte význam supervize?**

Prošla jsem supervizním výcvikem u J. Hewson, jsem supervizorkou ČIS, SUR i ČAA, ale supervizi se věnuji spíše okrajově. Mám několik osob v individuál­ní supervizi, jinak jako formu supervize vztahu pacient-terapeut používám balintovské skupiny. Supervizi pokládám za velmi důležitou součást psychoterapeutického vývoje. Neměla by chybět v žádné fázi, to znamená, že má být využívána jako součást vzdělávání v psychoterapii, na počátku praxe, v jejím průběhu i v pozdní fázi. Zpočátku máme sklon dělat chyby z nezkušenosti a nejistoty nebo i z přehnaného nadšení, ve střední fázi můžeme propadnout pocitu omnipotence, v pozdní pak hrozí rigidita, rutinérství, vyhoření. Supervize v jakékoli formě a stejně tak intervize mohou být velmi nápomocné.

**A jaký je váš pohled na balintovské skupiny?**

O balintovských skupinách a jejich vývoji ve světě i v Československu podrobně píše Martina Pačesová v knize *Lékař, pacient a M. Balint*. Měla jsem možnost zažít období jejich největšího rozkvětu u nás v osmdesátých letech minulého století, kdy byly jednou z mála dostupných forem supervize a byly tedy hojně navštěvované. Můj tehdejší manžel Karel Koblic, který převzal vedení balintovské sekce psychoterapeutické společnosti od Jaroslava Skály, patřil do skupiny balintovských vedoucích, kteří vedli dvakrát ročně víkendy v Praze s otevřenou účastí a pořádali také kontinuální uzavřené skupiny. Dnes balintovské hnutí dosti skomírá, i když stále se dvakrát ročně schází skupina akreditovaných balintovských vedoucích a stále ještě balintovské skupiny běží. U nás se bohužel rozmohlo skálovsky strukturované pojetí, takže si mnoho lidí myslí, že balintovská skupina rovná se referování o případu, otázky, fantazie, rady a závěr. Na první pohled to vypadá jednoduše, a tak mnoho lidí, aniž by měli potřebnou erudici, mechanicky aplikuje uvedený postup a může selhat či rozpoutat emoce, se kterými pak neví, co si počít. Jak jsem se mohla přesvědčit na konferenci v Oxfordu v roce 1998, balintovská skupina vůbec nemusí s takovou strukturou pracovat. Skupiny tam byly vedeny psychoanalyticky, nestrukturovaně, nedirektivně. Ale již tehdy si účastníci z různých zemí stěžovali, že zájem o účast ve skupinách klesá a jedině v Německu, kde se do ohodnocení lékařů promítala skutečnost, že do balintovské skupiny pravidelně docházeli, nebyly s účastí problémy. Domnívám se, že potenciálu balintovského způsobu práce lze nejlépe využít v malé uzavřené skupině, která se setkává kontinuálně a pravidelně. Při jednorázových ochutnávkách, jaké jsem například zažila v kurzech Miroslava Huptycha, je obtížné účastníky motivovat a vytvořit náležitou atmosféru důvěry a ochoty předložit případ, v němž se necítíme jistí či víme, že jsme selhali.

**Jste členkou Etické komise České psychoterapeutické společnosti ČLS JEP a Etické komise Českomoravské psychologické společnosti. Jaký má podle vás tato práce význam?**

Etika… Královna a popelka pomáhajících profesí v jedné osobě. Proč popelka? Jen málokdo z lidí, kteří jsou do etických komisí zvoleni, by o sobě prohlásil, že je etik. Ani já ne. Nikdo nechce být vnímán jako mravokárce, superego, kontrolující či trestající orgán, poslední spravedlivý. My psychoterapeuti přece máme tak vyvinutý smysl pro vše, co je lidské! My všechno chápeme, a i když ne se vším souhlasíme, přece nebudeme nikomu máčet čumáček v loužičce. Jenže jestliže v roli terapeuta (lékaře, kněze, učitele, zdravotní sestry, sociální pracovnice aj.) neuznáváme a nedodržujeme základní etické principy, je naše práce spíše ke škodě než k užitku. Etické komise a etické kodexy by měly v první řadě sloužit k ochraně lidí, kteří se nám svěřili do péče. Zabránit jejich opětovnému poškozování. A tak etická komise má právo, moc a povinnost volat k odpovědnosti i nejuznávanější odborníky, pokud se ukáže, že eticky pochybili. V tom je „královnou“, i když se značně omezenými pravomocemi. Mimo lékařskou komoru, pokud vím, není v žádné odborné společnosti členství povinné. A nejvyšší možná sankce, jež může provinilce prostřednictvím etické komise postihnout, je vyloučení z odborné společnosti. Ale jsem přesvědčena, že funkce etických komisí nemá být sankční, nýbrž především osvětová.

