

UNIVERZITA KARLOVA

HUSITSKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA

Budování identity dítěte v pěstounské péči

Identity Formation - a Child in Foster Care

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

prof. PhDr. Beáta Krahulcová, CSc.

Autor:

Anna Krausová

Praha 2020

Poděkování

Děkuji vedoucí bakalářské práce prof. PhDr. Beátě Krahulcové, CSc. za trpělivý a laskavý přístup.
Děkuji za připomínky, cenné rady a odbornou pomoc při vypracování práce.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předkládanou bakalářskou práci Budování identity dítěte v pěstounské péči vypracovala samostatně. Dále prohlašuji, že všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány a že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 19.12. 2020

Anna Krausová

ANOTACE

Bakalářská práce na téma budování identity dítěte v pěstounské péči má za cíl odpovědět na otázku, zda má tvorba knihy života vliv na budování pozitivní identity dítěte. V teoretické části práce se autorka věnuje teorii attachmentu a přibližuje, jaký má dopad raná péče ze strany primárního pečovatele na biologický a sociální vývoj dítěte. Dále se autorka zabývá traumatem, konkrétně rozvíjí problematiku vývojového traumatu a zmiňuje jeho dopad na vývoj dítěte. Zamýšlí se nad počátkem identity a také nad tím, jak budovat pozitivní identitu dítěte v pěstounské péči. Autorka přibližuje tvorbu knihy života jako jeden z nástrojů budování identity dítěte. V praktické části práce autorka uvádí příklad zpracovávání knihy života z praxe. Získané poznatky jsou analyzovány a interpretovány. Autorka nachází odpověď na otázku, zda je proces zpracování knihy života pro dítě v pěstounské péči nástrojem pro překonání raného traumatu, otevření se nové rodině a rozvinutí své sebedůvěry a kladného sebehodnocení.

Klíčová slova: Attachment. Vývojové trauma. Identita. Kniha života. Pěstounství. Případová studie.

ANNOTATION

The main theme of the bachelor's thesis, Identity formation - a Child in Foster Care, deals with the question, if the process of creating an individual lifebook has an impact on identity formation of a child. In the theoretical part, the author focuses on the attachment theory, studies the impact of parental influence on biological and social development of the child. Next, the author focuses on trauma, especially the matter of developmental trauma disorder and the influence of the traumatic experiences on the child's development. Then, the author deals with the beginning of identity and considers how to build the positive sense of identity of the child in foster care. In the research part, the author describes an example of making lifebook. Findings were analyzed and discussed. The author now evaluates the answer on the question - Is the process of creating a lifebook an effective tool for the child in foster care to heal the traumatic experiences? Is the process of creating a lifebook an opportunity for the child to belong better to a new family and to develop the positive self-concept?

Keywords: Attachment. Developmental trauma disorder. Identity. Lifebook. Fostering. Case study.

Obsah

Úvod	9
1 Attachment	12
1.1 Psychický vývoj dítěte.....	13
1.2 Teorie attachmentu (citová vazba).....	16
1.3 Typy attachmentu.....	16
1.3.1 Strange situation (metoda "neznámé situace").....	16
1.3.2 Dítě s bezpečným (jistým) typem attachmentu.....	17
1.3.3 Dítě s úzkostným typem attachmentu.....	18
1.3.3.1 Dítě s ambivalentním (vyhýbavým) typem attachmentu.....	18
1.3.3.2 Dítě s odtažitým (odmítavým) typem attachmentu.....	19
1.3.4 Dítě s dezorganizovaným typem attachmentu.....	20
2 Attachment a vývoj mozku	22
2.1 Propojení mozku.....	22
2.2 Rozum a intuice.....	23
2.3 Tři mozky v jednom.....	23
2.3.1 Plazí mozek (mozkový kmen a mozeček).....	24
2.3.2 Emoční mozek (limbický systém).....	24
2.3.3 Racionální mozek (neokortex - mozková kůra).....	25
2.4 Stres - Autonomní (vegetativní) nervový systém.....	25
3 Trauma	27
3.1 Vývojové trauma.....	27
3.2 Fyziologické reakce.....	28
3.3 Dopad komplexního vývojového traumatu na vývoj dítěte.....	29

4 Identita	31
4.1 Počátek identity.....	31
4.2 Budování identity dítěte v pěstounské péči.....	33
4.2.1 Kniha života.....	34
5 Tvorba knihy života s dítětem v pěstounské péči	36
5.1 Techniky zpracování historie.....	36
5.2 Obsah knihy života.....	38
5.2.1 Fakta o narození, vývoji dítěte a jeho vlastní rodině.....	38
5.2.2 Role soudu a sociálních pracovníků.....	39
5.2.3 Pěstounská rodina, místo, kde dítě žije.....	39
5.3 Spolupráce dítěte, pěstounů a sociálního pracovníka.....	40
6 Příklad z praxe - případová studie	42
6.1 Pojetí případové studie.....	42
6.2 Základní výzkumné otázky.....	43
6.2.1 Cíle výzkumu.....	43
6.3 Metody výzkumu a sběr dat.....	44
6.4 Etika.....	44
6.5 Popis případu.....	45
6.5.1 Shrnutí rozhovoru se sociální pracovnící.....	45
6.5.2 První setkání s pěstouny.....	45
6.5.3 Druhé setkání s pěstouny - zjištěné informace o rané historii dítěte.....	45
6.5.4 Třetí setkání - počátek tvorby knihy života.....	46
6.5.5 Čtvrté setkání - terapeutický příběh.....	47
6.5.6 Páté setkání - osa života.....	47
6.5.7 Rozhovory během posledního setkání.....	48
6.6 Dotazník.....	48

7. Analýza výsledků výzkumu	50
7.1 Interpretace výsledků.....	50
7.1.2 Vliv historie dítěte na utváření citového pouta.....	50
7.1.2.1 Vliv na chování a prožívání dítěte.....	51
7.1.2.2 Vliv na sebepojetí, sebehodnocení dítěte a utváření sebedůvěry.....	51
7.1.3 Tvorba knihy života jako proces uzdravování traumatu.....	52
7.1.3.1 Pozorovaná změna v chování a prožívání dítěte.....	52
7.1.4 Tvorba knihy života jako nástroj rozvoje identity dítěte.....	52
7.1.4.1 Pozorovaná změna v sebepojetí, v sebehodnocení a sebedůvěře.....	52
7.1.4.2 Pozorovaná změna vztahu dítěte a pěstounské rodiny.....	53
7.2. Vyhodnocení dotazníku.....	53
7.2.1 První část dotazníku - uzavřené otázky.....	53
7.2.2 Druhá část dotazníku - otevřené otázky.....	53
7.3 Ověření úkolů.....	54
7.3.1 Odpověď na základní výzkumné otázky.....	55
7.4. Diskuze.....	55
Závěr	57
Seznam použité literatury a zdrojů	58
Seznam příloh k bakalářské práci	64

Seznam zkratk

PP - pěstounská péče

OSPOD - orgán sociálně-právní ochrany dětí

Covid-19 - onemocnění koronavirem (SARS-CoV-2)

Úvod

V rámci jedné ze svých studijních praxí jsem se setkala s Alicí, která v té době právě dokončovala tříletý výcvik pro odborníky, pracujícími s dětmi, které trpí poruchami attachmentu. Alice pracuje osm let jako sociální pracovnice doprovázející pěstounské rodiny v organizaci pověřené k výkonu sociálně-právní ochrany dětí. Díky Alici jsem se začala o teorii attachmentu zajímat a postupem času jsem dospěla k závěru, že má budoucí bakalářská práce bude pojednávat právě o této problematice.

Na začátku roku 2020 jsem Alici prozradila, jaké mám plány s bakalářskou prací, a požádala jsem jí o pomoc s praktickou částí práce. Mým cílem bylo doprovázet společně s Alicí vybrané pěstouny a jejich svěřené děti, které prožily rané trauma a mohou trpět poruchami attachmentu. Chtěla jsem pozorovat, jak s takovými dětmi pracovat z pozice sociálního pracovníka a pomoci jim překonat prožitá trauma. S Alicí jsme se při diskuzi dotkly tématu zpracovávání historie dítěte a knihy života. O tématu jsem sice slyšela, ale příliš jsem se mu nevěnovala.

Poté, co mi Alice doporučila zdroje a literaturu k tématu historie dítěte, jsem se do problematiky ponořila a přeformulovala své představy. Na dalším setkání s Alicí jsem jí přednesla že mým novým cílem je zjistit, jaký vliv má vytváření knihy života na dítě v pěstounské péči. Zda-li je zpracování historie dítěte efektivním nástrojem, jak dítěti pomoci uvědomit si sebe sama, svou identitu? Je kniha života přínosným nástrojem budování identity dítěte? Jak sebe samo vnímá dítě, které prožilo rané trauma, bylo odebrané z původní rodiny a umístěno do rodiny náhradní? Jak se vnímání sebe sama takového dítěte projevuje z vnějšku, zejména v jeho chování a zvládání emocí, a jaký vliv má práce s historií dítěte na atmosféru v rodině?

Alice mi však nemohla zaručit, že najde pěstounskou rodinu, která by měla zájem vytvářet knihu života. Jako sociální pracovnice nemůže pěstouny, ani dítě, nutit do činnosti, o kterou nemají zájem. Až poté, co sama rodina, tedy pěstouni a v tomto případě i dítě, vznesl zakázku, že by měla zájem na knize života pracovat, může je sociální pracovnice začít v dané oblasti provázet.

Na počátku léta roku 2020 mi Alice zavolala s tím, že našla rodinu, která má zájem na knize života pracovat. Pěstouni souhlasili s mou přítomností při jednotlivých sezeních a byli ochotni participovat na výzkumu. Byla to rodina s devítiletým chlapcem v pěstounské péči. Chlapec s rodinou žije od čtyř let. Před časem, chlapec i pěstouni, formulovali zakázku ohledně podpory a pomoci se zpracováváním historie dítěte. Chlapec chtěl lépe poznat svou minulost a pěstouni mu byli nápomocní.

Dříve, než přejdu k jednotlivým kapitolám této práce, domnívám se, že je důležité stručně charakterizovat zákonné vymezení péstounství a služby doprovázení.

Jedním z úkolů orgánu sociálně - právní ochrany dětí (OSPOD) je zajistit vhodnou formu náhradní rodinné péče v případě, kdy biologičtí rodiče o své dítě řádně nepečují či o něj nemohou řádně pečovat.¹ Pokud OSPOD vyhodnotí, že rodina neplní své funkce ve vztahu k dítěti, tedy že dítě je v rodině ohroženo na životě a zdravém fyzickém i psychickém vývoji, může OSPOD podat návrh na soud, který může dítě z rodiny rozhodnutím odebrat a svěřit jej do jedné z forem náhradní rodinné péče² (poručenství, svěření dítěte do péče jiné osoby, péstounská péče, péstounská péče na přechodnou dobu³ a osvojení⁴), případně může soud nařídít ústavní výchovu.⁵

Soud může svěřit dítě do péstounské péče (dále jen PP) v případě, že o dítě nemůže osobně pečovat žádný z rodičů ani poručník. Dítě je svěřeno na dobu, po kterou trvá překážka bránící rodičům v osobní péči o dítě. Rodiče mohou požadovat dítě zpět do své osobní péče, mají vůči dítěti zachovánu rodičovskou odpovědnost a vyživovací povinnost. Mají právo se s dítětem stýkat. Pěstoun je proto povinen informovat, udržovat, rozvíjet a prohlubovat sounáležitost dítěte s jeho rodiči, příbuznými a osobami blízkými.⁶ Proces zprostředkování PP je vymezen Zákonem č. 359/1999 Sb.⁷ Tento zákon definuje práva a povinnosti péstounů, stejně jako upravuje dávky PP.⁸

Doprovázení je služba poskytovaná péstounské rodině, kterou tvoří soubor dílčích služeb definovaných zákonem O sociálně právní ochraně dětí (Zákon č. 359/1999 Sb.), případně dalšími doplňkovými službami a činnostmi. Doprovázení jako termín není v zákoně definován, nicméně se pro tento druh podpory vžil.⁹ Zákon o sociálně-právní ochraně dětí uvádí, že kromě orgánů státní správy, mohou sociálně-právní ochranu zajišťovat také další právnické a fyzické osoby, jsou-li výkonem sociálně-právní ochrany pověřeny, ("pověřené osoby").¹⁰ Pověřené osoby poskytují sociálně-právní ochranu dětí na základě rozhodnutí o pověření k výkonu sociálně-právní ochrany dětí.¹¹ Pověřené osoby mohou vykonávat ty činnosti, které vyplývají z práv a povinností péstounů, které definuje Zákon č. 359/1999 Sb. (§ 47a).¹²

¹ Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 6, písm. a)

² Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 19a - § 27

³ Zákon č. 89/2012 Sb. *Občanský zákoník*. § 928 - § 975

⁴ Zákon č. 89/2012 Sb. *Občanský zákoník*. § 794 - § 854

⁵ Zákon č. 89/2012 Sb. *Občanský zákoník*. § 971 - § 975

⁶ Zákon č. 89/2012 Sb. *Občanský zákoník*. § 958 - § 970

⁷ Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 19a - § 27

⁸ Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 47a - § 47za

⁹ PAZLAROVÁ, H. *Pěstounská péče: manuál pro pomáhající profese*. s. 83

¹⁰ Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 4

¹¹ Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 48

¹² Zákon č. 359/1999 Sb. *Zákon o sociálně-právní ochraně dětí*. § 47a

Doprovázením se rozumí podpora, kontrola (spíše ve smyslu monitorování PP prostřednictvím zpráv o výkonu PP) a vzdělávání při výkonu náhradní rodinné péče.

Klíčový pracovník doprovází rodinu od okamžiku uzavření velké Dohody o výkonu PP s pověřenou osobou (organizací). Má za cíl zejména podporovat pěstouny v jejich dovednostech a schopnostech a provázet přijaté dítě jeho životem, pomáhat jim zvládnout následky deprivativního syndromu a raných traumat dítěte. Hledá společně s pěstouny řešení jednotlivých situací. Pokud se pěstounům nedaří domluvené postupy při řešení problému s dítětem realizovat, pracovník se může do spolupráce s dítětem zapojit a naučit tak pěstouny konkrétní metodu či techniku práce s dítětem.¹³ Při každém setkání by mělo docházet ke sdílení aktuálních událostí v rodině a k definici a řešení aktuálních témat.¹⁴ Některá témata vyžadují dlouhodobou spolupráci, tato témata bývají v rámci schůzek řešena opakovaně. Pracovník sleduje jejich vývoj a míru naplňování (např. tvorba knihy života dítěte či naplňování potřeb dětí). Schůzka pracovníka s rodinou by neměla trvat déle než dvě hodiny.¹⁵

Bakalářská práce na téma Budování identity dítěte v pěstounské péči je uspořádána do sedmi kapitol. Kapitoly 1 až 5 tvoří teoretický rámec práce. Kapitoly 6 a 7 se věnují případové studii.

Cílem práce je odpovědět na otázku, zda tvorba knihy života má vliv na budování pozitivní identity dítěte. Je kniha života efektivním nástrojem pro budování identity dítěte? Může tato metoda dítěti pomoci vyrovnat se s jeho osobní historií? Vede metoda ke zlepšení klimatu v rodině?

¹³ SEMERÁDOVÁ, M. & kol. *Metodika doprovázení. Podpora, vzdělávání a kontrola při výkonu náhradní rodinné péče.* s. 12

¹⁴ PAZLAROVÁ, H. *Pěstounská péče. Manuál pro pomáhající profese.* s. 92

¹⁵ SEMERÁDOVÁ, M. & kol. *Metodika doprovázení. Podpora, vzdělávání a kontrola při výkonu náhradní rodinné péče.* s. 13 - 14

1 Attachment

1.1 Psychický vývoj dítěte

Psychický vývoj definuje Vágnerová jako: *"Proces vzniku, rozvoje a zákonitých proměn psychických procesů a vlastností, jejich diferenciaci a integrace, která se projevuje v rámci celé osobnosti."* Psychický vývoj zahrnuje několik dílčích oblastí, které jsou ve vzájemné interakci.

Jednou z oblastí je biosociální vývoj, který zahrnuje tělesný vývoj. Jde například o specifický vliv rané stimulace na vývoj mozku.

Další oblastí je vývoj kognitivních funkcí, který zahrnuje psychické procesy, které se podílejí na poznávání a uchovávání získaných poznatků. Tedy zpracovávání a uchovávání informací, myšlení a schopnost učení, které ovlivňují i úroveň adaptace.

Vývoj motivačně-emoční složky zahrnuje vývojově podmíněnou proměnu emočního prožívání či regulace a význam jednotlivých potřeb a jejich závislost na zrání a působení vnějších vlivů.

Psychosociální vývoj je ve velké míře ovlivněn vnějšími faktory, zahrnuje proměnu osobnostních a sociálních charakteristik, rolí, mezilidských vztahů a způsobu chování.¹⁶

Psychický vývoj dítěte může ovlivňovat mnoho faktorů. Rozvoj psychických funkcí i celé osobnosti je dán dispoziční složkou a komplexem vnějších vlivů.¹⁷ Kromě genetických dispozic dítě ovlivňuje do značné míry i prostředí, ve kterém dítě vyrůstá, a to již od jeho početí, jak dokládají například výzkumy profesora Zdeňka Matějčka. Ten vedl v 70. letech 20. stol. studii, kde sledoval 220 nechtěných dětí od 9 let do dospělosti. Zjistil, že negativní postoj matky k těhotenství vede například k horším školním výsledkům, problémům v rodině a kolektivu, konfliktnímu chování, depresím, úzkostem a závislostem.¹⁸

Dle Vágnerové: *"Prostředí na dítě působí v rámci interakce, která může mít různý charakter, může jít o interakci mezi lidmi, neživými objekty či dokonce symboly. Dítě projevuje nějakou aktivitu, reaguje na různé podněty, ale zároveň svým chováním stimuluje určité reakce jiných lidí. Kvalita a množství získaných zkušeností vždycky jeho psychický vývoj nějakým způsobem ovlivní."*¹⁹ Na psychický vývoj dítěte působí všechny složky prostředí. Vývoj je závislý na sociálních (sociokulturních) faktorech. V rámci interakce s jinými lidmi se dítě učí socializaci, tedy rozvoji společensky podmíněných zkušeností.²⁰ Nejvýznamnější sociální i socializační skupinou je rodina. Funkční rodina dítěti poskytuje orientaci ve světě, díky které se

¹⁶ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání.* s. 11

¹⁷ VÁGNEROVÁ, M. *Psychický vývoj dítěte v náhradní rodinné péči.* s. 16

¹⁸ MATĚJČEK, Z., DÝTRYCH, Z. & DAVID, H. *Born Unwanted.* [online] American Psychologist, 58(3), 224-229. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.3.224>

¹⁹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání.* s. 15-16

²⁰ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání.* s. 16

dítě adaptuje na společnost. Dítě rozvíjí žádoucí způsoby chování, míru otevřenosti a důvěry k světu. Rodina slouží jako zdroj bezpečí a jistoty.²¹ Jestliže rodina nefunguje tak, jak má, může vývoj dětské osobnosti probíhat nežádoucím způsobem. *"Děti z různých dysfunkčních rodin mohou mít problémy v chování či v prožívání"*, jak uvádí Vágnerová, *"dřívější zkušenost se zde vždycky nějak projeví."*²²

Zdá se, že je velice důležité, aby dítě zažívalo v raném stádiu vývoje senzitivní přístup matky, jak dokládají studie z posledních let. *Senzitivní přístup matky "má velký význam od samého začátku na vytvoření synchronní interakce mezi ní a dítětem pro jeho neurobehaviorální vyzrání a regulaci jeho chování. To přispívá ke snížení vývojových problémů a poruch v raném dětství."*²³ Výlučný vztah mezi dítětem a osobou, která o něj pečuje rozvíjí Bowlbyho teorie attachmentu.

