

Informace o metodě

Metoda Vývojové proměny je postavená na porozumění procesu a dynamice otevřené ztělesněné hry v přehledně vystaveném dramaterapeutickém prostředí (rámci). Metoda vychází z teorie nestability, kdy se ve volné improvizované hře, skrze divadelní variaci a opakované přehrávání aktuálních témat, snažíme snižovat strach z naší nestabilní existence. Přes fyzickou aktivaci (těla) ventilujeme pocity a vnitřní napětí a rozvíjíme spontánní projev dítěte skrze bytí ve hře.

Hra je pro dítě přirozenou činností, a proto představuje jeden z nejsilnějších terapeutických prostředků a metod. Dítě si dříve na někoho hraje, než se jím skutečně stane, což mu usnadňuje postupné začleňování do společnosti. Hrou pronikáme do fiktivního prostředí, do role jiného člověka a máme tak možnost vyzkoušet si různé situace nejprve „nanečisto“.

Hra nás dokáže natolik zaujmout, že zapomínáme na realitu, odkrýváme své vztahy, vnitřní světy, prožíváme instinktivní radost a projevuje své zdravé i poruchové prožívání a chování. Pomocí hry se lze vyrovnávat se svými minulými traumatizujícími prožitky, frustrujícími vztahy nebo si trénovat praktické zvládání vnějších problémů a situací.

Ve skupinové hře se odkrývají interakční vzorce našeho chování, které jsme převzaly ve svém prostředí, vyjádřené city jsou sdíleny s druhými ve skupině.

Více informací o metodě *newyorského dramaterapeuta Davida R. Johnsona* naleznete na: primediscrepancy.wixsite.com/dvt40/about