**Mně se ten váš příměr s královnou a popelkou moc líbí. Zůstaňme ještě chvíli u popelky…**

Zdejší etické povědomí je pokřivené a slabé. Měli bychom diskutovat, objasňovat, předkládat příklady dobré praxe. Ovšem ani to není snadný úkol. Kterak jednat eticky v prostředí, které je zhusta neetické, když navíc jednou z definic inteligence a možnosti přežití je schopnost přizpůsobení? Jsme prý podle Agentury Bloomberg zemí s nejvyšším indexem neřesti na světě! Žijeme v době tekuté (Bauman), v době hypermoderní (Lipovetsky), kdy „radostné požitkářství je pryč, nastává doba úzkosti“, v době jedové (Strunecká), v době velkého vymírání a ničení planety. Vztahy jsou tekuté, nezávazné, rozpadají se a proměňují, a tím více toužíme po zakotvení, po jakési jistotě… po pevném hodnotovém systému. Ale kde brát? Jak tomu čelit, jak to změnit?

**Co by podle vás z pozice místopředsedkyně ČAA potřebovala arteterapie v ČR? Jaká je podle vás budoucnost arteterapie?**

Arteterapie u nás by se potřebovala volně rozvíjet a zároveň legislativně ukotvit. Arteterapeuti a jednotlivé jejich organizace by se měli přestat dohadovat, či dokonce si vyhrožovat soudy, nýbrž by si měli se vzájemným respektem naslouchat a vést odbornou diskusi, tolerovat rozdílná stanoviska. A budoucnost arteterapie? Nu, křišťálovou kouli sice od dávných dob, kdy jsem ještě používala hypnózu, vlastním, ale věštit z ní neumím. Ani předpovídat z karet či kávové sedliny. Chci však doufat, že arteterapie se bude profesionalizovat, diferencovat, osamostatňovat a šířit. Zájem o vzdělávání v arteterapii, ať už v rámci studia či v nejrůznějších arteterapeutických výcvicích a kurzech, rozhodně neutuchá, ba naopak. A kolik je dnes k dispozici literatury a zdrojů informací! Vzpomínám si, že když jsem v 70. letech minulého století kupovala v Avicennu po dlouhé době vydané Freudovy vybrané spisy, musela jsem předložit občanský průkaz! A literatura o arteterapii tu prakticky neexistovala. A dnes? Už ani nemám ambice průběžně sledovat, co všechno vychází, natožpak to přečíst.

To je přesný postřeh. Doba nám všem letí…

Bohužel, tempu doby nestačím tak, jak by bylo žádoucí. Nejsem dost systematická ani teoreticky zaměřená. Nejvíc se učím v živém kontaktu s lidmi – se svými pa­cienty, kolegy, přáteli. Jak už jsem zmínila, v posledních letech mou praxi obohatily postupy KIP. Inspirující je pro mne účast ve výcvikovém týmu SUR, v redakční radě časopisu Arteterapie a na odborných konferencích. Věřím, že nové poznatky, které ještě mohu vstřebat, se ke mně tímto způsobem dostanou.