1.2 Teorie attachmentu (citová vazba)

Teorie attachmentu byla definována Johnem Bowlbym roku 1969 jako: *"Trvalé emoční pouto, charakterizované potřebou vyhledávat a udržovat blízkost s určitou osobou, a to zejména v podmínkách stresu."*²⁴ Pochopit reakci dítěte na odloučení nebo ztrátu mateřské postavy, znamená pochopit pevný vztah, který je k této postavě poutá.²⁵

Teorie attachmentu vychází z toho, že touhu po citové vazbě máme uloženou hluboko ve svých genech. Lze se domnívat, že už evoluce nás vedla k tomu, vybírat si v životě bytosti, které pro nás budou znamenat víc, než ostatní. Tato potřeba spoléhat se na své blízké je nám, zdá se, vrozená: *"Bowlby se domníval, že schopnost "být ve vztahu" zvyšovala z evolučního pohledu naši šanci na přežití. Lidé, kteří v dávných dobách spoléhali jen sami na sebe a neměli nikoho, kdo by je ochránil, se mnohem pravděpodobněji stali kořistí dravých šelem. Ti, kteří měli svou blízkou a bezpečnou vztahovou osobu, měli i větší naději zůstat na živu, a svou schopnost vytvářet vztahy pak předali i svým potomkům."*²⁶ Bowlby tak došel k závěru, že *"kvalita rané vazby je důležitá nejen pro další psychický vývoj, ale dokonce i pro pouhé přežití."*²⁷ Potřeba vytvářet blízké vztahy byla natolik důležitá, že ovlivnila stavbu mozku: *"Vyniklo se "vztahové centrum" zodpovědné za utváření a řízení našeho spojení s osobami, ke kterým nás váže citové pouto (rodiče, děti a partneři). Toto vztahové centrum řídí emoce a chování, které nás nutí udržet se v blízkosti těch, které milujeme. Vysvětluje to i sílu zoufalství*

²¹ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání.* s. 17-18

²² VÁGNEROVÁ, M. *Psychický vývoj dítěte v náhradní rodinné péči.* s. 19

²³ SOBOTKOVÁ, D., DITTRICHOVÁ, J. *Psychický vývoj kojenců a batolat: vývojové poruchy a problémy v raném věku - I.* s. 167

²⁴ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí.* Československá psychologie. s. 406

²⁵ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem.* s. 160

²⁶ LEVINE, A., HELLER, R. *Citové pouto. Teorie attachmentu v partnerských vztazích.* s. 23-24

²⁷ VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání.* s. 38

dítěte odloučeného od své matky, jeho pláč i snahu ji znovu nalézt. Tyto reakce se obecně označují jako protestní chování (a projevujeme je i v dospělosti).²⁸

Citové pouto se patrně utváří už v době těhotenství a "u každého se vyvíjí jedinečným a neopakovatelným způsobem". Pevnost a kvalita citového pouta je předpokladem k tomu, aby "jedinec mohl vnímat svět jako bezpečný a neohrožující". Pokud je pouto narušené nebo zcela chybí, je větší pravděpodobnost, že i vnímání ostatních lidí i celého světa bude poznamenáno úzkostí či pocitem nedůvěry. Klíčovou roli zde hraje matka.²⁹ "Nejranější formy vazby matka - dítě slouží jako primární regulující faktor pro snížení nebo ukončení distresu u dítěte a naopak mu umožňují zažívat pohodu a radost. Takováto afektivní regulace se vytváří při epizodách vzájemných signálů produkovaných autonomním nervovým systémem jak u dítěte, tak u rodiče, a je možné je pozorovat již okolo 2. měsíce života dítěte. Děti přinášejí vedle emočního uspokojení zároveň také mnoho kognitivních a sociálních informací."³⁰

Jinak řečeno, podle L. Sydneyho: "Attachment theory postulates that babies have an innate behavioural system designed to elicit the care and protection of caregivers (usually mothers). Given the level of helplessness of babies, these behaviours help to ensure survival of the species. Mothers have a reciprocal system designed to help them bond with the baby and meet their needs. When babies and young children are feeling safe within their environment, their attachment behaviours are complemented by exploratory behaviours, which are also instinctive. Therefore, the internal sense of security instilled from the primary attachment relationship is transformed into a drive to explore the external world and all that comes with it."³¹

Vágnerová k tomu uvádí: "Vytvoření citové vazby závisí jak na matce, tak na dítěti, chování matky i dítěte k vzájemnému připoutání má vrozený základ. Dítě se obvykle projevuje takovým způsobem, jaký upoutává pozornost matky a aktivizuje její vrozené pečovatelské dispozice. Většina matek dokáže různé projevy dítěte vnímat, rozlišovat a adekvátně na ně reagovat. Pokud tomu tak je, dítě získá žádoucí zkušenost, že svět není ohrožující a že lidem lze důvěřovat. Zkušenosti ze vztahu s matkou přetrvávají v nevědomí a mohou se projevit různým způsobem."³²

Odborníci ve světě proto kladou důraz na "senzitivní rodičovské chování, které se řídí dle aktuálního stavu dítěte, což pomůže dítěti zpětně lépe reagovat na signály rodiče. Za optimálních podmínek se vytváří synchronní dialog, kde každý partner dyády (rodič i dítě) věnuje pozornost druhému a reaguje na jeho momentální chování, což napomáhá regulovat

²⁸ LEVINE, A., HELLER, R. *Citové pouto. Teorie attachmentu v partnerských vztazích*. s. 24

²⁹ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 405

³⁰ SOBOTKOVÁ, D., DITTRICHOVÁ, J. *Psychický vývoj kojenců a batolat.: vývojové poruchy a problémy v raném věku - I*. s. 167

³¹ SYDNEY, L., PRICE, E. *Facilitating Meaningful Contact in Adoption and Fostering*. s. 21

³² Vágnerová, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. s. 38

chování dítěte. Tato úspěšně zvládnutá regulace zamezuje, nebo alespoň zmiřňuje výskyt vývojových problémů.³³

Attachment má také vliv na dětskou schopnost seberegulace, sebekontroly. *"When an infant's needs are met by a nurturing primary caregiver (mother), the infant's emotional dysregulation is calmed. Over many repetitions of an infant feeling stress, expressing distress and receiving a nurturing response, the child is able to integrate this pattern as self-soothing during stressful times."* To je důležité, protože dítě pak dospívá v dospělého, který je schopen zvládat zklamání, odpor a stresové situace díky tomu, že jeho emoce jsou regulované.³⁴

Jak uvádí psychologové Sobotková a Dittrichová v odborném článku v časopise *Pediatrická praxe*: *"Nejdůležitějším obdobím pro vytvoření dobrého afektivního regulačního systému je rané dětství do věku 2 až 3 let. Negativní zkušenost z nepříznivé vazby mezi rodičem a dítětem v tomto citlivém období vedou k narušení vývojově neutrálních drah spojených s emoční regulací dítěte. Řada autorů upozorňuje, že emoční regulace je jedním z nejdůležitějších aspektů ve vývoji každého jedince, neboť úzce souvisí s vývojem dalších oblastí - vnímáním, motivací, kognicí, seberegulací a chováním obecně."*³⁵

Zajímavé je, že činnosti v rodičovství zcela běžné, jako např. houpání dítěte, kolébání, hopsání či odříhnutí, aktivují smyslový systém dítěte. Pokud se dítěti nedostává této běžné rodičovské péče, dítěti pak chybí hojnost smyslových vjemů, což může znamenat zvýšené riziko při navazování citového pouta, při problémech s učením a sociální nevypěstlostí.³⁶

Bowlby uvádí: *"The initial relationship between self and others serves as a blueprint for all future relationships."*³⁷ Tuto Bowlbyho domněnku potvrdila svými výzkumy Mary Mainová, která zjistila, že *"dospělé je možné rozdělit podle jednotlivých attachmentových typů, a to v závislosti na tom, jak se nim chovaly jejich rodiče, přičemž jejich typ citového pouta je ovlivňuje i v jejich vlastní rodičovské roli."*³⁸ Cindy Hazanová a Philip Shaver zjistili, že typ attachmentu ovlivňuje i partnerské vztahy.³⁹

Shrnutí hlavních principů teorie attachmentu Johna Bowlbyho je následující: Attachment je vrozený vývojový a motivační systém, vytváří vnitřní instinktivní motivaci k vyhledávání blízkosti matky jako zdroje zázemí a bezpečí. Blízkost matky zaručuje dítěti

³³ SOBOTKOVÁ, D., DITTRICHOVÁ, J. *Psychický vývoj kojenců a batolat. Vývojové poruchy a problémy v raném věku - I.* s. 167

³⁴ Attachment & Trauma Network. *Understanding attachment.* [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <https://www.attachmenttraumanetwork.org/understandingattachment/>

³⁵ SOBOTKOVÁ, D., DITTRICHOVÁ, J. *Psychický vývoj kojenců a batolat. Vývojové poruchy a problémy v raném věku - I.* s. 167

³⁶ Attachment & Trauma Network. *Understanding attachment.* [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <https://www.attachmenttraumanetwork.org/understandingattachment/>

³⁷ Attachment & Trauma Network. *Understanding attachment.* [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <https://www.attachmenttraumanetwork.org/understandingattachment/>

³⁸ LEVINE, A., HELLER, R. *Citové pouto. Teorie attachmentu v partnerských vztazích.* s. 34-35

³⁹ LEVINE, A., HELLER, R. *Citové pouto. Teorie attachmentu v partnerských vztazích.* s. 35

nezbytnou ochranu a podporu, attachment jako takový slouží, zdá se, k přežití dítěte. Tento vrozený systém je aktivován a tvarován prostředím, tedy matkou nebo primárním pečovatelem. Vyvíjí se dle toho, jak rodičovská postava reaguje na dítě a jeho potřeby. Tyto zkušenosti jsou ukládány do procedurální paměti dítěte (probíhá učení) a vytváří způsob chování, který odpovídá tomu, jak se matka zachová a zda je a bude v její přítomnosti bezpečno. Styl attachmentu je tedy naučené prožívání a chování.⁴⁰

1.3 Typy attachmentu

Spolupracovnice Johna Bowlbyho, psychologka Mary Ainsworthová, se věnovala výzkumu raných vztahů mezi matkou a dítětem. Jedním z jejích významných výzkumů probíhal v Ugandě v roce 1954, kde Ainsworthová pozorovala vazebné chování kojenců a batolat z kmene Ganda. Zjistila, že u většiny gandských dětí je vazebné chování přítomno ve věku šesti měsíců a projevuje se pláčem dítěte při matčině odchodu, ale také vítáním matky při jejím návratu úsměvem, zvedáním rukou a slastným pobrukováním. Pláč se častěji objevoval tehdy, když dítě zůstalo samo nebo s cizími lidmi, zejména mezi 6-9 měsíci věku, kdy se takové chování projevovalo častěji, jako by se vazba k matce posilovala a konsolidovala. Děti v tomto věku následovaly matku při jejím odchodu, následně při návratu jí vítaly a co nejrychleji se k ní připlazily. Ainsworthová si ale také všimla, že některé děti nevykazovaly prokazatelně vazebné chování.⁴¹

V roce 1965 Ainsworthová přišla na způsob testování kvality vazebného vztahu, tzv. metodou "neznámé situace" (Strange situation). Na základě této metody definovala tři typy attachmentu. Později k nim přidala čtvrtý typ Mary Mainová.

1.3.1 Strange situation (metoda "neznámé situace")

Metoda spočívá v pozorování interakce mezi matkou a dítětem ve věku 12 měsíců. Postup sestává z drobných epizod, kdy je dítě pozorováno v malé a pohodlné, ale pro dítě neznámé, místnosti s hračkami. Matka se od svého dítěte dvakrát odloučí a po několika minutách se s ním zase sejde. Tím je aktivován vazebný systém, který si dítě s matkou vytvořilo. Tento postup představuje situaci narůstajícího stresu, při níž vzniká příležitost zkoumat individuální odchylky o tom *"jak dítě svou matku používá jako základnu pro své okolí, jak od ní dokáže získat útěchu a jak se mění rovnováha mezi citovou vazbou a prozkoumáváním okolí během série měnících se situací."*⁴² Popis jednotlivých fází testu lze nalézt v příloze č. 1.

⁴⁰ WINNETTE, P. *Co to je attachment?* s. 8

⁴¹ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem.* s. 179

⁴² BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem.* s. 290

Podle toho, jak matka přistupovala ke svému dítěti a reagovala na něj, dítě se v její přítomnosti chovalo a vztahovalo se k ní ve chvílích klidu, stresu, při loučení, návratu a podobně.⁴³

Bowlby píše: *"Během prvních tří minut, kdy je dítě samo s matkou, téměř všechny děti novou situaci intenzivně prozkoumávají a přitom po očku sledují matku, pláč se v podstatě nevyskytuje. Přestože příchod cizího člověka téměř u všech dětí jejich průzkumné aktivity omezuje, nadále se pláč nevyskytuje. Když však matka odejde a ponechá dítě s cizím člověkem, u více než poloviny dětí se chování náhle změní a jsou mnohem více patrné diferencované reakce."*

Na základě svých výzkumů Ainsworthová definovala dva základní typy attachmentu v rámci jistoty citové vazby, a to na jedné straně pólu dítě *"s jistotu připoutané"* (securely attached) a na druhé straně pólu dítě *"extrémně nejistě připoutané"* (insecurely attached in extreme degree). Dítě s jistým citovým poutem dokáže *"zcela svobodně prozkoumávat okolí v neznámé situaci, není vylekáno při příchodu cizího člověka, má povědomí o matčině výskytu během její nepřítomnosti a vítá matku při jejím příchodu, byť může být dočasnou nepřítomností matky znepokojené, anebo dokáže přestát krátká období bez ní v klidu."* Na druhé straně dítě s extrémně nejistou citovou vazbou: *"neprozkoumává okolí, ani když je matka přítomná, velmi se bojí cizího člověka, v matčině nepřítomnosti upadá do beznaděje a úzkosti a při jejím návratu ji třeba ani nepřivítá."*

Bowlby dále píše: *"Jako zvláštní ukazatel jistoty citové vazby dítěte k matce se ukázalo to, jakým způsobem na ni dítě reaguje po její krátké nepřítomnosti. Dítě, které si je jisté vykazuje organizovanou poslušnost k cíli korigovaného chování. Poté, co matku přivítá a přiblíží se k ní, dožaduje se buď vyzvednutí do náruče a přivinutí, nebo alespoň setrvává v její blízkosti. U ostatních dětí jsou dva typy reakcí: jedním typem je očividný nezájem o matčin návrat anebo vyhýbavost, druhým typem je ambivalentní reakce, kdy dítě matku zároveň chce i odmítá."⁴⁴ Mary Ainsworthová stanovila na základě této metody tři hlavní typy citové vazby.*

1.3.2 Dítě s bezpečným (jistým) typem attachmentu

Při pozorování v rámci testu Strange situation se dítě s jistým typem attachmentu projevovalo tak, že na začátku testu zkoumalo místnost a hračky a používalo matku jako bezpečnou základnu. Přestože se od ní vzdalovalo, sledovalo její pohyby a občas se k ní vracelo. Jednalo se o obrázek šťastné rovnováhy mezi zkoumáním a připoutáním.⁴⁵ Po odchodu matky dítě projevovalo výrazně vazebné chování, volalo matku, následovalo ji, hledalo ji,

⁴³ WINNETTE, P. *Co to je attachment?* s. 10

⁴⁴ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem.* s. 291

⁴⁵ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem.* s. 292

plakalo a projevovalo známky stresu. Zdá se, že dítě s bezpečnou vazbou dává přednost matce před cizincem. Na matčin návrat dítě reaguje s radostí a vyhledává tělesný kontakt, chce být konejšeno. Po krátkém čase se dítě vrací ke hře.⁴⁶ Zdá se, že matka umí vhodně zareagovat na potřeby dítěte. Proto dítě opakovaně zažívá, že špatné věci trvají jen chvíli, že se dají zvládnout, a to je činí odolným a flexibilním. Protože matka poskytuje dítěti blízkost a bezpečí, může se dítě věnovat zkoumání světa. Dítě s jistou citovou vazbou vnímá sebe samo jako dobré, láskyhodné, hodnotné a schopné. Důvěřuje okolnímu světu i ostatním lidem. Jistý attachment má cca 50 - 60% populace.⁴⁷ Aby si dítě vytvořilo jistou citovou vazbu, potřebuje cítit blízkost druhé osoby, její péči a lásku, pochvalu za snahu, bezpodmínečné přijetí i ve chvíli, kdy udělá chybu. Takové dítě vyrůstá v jasně strukturovaném a konzistentním prostředí.⁴⁸

1.3.3 Dítě s úzkostným typem attachmentu

Při pozorování dětí při testu Strange situations se výše zmiňovaná rovnováha mezi zkoumáním a připoutáním u jistého typu attachmentu nevyskytovala u úzkostného typu. Některé děti byly pasivní, místnost a hračky prozkoumávaly málo nebo zřídka iniciovaly kontakt. Jiné prozkoumávaly okolí, ale mnohem povrchněji než děti s jistou citovou vazbou, a zdálo se, že se neustále zaobírají tím, kde je jejich matka. Přestože dychtily být matce na blízku, nezdálo se, že by jim byl kontakt příjemný. Ainsworthová rozdělila úzkostný typ attachmentu na dvě kategorie.⁴⁹

1.3.3.1 Dítě s ambivalentním (vyhýbavým⁵⁰) typem attachmentu

Charakteristické pro děti s ambivalentním typem attachmentu je, že při odloučení od matky projevují vysoký stres a usedavě pláčou. Po návratu matky se dají jen těžko uklidnit, stěžují se vracejí ke hře. Zdá se, že děti mají také tendence chovat se k matce agresivně, i přesto, že vyjadřují potřebu tělesného kontaktu.⁵¹ Bowlby poukazuje na fakt, že: *"dítě se nevyhýbalo kontaktu s matkou, ale spíše se zdálo, že chce kontaktu více a že je zvláště odmítavé a rozlobené, když se ho matka snaží zaujmout samotnou hrou. V souladu s tím bývalo výrazně pasivní v situacích, kdy si ostatní děti aktivně hrály."*⁵²

⁴⁶ Mary Ainsworth: *Attachment and the Growth of Love With Robert Marvin*, Ph.D. DAVIDSON films., [DVD]. 18:14 - 25:00.

⁴⁷ Attachmentové centrum ATTA. *Typy attachmentu*. [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/typy-attachmentu/>

⁴⁸ ATTACH (Kolektiv autorů). *Nádej na uzdravenie*. s. 27

⁴⁹ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. s. 292

⁵⁰ Tamtéž, s. 292

⁵¹ Mary Ainsworth: *Attachment and the Growth of Love With Robert Marvin*, Ph.D. DAVIDSON films., [DVD]. 25:40 - 26:10

⁵² BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. s. 293

Proč tomu tak je? Citové pouto se vytváří na základě toho, jak se k dítěti chová matka, jakým způsobem o dítě pečuje. Pokud má dítě ambivalentní typ attachmentu, dá se předpokládat, že matka je nekonzistentní ve svém chování. Někdy je laskavá a pečující, jindy si dítěte nevšímá či jej zanedbává. Není vždy dítěti k dispozici. Dítě se na matku nemůže spolehnout.⁵³ Potom si není jisté, zda si lásku ostatních zaslouží. Je zahlceno emocemi. Dítě nedůvěřuje ostatním lidem a vnímá je jako nespolehlivé, protože mu nejsou k dispozici, když je potřebuje - nejsou konzistentní. Usiluje zejména o to uspokojit své potřeby a získat pozornost pečující osoby, proto pro něj není poznávání světa hlavní snahou.⁵⁴ Tyto děti mívají problémy s adaptací ve škole, spějí často k závislosti v rámci kolektivu, mohou být agresivní a vynucovat si pozornost.⁵⁵ V partnerských vztazích touží po možné nereálné blízkosti partnera. Často je trápí obavy, že je partner nemiluje a mohl by je opustit.⁵⁶ Zajímavé je, že ambivalentní typy mají tendence stát se obětí šikany (příčemž agresory obvykle bývají děti s odtažitým typem attachmentu), v partnerských vztazích si, zdá se, mají rovněž tendence vybírat si partnery s odtažitým typem attachmentu.⁵⁷ Jedná se o 15-20% populace.⁵⁸

1.3.3.2 Dítě s odtažitým (odmítavým) typem attachmentu

Při pozorování se tyto děti vyznačovaly tím, že byly méně smutné, když matka odešla. Poté, co se matka vrátila, navazovaly pomalu opětovný kontakt.⁵⁹ Po opětovném setkání se matce spíše vyhýbají. Také mají tendenci se chovat k cizinci přátelštěji než k matce. Bowlby uvádí, že: *"Hlavním rysem je konflikt přibližování - odstupu, co se týče blízkého tělesného kontaktu s matkou. Dítě se přiblížilo k matce, pak se zastavilo a buď se otočilo nazpět, nebo zamířilo jiným směrem. Když bylo blízko u matky, spíše se jí nedotýkalo, a pokud ano, tak spíše jen okrajové části, např. chodidla. Když bylo dítě v náručí, bylo to pro něj příjemným odpočinkem, ale jakmile se ocitlo znovu na zemi, tak častěji než ostatní děti protestovalo a chtělo zpět do náruče. Také častěji následovalo matku po jejím odchodu z místnosti."*⁶⁰

Matka takového dítěte bude pravděpodobně emocionálně odtažitá, má nechuť k tělesnému kontaktu. Dítě bývá ze strany matky verbálně přijímáno, ale tělesně odmítáno. Dítě opakovaně frustruje odmítání jeho potřeby blízkosti. Potřeba bezpečí a jistoty tak zůstává neuspokojena. U odtažitých dětí je jedním z následků častý sklon k potlačení emocí, především

⁵³ Attachmentové centrum ATTA. *Typy attachmentu*. [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/typy-attachmentu/>

⁵⁴ ATTACH (Kolektiv autorů). *Nádej na uzdravenie*. s. 31

⁵⁵ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 418

⁵⁶ LEVINE, A., HELLER, R. *Citové pouto. Teorie attachmentu v partnerských vztazích*. s. 35

⁵⁷ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 419

⁵⁸ Attachmentové centrum ATTA. *Typy attachmentu*. [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/typy-attachmentu/>

⁵⁹ Mary Ainsworth: *Attachment and the Growth of Love With Robert Marvin*, Ph.D. DAVIDSON films., [DVD]. 25:20 - 25:40

⁶⁰ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. s. 293

úzkosti, vzteku a touhy po blízkém kontaktu. Snaží se vyrovnat s kritickými postoji vůči rodičům, které si často idealizují. Mnohdy se snaží vyhovět rodičům za každou cenu, mají sklon k perfekcionismu, bývají předčasně dospělé. V dospělém věku mívají problémy zejména v oblasti sociálních a milostných vztahů. Buď navazují povrchní vztahy, kdy touží po intimním kontaktu, ale zároveň mají strach ze závislosti, nebo popírají jakoukoliv potřebu sociálních vazeb či pout.⁶¹

Jak dítě s odtažitým typem attachmentu vnímá svět? Vnímá sebe jako láskyhodného, ale jen pokud toho nechce po okolí příliš, spoléhá se samo na sebe. Protože ho jeho pocity děsí, potlačuje je. Svět vnímá jako bezpečném zajímavé a předvídatelné místo, které touží poznat. Ale zejména proto, aby se vyhnul svému vnitřnímu světu.⁶² Jedná se o 15-20% populace.⁶³

1.3.4 Dítě s dezorganizovaným typem attachmentu

Ve výzkumech Mary Ainthworthové pokračovaly její studentky Mary Mainová a Judith Salomonová, které určily čtvrtou kategorii - dezorganizovaný attachment. Děti s tímto typem attachmentu jsou naprosto zdrceny daným zážitkem z testu Strange situation. Některé se zdály okamžitě vyděšené znovu-návratem rodiče. Jiné se přiblížily a poté ustoupily s omámeným výrazem, neschopné reakce, odpovědi, na stav ohrožení.⁶⁴ Výzkumy prokázaly, že mnoho dětí s dezorganizovaným typem attachmentu vyrůstaly v rodině, kde utrpěly významnou ztrátu, trauma nebo špatné zacházení, týrání⁶⁵ (až 80% těchto dětí bývají obětmi zneužívání).⁶⁶ *"Disorganized attachment is recognized as a powerful predictor for serious psychopathology and maladjustment in children. Children are more vulnerable to stress, have problems with regulation and control of negative emotions, display oppositional, hostile, aggressive behaviour and coercive styles of interaction."*⁶⁷

U dětí s dezorganizovaným typem attachmentu se projevují patologické obranné mechanismy, jako např. ztuhnutí, které může trvat až 20 minut, či extrémní vyhybavost, a to už ve třech měsících věku. V průběhu dalšího vývoje byly zjištěny výrazné agresivní projevy, kterými dítě patrně redukuje svou vnitřní úzkost.⁶⁸

⁶¹ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 418

⁶² ATTACH (Kolektiv autorů). *Nádej na uzdravenie*. s. 30

⁶³ Attachmentové centrum ATTA. *Typy attachmentu*. [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/typy-attachmentu/>

⁶⁴ Mary Ainsworth: *Attachment and the Growth of Love With Robert Marvin*, Ph.D. DAVIDSON films., [DVD]. 26:10 - 26:40

⁶⁵ Mary Ainsworth: *Attachment and the Growth of Love With Robert Marvin*, Ph.D. DAVIDSON films., [DVD]. 28:55 - 29:05

⁶⁶ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 419

⁶⁷ BENOIT, D. *Infant-parent attachment: Definition, types, antecedents, measurement and outcome*. Paediatr Child Health. s. 543

⁶⁸ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 421

Pro takové dítě se matka jeví jako agresivní a děsivá, bez zájmu a pasivní. Dítě pak má pocit, že si nezaslouží ničí lásku, že je špatné a nemá žádnou hodnotu. Ostatní lidé jsou pro něj nebezpeční, děsiví, nedůvěryhodní, nepředvídatelní, bez zájmu. Svět je pro dítě nebezpečným místem, kde pro něj neexistuje bezpečné místo. Proto dítě neví, kam směřovat, je zmatené, své bezpečí si snaží zajistit silou nebo se naopak uzavře do sebe.⁶⁹ Takové dítě bývá tedy buď depresivní, pasivní, nebo rozzlobené s nízkou frustrační tolerancí, necitlivé a neempatické. V populaci představují 5-10 %.⁷⁰

⁶⁹ ATTACH (Kolektiv autorů). *Nádej na uzdravenie*. s. 34

⁷⁰ Attachmentové centrum ATTA. *Typy attachmentu*. [online]. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/typy-attachmentu/>

2 Attachment a vývoj mozku

Afektivní neurověda je jedna z oblastí neurovědy, která se zabývá emocionalitou, sociálním životem a vztahy s druhými lidmi.⁷¹ Zaměřuje se na vývoj mozku a faktory, které ho ovlivňují.⁷²

V mozku se nachází velký počet látek, buněk a obvodů, které souvisí s emočními, citovými a sociálními vztahy, umožňující vstupovat do kontaktu s druhými. Mozek izolovaný od interakcí s druhými, nemá smysl *"protože lidská bytost existuje jen v nepřetržitém kontaktu se svým sociálním prostředím. Biologické jevy tyto sociální vztahy ovlivňují a sociální události zase ovlivňují biologii a mozek člověka."*⁷³

První roky života jsou pro dítě určující. Jeho mozek je nezralý a prochází vývojem. Plasticita dětského mozku umožňuje "zaznamenávat" v nových obvodech všechny prožitky - pozitivní i negativní.⁷⁴ Citové pouto stimuluje vývoj mozku. Pečovatelská interakce mezi pečovatelem a dítětem podporuje zdravý emocionální vývoj a stimuluje zrání mozku a nervového systému.⁷⁵

2.1 Propojení mozku

Když se dítě narodí, má už všech zhruba sto miliard neuronů, které bude mít v dospělosti. Rozdíl mezi mozkiem dospělého a mozkiem dítěte je ovšem ten, že během vývoje dítěte si mezi sebou neurony vytvářejí triliony spojení (synapse). Tato spojení se mohou vytvořit za pouhé dvě sekundy a některé neurony se mohou propojit s dalšími až pěti sty tisíci okolními neurony. Každé z těchto spojení můžeme chápat jako výsledek učení, které mozek dítěte zvládl. Dr. Bilbao k tomu dodává: *"Když s dítětem mluvíte, když jej políbíte nebo když vás jen pozoruje, jeho mozek si vytváří spoje, které mu pomohou zvládat život v dospělém věku."*⁷⁶

Neurony vznikají mezi šestým a osmnáctým týdnem po početí. Po narození nastává velmi intenzivní vytváření synapsí, které vznikají a zanikají v závislosti na citových vztazích, učení a všech získaných zkušenostech.⁷⁷

⁷¹ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 11

⁷² WINNETTE, P. *Co to je attachment?* s. 12

⁷³ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 13-14

⁷⁴ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 14

⁷⁵ ROTHSCHILDOVÁ, B. *Tělo nezapomíná. Psychofyziologie a léčba traumatu*. s. 22

⁷⁶ BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 34-35

⁷⁷ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 54-55

2.2 Rozum a intuice

Největší a evolučně nejmladší část mozku, tzv. velký (přední) mozek, je rozdělena na dvě hemisféry, levou a pravou. Obě jsou pokryty mozkovou kůrou.

Levá hemisféra kontroluje pohyby pravé ruky a u většiny lidí je dominantní. Mezi její funkce patří schopnost mluvit, číst, psát, pamatovat si jména osob, schopnost sebekontroly a optimistický přístup k životu.⁷⁸ Podílí se na vzniku pozitivních emocí. Levá hemisféra prochází (u praváka) obdobím prudkého růstu během druhého roku života dítěte, současně s vývojem řeči. *"Když rodič dítěti pomáhá pojmenovávat své pocity slovy, přispívá tak k jeho duševní rovnováze."*⁷⁹

Pravá hemisféra kontroluje levou ruku. Hemisféra umožňuje a interpretuje nonverbální komunikaci, vytváří rychlé a obecné pocity, celostní náhled na věci a dokáže odhalit drobné chyby a průběžně je opravovat. Je spíše intuitivní, umělecká a emocionální.⁸⁰ Růst pravé hemisféry dítěte je velmi výrazný během prvních osmnácti měsíců života, souběžně s rychlým rozvojem smyslových a motorických schopností. Pravá hemisféra je zaměřena na emoce a sociální interakce. K funkci pravé hemisféry píše Dr. Gueguenová: *"Matka své dítě často nosí na levé ruce. Tam dítě slyší tlukot matčina srdce a tato poloha navíc umožňuje vzájemné pohledy z očí do očí, vizuální informace od dítěte tak mají přímý přístup k matčině pravé hemisféře."* Pokud je vztah dítěte a matky harmonický, napojení dítěte na pravou hemisféru matky je intenzivní a umožňuje správný růst hemisféry u dítěte. Tedy má vliv na vývoj citů, citové vazby a identity. Disharmonický vztah se odrazí na vývoji dítěte a naruší budování identity a citového pouta.⁸¹

2.3 Tři mozky v jednom

Lidský mozek se vyvíjel během milionů let. Vytvářely se struktury, které umožňovaly najít potravu, vyhnout se nebezpečí, hledat jistotu, ale také dorozumívat se a efektivně řešit komplexní problémy. Jednotlivé kroky vývoje zůstaly zachycené v konfiguraci mozku, a tak rozlišujeme starší struktury zaměřené na zpracování emocí, a moderní struktury, zaměřené na komplexní myšlenkové operace.⁸²

⁷⁸ BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 35

⁷⁹ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 111

⁸⁰ BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 35-36

⁸¹ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 111-112

⁸² BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 37

2.3.1 Plazí mozek (mozkový kmen a mozeček)

Plazí mozek je nejstarší částí lidského mozku. Objevil se před pěti sty miliony let u ryb, obojživelníků a později u plazů. Tato část mozku umožňovala bojovat o přežití. Dodnes, pokud se člověk nachází v nebezpečí, plazí mozek spouští instinktivní chování spojené s přežitím, tedy reflexy útoku nebo útěku. Řídí primární funkce spojené se základní fyziologií, jako je dýchání, srdeční činnost, krevní tlak, spánek⁸³, změny teplot a pocit hladu.⁸⁴ Tato oblast mozku musí být při narození zralá, aby dítě přežilo.⁸⁵

2.3.2 Emoční mozek (limbický systém)

Objevil se u prvních savců před 150 miliony let. Díky tomuto mozku cítíme celou škálu emocí, co je příjemné a nepříjemné. Reaguje na primitivní pudy sebezáchovy z plazího mozku a pomáhá ovládat reakce na útok a únik.⁸⁶ Podílí se také na čichu, učení a paměti.⁸⁷

Součástí emočního mozku je *hypothalamus*, který reguluje sekreci hormonů, které jsou zásadní pro reakci na stres.

Další důležitou součástí je *amygdala*, která je klíčovou oblastí pro vztahy s okolním světem a je součástí mnoha nervových obvodů spojených s emočními prožitky, zejména s prožitky strachu a citové vazby. Je doloženo, že amygdala se zásadním způsobem podílí na mateřském chování. Úkolem amygdaly je rozpoznat každé potencionální nebezpečí a upozornit na něj. Vždy, když pocítujeme strach nebo úzkost, amygdala spouští autonomní nevědomou reakci. Amygdala upozorní *hypothalamus* a ten spustí sekreci stresových hormonů. Hraje roli v nevědomé emoční paměti (implicitní), všechny vzpomínky na strach z doby dětství zůstávají nevědomě v amygdale.⁸⁸ Je zralá už při narození.⁸⁹

Hypokampus se nachází za amygdalou. Hypokampus je jedním z paměťových center, kde se třídí informace, které do mozku přicházejí. Umožňuje uchovávání životních vzpomínek.⁹⁰ Po narození je nezralý. Dozrává mezi druhým a třetím rokem života.⁹¹

Další částí emočního mozku je *insula*. Podílí se na lásce, důvěře, autoempatii, empatii, soucitu, spolupráci, pocitu spravedlnosti, rozhořčení, zklamání a rozpacích.⁹²

⁸³ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 48

⁸⁴ BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 37

⁸⁵ ROTHSCHILDOVÁ, B. *Tělo nezapomíná. Psychofyziologie a léčba traumatu*. 25

⁸⁶ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 48-49

⁸⁷ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 49

⁸⁸ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 94-99

⁸⁹ ROTHSCHILDOVÁ, B. *Tělo nezapomíná. Psychofyziologie a léčba traumatu*. 26

⁹⁰ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 103

⁹¹ ROTHSCHILDOVÁ, B. *Tělo nezapomíná. Psychofyziologie a léčba traumatu*. 26

⁹² GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 109-110

Prefrontální kůra je oblastí, která se významně podílí na vstřípení norem, sebekontrolé, plánování, organizaci, řešení problémů a detekci chyb. Podílí se na zvládání frustrace. Člověk, který má poškozenou tuto oblast, nedokáže regulovat svůj hněv, respektovat sociální normy ani dosahovat cílů, které si stanovil.⁹³ Dozrává nejpозději ze všech částí mozku, až na počátku dospělosti.⁹⁴

2.3.3 Racionální mozek (neokortex - mozková kůra)

Začal se rozvíjet před dvěma miliony let u primátů a u člověka obsahuje až 85 % celkového objemu mozku. Obaluje vývojově starší části, plazí a emocionální mozek.⁹⁵ Racionální mozek odlišuje lidské bytosti od zvířat, umožňuje uvědomování si sebe sama, komunikaci, empatii a rozhodování na základě logického či intuitivního myšlení.⁹⁶

2.4 Stres - Autonomní (vegetativní) nervový systém

Autonomní nervový systém se dělí na sympatický a parasympatický. Sympatický systém se vytváří během prvního roku života, stimuluje nadledvinky, které vylučují hormony adrenalin a noradrenalin a mobilizují organismus k akci. Je-li člověk vystaven stresu, sympatický systém spustí reakci útoku, úniku nebo ztuhnutí.

Naopak parasympatický systém nás zklidňuje a reguluje emoce, podporuje soustředění a myšlení. Začíná se vyvíjet od druhého roku života. Pokud je plačící dítě utěšeno, aktivuje se parasympatický systém, který pomáhá sympatickému systému regulovat emoce a stres. Miminko samo není schopné regulovat nervový systém. Čím více péče a útěchy dostane, tím rychleji se systém vrátí do rovnováhy.

Když dítě není utěšeno a je přemoženo smutkem, úzkostí, stresem či strachem, sympatický systém se stává hyperaktivní. Pokud dítě žije ve velmi stresujícím prostředí, uvolňuje velké množství adrenalinu a noradrenalinu, což má velké následky pro jeho zdraví: *"Častější infekce, dýchací potíže, ztráta chuti k jídlu a poruchy trávení, spánkové potíže, bolesti hlavy, záchvaty paniky a chronická únava."*⁹⁷ Pokud dítě zažívá dlouhodobý stres, jeho tělo je zaplaveno adrenalinem, noradrenalinem a kortizolem, které jsou pro organismus ve velkém množství toxické. Když je hladina těchto látek normální, je dítě plné energie a radosti. Pokud je hladina příliš vysoká, propadá úzkosti, hněvu, strachu a ztrácí důvěru k ostatním lidem i ke světu.