**A letí i náš rozhovor. Proto se vás nyní zeptám trochu jinak. Jaká je Alena Koblicová mimo svou ordinaci?**

Volný čas trávím ve společnosti lidí, zvířat (tedy teď už jen zmíněné kočky) a činností, které mám ráda a které mě obohacují a dodávají mi energii. Mám až příliš mnoho zálib, vlastně ne zcela sourodých. Jsem ráda v pohybu v přírodě, pokud možno neporušené civilizací – nejrůznějším způsobem. Chodím, lyžuji na sjezdovkách (to ovšem bez civilizace nelze) i na běžkách, jezdím na kole, plavu (nejraději v moři), bruslím (pokud možno na přehradě). Ráda tančím. Těší mě poslouchat hudbu a už přes 10 let zpívám v malém amatérském sborečku. Ráda čtu, hlavně anglosaskou beletrii. S potěšením zajdu do kina, do divadla či na výstavu. Líbí se mi pečovat o rostliny, hlavně květiny, pokojové i venkovní. Baví mě vaření. Vyžívám se v batikování všeho druhu – nejčastěji dělám vyvazovanou, ale i šitou, sypanou či voskovou batiku, anebo maluji na hedvábí. Preferuji „měkké výtvarné techniky“, pastel, akvarel, a techniky, kde hraje podstatnou roli řízená náhoda a výsledek je vždycky napínavý.

**Rozesmátá, ale někdy i smutná a vážná?**

Musím připustit, že v období, kdy jsem se těžce a bolestně vyrovnávala s odchodem manžela po 27 letech soužití, mi nesmírně pomohlo, když jsem strávila týden v mystickém prostředí Lipnice n. Sázavou na kurzu Georga Glettlera (lektor KIP) prací s kamenem. Kapitolu rozpadu svého manželství bych neměla zamlčet, byť je to vlastně banální příběh. Bývalý manžel byl a stále je v psychoterapeutických kruzích známou postavou, je předsedou České psychoterapeutické společnosti JEP, vedoucím její balintovské sekce, má další funkce v Českém institutu pro supervizi, Asociaci denních stacionářů a hlavně v Asociaci klinických psychologů. Jakožto mladistvě vyhlížející alfa samec byl tedy lákavým a zřejmě lehce dosažitelným soustem pro mladou, půvabnou, nadanou a ambiciózní lékařku, jeho současnou manželku Ivetu, která je známá jako taneční terapeutka. Jelikož ale i jeho předchozí žena Jana byla klinickou psycholožkou a také si ponechala jeho příjmení, máme na tomto poli poněkud překoblicováno… Tak to dnes chodí.

**Právě jste otevřela okno do vaší ženské duše? Jdou otevřít i dveře?**

Proč ne? Jsem, jak patrno z předchozích mých slov, ženou, která by ráda byla s jedním zadkem na desatero hodech, což je náročné a problematické. Daní za to je povrchnost, chaotičnost, nedotahování, nesoustředěnost. Nelze dělat do hloubky tucet věcí, nelze mít příliš mnoho intenzivních vztahů. Je také nesnadné všechny ty identity integrovat, nicméně se o to stále pokouším. Ve vztahu ke druhým bývám často v pozici mostu, který překlenuje těžko slučitelná stanoviska, možná proto, že sama jsem plná rozporů. Silně emotivní i racionální, křehká i tvrdá, soběstačná i závislá, požitkářská i asketická, panovačná i submisivní, líná i pracovitá, společenská i osamělá, smutná i veselá a tak podobně. Záleží na okolnostech.

**Všiml jsem si, že věnujete velkou pozornost svému vzhledu, chodíte zajímavě a vkusně oblečená, což je obdivný pohled muže. Ale asi tento váš životní styl není náhoda? Vidím, že se teď usmíváte…**

Lichotíte mi. Pečovat o svůj vzhled je pro mě přirozené a samozřejmé. Vždyť jsem přece toužila být návrhářkou oděvů! Prý už jako dvouletá jsem odmítala nosit šatičky, které se mi nelíbily. Kde se to vzalo, těžko říct, poněvadž moje maminka mě k tomu rozhodně nevedla, nepovažovala to za důležité. Nikdy se například nelíčila. Babička z otcovy strany zdůrazňovala, že elegance spočívá v jednoduchosti a bravurně ovládala veškeré ruční práce. Od ní jsem pochytila základy šití. Druhá babička zase s nekonečnou trpělivostí háčkovala záclony…

**A když otevřete svůj šatník, jaké barvy či materiály preferujete? Což je určitě otázka pro arteterapeutku jako vyšitá, co říkáte?**

Barevnost mého šatníku? Duhová. Obsahuje snad všechny základní barvy i nebarvy, ačkoliv převažují teplejší tóny. Nejraději bych nosila a také nosím odstíny ecru, ovšem je to nepraktické. Preferuji přírodní materiály v surové úpravě. Vlnu, bavlnu, len a především hedvábí. Hedvábí je moje láska. Trpím úchylkou – hedvábofilií až hedvábománií. Je to materiál, který má nesmírně rozmanité podoby, od nejjemnějších šifonů přes lehké pongé, pevné tafty a šantungy, splývavé žoržety, měkoučké samety, lesklé satény až po hrubé bouretty – zkrátka nádhera. K barvení se dobře hodí, snadno přijímá barvivo a je pevné a stálobarevné.