⁹³ BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 83

⁹⁴ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 62-63

⁹⁵ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 49-50

⁹⁶ BILBAO, Á. *Dětský mozek vysvětlený rodičům*. s. 38

⁹⁷ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 117

Stres je pro dětský mozek škodlivý, snižuje vznik neuronů a narušuje vývoj dalších částí mozku. Může například dojít k narušení vývoje hypokampu, přičemž následky mohou být až patologické (ztráta paměti, záchvaty úzkosti, disociativní poruchy, symptomy posttraumatické stresové poruchy). Mozek týraných dětí má celkově menší objem, zejména je nezralá prefrontální mozková kůra. Dítě tak neumí čelit stresu a zklidnit amygdalu. Děti týrané, zanedbávané a zneužívané mají tendence k agresivitě, delikvenci, závislosti, poruchám osobnosti, depresím, patologickým úzkostem a mívají závažné potíže s učením.⁹⁸ Jednou ze závažných stresujících situací je, když v raném dětství dítě nemá žádného primárního pečovatele. Často se jedná o děti v péči institucí. Dle Bowlbyho se vývoj dětí v ústavech odlišuje od vývoje v rodinách. Takové děti méně navazují sociální kontakty a ještě ve dvanácti měsících nevykazují známky citové vazby k nějaké konkrétní osobě.⁹⁹

Zajímavé je, že při vysoce stresových událostech, může docházet k uvolňování hormonů (kortizol), které hypokampus potlačují, zatímco amygdala zůstává neovlivněná. To má za následek, že člověk, který je vystaven vysoce stresující situaci po dlouhou dobu, nezvládá zpětně vzpomínky popsat a může tak docházet k jejich překroucení. Pocity a emocionální stavy však zůstávají zapamatovány.¹⁰⁰

⁹⁸ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 114-129

⁹⁹ BOWLBY, J. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. s. 258

¹⁰⁰ ROTHSCHILDOVÁ, B. *Tělo nezapomíná. Psychofyziologie a léčba traumatu*. 27

3 Trauma

Trauma se dá definovat jako: "A psychological, emotional response to an event or an experience that is deeply distressing or disturbing." Trauma však může také zahrnovat: "Experiences that are several damaging, such as rape or torture."¹⁰¹ Dá se tedy říci, že: "Trauma je způsobeno stresující událostí, která přesahuje rámec běžné lidské zkušenosti a který by rozrušila téměř každého."¹⁰²

Zdrojem traumatu bývá: "Velmi silný, nebezpečný a děsivý zážitek ohrožující život, přesahující naši osobnost a závažně narušující integritu těla i duše. Strategie jeho zvládnání nefungují běžným způsobem, neboť trauma není běžná situace. Jedinec se cítí zcela bezmocný, ztracený, neukotvený a bez naděje."¹⁰³

Trauma se může týkat každého z nás, ne jen obětí zneužívání a násilí. "Trauma je nedílnou součástí moderního života.(...) Příčiny i následky traumatu mohou nabývat mnoha podob a často si je neuvědomujeme. Mezi příčiny patří přírodní katastrofy, násilí, dopravní nehody, pády, vážná onemocnění, náhlé ztráty, lékařské zákroky, komplikované porody a dokonce i vysoká míra stresu během těhotenství."¹⁰⁴

Rozlišujeme jednorázové (např. úraz, nehoda nebo přepadení) a dlouhodobě trvající trauma (zneužívání, týrání, zanedbávání). Posttraumatická stresová porucha (PTSD) je opožděnou reakcí na trauma. Je doprovázena neurobiologickou nevyvážeností a má vliv na psychické funkce.¹⁰⁵

3.1 Vývojové trauma

Lidé, kteří byli v dětství dlouhodobě týráni mohou trpět vývojovým traumatem. Vývojovým traumatem myslíme: "především psychické problémy, které bývají obvykle důsledkem nedostatečné péče a nepřiměřeného vedení během kritických období vývoje v dětství."¹⁰⁶

Rané trauma je nesmírně zahlcující a bolestivé. Způsobuje velký stres a nadměrnou aktivaci celého fyziologického systému. Pokud není energetický náboj dlouhodobého stresu a nadměrné aktivace uvolněn, snaží se jej tělo zvládat pomocí vnitřní dysregulace - stažením svalů a disociativních procesů umrtvení, rozštěpením a roztříštěním. Vývojové trauma způsobuje trvalou aktivaci autonomního nervového systému, který vyvolává chronické vzorce a

¹⁰¹ The Center for Treatment of Anxiety and Mood Disorders. *What is trauma?* [online]. [cit 2020-11-29]. Dostupné z: <https://centerforanxietyorders.com/what-is-trauma/>

¹⁰² LEVINE, P. A., FREDERICK, A. *Probouzení tygra. Léčení traumatu.* s. 42

¹⁰³ DOLEŽALOVÁ, P. & Kol. *Trauma v dětství a adolescenci.* s. 8

¹⁰⁴ LEVINE, P. A., FREDERICK, A. *Probouzení tygra. Léčení traumatu.* s. 37

¹⁰⁵ DOLEŽALOVÁ, P. & Kol. *Trauma v dětství a adolescenci.* s. 8-9

¹⁰⁶ LEVINE, P. A., FREDERICK, A. *Probouzení tygra. Léčení traumatu.* s. 26

způsoby chování, které mají za následek narušení fyziologického a psychického vývoje. Kumulativní účinky chronického týrání a zanedbávání v dětství negativně ovlivňují vývoj mozku dítěte a mají negativní dopad na celou nervovou soustavu, endokrinní systém a paměť. Trauma má nejničivější dopady v průběhu prvních deseti let života. U týraných dětí často dochází k vývojovým opožděním v oblastech kognitivních, řečových, motorických a sociálních dovedností.¹⁰⁷

Na poruchy attachmentu se nahlíží jako na trauma, jak dokládá Dr. Heller ve své knize Uzdravení vývojového traumatu. Výrazné a dlouhodobé špatné zacházení ze strany rodičů, například dlouhodobé zanedbávání a týrání či trauma ve vztahu s matkou a nemožnost vytvořit si s ní citové pouto, způsobí chronický stres v rodině a vztahové trauma, a obzvláště v raném období života zvyšuje riziko psychických, sociální a fyziologických poruch.¹⁰⁸

3.1.1 Fyziologické reakce

K traumatizování dojde, když neokortex zruší některé instinktivní obranné funkce - útok, útek nebo zamrznutí. Můžeme říci, že trauma je výsledkem vyvolaného cyklu který nebyl dokončený mezi mozkovým kmenem, limbickým systémem a neokortexem. *"Bez prociťování významu a spojení se svými instinkty, emocemi, nemůžeme prožívat spojení se zemí, blízkými ani pocit, že k nim patříme. Vlivem traumatu není nervový systém poškozený, ale je v nevyváženém zamrzlém stavu. Při léčebné transformaci musíme tři mozky integrovat k celistvosti a k přirozenému prožívání vitality, která umožňuje naplňovat evoluční vývoj a smysl života."*¹⁰⁹

Pokud člověk zažije traumatizující šok nebo vývojové trauma v raném věku, může ustrnout v obranně-orientační reakci. Problém nastává tehdy, když vysoká úroveň aktivace, která připravuje na útok nebo útek, není uvolněna či vybita. To potom vyvolává pocit neustále hrozícího nebezpečí. V rodinách, kde jsou děti týrány, chronický pocit ohrožení nepomíjí a celý dětský organismus *"setrvává v obranně orientační reakci a jeho nervová soustava je dlouhodobě uvízlá ve stavu nadměrné aktivace sympatického nervového systému a nadměrné ostražitosti"*. Když děti nemohou uniknout před hrozícím nebezpečím, nedokáží se před ním bránit. Aktivace jejich nervové soustavy může být tak vysoká, že hrozí její vážné přetížení, poté je *"nouzovým řešením uvést se do stavu strnutí, kterého miminka a malé děti dosahují tím, že se znecitliví (umrtví), aby nevnímaly svou bolest"*. Uvěznění ve stavu nedokončené obranně-orientační reakce a ve stavu strnutí může přetrvávat po celý život.

Když u malých dětí dojde k reakci strnutí nebo k disociaci ještě před tím, než se plně rozvine jejich mozek a nervová soustava, velmi se zúží jejich rozsah odolnosti. Pro tyto děti je

¹⁰⁷ HELLER, L., LAPIERRE, A. *Uzdravení vývojového traumatu*. s. 150-151

¹⁰⁸ Tamtéž, s. 150 - 151

¹⁰⁹ DOLEŽALOVÁ, P. *Role rodičů, pečovatелů, při práci s traumatizovaným dítětem*. Křižovatky. s. 19-20

pak mnohem obtížnější zvládat i pozdější vývojové úkoly. Mají rovněž omezené spojení se zdravou agresivitou (i reakce útok-útek). Navíc je výrazně narušena jejich schopnost navazovat vztahy a mají sníženou schopnost řešit překážky a problémy v životě. Lidé, kteří nezpracovali traumatické zkušenosti, mívají problémy se vstřebáváním nových zkušeností. Jejich vývoj tak v určitém bodě ustrne.¹¹⁰

Příčinou vzniku traumatických symptomů není spouštěcí událost sama o sobě. Symptomy pocházejí ze zmrzlého zbytku energie, která se nezpracovala a nevybila. Zůstává uvězněna v nervové soustavě a je příčinou řady symptomů, např. úzkosti, depresivních stavů, psychosomatických obtíží a poruch chování.¹¹¹ *"Jsme-li vtaženi do víru traumatu, trauma znovusehráváme a znovuprožíváme, čímž vytváříme prostor pro emoční zahlcení a retraumatizaci. Když se víru traumatu vyhýbáme, stahujeme se a začínáme žít ve strachu."*¹¹²

3.2 Dopad komplexního vývojového traumatu na vývoj dítěte

Pojem komplexní vývojové trauma se snaží zahrnout všechny oblasti vývoje dítěte, které jsou zasaženy špatnou péčí v raných stádiích života.¹¹³ Podle D.A. Hughese, vývojové trauma ohrožuje děti v sedmi oblastech.

Jednou z oblastí je ohrožení v oblasti budování jistého citového pouta. Dochází k *poruchám ve vývoji attachmentu* a vytváří se některá z forem nejisté vztahové vazby, což má za následek, že se dítě nenaučí zvládat stres.

Dítě je také ohroženo *somatickými problémy*, má potíže rozpoznávat a regulovat fyziologické stavy, jako je pocit hladu, únavy, bolesti a rozrušení. Dále *Emoční problémy a problémy při regulaci afektů* narušují schopnost rozpoznat, regulovat a vyjadřovat pozitivní i negativní pocity. Dítě také často vyjadřuje emoce přehnaně, např. hněv jako zuřivost či smutek jako zoufalství.

Disociace (odosobnění) spočívá v *"neschopnosti být plně přítomen v realitě, zůstat na příjmu" a uvědomovat si všechny své pocity a stavy vědomí, a to i za velmi stresujících okolností."*

Zdá se, že velice časté je ohrožení dětí *poruchami chování*, zejména schopností soustředit se, být flexibilní a ovládat se. Chování osob s vývojovým traumatem je často impulzivní nebo naopak kompulzivní. Spolu s poruchami chování jsou, lze se domnívat, časté i *poruchy učení*. Zejména se jedná o *"oblasti sensorické integrace, porozumění řeči a slovní*

¹¹⁰ HELLER, L., LAPIERRE, A. *Uzdravení vývojového traumatu*. s. 152-155

¹¹¹ LEVINE, P. A., FREDERICK, A. *Probouzení tygra. Léčení traumatu*. s. 7-38

¹¹² LEVINE, P. A., FREDERICK, A. *Probouzení tygra. Léčení traumatu*. s. 212

¹¹³ Attachmentové centrum ATTA. *Komplexní vývojové trauma* [online]. [cit 2020-11-30]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/komplexni-vyvojove-trauma/>

zásoby, vyhodnocování sluchových vjemů, schopnost argumentace a řešení problémů, zacílení pozornosti, schopnost učit se novým věcem a porozumět duševním stavům svým i ostatních lidí".

Vývojové trauma má dopad na *sebepojetí* dítěte. Nezdá se, že by se ohrožené dítě vnímalo jako celistvá osobnost, která si zaslouží bezpodmínečnou lásku a péči. Kvůli neustávajícímu pocitu hanby, se dítě vnímá negativně a roztržitě, kdy: *"Postrádá smysl ve vnímání různých situací a vztahů."*¹¹⁴

¹¹⁴ HUGHES, D. A., *Budování citového pouta*. s. 13-14

4 Identita

Zdá se, že neexistuje žádná obecná shoda ohledně definice identity. Jednu z definic uvádí The Framework for the Assessment of Children in Need and their Families následovně: *"Concerns the child's growing sense of self as a separate and valued person. Includes the child's view of self and abilities, self image and self esteem, and having a positive sense of individuality. Race, religion, age, gender, sexuality and disability may all contribute to this. Feelings of belonging and acceptance by family, peer group and wider society, including other cultural groups."*¹¹⁵

Erik Erikson, autor známé teorie psychického vývoje uvádí: *"outlined a life span model of human development. Although identity formation is considered to be a lifelong progression, its initial development is thought to be a primary task of adolescence"*.¹¹⁶

V průběhu adolescence dochází k objevování a stabilizaci osobní identity, zahrnující vědomí minulosti, přítomnosti i budoucnosti. Bylo dokonce zjištěno, že proces formování identity se může lišit u mužů a u žen. Americká psycholožka Carol Gilligan k tomu uvádí: *"Female identity is built around belongingness and affiliation while male identity is centered on personal experiences that demonstrated aspects of achievement and autonomy."*¹¹⁷

Identita bývá pojímána jako: *"A central part of human development and critical to mental health and well-being across the life span."*¹¹⁸

4.1 Počátek identity

Již od narození si dítě začíná budovat individuální identitu. První interakce s pečovateli, sourozenci či zkušenosti s navazováním sociálních kontaktů, se stávají součástí vnitřního modelu identity dítěte. *"There is a complex interaction which takes place between the elements of one's personality to form an individual identity. Although each child is born with a specific genetic blueprint, inherited from their parents, each is unique. This is because each individual interaction between a child, his or her family, relationships, social context and environment, will be processed into an individual experience. These sets of individual experiences contribute towards the development of a whole personality."*¹¹⁹

¹¹⁵ Framework for the Assessment of Children in Need and their Families. Department of Health. s. 19

¹¹⁶ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. "Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity. s. 1

¹¹⁷ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. "Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity. s. 1

¹¹⁸ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. "Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity. s. 2

¹¹⁹ DUTT, R., PHILLIPS, M. Assessing Children in Needs and Their Families. Department of Health. s. 44

Stejně tak Erikson zdůraznil, že člověku nemůžeme porozumět, jestliže bychom nebrali v potaz jeho sociální prostředí či dřívější zkušenosti, a to zejména v rámci rodiny.¹²⁰ Toto pojetí, zdá se, koresponduje s teorií Attachmentu Johna Bowlbyho.

Naše sebepojetí se začíná formovat: *"From the very first messages we received about ourselves from the adults in our lives, and it grows from there. If children get the message that they are not worth keeping safe, that they are disposable (...), their self-concept will reflect this."*¹²¹ Pokud se však malé děti budou cítit se svými rodiči bezpečně, vytváří se mezi nimi jisté citové pouto, a začnou poznávat svět. Začnou objevovat to, co znamená být ve vztahu s druhým člověkem, i to, jak samy sebe v tomto vztahu vnímají. *"V očích, tvářích, hlase, gestech a dotecích matky a otce děti objevují, kým jsou, v takových chvílích se pokládají základy jejich budoucího sebepojetí."*¹²²

Traumatizované děti se však se svými rodiči necítí bezpečně. Vyrovnávají se s pocity, že jsou špatní a nechtění a s touto nálepkou se ztotožňují. *"No matter how many times they are told that they are wanted and loved, while their head might know this - their heart is stuck in trauma-time."* Pokud děti samy sebe vnímají negativně, rozvoj identity je narušený: *"Children with a poor sense of identity struggle to know simple things like what they like, what they enjoy, what they want to do, who they like, and what they want for the future."*¹²³

Výše zmíněné dokládá studie uveřejněná v Sage open. Tým odborníků si položil základní výzkumnou otázku *"How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity?"*. Pomocí interpretační fenomenologické analýzy se tým pokusil odpovědět na otázku tím, že vedl rozhovory s osmi mladými ženami (19-25 let), které si prožily rané trauma v biologické rodině a které byly umístěny do pěstounské péče.¹²⁴ Tým odborníků vynesl překvapivé výsledky: *"The current findings suggest that for these participants, their construction of identity in part is based on survival strategies in the face of developmental trauma and adverse early life experiences. This construction of self, in turn, mediates how participants understand and experienced their identity presently."*¹²⁵ Podobné zmiňují L. Heller a A. LaPierre v knize Uzdravení vývojového traumatu.

Oba staví na tom, že pokud nedojde k naplnění základních potřeb - spojení, péče, důvěry, autonomie, lásky a sexuality - dítě se vzdá svého já ve prospěch zachování citového

¹²⁰ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. *"Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity.* s. 2

¹²¹ LYONS, S., WHYTE, K., STEPHENS, R. TOWNSEND, H. *Developmental Trauma Close up.* Beacon House Therapeutic Services and Trauma Team. s. 19

¹²² HUGHES, D. A., *Budování citového pouta.* s. 15

¹²³ LYONS, S., WHYTE, K., STEPHENS, R. TOWNSEND, H. *Developmental Trauma Close up.* Beacon House Therapeutic Services and Trauma Team. s. 19

¹²⁴ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. *"Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity.* s. 1-2

¹²⁵ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. *"Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity.* s. 12

pouta s prvotní pečující osobou, a začne si vytvářet adaptační sebezáchovné strategie. *"V případě, že jsou základní potřeby dítěte dlouhodobě neuspokojeny, nastává narušení zmíněného cyklu uspokojování potřeb a v důsledku toho dochází k narušení regulace nervové soustavy a zkreslení identity, které mají často celoživotní negativní dopady na fungování daného dítěte."*¹²⁶

Autoři dále uvádějí, že zpočátku sebezáchovné strategie pomáhaly dítěti přežít, ale v dospělém světě je začínají omezovat: *"To, co bylo v našem dětství adaptační strategií, se v dospělosti stává maladaptivním chováním."*¹²⁷

4.2 Budování identity dítěte v pěstounské péči

Dá se předpokládat, že děti vyrůstající v pěstounské péči, zažily v raném dětství traumatizující zkušenosti. Nedostatečná péče ze strany rodičů, možné zanedbávání, týrání a zneužívání, vedou k poruchám citové vazby, k rozvinutí komplexního vývojového traumatu a k narušení vnímání sebe sama, své identity, což dokládají i předešlé kapitoly této práce.

Umístění traumatizovaného dítěte do milující rodiny v raném věku může zmírnit následky předchozího vztahového traumatu. Ovšem, psychologové a další odborníci pozorují, že i v dospělosti mohou přetrvávat dysfunkční vztahové vzorce i tehdy, když děti vyrůstaly v náhradní milující rodině, která byla schopna vytvořit si s nimi zdravé citové pouto.¹²⁸

Zajímavé je, že účastnice studie popisované v předešlé podkapitole, měly společné to, že často zaujímaly k biologické i pěstounské rodině ambivalentní vztah. Tento ambivalentní postoj demonstroval, jak konfliktně a rozpolceně se cítily a stále cítí.¹²⁹

Dle mého názoru je důležité, aby pěstoun byl připraven na možné problematické chování a projevy přijatého dítěte. Traumatizované děti se podle Hughese nacházejí ve stavu zablokované důvěry, kdy kvůli týrání či zanedbávání ztratily schopnost důvěřovat lidem a pomocí různých manipulativních technik vůči dospělým si zajišťují svépomocně naplňování základních potřeb. Je důležité, aby si pěstoun uvědomil, že za často vyhrocenými projevy dítěte stojí pocity samoty, strachu, hanby a zoufalství. Je zde riziko, že pokud pěstoun neunese odmítavé projevy dítěte, může se ocitnout ve stavu zablokované péče, která vede k pocitu selhání a pochybnostem, což může vyvolat pocit, že již s dítětem není v bezpečí. Poté se pěstoun může k dítěti začít chovat až nepřátelsky, zlobně, odtaziť či lhostejně.

¹²⁶ HELLER, L., LAPIERRE, A. *Uzdravení vývojového traumatu*. s. 50-51

¹²⁷ HELLER, L., LAPIERRE, A. *Uzdravení vývojového traumatu*. s. 52

¹²⁸ HELLER, L., LAPIERRE, A. *Uzdravení vývojového traumatu*. s. 175

¹²⁹ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. *"Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity*. s. 6

Pokud však pěstoun dokáže vnímat motivy skryté za problematickým chováním a zahájí intersubjektivní procesy (tedy procesy napomáhající budování identity), může dojít k vyřešení problémů a zpracování těžkých stavů.¹³⁰

Domnívám se, že jednou z efektivních technik pro podporu budování identity dítěte je vytváření knihy života.

4.2.1 Kniha života

Jednou z možností, jak napomáhat budování identity dítěte, je mluvit o jeho minulosti - životním příběhu. *"Knowledge about one's personal and familial background is important in identity formation to integrate one's history into a continuing sense of self. Maintaining relationships with family and respecting cultural background is known to be important for Looked after Children."*¹³¹

Autobiografická paměť a uvědomování si svého já se rozvíjejí od druhého roku života, kdy: *"Young Children begin to verbally reference past events (...) and, at around the same time, develop a critical mass of self-awareness that enables them to recognize their physical selves in mirrors and photos."* Od raného dětství matky podporují své děti v uvědomování si autobiografických vzpomínek a jejich sebezpetí tím, jakým způsobem se o minulosti vyjadřují.¹³² *"Thinking about one's past life story (...) is one way of exploring one's identity."*¹³³

*"Young people with no knowledge of their personal history can face in relation to their identity and well-being and the sense of loss that this brings."*¹³⁴ Životní příběhy traumatizovaných dětí bývají roztrženy a jejich vzpomínky nesouvislé. Proto: *"Foster carers play a vital role in safeguarding these memories for the children in their care."*¹³⁵

Kniha života může kompenzovat narušenou identitu tím, že jednotlivé životní události a změny začlení do příběhu dítěte.¹³⁶ Je jedním z nástrojů, jak pomoci traumatizovaným dětem pochopit smysl jejich nelehkého životního příběhu. Skrze pochopení přichází uzdravení.¹³⁷

Joy Rees charakterizovala hlavní cíle práce s knihou života. Počínaje poskytnutím detailů o minulosti dítěte, budováním identity a umožnění dítěti sdílet jeho minulost s jejich náhradními rodiči. Pokračujíc realistickým podáním obrazu původní rodiny, spojením minulosti s přítomností, uznáním problémů spojených s odloučením a ztrátou a umožnění náhradním

¹³⁰ HUGHES, D. A., *Budování citového pouta*. s. 15-19

¹³¹ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. *"Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity*. s. 2

¹³² HABERMAS, T., REESE, E. *Getting a Life Takes Time*. Human development. s. 179

¹³³ HABERMAS, T., REESE, E. *Getting a Life Takes Time*. Human development. s. 174

¹³⁴ COLBRIDGE, A. K., HASSETT A., SISLEY, E. *"Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity*. s. 2

¹³⁵ REESE, J. *Life Story Books for Adopted Children: A Family Friendly Approach*. s. 18

¹³⁶ HABERMAS, T., REESE, E. *Getting a Life Takes Time*. Human development. s. 173

¹³⁷ WRENCH, K., NAYLOR, L. *Life Story Work with Children who are Fostered Or Adopted*. s. 11

rodičům porozumět dítěti a vybudovat si s ním vztah. A nakonec rozvinutím sebedůvěry a sebehodnocení dítěte, pocitu jistoty, stability a citového pouta. ¹³⁸ *"Life story work is a therapeutic tool that deals with the child's inner world and how that relates to the child's perception of external reality."*¹³⁹

¹³⁸ REESE, J. *Life Story Books for Adopted Children: A Family Friendly Approach*. s. 12

¹³⁹ PHILPOT, T., ROSE, R. *The Child's Own Story: Life Story Work with Traumatized Children*. s. 15

5 Tvorba knihy života s dítětem v pěstounské péči

Jak vyplývá z výše uvedených kapitol, důvodů pro zapojení se do procesu tvorby knihy života může být mnoho. Jedním z nich, zdá se, může být touha dítěti pomoci při utváření zdravého sebevědomí a sebezpečí. Důležitým důvodem, dle mého názoru, může být i rozvoj pozitivní identity dítěte. Z předchozích kapitol plyne, že vytvářením knihy života napomáhá pěstoun zpracovávat prožitá traumata a umožňuje dítěti pochopit jeho minulost. Umožnit dítěti porozumět jeho minulosti je základním pilířem ke spokojenému životu v přítomnosti a plánované budoucnosti.¹⁴⁰

Knihy života je sbírkou slov, fotografií, výtvarných tvoření a vzpomínek, která dohromady vytváří chronologický záznam událostí ze života dítěte. *"It is about the child, for the child, by the child, and hopefully will reflect a simple, truthful story written through the child's eyes."*¹⁴¹

Zpracovávání historie dítěte lze rozdělit do tří hlavních kategorií, které se částečně překrývají a doplňují. První z nich je vyprávění o *"jednotlivých událostech (Single events narratives)"*, jako např. narození dítěte nebo zaznamenání oslavy narozenin. Další je *"shrnutí delších časových událostí (Summarize extended time periods)"*, kam může patřit, domnívám se, čas strávený v biologické rodině, Dětském domově nebo ve škole. Třetí kategorií jsou *"argumenty (Arguments)"*, jejichž cílem je např. úvaha o vztahu s matkou.¹⁴²

Vytváření knihy života může být pojato jako proces uzdravování traumatu, který ovšem není jednorázovou záležitostí: *"Recovery is an individual journey: it takes as long as it takes. (...) Recovery is likely to be a long-term process."*¹⁴³

5.1 Techniky zpracování historie

Použití různých technik zpracování historie dítěte se odvíjí od věku a schopností dítěte. Při práci s dítětem na knize života nejde jen o zaznamenání důležitých informací o jeho životě, ale také je třeba se zabývat potřebami, nadějemi, pocity a strachy dítěte.¹⁴⁴ Kromě klasických kreativních postupů, jako je např. ilustrování knihy či vytváření koláží, mohou pěstounům i sociálním pracovníkům pomoci také níže vybrané speciální techniky.

Cílem techniky *osy života* je zmapování životního příběhu a porozumění jednotlivým souvislostem a důvodů zásadních změn v životě dítěte. Jedná se o způsob, jak znázornit důležité životní události v životě dítěte a pomoci mu uvědomit si kontinuitu života. Začíná se

¹⁴⁰ REESE, J. *Life Story Books for Adopted Children: A Family Friendly Approach*. s. 12

¹⁴¹ PHAGAN-HANSEL, K. & kol. *The Foster Parenting Toolbox*. s. 300

¹⁴² HABERMAS, T., REESE, E. *Getting a Life Takes Time*. Human development. s. 175

¹⁴³ ROSE, R. *Innovative Therapeutic Life Story Work*. s. 40-41

¹⁴⁴ HARRISON, J., CHUMBLEY, E. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 10

vyznačením data narození a končí se dnem, kdy se osa maluje. Je to příležitost, jak dát věci do souvislostí a mluvit o jednotlivých událostech a pocitech, které se k nim váží.¹⁴⁵

Další technikou může být **rodokmen**. Může se jednat o klasický rodokmen, nebo ve tvaru stromu života. Dítě má díky rodokmenu možnost se zorientovat v blízkých osobách, které k němu patří a uvědomit si existenci dalších příbuzných, se kterými se dosud neseťkalo.¹⁴⁶ Dalším cílem rodokmenu může být posílení vědomí, že nyní je pro dítě místo v pěstounské rodině, ale jeho kořeny jsou spjaty s vlastní rodinou.¹⁴⁷

Terapeutický příběh může být dobrým nástrojem, jak pomoci dítěti s vyrovnáním se s životními okolnostmi.¹⁴⁸ Záměrem terapeutického příběhu je interpretovat životní příběh dítěte formou pohádky či bajky. Díky terapeutickému příběhu si dítě může nenásilnou formou uvědomit, jaké prožívá nejen emoce ono samo, ale i jiní lidé.¹⁴⁹

Do příběhu lze zařadit všechny události, které se staly, všechny pocity, které dítě prožívalo, jeho myšlenky, radosti či strachy, nejistoty a pocity viny. Díky pohádkovému příběhu, zejména menší děti lépe porozumí tomu, co se doopravdy stalo. Porozumí příčinám minulých událostí a snáze pochopí, co může očekávat v budoucnu.¹⁵⁰

Práce s **loutkami**, popř. jinými hračkami, je vhodná pro děti, které mají potíže s vyjadřováním emocí. Díky hraní si s loutkami dochází k projekci emocí, tužeb či strachů dítěte do loutkových postaviček. Díky hře si dítě může uvědomovat své emoce snáze. *"It is helpful to have the child's puppet represent the child and your puppet represents a person with whom the child is having problems. The two puppets then interact."*¹⁵¹ Informace získané z hraní mohou být použity k vytvoření konkrétních kapitol knihy života, které se zaměřují na obavy odhalené během hry.¹⁵²

My Backpack je holandský projekt centra Groeirkracht ve městě Delf, který se zaměřuje na duševní zdraví a psychiku.¹⁵³ My Backpack je podpůrným nástrojem pro práci v oblasti náhradní rodinné péče, pomáhá sociálním pracovníkům a pěstounům mluvit s dětmi o těžkých tématech, jako je například důvod odchodu z jejich původní rodiny.

¹⁴⁵ Attachmentové centrum ATTA. *Speciální techniky pro zpracování historie dítěte*. [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/specialni-techniky-pro-zpracovani-historie-ditete/>

¹⁴⁶ Attachmentové centrum ATTA. *Speciální techniky pro zpracování historie dítěte*. [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/specialni-techniky-pro-zpracovani-historie-ditete/>

¹⁴⁷ ČERNÁ, R. & kol. *Cesta k dítěti. Terapeutické metody pro práci s dětmi v náhradní rodinné péči*. s. 21

¹⁴⁸ ČERNÁ, R. & kol. *Cesta k dítěti. Terapeutické metody pro práci s dětmi v náhradní rodinné péči*. s. 74

¹⁴⁹ ČERNÁ, R. & kol. *Cesta k dítěti. Terapeutické metody pro práci s dětmi v náhradní rodinné péči*. s. 40

¹⁵⁰ Attachmentové centrum ATTA. *Speciální techniky pro zpracování historie dítěte*. [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/specialni-techniky-pro-zpracovani-historie-ditete/>

¹⁵¹ HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 13

¹⁵² HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 13

¹⁵³ My Backpack. *Hlavní stránka - My Backpack*. [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.mybackpack.cz/index.htm>

Základem je příběh káčátka s červeným batůžkem, které musí odejít z původní rodiny do rodiny nové, kde žijí pejskové. Každé dítě získá své vlastní káčátko s vlastním jménem a příběhem. Pomocí interaktivního počítačového programu dítě vytváří s pomocí dospělého příběh o putování svého vlastního káčátka. Program umožňuje příběh vytisknout do podoby knížky, kterou si dítě dále dotváří a kterého knížka doprovází životem.¹⁵⁴

5.2 Obsah knihy života

Před započítím procesu vytváření knihy života je třeba hledat různé druhy zdrojů informací z historie dítěte. Zdrojem těchto informací bývají často úřední dokumentace, avšak důležitým zdrojem mohou být rovněž výpovědi rodinných příslušníků dítěte nebo sociálních pracovníků, učitelů a dalších, kteří byli s dítětem v kontaktu.¹⁵⁵

I přesto, že se nemusí podařit najít všechny detailní informace o minulosti dítěte, není vhodné se nadneseným tématům vyhýbat. *"What the foster/adoptive parents knows or doesn't know about the child's earliest years is of no importance, because the child knows both cognitive and emotional truth. A child remembers, even remembers 'secret things', and the task of the adult is to help that child put those 'memories' into poems, drawings, photographic captions, and statements reflecting the truth as the child has witnessed it, sees it, feels it."*¹⁵⁶

Každá kniha života by měla obsahovat nejen významné události a fakta z historie, ale i z přítomnosti dítěte. Dítě potřebuje porozumět roli náhradních rodičů, rozhodnutím soudu či záměrům sociální pracovnice. Porozumění minulým i současným událostem napomáhá uvědomění si, že: *"The separation from his birth parents was not his fault."*¹⁵⁷

5.2.1 Fakta o narození, vývoji dítěte a jeho vlastní rodině

Každá kniha života by měla obsahovat informace o narození dítěte, zahrnujíc podrobnosti ohledně váhy, výšky, upřesnění dne, hodiny či místa narození. Pokud je to možné, měly by být přiloženy fotografie dítěte a fotografie jeho vlastních rodičů a sourozenců, popř. dalších příbuzných.¹⁵⁸ Je vhodné přiložit rovněž kopii rodného listu, případně dalších důležitých dokumentů, např. zdravotních záznamů. Je dobré v knize zaznamenat události a milníky, které dítě ve svém životě vnímá jako významné, může se jednat např. o stěhování se k pěstounské rodině, ale i o oslavu narozenin.

¹⁵⁴ My Backpack. *Co je My Backpack?* [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.mybackpack.cz/mybackpack.htm>

¹⁵⁵ FAHLBERG, V. *A Child's Journey Through Placement*. s. 371

¹⁵⁶ PHAGAN-HANSEL, K. & kol. *The Foster Parenting Toolbox*. s. 301

¹⁵⁷ HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 4

¹⁵⁸ FAHLBERG, V. *A Child's Journey Through Placement*. s. 368-369

Pro dítě je významné, aby pochopilo pohnutky svých rodičů, poznalo jejich problémy, zájmy, přednosti i slabosti, vzhled či vzdělání. *"In short, the child needs to see his parents as a whole people. (...) The child should know specifically that his mother was young, had no job or money, and felt overwhelmed at being responsible for a child. He needs to know if his birth parents could not care for him because they drank too much alcohol. He also needs to know that this was his birth parents problem, not his."*¹⁵⁹

5.2.2 Role soudu a sociálních pracovníků

Dítě potřebuje rozumět tomu, co se kolem něho dělo či děje. *"A foster child is constantly hearing orders and mandates from the social workers, judges, court, masters, attorney's, "this is what you have to do", "these are the people you have to live with", and the other similar comments."*¹⁶⁰ Je nutné, aby dítě situaci nejen rozumělo, ale také jí akceptovalo.

Pokud soud rozhodl o odebrání dítěte z péče rodičů, je potřeba dítěti situaci vysvětlit, že v kompetenci soudů není jen trestat, ale také chránit. Rodiče dítěte mají šanci řešit své problémy za pomoci sociálních pracovníků i jiných odborníků. *"When the parents can no longer care for their children, you can tell the child that the judge will decide that the best thing is to find new parents for the children - parents who can give them the love and protection that they deserve. (...) The child will have difficulty with separation if he sees his parents as a hero or as a helpless victim of the court. The child needs to realize that his birth parents were given a fair chance."*¹⁶¹

Dítě potřebuje vědět, proč k nim do rodiny dochází sociální pracovníci, domnívám se, že je potřeba tuto roli rovněž objasnit.

5.2.3 Pěstounská rodina, místo, kde dítě žije

Ne všechny děti rozumí pojmu pěstounská rodina, nerozumí tomu, že pěstouni poskytují dítěti dočasnou péči, do doby, než se budou moci vrátit ke své vlastní rodině, popř. adoptivní rodině. Někdy se, zdá se, stává, že dítě vystřídá více pěstounských rodin a nemusí rozumět proč tomu tak je.

Organizace Lutheran Social Services od Illinois (LSSI) uveřejnila příběh pěstounské mámy Rebeky a její pěstounské dceři Lexi. Rebeka o Lexi říká: *"Lexi has been in the foster system her whole life. And so she came to me at age 6,5, not remembering anything except the*

¹⁵⁹ HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 4-6

¹⁶⁰ PHAGAN-HANSEL, K. & kol. *The Foster Parenting Toolbox*. s. 302

¹⁶¹ HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 7

last home she was in. So she have this huge gaps in her life that nobody had answers to. So her case worker at LSSI was able to go and get letters and pictures from her first two foster homes (...) And before all of this, she would often talk about how nobody loved her and she didn't belong anywhere. Through the lifebook process, it began to shift. She would read these letters and for her, I think it filled in that space and made her feel like there were people who had cared about her and people who had loved her (...), she was loved, she did belong to places, she did belong to families."¹⁶²

Tato výpověď ilustruje, proč je důležité z knihy života nevynechat další pěstounské rodiny, se kterými dítě žilo. Je naopak vhodné zaznamenat s kým, jak a kdy žilo a uvést důvod, proč se přestěhovalo. *"Many children, especially if they have been in the foster home a long time, view leaving a foster home as a personal rejection, just as they did leaving their birth parents.*"¹⁶³

V knize života je, zdá se, potřeba zmínit i pěstounskou rodinu a místo, kde společně s nimi dítě žije, aby si dítě uvědomilo, že k nim patří, že je součástí pěstounské rodiny.¹⁶⁴ Součástí knihy života je kromě zpracování minulosti také reflexe současnost i budoucnost dítěte, jeho představy a přání.¹⁶⁵

5.3 Spolupráce dítěte, pěstounů a sociálního pracovníka

Je důležité, aby došlo k vybudování vztahu důvěry dítěte k pěstounům, sociálním pracovníkům a dalším lidem, kteří se mohou na tvorbě knihy života podílet.¹⁶⁶ Ideální je spolupráce pěstounů, sociálních pracovníků, popř. terapeutů, s dítětem.¹⁶⁷ Dítě by však nemělo spolupráci vnímat jako donucující. Ke spolupráci dochází tehdy, když má dítě ze své vlastní vůle zájem na knize participovat.¹⁶⁸ *"It really is a team effort, but a child is our guide."*¹⁶⁹

Při podílení se na knize života je důležité dítěti i pěstounům vysvětlit roli sociálního pracovníka, objasnit pravidla vzájemné spolupráce (např. že vyjadřování emocí je v pořádku, že

¹⁶² *Lifebook Helps Adopted Foster Child Develop Her Identity*. LSSI [online video medailonek]. Dostupné z: <https://www.lssi.org/lifebooks/>. 0:20 - 1:24

¹⁶³ HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 8

¹⁶⁴ HARRISON, J., CHUMBLEY, P. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. Kentucky Cabinet for Health and Family Services. s. 4

¹⁶⁵ Attachmentové centrum ATTA. *Speciální techniky pro zpracování historie dítěte*. [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/specialni-techniky-pro-zpracovani-historie-ditete/>

¹⁶⁶ FAHLBERG, V. *A Child's Journey Through Placement*. s. 367

¹⁶⁷ O'MALLEY, B. *LifeBooks: Creating a Treasure for the Adopted Child*. s. 29

¹⁶⁸ BAYNES, P. *Untold Stories. A Discussion of Life Story Work*. Adoption & Fostering. s. 48

¹⁶⁹ COYLE, S. *The Power of Lifebooks*. Social Work Today. s. 12

všechny informace jsou důvěrné a nebudou vyzrazeny apod.), domluvit se na čase a obsahu jednotlivých sezení.¹⁷⁰ Schůzka pracovníka s rodinou by neměla trvat déle než dvě hodiny.¹⁷¹

Je třeba si uvědomit, že dítě prožívá celý proces velmi intenzivně. "*Children in foster care don't have a love or appreciation of their past. (...) With lifebooks, reality is not something to deny or be ashamed of any longer. Working on a lifebook becomes a magical process.*"¹⁷² I kdyby kniha měla obsahovat pouze pár stránek, je pro dítě hmatatelným důkazem, že je natolik vzácné, že si tento poklad zaslouží.¹⁷³

¹⁷⁰ PHILPOT, T., ROSE, R. *The Child's Own Story: Life Story Work with Traumatized Children*. s. 102

¹⁷¹ SEMERÁDOVÁ, M. & kol. *Metodika doprovázení. Podpora, vzdělávání a kontrola při výkonu náhradní rodinné péče*. s. 13 - 14

¹⁷² PHAGAN-HANSEL, K. & kol. *The Foster Parenting Toolbox*. s. 302

¹⁷³ PHAGAN-HANSEL, K. & kol. *The Foster Parenting Toolbox*. s. 305

6 Příklad z praxe - případová studie

Na počátku léta roku 2020 mi sociální pracovnice Alice, se kterou jsem se setkala v rámci jedné ze svých studijních praxí, zavolala s tím, že našla rodinu, která má zájem na knize života pracovat. Pěstouni souhlasili s mou přítomností při jednotlivých sezeních a byli ochotni participovat na výzkumu. Byla to rodina s devítiletým chlapcem v pěstounské péči. Chlapec s rodinou žije od čtyř let. Před časem, chlapec i pěstouni, formulovali zakázku ohledně podpory a pomoci se zpracováváním historie dítěte. Chlapec chtěl poznat lépe svou minulost a pěstouni mu byli nápomocní.