**Šatník jako sebereflexe? To by mi k vám velmi pasovalo…**

Traduje se, že Eduard Urban, znalec Maxe Lüschera, si každé ráno tento jeho barvový test prováděl sám pro sebe, aby reflektoval své rozpoložení. Mně k podobnému účelu opravdu slouží šatník. To, co mám právě chuť si obléci, zřetelně koresponduje s mým aktuálním psychickým stavem. Vzpomínám si třeba, že v roce 1988, v období velkého napětí ve společnosti a předzvěstí sametové revoluce, jsem měla neodolatelnou chuť ušít si komplet z jasně červeného manšestru a také jsem v něm pak chodila na demonstrace. V pubertě jsem měla nejraději černou. V situacích naléhavých konfliktů buď – anebo mě láká vosí kombinace žlutá – černá. Když jsem dlouho a marně toužila otěhotnět, nosila jsem častěji vínovou, růžovou a fialovou. K rozvodu jsem šla v černozlatočervené. V obdobích přetížení nosím béžovou, šedou a rezavou. Když potřebuji být fyzicky výkonná, pomáhá mi žlutá a oranžová, někdy v kombinaci s modrou. Do přírody chodím ráda v odstínech zelené. K moři v tyrkysu a žlutooranžové. Ale v bílé a ecru se obvykle cítím nejlépe. Myslím, že arteterapeutům není třeba toto objasňovat, teorii barev známe. Vybírám je ale spíš intuitivně a až posléze si uvědomuji význam. Nezajímám se o módní trendy, nosím i některé své výtvory, s nimiž jsem se nedokázala rozloučit a třeba až po 20 letech je znovu vytáhla z úložného prostoru. Spoustu věcí jsem sice rozdala a vyházela, ale přece zbývá dost takových, s nimiž se těžko loučím, protože vím, že už bych je ani vytvořit nedokázala. Totiž „v očích se připozdívá“, jak sděluje Kainar ústy Navarové za doprovodu Plíhala na mém oblíbeném CD v písni „Švadlenka“.

**Mám poslední otázku. Jaké je vaše osobní krédo?**

Moje osobní krédo? Nemám žádné stálé. Spíše se mění a měnila podle okolností. Kdysi jsem si často opakovala modlitbu, jejíhož autora a ani přesné znění neznám: Bože dej, ať mám odvahu, abych změnila to, co mohu, trpělivost, abych přijímala to, co změnit nemohu, a moudrost, abych dokázala jedno od druhého odlišit. V práci s pacienty, účastníky výcviků či supervizandy se řídím krédem především neškodit, a když už to nejde jinak, aspoň si to uvědomit a pracovat s tím. V současné době bych ráda dodržovala zásadu „zjednodušovat a zbavovat se balastu“. A v nejhorších chvílích života mi velmi pomohlo heslo mé přítelkyně (útlo­citné duše prominou) HSN (hlavně se nepos…!). Dost často mě napadá: Dokud dokážu žasnout, žiju.

**Děkuji za rozhovor**

*František Kšajt*

**Alena Koblicová** (\*1952)

je klinickou psycholožkou, psychoterapeutkou a arteterapeutkou v soukromé praxi. Maturovala v oboru výtvarné zpracování tkanin v Brně, po ukončení studia psychologie tamtéž pracovala v psychiatrické léčebně v Bohnicích, v pedagogicko-psychologické poradně pro středoškoláky a na poliklinice pro vysokoškoláky v Praze. Je lektorka arteterapeutických a psychoterapeutických výcviků v systému SUR, akreditovaná supervizorka (Český institut pro supervizi) a vedoucí balintovských skupin. Členka Etické komise České psychoterapeutické společnosti České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně a Etické komise Českomoravské psychologické společnosti a dosavadní místopředsedkyně výboru ČAA (ve výboru působí od roku 1994) a členka redakční rady časopisu Arteterapie.

**Kontakt:** a.koblicova@volny.cz