6.1 Pojetí případové studie

Obecně lze případovou studii definovat jako: *"Detailní studium jednoho nebo několika málo případů, jimiž se snažíme zachytit složitost případu a popsat vztahy v jejich celistvosti."*¹⁷⁴ V rámci výzkumu se snažím o co nejpodrobnější a nejsrozumitelnější popis případu (deskriptivní typ případové studie)¹⁷⁵, dále se snažím zachytit vývoj případu během sledovaného období od počátečního k výslednému stavu (explanační typ případové studie)¹⁷⁶ Dá se říci, že typem této studie může být instrumentální případová studie, která se používá: *"Když chce výzkumník prozkoumat konkrétní podoby nějakého obecného jevu. Vyhledá jeden nebo několik případů, které tento obecný jev reprezentují, a důkladně je prostuduje. Cílem výzkumu je hlouběji porozumět teoretickým otázkám typu ‚jak‘ a ‚proč‘ to v reálném životě funguje."*¹⁷⁷

Obecným jevem v tomto případě může být porucha attachmentu u dítěte odebraného z původní rodiny, umístěného nejdříve do Klokánku a poté do pěstounské péče. Dítě v dané pěstounské péči tento jev reprezentuje. Cílem je hlouběji porozumět otázkám typu: *"jak porucha attachmentu, tedy zkušenost raného traumatu v dětství, ovlivňuje sebepojetí dítěte?", "Proč je potřeba s dítětem mluvit o jeho osobní historii?", "Jakým způsobem pomoci dítěti rané trauma překonat?"* a další.

Výsledky studie se snažím propojit s teoretickými poznatky. Svým pojetím individuální případové studie v podstatě navazují na teoretické kapitoly bakalářské práce, tedy na kapitoly 1 až 5. Díky těmto kapitolám zapadne popisovaný případ do logického rámce, do určitého konceptu.

¹⁷⁴ MAREŠ, J. *Tvorba případových studií pro výzkumné účely*. s. 116

¹⁷⁵ MAREŠ, J. *Tvorba případových studií pro výzkumné účely*. s. 121

¹⁷⁶ MAREŠ, J. *Tvorba případových studií pro výzkumné účely*. s. 121

¹⁷⁷ MAREŠ, J. *Tvorba případových studií pro výzkumné účely*. s. 121

6.2 Základní výzkumné otázky

Lze považovat zpracování historie dítěte pomocí vytváření knihy života za efektivní nástroj, jak napomoci budování identity dítěte v pěstounské péči?

Lze považovat zpracování historie dítěte pomocí vytváření knihy života za efektivní nástroj, jak napomoci vyrovnání se s osobní historií dítěte?

Lze považovat zpracování historie dítěte pomocí vytváření knihy života za efektivní nástroj, jak napomoci utváření pozitivního klimatu v pěstounské rodině?

6.2.1 Cíle výzkumu

Cílem výzkumu je zmapovat a zjistit odpověď na následující otázky, které pomohou formulovat odpověď na základní výzkumné otázky:

a) Jaký vliv má vytváření knihy života na dítě v pěstounské péči?

b) Je proces zpracovávání knihy života pro dítě nástrojem, jak překonat rané trauma, otevřít se nové rodině a rozvinou svou sebedůvěru, kladné sebehodnocení a pocity jistoty?

c) Jak sebe samo vnímá dítě, které prožilo rané trauma, bylo odebrané z původní rodiny a umístěné do rodiny náhradní? Jak se vnímání sebe sama takového dítěte projevuje z vnějšku, zejména v jeho chování a zvládání emocí?

e) Lze pozorovat posun v chování dítěte a zvládání emocí v průběhu procesu zpracovávání knihy života?

f) Jaký vliv má proces zpracovávání knihy na vnímání vlastní rodiny dítětem?

Cílem výzkumu je rovněž ověřit následující úkoly, tedy předpokládané odpovědi na výzkumné otázky, které závěrem porovnáme s výsledky výzkumu:

Úkol 1: Předpokládáme, že zpracování historie dítěte a vytváření knihy života má pozitivní vliv na utváření identity dítěte a na jeho kladné sebehodnocení a sebedůvěru.

Úkol 2: Domníváme se, že v průběhu procesu zpracovávání knihy života dochází k postupnému zpracování raného traumatu a že důkazem takového zpracování je změna v chování a prožívání dítěte.

Úkol 3: Předpokládáme, že zpracovávání knihy života má vliv jak na pěstouny, tak na dítě, a napomáhá utváření zdravého citového pouta mezi nimi.

6.3 Metody výzkumu a sběr dat

Případová studie může mít charakter jak kvalitativního výzkumu, tak kvantitativního výzkumu. Metodologický přístup, který sdružuje oba dva typy výzkumů, se nazývá smíšený přístup.¹⁷⁸ V případové studii se právě takového přístupu přidržuji.

Pro sběr dat byla použita metoda anonymizovaných polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory probíhaly osobně, zvláště s pěstouny (proběhly dva rozhovory) a zvláště s dítětem (proběhly dva rozhovory). Jeden nestandardizovaný rozhovor proběhl se sociální pracovnící. Další použitou metodou je zúčastněné pozorování pěstounů, dítěte a sociální pracovníce při jednotlivých sezeních, při tvorbě knihy života.

Na základě dat získaných z rozhovorů, pozorování jsem interpretovala výsledky a posoudila jsem, zda jsou mnou formulované úkoly, tedy předpokládané odpovědi na výzkumné otázky, správné či nikoli. Abych si ověřila, zda jsou moje závěry validní, připravila jsem si pro pěstouny dotazník. Chtěla jsem si tím ověřit, zda vnímají závěry stejně jako já či zda je vnímají odlišně.

Výzkumné šetření probíhalo ve dvou fázích. V první fázi probíhalo šetření v kanceláři sociální pracovníce. Tématem této fáze bylo seznámení se s informacemi o rodině a s příslušnou dokumentací. Druhá fáze probíhala přímo v domě pěstounské rodiny. Výzkumné šetření dohromady probíhalo od 11.08. 2020 do 23.10. 2020, celkem proběhlo 6 setkání v pěstounské rodině a jedno setkání v kanceláři sociální pracovníce. Každé setkání probíhalo cca jednu až dvě hodiny.

6.4 Etika

Protože při rozhovorech a pozorování vyplývají najevo velmi citlivé osobní údaje o dítěti a pěstounech, jsou tyto údaje maximálně anonymizované. Konkrétní údaje o pěstounech, dítěti i sociální pracovníci (např. jména, věk, bydliště apod.), jsou odstraněny a nahrazeny pseudo-anonymizací¹⁷⁹, tedy jsou nahrazeny reálné skutečnosti fiktivními. Všechna jména a další citlivé údaje jsou proto fiktivní. Výzkumná data zjištěná v průběhu výzkumu jsou pravdivá. Anonymizováním chráním osobní údaje rodiny a jejich identitu.

Pěstouni si nepřáli rozhovory nahrávat ani jinak zaznamenávat právě z důvodů uvedených výše a rovněž z důvodu mlčenlivosti k přijatému dítěti. PROTO jsem zvolila následující postup, se kterým pěstouni souhlasili. Skutečně jsem rozhovory nenahrávala, ani si v průběhu nedělala poznámky. Po skončení rozhovoru a opuštění bydliště rodiny jsem zapamatované informace shrnula formou zápisu.

¹⁷⁸ MAREŠ, J. *Tvorba případových studií pro výzkumné účely*. s. 114

¹⁷⁹ MAREŠ, J. *Tvorba případových studií pro výzkumné účely*. s. 135

6.5 Popis případu

6.5.1 Shrnutí rozhovoru se sociální pracovnící

Před samotným setkáním s pěstounskou rodinou jsem se seznámila s příslušnou dokumentací rodiny. Vedla jsem nestandardizovaný rozhovor s klíčovou sociální pracovnící rodiny, s Alicí. Rozhovor shrnuji v *příloze č. 2*.

Protože už proběhlo setkání Alice s pěstouny, kde se dohodli na tvorbě knihy života, je Alice ve fázi získávání informací o Otíkově minulosti. Dříve než probere historii s Otíkem, chce věc prokonzultovat s pěstouny, kteří rovněž shromažďují jim dostupné informace o Otíkově raném dětství.

6.5.2 První setkání s pěstouny

Na prvním setkání s pěstouny jsem vysvětlila svou roli a vyjasnili jsme pravidla pro výzkum, tzn. jak budu postupovat a dále jsme si vyjasnili maximální anonymizaci citlivých údajů. Proto jsem si v průběhu rozhovoru, ani v průběhu pozorování, nedělala žádné záznamy. Veškeré zapamatované informace jsem shrnula po odchodu ze setkání ve formě zápisu.

Cílem prvního rozhovoru s pěstouny bylo zjistit a zmapovat, jak přišel Otík do rodiny, jakým způsobem ho rodina přijala, jak pěstouni dítě po příchodu vnímali a jak ho vnímají v současné době, zejména po stránce emoční a stránce chování. Na daná témata jsem vedla polostrukturovaný rozhovor. Rozhovor s pěstouny z prvního setkání shrnuji v *příloze č. 3*.

Již delší dobu měli pěstouni problémy v komunikaci s Otíkem. Otík se čím dál tím více vyptával na vlastní rodinu, chtěl vědět, kde je jeho máma, co dělá. Sprostě na ní nadával a rozpíchal jí obličej na nástěnce. Od Otíka jsme se přesně nedozvěděli, co ho přimělo se na původní rodinu vyptávat, jaký k tomu dostal impulz. Pěstouni mají velmi málo informací o Otíkově vlastní rodině. Stýkají se jen s Otíkovými staršími bratry, kteří žijí v dětském domově. Od sociální pracovnice očekávají, že se dozví, jak s Otíkem na dané téma mluvit a jak vytvářet knihu života.

6.5.3 Druhé setkání s pěstouny - zjištěné informace o rané historii dítěte

Alice, sociální pracovnice pěstounské rodiny, již shromáždila veškeré možné informace z Otíkovy historie. I pěstouni byli již přichystáni s informacemi, které zjistili.

Shrnutí zjištěných informací je následující: Otík se narodil jako krásné zdravé miminko jednoho sobotního dne 9. října roku 2010. Otík má další dva starší polorodé bratry. Maminka, bratři a většina příbuzenstva z matčiny strany je romského původu, jen Otík je polorom, protože

jeho tatínek je majoritního etnika. Jeho maminka se živila prostitucí a nyní je ve výkonu trestu odnětí svobody. Otec žije na ulici. Oba rodiče se pravděpodobně také setkali s drogami. Otík žil se svojí vlastní matkou a s bratry čtyři měsíce. Maminka se o děti nestarala tak, jak by měla. Děti často mívaly hlad, maminka je nechávala i několik dní samotné. Jednoho dne nepřišla domů vůbec. Tatínek, ani další příbuzní, o děti nejevili žádný zájem, a tak se všichni sourozenci dostali do Klokánku. Otíkovi byli čtyři měsíce. Ze zjištěných informací vyplynulo zajímavé zjištění, že matka Otíka se nevracela, protože odjela "na černo" do Anglie. Zde se pravděpodobně znovu živila prostitucí, a to několik let. Je otázkou, zda se dostala do zahraničí z vlastní vůle. Po dobu života v Klokánku dostal Otík od maminky pouze jeden pohled. Protože maminka pobývala v zahraničí bez dokladů, byla po několika letech vyhoštěna zpět do Čech. Dnes by měla být ve výkonu trestu odnětí svobody. Matka nejeví zájem pouze o Otíka. Staršímu bratrovi několikrát poslala dopis i mu volala, koupila mu mobil, mladšímu občas napiše – Otík se tyto útržky informací postupně dozvídá na setkáních s bratry.

O otci se bohužel nepodařilo najít bližší informace, pravděpodobně žije i nadále na ulici. O Otíka nejeví zájem. Otík má z matčiny strany široké příbuzenstvo. To ale nejeví žádný zájem o kontakt s ním. Proběhly pokusy navázat vztah s babičkou Otíka, ta ale komunikaci zcela odmítla s tím, že žádného Otíka nezná. Jeví zájem pouze o nejstarší vnouče, o Otíkova nejstaršího brácha, se kterým se však stýká velmi nepravidelně.

V době, kdy se pěstouni stýkali s tetou s Klokánku, poskytla jim teta pár fotografií Otíka jako miminka a několik dalších fotografií z doby života v Klokánku. Přes Facebook se jim podařilo získat fotku Otíkovy maminky, následně si její profil zablokovali. Tyto fotografie Otíkovi nijak nezatajili. Obrázek maminky má Otík na nástěnce ve svém pokojíčku, již značně poškozenou, sám ji propíchal špendlíky. Díky tetě z Klokánku vlastní pěstouni i originál rodného listu dítěte a zdravotní průkaz. Dalším zdrojem informací bylo samotné rozhodnutí o svěření do PP.

I přesto, že informací o Otíkově minulosti není mnoho, přece jen mohou zaplnit prázdné místo v Otíkově životě.

6.5.4 Třetí setkání - počátek tvorby knihy života

Předtím, než došlo k samotnému procesu zpracování historie, provedla jsem krátký polostrukturovaný rozhovor s Otíkem (15 minut). Cílem bylo zjistit Otíkův pohled na to, co se mu v životě děje, jak dané události vnímá, a jak nahlíží na vlastní rodinu. Rozhovor shrnuji v *příloze č. 4*.

Pozorování počátku tvorby knihy života bylo následující: Pěstouni na pokyn Alice přinesli album s Otíkovými fotkami od doby, co žije s pěstouny. Společně si je prohlíželi a

vzpomínali na to, co se odehrávalo při jejich vzniku. Poté Alice požádala Otíka, aby si vybral devět fotek, které se mu nejvíce líbí, které má nejraději. Tyto fotky se staly prvními částmi Otíkovy knihy života. Jednu z nich, Otíkova nejvíce oblíbená fotka, byla umístěna na titulní stranu celé knihy. Otík ji má nejraději, protože sedí na svém oblíbeném růžovém kole a na očích má "drsňácké" brýle (*viz příloha č. 5*). Dále se Alice věnovala tématu, jak sám sebe Otík vnímá - co umí, co má na sobě rád nebo nemá rád. Společně s Otíkem a pěstouny tvořila skládačku. Jednotlivá políčka vyplňovali na přání Otíka. Celá skládačka je odpovědí na otázku "Kdo jsem?" (*viz příloha č.6*). Poté začala Alice Otíkovi vyprávět dětským jazykem jeho minulost, o jeho mamince a tatínkovi. Jemně, ale pravdivě. Co se odehrálo, když se narodil. Tak vznikly další stránky knihy života (*viz příloha č. 7, č. 8*)

Oproti rozhozenosti a nesoustředěnosti Otíka při mém pokusu o rozhovor se při vytváření knihy života Otík pozoruhodně zklidnil. Ke konci byl zvědavý, komunikativní, překypoval energií.

6.5.5 Čtvrté setkání - terapeutický příběh

Průběh pozorování: Alice si pro Otíka nachystala terapeutický příběh. Příběh byl Otíkovi vyprávěn formou pohádky o malém a velmi smutném morčátku (morče je další Otíkovo oblíbené zvířátko, jedno dokonce vlastní). Cílem terapeutického příběhu bylo vyrovnat se nejen se ztrátou maminky, ale také se vyrovnat se ztrátou milované tety z Klokánku. Alice z popisovaného chování Otíka vyvodila, že důvodem, proč chce chlapec znát svou minulost nemusí být pouze touha poznat maminku a tatínka, ale dost možná se chce nevědomky vrátit k tématu tety z Klokánku, která měla na jeho život velký vliv, ona byla první, která mu věnovala všechnu svou lásku a maximum energie. Závěrem pěstouni i Alice hráli s Otíkem hru na vytváření příběhů. Tak vznikla Pohádka o Kujáčkovi (*viz příloha č. 9*). Otík nejprve terapeutickému příběhu věnoval pozornost, postupně se ale začal zneklidňovat a vydávat "opičí zvuky". Terapeutický příběh si Otík rozhodl pověsit na nástěnku vedle fotky maminky, kterou vyměnili za neponičenou. Plná pozornost se mu však vrátila až při vytváření vlastních příběhů.

6.5.6 Páté setkání - Osa života

Průběh pozorování byl následující: Všichni společně se podíleli na zmapování životního příběhu pomocí *Osy života* (*viz příloha č. 10*). Společně vyznačovali na ose důležité životní události, malovali, lepili fotografie a tvořili. Bylo vidět, že toto téma Otíka baví - hlavně lepení. O vyznačených milnících měl chuť diskutovat a znovu si opakovat životní příběh. Několikrát se zmínil o tom, že mu chybí teta z Klokánku a že nechápe, proč si ho nevzala k sobě domů ona. Alice zvolila jiný přístup vysvětlování, než pěstouni. Zopakovala Otíkovi situaci, kterou znal,

tedy že teta již nepracuje v Klokánku a odstěhovala se na opačný konec republiky. Jemně Otíkovi vysvětlila, že důvod, proč teta přestala komunikovat nikdo neví. Třeba na něj myslí, ale třeba taky už ne. Ať už jí k tomuto postoji vede cokoliv, nejedná se o Otíkovu chybu. Teta měla šanci komunikovat s Otíkem i nadále, nikdo jí to nezakazoval, ale ona toho nevyužila. Otík si vzpomněl, že teta se občas v Klokánku objevila a byla tam s nimi. Potom ale odešla o dlouho se nevracela a byla tam jiná, která ale nebyla tak hodná. Pak se zase vrátila a tak stále dokola. Alice Otíkovi vysvětlila, že teta v Klokánku nebydlela. Pouze v Klokánku pracovala a vysvětlila Otíkovi, v čem práce tety z Klokánku spočívá. Že má sice ráda klokánkové děti, ale zároveň se potřebovala věnovat vlastní rodině. Pěstounka si vzpomněla, že jí teta vyprávěla, jak Otík pokaždé vydržel hodiny brečet, když odcházela z práce domů. Jak jí to rvalo srdce, ale zároveň byla ráda, že už odchází za svou rodinou.

Velká rozprava se vedla nad narozeninovou fotkou jednoho z dětí v Klokánku. Otík se živě rozpovídal o tom, že si na oslavu vzpomíná, protože jedli čokoládový dort a dostal bonbóny. Vzpomínal, jak v Klokánku trávil čas a jak se často díval na Prasátko Pepinu. Poté se rozhořčil nad tím, jak se k němu některé děti chovaly zle a jak je neměl rád, protože ho občas zavřely do skříně nebo mu braly jeho věci – byl ve skupině osmi dětí nejmladší. Bratři byli v jiné rodince, tak ho nemohli chránit a ani se s nimi moc nevídal. Konstatoval, že to se mu doma (tzn. u pěstounů) neděje. Pěstouni se po konci tvoření svěřili sociální pracovníci, že doufají, že Otík pochopil, že ho z Klokánku "neukradli".

6.5.7 Rozhovory během posledního setkání

Tématem posledního setkání bylo vytváření stromu života (*viz příloha č. 11*). Znovu připomenutí si tématu "odkud pocházím" a "kam právě patřím". Téma, co máme na sobě navzájem rádi a jak rádi trávíme volný čas, nejlepší zážitky. Protože se jednalo o poslední sezení, Alice připomněla, že tím nekončí práce na knize života. Kniha není ukončena a Otík v ní může kdykoliv pokračovat. Pěstouni dostali další tipy a inspiraci k další práci, byli jim předány další pracovní listy.

Během posledního setkání jsem provedla polo strukturované rozhovory s pěstouny i s Otíkem. Jedná se o bezprostřední rozhovory po ukončení jednotlivých setkání se sociální pracovníci. Přepis rozhovoru s pěstouny naleznete v *příloze č. 12*. Přepis rozhovoru s dítětem naleznete v *příloze č. 13*.

6.6 Dotazník

Měsíc od posledního rozhovoru jsem oslovila pěstouny znovu. Během měsíce jsem interpretovala výsledky výzkumu a došla jsem k závěrům, které uvádím v dalších kapitolách.

Abych ověřila, že mnou formulované úkoly, tedy předpokládané odpovědi na výzkumné otázky, jsou správné, validní, dohodla jsem se s pěstouny na vyplnění dotazníku (*viz příloha č. 14*). Pěstounům byl dotazník zaslán elektronicky na e-mail měsíc po posledním setkání. Bylo tak činěno z důvodu nouzového stavu zaviněného Covid-19, pěstouni si nepřáli osobní setkání.

Dotazník je rozdělen do dvou částí. První část obsahuje uzavřené otázky, možnosti odpovědí jsou ano, spíše ano, nevím, spíše ne, ne. Druhou část dotazníku tvoří otevřené otázky, které dávají pěstounům možnost doplnit detailnější informace. Dotazník obsahuje 20 otázek, 10 uzavřených a 10 otevřených.

7 Analýza výsledků výzkumu

Zapamatované informace z rozhovorů a pozorování byly zpětně zapisovány. Do tří kategorií jsem uspořádala ta témata, která daný případ vystihují. Každá kategorie je rozdělena do podkategorií. Jedná se o tyto kategorie a podkategorie.

1. Vliv historie dítěte na utváření citového pouta
 - a) Vliv na chování a prožívání dítěte
 - b) Vliv na sebepojetí, sebehodnocení a utváření sebedůvěry dítěte
2. Tvorba knihy života jako proces uzdravování traumatu
 - a) Pozorovaná změna v chování a prožívání dítěte
3. Tvorba knihy života jako nástroj rozvoje identity dítěte
 - a) Pozorovaná změna v sebepojetí, v sebehodnocení a sebedůvěře
 - b) Pozorovaná změna vztahu dítěte a pěstounské rodiny

Cílem je analyzovat výsledky výzkumu podle toho, jakým způsobem se případ vyvíjel. Od výchozího stavu před započítím tvorby knihy života, přes pozorovanou změnu až k výslednému stavu. Na závěr vyhodnocuji dotazníky "Vliv tvorby knihy života na dítě v pěstounské péči", který vyplňovali pěstouni.

7.1 Interpretace výsledků

7.1.2 Vliv historie dítěte na utváření citového pouta

Otík vyrůstal ve vlastní rodině do 4 měsíců. Rodinné prostředí lze považovat za nezdravé pro vývoj dítěte. Otíkovi se pravděpodobně nedostávalo příkladné péče ze strany matky, dle vyjádřená sociální pracovníce, v rozsudku o svěření dítěte do pěstounské péče se píše jen o zanedbávání, týraný chlapec pravděpodobně nebyl. Matka děti do velké míry zanedbávala, nechávala je doma i několik dní samotné, tím nemohla naplňovat svou rodičovskou roli adekvátně.

Už mozek malého miminka dokáže "zaznamenávat" v nových obvodech všechny požítky - pozitivní i negativní.¹⁸⁰ Otík vyrůstal v nepříznivém rodinném prostředí, kde mu matka nedokázala poskytnout pocit jistoty a bezpečí. Lze předpokládat, že u Otíka se pravděpodobně nemohlo rozvinout zdravé citové pouto s matkou.

Ve čtyřech měsících byl Otík s bratry umístěn do Klokánku. Zde došlo k navázání citového pouta s jednou z tet. Otázkou ale je, zda se mezi nimi vytvořilo zdravé citové pouto. Výpovědi typu (přepsáno vlastními slovy): *"Teta pořád někam odcházela a dlouho se*

¹⁸⁰ GUEGUENOVÁ, C. *Cesta ke šťastnému dětství*. s. 14

nevracela. Pak znovu přišla, ale po čase zase odešla. A tak pořád dokola. (Otík)", nebo: "Vzpomínám si, že mi jednou teta říkala, že Otík pokaždé, když odcházela z práce, plakal, třeba i několik hodin. (Pěstounka)", napovídají, že se u Otíka pravděpodobně vytvořil ambivalentní typ citového pouta. Otík nemohl chápat, proč teta z Klokánku odchází, tím se pro něj stala nekonzistentní. Situaci si mohl vykládat tak, že se na tetu nemohl spolehnout a nemusel si být jistý, zda si lásku tety zaslouží.¹⁸¹ Pěstounka dále uvádí: "Vzpomínám si také, jak mi říkala, že jí Otík často v Klokánku ubližoval, třeba ji začal bouchat a tak...To se ostatně dělo taky, když jsme se později s tetou stýkali." U dětí s ambivalentním typem attachmentu lze pozorovat agresivní projevy vůči primární pečovateli.¹⁸²

7.1.2.1 Vliv na chování a prožívání dítěte

Rané zkušenosti mají vliv na chování a prožívání dítěte. Z rozhovorů je patrné, že Otík si často vynucuje pozornost, někdy až nevhodnými způsoby, popsané jako: "Jekání, pleskání, dupání, skákání a opičí zvuky." Podle pěstounky: "Neumí dělat věci sám, pořád potřebuje někoho k ruce, kdo bude vedle něj." Otík měl tendenci sobě i druhým ubližovat štipáním. Otík vyjadřuje emoce přehnaně, má potíže regulovat své emoce, zejména pocit hněvu. Pro děti, které zažily nedostatečnou péči ze strany rodičů, je typické, že neumějí rozpoznávat a regulovat své emoce. Otík má diagnostikované ADHD, poruchu chování. Má potíže se soustředěním a se sebeovládáním, umí být impulzivní až agresivní.¹⁸³ Má problémy s učením, ve škole je mu k dispozici asistent pedagoga. Ve škole mívá Otík často poznámky, že neposlouchá, zlobí a je na ostatní děti agresivní, poslední dobou spíše slovně. Toto chování bývá typické pro děti s ambivalentním typem attachmentu. Tyto děti mívají problémy s adaptací ve škole, mohou být agresivní a vynucovat si pozornost.¹⁸⁴ Lze konstatovat, že díky přístupu tety z Klokánku k Otíkovi se u Otíka nerozvinul dezorganizovaný typ attachmentu. Naopak teta s Otíkem dokázala vytvořit citové pouto, byť úzkostného ambivalentního typu. Dokázala tak zmírnit dopady rané péče ze strany matky.

7.1.2.2 Vliv na sebepojetí, sebehodnocení a utváření sebedůvěry dítěte

Na prvním setkání Otík sám o sobě říkal, že vypadá jako opice. Svou mámu nemá rád, prohlašoval o ní, že je "hnusná" a že jí "nenávidí". Obrázek matky měl pověšený na nástěnce v pokojíčku, ale celý obličej jí pokrývaly špendlíky. Sebepojetí člověka se začíná formovat:

¹⁸¹ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 418

¹⁸² KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 418

¹⁸³ HUGHES, D. A., *Budování citového pouta*. s. 13-14

¹⁸⁴ KULÍŠEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí*. Československá psychologie. s. 418

*"From the very first messages we received about ourselves from the adults in our lives, and it grows from there. If children get the message that they are not worth keeping safe, that they are disposable (...), their self-concept will reflect this."*¹⁸⁵ U Otíka se lze domnívat, že matka mu nebyla schopna zajistit naplnění jeho základních životních potřeb. Otík se s ní nemohl cítit v bezpečí. Všechno, co Otík zažíval jako malé miminko se odrazilo v jeho prožívání, chování a také v sebepojetí. Možná proto o sobě prohlašuje, že vypadá jako opice a demonstruje opičí chování. Z toho lze vyvodit, že Otík tím sám sebe možná znevažuje. To ale nelze potvrdit, protože rozhovory s Otíkem nebyly vedeny adekvátně a metoda jako taková selhala.

7.1.3 Tvorba knihy života jako proces uzdravování traumatu

Otík měl sám od sebe zájem na knize pracovat. Při tvorbě knihy byl převážně zvědavý a upovídaný. V některých okamžicích (zejména téma tety z Klokánku) byl nesoustředěný a neklidný, nebo byl naopak naopak zádumčivý, vypadal smutně.

7.1.3.1 Pozorovaná změna v chování a prožívání dítěte

Pěstouni nepozorují výrazné změny v chování. Otík je stále aktivní a vyžaduje pozornost. Pěstouni konstatují, že je možná trochu klidnější. Pěstouni pozorují změny v emočním prožívání. Otík sice stále vyjadřuje emoce přehnaně, zároveň však o emocích s pěstouny více mluví, někdy popisuje, jak se cítí, což dříve bylo spíše vzácné.

7.1.4 Tvorba knihy života jako nástroj rozvoje identity dítěte

7.1.4.1 Pozorovaná změna v sebepojetí, v sebehodnocení a sebedůvěře

Otík se o vlastní matce přestal vyjadřovat nenávisťně. Podle pěstounů ji ale stále vnímá negativně. Poškozená fotka byla vyměněna za novou, zatím nebyla poničena. Zdá se tedy, že Otík se svou matkou začal vyrovnávat. Zdá se, že Otík pochopil, v čem spočívala práce tety z Klokánku a přestal pěstouny obviňovat, že ho tetě "ukradli". Z rozhovoru s dítětem ale nelze pozorovat změnu sebepojetí a sebehodnocení u Otíka. Pěstouni na danou otázku rovněž neumí odpovědět.

¹⁸⁵ LYONS, S., WHYTE, K., STEPHENS, R. TOWNSEND, H. *Developmental Trauma Close up*. Beacon House Therapeutic Services and Trauma Team. s. 19

7.1.4.2 Pozorovaná změna vztahu dítěte a pěstounské rodiny

Oba pěstouni konstatují, že je tvorba knihy života s dítětem sblížila. Jako rodina jsou k sobě mnohem otevřenější. Pěstouni díky tomu měli možnost Otíka více pochopit, jeho prožívání a chování.

7.2 Vyhodnocení dotazníku

Dotazník byl pěstounům zaslán elektronicky na e-mail. Pěstouni mi následně vyplněný dotazník odeslali zpět. První část dotazníku tvoří deset uzavřených otázek, druhou část dotazníku tvoří deset otevřených otázek.

7.2.1 První část dotazníku - uzavřené otázky

Na otázky mohli pěstouni odpovídat ano, spíše ano, nevím, spíše ne, ne. Otázky a odpovědi pěstounů jsou uvedeny v dotazníku, stejně jako odpovědi v tabulce (*viz příloha č. 15, č. 16, č. 17*).

Oba pěstouni odpověděli, že knihu života považují za užitečný nástroj, jak dítěti pomoci zpracovat jeho osobní historii. Na otázku, zda lze pozorovat změnu v chování či emočním prožívání dítěte odpověděla pěstounka Lada spíše ano, přičemž pěstoun Eda odpověděl, že neví. Oba pěstouni měli problém najít odpověď na otázky týkající se sebedůvěry a sebezpetí dítěte. Neví, jestli má kniha života na tyto oblasti vliv. Oba pěstouni nepozorují změnu v komunikaci s dítětem. Oba pěstouni konstatují, že tvorba knihy života ovlivnila jejich vztah s dítětem. Na otázku, zda ovlivnilo tvoření knihy života jejich vnímání dítěte odpovídá Eda ano, kdežto Lada odpovídá spíše ano. Na poslední otázku, zda tvorba knihy života ovlivnila rodinné klima, oba pěstouni odpověděli spíše ano.

7.2.2 Druhá část dotazníku - otevřené otázky

Dotazník s odpověďmi pěstounů naleznete v *příloze č. 18, č. 19*. Dalo by se shrnout, že pěstouni vnímají tvorbu knihy života jako přínosnou, jak pro ně samotné, tak pro dítě.

V průběhu vytváření knihy se dítě: *"Častěji vztekalo, trpělo výkyvem nálad a projevovalo zvýšenou hyperaktivitu, posléze bylo povídavější a hravější, ale stále dezorientované, odbíhalo často od tématu. Později se dítě nechtělo o matce bavit a mlčelo nebo naopak přehnaně výskalo a provokovalo."* Také: *"Častěji se chodilo ptát na věci kolem své rodiny a také na současnou naši rodinu, rodinné vazby a vztahy."*

Pěstounka konstatovala, že dítě je: *"Odstupem času je trochu klidnější a vymizely sklony k sebepoškození (předtím se štípal)"*, to samé zmiňuje i pěstoun.

Oba pěstouni si nejsou jistí, zda má tvorba knihy života vliv na sebedůvěru a sebepojetí dítěte. Pěstounka zmiňuje, že: *"Je možné, že to ještě přijde, bude to možná znatelné mezi vrstevníky."* Pěstoun uvádí: *"Nedovedu určit vliv knihy života na dítě, nicméně se domnívám, že neodsuzující hodnocení biologických rodičů může mít vliv na aktuální nálady dítěte, nicméně skutečnost, že dítě bylo matkou i otcem opuštěno je stále na chování dítěte patrné, což se projevuje na snížené sebedůvěře a s tím souvisejícími problémy s chováním v kolektivu."*

Pěstouni nepozorují změnu v komunikaci s dítětem. Oba pěstouni zmiňují, že se tvorbou knihy života jejich vztah s dítětem upevnil. Pěstoun přímo dodává: *"Necítí se již ohroženo dalším odmítnutím. Nyní nám více důvěřuje a myslím, že je u nás rád."*

Oba pěstouni zmiňují počáteční negativní vztah k matce. Pěstoun uvedl: *"O své mámě hovořil jako o „svini“ a její fotku počmáral a nebo do ní bodal kružítkem. Stále se k ní staví negativně, ale už se neprojevuje tak agresivně."* Pěstounka dodala: *"Tetu z Klokánku měl vždy rád a měl dojem, že jsme ho z Klokánku „ukradli“, hodně na ní vzpomínal, ale nyní již ví, že je lépe být v rodině, o čemž ho přesvědčili i sourozenci, kteří se nyní nacházejí v Dětském domově (za kterými jezdí)."*

Pěstouni uvedli, že celý proces měl vliv i na ně samotné. *"Uvědomil jsem si, že dítě prošlo už 2x odloučením a zklamáním a že pro něj nebylo lehké vybudovat si vazbu na novou rodinu."* *"Uvědomila jsem si, že to nemá v životě lehké a jak velký vliv měla předchozí výchova v zařízení, ale i samotný fakt opuštění rodičem hraje stále velkou roli."*

Oba pěstouni se shodují na tom, že díky procesu tvorby knihy života a pochopení historie dítěte nyní mají s dítětem více trpělivosti a klima v rodině je klidnější.

7.3 Ověření úkolů

Z interpretace výsledků výzkumu vyplývá následující:

Odpověď na úkol č. 1: Z rozhovorů s dítětem bohužel nelze zjistit, jakým způsobem sebe samo vnímá. V jistých náznacích se lze domnívat, že sebedůvěra a sebepojetí dítěte nebylo kladné, ale spíše negativní. Chlapec sám sebe označoval jako opičku, napodoboval opičí projevy. Dále chlapec neměl a stále nemá vybudovaný pozitivní vztah k vlastní matce, její fotografii poničil a matce sprostě nadával. V průběhu procesu tvorby knihy života lze pozorovat posun k lepšímu. Chlapec vyměnil poničenou fotografii matky za novou a již se o ní nevyjadřuje nenávisťně. Lze se domnívat, že když se chlapec vyrovná s matkou, bude mít toto vyrovnání vliv na budování jeho pozitivní identity. Tyto domněnky ale zůstávají nepotvrzeny. Pěstouni rovněž nepozorují vliv tvorby knihy života na sebepojetí a sebehodnocení dítěte. Tento předpoklad nebyl potvrzen.

Odpověď na úkol č. 2: Před počátkem tvorby knihy života popisovali pěstouni a sociální pracovníci dítě jako aktivní, impulzivní, které neumí zvládat své emoce, zejména hněv, rychle se rozčílí, bývá agresivní. Vyžadoval hodně pozornosti. Měl sklony ubližovat sobě i druhým štipáním. V průběhu tvorby knihy života byl zaznamenán malý pokrok v chování a prožívání dítěte. Nyní se chlapec přestal štipat, jeho chování se lehce zklidnilo. Stále vyžaduje hodně pozornosti, ale na druhou stranu s ním mají pěstouni nyní více trpělivosti. Pěstounka pozoruje malý posun v regulování emocí. Lze říci, že tento předpoklad platí.

Odpověď na úkol č. 3: Z výzkumu vyplývá, že tvorba knihy života má vliv nejen na dítě, ale i na pěstouny. Pěstouni nyní lépe chápou chování a prožívání dítěte, mají s ním tedy více trpělivosti, což napomáhá rodinné atmosféře. Pěstouni uvádí, že se jejich vztah s dítětem upevnil. Tento předpoklad platí.

7.3.1 Odpověď na základní výzkumné otázky

Lze považovat zpracování historie dítěte pomocí vytváření knihy života za efektivní nástroj, jak napomoci budování identity dítěte v pěstounské péči? Na tuto otázku je velmi těžké odpovědět. Momentálně nelze pozorovat vliv na budování identity dítěte.

Lze považovat zpracování historie dítěte pomocí vytváření knihy života za efektivní nástroj, jak napomoci vyrovnání se s osobní historií dítěte? Ano, z dat výzkumu bylo zjištěno, že tvorba knihy života napomáhá dítěti vyrovnat se s jeho osobní historií. Lze pozorovat posun v chování a emočním prožívání dítěte. Tento posun lze brát jako důkaz vyrovnávání se s ranými traumaty dítěte.

Lze považovat zpracování historie dítěte pomocí vytváření knihy života za efektivní nástroj, jak napomoci utváření pozitivního klimatu v pěstounské rodině? Ano, z dat výzkumu vyplývá, že tvorba knihy života rodinu stmeluje. Vzájemné vztahy pěstounů a dítěte se upevnily, nyní si více důvěřují. Díky tvorbě knihy života si pěstouni uvědomili, čím vším si dítě prošlo. To jim lépe umožnilo pochopit jeho chování a prožívání. Díky tomu panuje v rodině poklidnější atmosféra.

7.4 Diskuze

K výsledkům výzkumu je na místě vést diskuzi. Měla jsem k dispozici pouze jednu rodinu, která měla zájem se podílet na vytváření knihy života a byla o sobě ochotna poskytovat citlivé údaje. Protože jsem tedy popisovala pouze jeden případ, nelze závěry z výzkumu nijak generalizovat. Je otázkou, jak by závěry výzkumu vypadaly, kdyby se pozorovaný chlapec nacházel ve věku adolescence. Protože však chlapci bylo ve sledovaném období devět let, nelze pozorovat vliv tvorby knihy života na budování chlapcovy identity. Přesto se domnívám, že

výzkum částečně koresponduje s odborníky, jejichž názory a teorie zmiňuji v prvních kapitolách této práce (1 až 5).

ZÁVĚR

Bakalářská práce pojednává o dopadu péče matky nebo jiného primárního pečovatele, a to už od narození dítěte. Pokud péče matky o miminko není adekvátní, má taková péče dopad na celý další život daného dítěte. Nedostatečná péče ze strany matky vede k odlišnému vývoji mozku dítěte a k poruchám citové vazby. Vytvořený, nebo spíše naučený typ vazebného chování může dítě ovlivňovat po celý jeho život.

Děti odebrané z původní rodiny a umístěné do rodiny náhradní zažily ve svém dětství mnoho traumatizujících událostí. Takové děti mívají zkreslený pohled na sebe sama. Často si vyčítají, že za to, co se jim v životě událo, mohou ony samy. Mají ve svém životě místa, na která si vůbec nevzpomínají nebo je nechápou. Jejich sebehodnocení nebývá pozitivní, často samy sobě nevěří. Takovým dětem může pomoci tvorba knihy života.

Z teoretické části práce vyplývá, že tvorba knihy života je užitečným nástrojem zpracování historie dítěte. V průběhu procesu dochází k postupnému zpracování raného traumatu a pochopení minulých událostí, čehož je důkazem změna v chování a prožívání dítěte. Dále z teorie vyplývá, že proces tvorby má kladný vliv na celou pěstounskou rodinu. I přesto, že výsledky výzkumu nelze nijak generalizovat, u sledovaného dítěte se předpoklad potvrdil.

Domnívala jsem se, že kniha života je nástrojem budování pozitivní identity dítěte. I přesto, že z teoretické části práce toto tvrzení lze považovat za platné, z výzkumu se platnost nepotvrdila. Domnívám se, že je to dáno především věkem sledovaného dítěte. Chlapci bylo ve sledovaném období teprve devět let. Domnívám se, že vliv tvorby knihy života bude pozorovatelný v období adolescence či mladé dospělosti, což jsou období typická pro budování identity člověka. Je tedy otázkou, zda se celý proces knihy života promítne do utváření identity chlapce v tomto období. To by mohl být rovněž námět na další výzkum.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A ZDROJŮ

Attachment & Trauma Network. *Understanding attachment* [online]. © 2000 – 2020, All Rights Reserved Attachment & Trauma Network, Inc. (ATN). [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <https://www.attachmenttraumanetwork.org/understandingattachment/>

Attachmentové centrum ATTA. *Komplexní vývojové trauma* [online]. © ATTA 2018. Web Jarka Jones. [cit 2020-11-30]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/komplexni-vyvojove-trauma/>

Attachmentové centrum ATTA. *Speciální techniky pro zpracování historie dítěte*. [online]. ATTA 2018. Web Jarka Jones. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/specialni-techniky-pro-zpracovani-historie-ditete/>

Attachmentové centrum ATTA. *Typy attachmentu*. [online]. © ATTA 2018. Web Jarka Jones. [cit 2020-11-28]. Dostupné z: <http://www.attachment.cz/typy-attachmentu/>

BAYNES, Polly. Untold Stories. A Discussion of Life Story Work. *Adoption & Fostering*. [online]. Sage Publications on behalf of Coram BAAF, June 2008, **32** (2), 43-49. [cit. 2020-12-04]. Online ISSN 1740-468X. DOI: 10.1177/030857590803200206. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/233500900_Untold_Stories_A_Discussion_of_Life_Story_Work

BENOIT, Diane. Infant-parent attachment: Definition, types, antecedents, measurement and outcome. *Paediatr Child Health*. [Online]. ©2004 Pulsus Group Inc. [Oxford University Press], 9(8), 541 - 545. [cit 2020-11-28]. Online ISSN 1918-1485. Dostupné z: <https://doi.org/10.1093/pch/9.8.541>

BILBAO, Álvaro. *Dětský mozek vysvětlený rodičům: jak můžete svému dítěti pomoci v rozvíjení jeho rozumového a emočního potenciálu*. Bratislava: NOXI, s.r.o., 2018 [© 2015 by Platforma Editorial, Álvaro Bilbao]. 256 s. ISBN 978-80-8111-476-2.

BOWLBY, John. *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. Praha: Portál, 2010. 356 s. ISBN 978-80-7367-670-4.

COLBRIDGE, Alicia K., HASSETT Alex, SISLEY, Emma. "Who am I?" How Female Care Leavers Construct and Make Sense of Their Identity. *SAGE open*. [Online]. © The Author(s) 2017, January-March 2017: 1–14. [cit. 2020-11-28]. Online ISSN 2158-2440. doi: 10.1177/2158244016684913. Dostupné také z: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2158244016684913#articleCitationDownloadContainer>

COYLE, Sue. The Power of Lifebooks. *Social Work Today*. [online]. September/October 2014, **14** (5), s. 12. [cit. 2020-12-04]. Dostupné z: <https://www.socialworktoday.com/archive/091514p12.shtml>

ČERNÁ, Ria et al. *Cesta k dítěti. Terapeutické metody pro práci s dětmi v náhradní rodinné péči*. Amalthea o.s., 2013. 64 s. 80. Dostupné také z: <https://www.amalthea.cz/publikace-ke-stazeni/>

ČESKO. Zákon č. 359/1999 Sb. Zákon o sociálně-právní ochraně dětí. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 30.12. 1999. ISSN 1211-1244.

ČESKO. Zákon č. 89/2012 Sb. Občanský zákoník, v platném znění. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 22.03. 2012. ISSN 1211-1244.

DEPARTMENT OF HEALTH. London Stationery Office. *Framework for the Assessment of Children in Need and their Families*. Guidance Notes and Glossary for: Referral and Initial Information Record, Initial Assessment Record and Core Assessment Record. United Kingdom, © Crown copyright, 2000. 16 s. ISBN 011 322424 9.

DEPARTMENT OF HEALTH. DUTT. Ratna, PHILLIPS, Melanie. Assessing black children in need and their families. In: Department of health. London Stationery Office. *Assessing Children in Needs and Their Families. Practice Guidance*. United Kingdom, © Crown copyright, 2000. 141 s. ISBN 011 322418 0.

DEPARTMENT FOR COMMUNITY BASED SERVICES. HARRISON, Joann, CHUMBLEY, Penny, CAMPBELL, Elaine. *Making History. A Social Worker's Guide to Lifebooks*. © 2010 Kentucky Cabinet for Health and Family Services. 68 s.

DOLEŽALOVÁ, Pavla et al. *Trauma v dětství a adolescenci. Průvodce pro pedagogy*. Copyright © Národní ústav duševního zdraví, 2017. 28 s. ISBN 978-80-87142-32-5.

DOLEŽALOVÁ, Pavla. *Role rodičů, pečovateli, při práci s traumatizovaným dítětem*. In: HUDEČKOVÁ, Viera, BRYNDZÁK, Pavel, ed. *Křižovatky I 2009: recenzovaný zborník príspevkov z medzinárodnej konferencie "Práca s rodinou"*. Maclix, 2010. s. 19-20. ISBN 978-80-969253-1-5.

FAHLBERG, Vera I. *A Child's Journey Through Placement*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2012. © Vera I. Fahlberg, 1991. 432. s. ISBN 978-1-84905-898-8.

GUEGUENOVÁ, Catherine. *Cesta ke šťastnému dětství: empatická výchova ve světle nejnovějších poznatků o mozku a emocionálním vývoji dítěte*. Praha: Rybka Publishers, 2014. 280 s. ISBN 978-80-87950-03-6.

HABERMAS, Tilmann, REESE, Elaine. Getting a Life Takes Time: The Development of the Life Story in Adolescence, Its Precursors and Consequences. *Human Development*. [online]. © S. Karger AG, Basel, 2015, **58** (3), 172-201. [cit. 2020-12-04]. DOI: 10.1159/000437245. Online ISSN 1423-0054. Dostupné z:
https://www.jstor.org/stable/26765107?seq=1&cid=pdf-reference#metadata_info_tab_contents

HELLER, Laurence, LaPIERRE, Aline. *Uzdravení vývojového traumatu: jak trauma v raném dětství ovlivňuje naši schopnost seberegulace, vnímání sebe sama a schopnost navazovat vztahy*. Olomouc, Copyright © FONTÁNA, 2016. 352 s. ISBN 978-80-7336-836-4.

HUGHES, Daniel A. *Budování citového pouta: jak probouzet lásku v hluboce traumatizovaných dětech*. Dotisk 1. českého vyd. Praha: Institut fyziologické socializace s.r.o., © 2017. 336 s. ISBN 978-80-270-2838-2.

KULÍŠEK, Petr. Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). *Československá psychologie*. Časopis pro psychologickou teorii a praxi. Psychologický ústav Akademie věd České republiky, 2000, XLIV (5), 404-423. ISSN 0009-062X.

LEVINE, Peter. A., FREDERICK, Ann. *Probouzení tygra: léčení traumatu. Vrozená schopnost transformovat zdrcující zážitky*. Praha: Maitrea, 2011 [© Peter A. Levine, 1997]. 293 s. ISBN 978-80-87249-21-5.

LEVINE, Amir, HELLER, Rachel. *Citové pouto: teorie attachmentu v partnerských vztazích*. Poznejte svůj typ citového pouta a najděte trvalou lísku. Synergie Publishing SE, 2019. 284 s. ISBN 978-80-7370-503-9.

Lifebook Helps Adopted Foster Child Develop Her Identity. LSSI [Lutheran Social Services of Illionis]. [online video medailonek]. © 2011-2020. Dostupné z: <https://www.lssi.org/lifebooks/>.

LYONS, Shoshanah, WHYTE, Kathryn, STEPHENS, Ruth TOWNSEND, Helen. *Developmental Trauma Close up*. [online]. Version 2. © Beacon House Therapeutic Services and Trauma Team, January, 2020. 42 s. [cit. 2020-11-28]. Dostupné z: <https://beaconhouse.org.uk/?section=welcome-to-beacon-house>

MAREŠ, Jiří. Tvorba případových studií pro výzkumné účely. Metodologická studie. *Pedagogika: časopis pro vědy o vzdělání a výchově*. [online]. Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy, 2015, 65 (2), 113-142. [cit. 2020-12-12]. Online ISSN 2336-2189. Dostupné z: <https://pages.pedf.cuni.cz/pedagogika/?p=11212&lang=cs>

Mary Ainsworth: *Attachment and the Growth of Love With Robert Marvin, Ph.D.* [DVD]. Directed by John Davidson. USA: DAVIDSON films. 2005.

MATĚJČEK, Z., DYTRYCH, Z. & DAVID, H. *Born Unwanted*. [online] American Psychologist [American Psychological Association, APA PsycArticle: Journal Article], 58(3), 224-229. [cit. 2020-11-28]. Dostupné z: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0003-066X.58.3.224>

Nádej na uzdravenie: sprievodca pre rodičov v oblasti traumy a pripútania. [Bratislava]: Návrat, 2012. 183 s. ISBN 978-80-969621-5-0. Pozn. přeloženo z anglického originálu Hope for Healing, nakladatel: ATTACH [Association for Treatment and Training in the Attachment of Children], 2011.

O'MALLEY, Beth. *LifeBooks: Creating a Treasure for the Adopted Child*. 7th ed. USA, Adoption-Works, 2004. 96 s. ISBN 0-9701832-7-5.

PAZLAROVÁ, Hana, ed. *Pěstounská péče: manuál pro pomáhající profese*. Praha: Portál, 2016. 256 s. ISBN 978-80-262-1020-7.

PHAGAN-HANSEL, Kim, ed. *The Foster Parenting Toolbox. A practical, hands-on approach to parenting children in Foster Care*. USA, EMK Press, © 2012. 464 s. ISBN 978-0972624466.

PHILPOT, Terry, ROSE, Richard. *The Child's Own Story: Life Story Work with Traumatized Children*. Reprinted twice. London: Jessica Kingsley Publishers, 2005. © SACCS, 2005. 160 s. ISBN 978-1-84310-287-8.

REESE, Joy. *Life Story Books for Adopted Children: A Family Friendly Approach*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2009. © Joy Rees, 2009. 96 s. ISBN 978-1-84310-953-2.

ROSE, Richard, ed. *Innovative Therapeutic Life Story Work: Developing Trauma-Informed Practice for Working with Children, Adolescents and Young Adults*. London: Jessica Kingsley Publishers, © 2017. 336 s. ISBN 978-1785921858.

ROTHSCHILDOVÁ, Babette. *Tělo nezapomíná. Psychofyzologie a léčba traumatu*. 1.vyd. v českém jazyce. Praha: Maitrea, 2015 [© Babette Rothshildová, 2000]. 253 s. ISBN 978-80-7500-122-1.

SEMERÁDOVÁ, Monika, ZACHAŘOVÁ, Barbora, ČERNÁ, Ria. *Metodika doprovázení. Podpora, vzdělávání a kontrola při výkonu náhradní rodinné péče*. Amalthea o.s., 2011. 64 s. ISBN 978-80-904801-0-0.

SOBOTKOVÁ, Daniela, DITTRICHOVÁ, Jaroslava. Psychický vývoj kojenců a batolat: vývojové poruchy a problémy v raném věku - I. *Pediatr. praxi*. Solen, s.r.o., 2013, **14**(3), 167-169. ISSN 1213-0494.

ŠIMEČKOVÁ, Taťána, VYKYPĚLOVÁ, Gabriela. My Backpack. *Hlavní stránka - My Backpack*. [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.mybackpack.cz/index.htm>

ŠIMEČKOVÁ, Taťána, VYKYPĚLOVÁ, Gabriela. My Backpack. *Co je My Backpack?* [online]. [cit. 2020-12-10]. Dostupné z: <http://www.mybackpack.cz/mybackpack.htm> co je my backpack

SYDNEY, Louis, PRICE, Elsie. *Facilitating Meaningful Contact in Adoption and Fostering: A Trauma-Informed Approach to Planning, Assessing and Good Practice*. 1st edition. London: Jessica Kingsley Publishers, 2014. 216 s. ISBN 978-1-84905-508-6.

The Center for Treatment of Anxiety and Mood Disorders. *What is trauma?* [online]. Copyright © 2017, All Rights Reserved by The Center for Treatment of Anxiety & Mood Disorders. [cit 2020-11-29]. Dostupné z: <https://centerforanxietydisorders.com/what-is-trauma/>

VÁGNEROVÁ, Marie M. *Psychický vývoj dítěte v náhradní rodinné péči*. Praha: Středisko náhradní rodinné péče, o.s., 2012. 188 s. ISBN 978-80-87455-14-2.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. 2. dopl. a přeprac. vyd. Praha: Karolinum, 2012. 536 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

WINNETTE, Petra. *Co to je attachment? V pěti bodech pro rodiče, pěstouny a odborné pracovníky v oboru péče o děti*. Praha: Natama Publishing, 2018. Edice Almanach o dětech a lidech 2018 & Věda do kapsy. 27 s. ISBN 978-80-907023-1-8. Dostupné také z: <https://www.natama.cz/cs/almanach-2018-1/>

WRENCH, Katie, NAYLOR, Lesley. *Life Story Work with Children who are Fostered Or Adopted: Creative Ideas and Activities*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2013. © Katie Wrench and Lesley Naylor, 2013. 112 s. ISBN 978-1-84905-343-3.

Seznam příloh k bakalářské práci

Seznam příloh

- Příloha č. 1 - Jednotlivé fáze testu Strange situation
- Příloha č. 2 - Shrnutí rozhovoru se sociální pracovnící
- Příloha č. 3 - Shrnutí prvního rozhovoru s pěstouny
- Příloha č. 4 - Shrnutí prvního rozhovoru s dítětem
- Příloha č. 5 - Úvodní strana Otíkovy knihy života
- Příloha č. 6 - Kniha života - Kdo jsem?
- Příloha č. 7 - Kniha života - informace o narození
- Příloha č. 8 - Kniha života - rodný list
- Příloha č. 9 - Kniha života - Pohádka o Kujáčkovi
- Příloha č. 10 - Kniha života - osa života
- Příloha č. 11 - Kniha života - strom života
- Příloha č. 12 - Shrnutí rozhovor s pěstouny během posledního setkání
- Příloha č. 13 - Shrnutí rozhovoru s dítětem během posledního setkání
- Příloha č. 14 - Náhled dotazníku
- Příloha č. 15 - První část dotazníku - uzavřené otázky - odpovědi pěstounky
- Příloha č. 16 - První část dotazníku - uzavřené otázky - odpovědi pěstouna
- Příloha č. 17 - První část dotazníku - uzavřené otázky - shrnutí odpovědí v tabulce
- Příloha č. 18 - Druhá část dotazníku - otevřené otázky - odpovědi pěstounky
- Příloha č. 19 - Druhá část rozhovoru - otevřené otázky - odpovědi pěstouna