

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

**FAKULTA HUMANITNÍCH STUDIÍ**

Katedra řízení a supervize v sociálních a zdravotnických organizacích

Bc. Pavel Khol

**Potřeby klientů domu na půl cesty v rámci tvorby a realizace vlastních volnočasových aktivit a definování parametrů programu pro jejich podporu**

*Diplomová práce*

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Ingrid Štegmannová, Ph.D.

Praha 2012

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracoval samostatně a použil jen uvedené prameny a literaturu. Současně dávám svolení k tomu, aby tato práce byla zpřístupněna v příslušné knihovně UK a prostřednictvím elektronické databáze vysokoškolských kvalifikačních prací v depozitáři Univerzity Karlovy a používána ke studijním účelům v souladu s autorským právem.

V Praze dne 14. 5. 2013

Bc. Pavel Khol

## **Poděkování**

Na tomto místě bych rád poděkoval vedoucí diplomové práce Mgr. Ingrid Štegmannové, Ph.D., za pečlivé vedení a poskytování podpory při vypracovávání diplomové práce. Poděkování patří i Mgr. B. Tollarové, Ph.D., za poskytnutí konzultace k výzkumné části diplomové práce.

.....  
Bc. Pavel Khol

## OBSAH

<b>OBSAH.....</b>	<b>4</b>
<b>ABSTRAKT.....</b>	<b>7</b>
<b>ÚVOD.....</b>	<b>9</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>10</b>
<b>1 Dům na půl cesty – historický vývoj v zahraničí i v České republice.....</b>	<b>10</b>
1.1 Definice a vymezení domu na půl cesty v rámci České republiky.....	10
<b>2 Služby domu na půl cesty o.s. DOM.....</b>	<b>11</b>
<b>3 Klienti DPC –charakteristika cílové skupiny.....</b>	<b>14</b>
<b>4 Vývoj dítěte a dospívajícího jedince.....</b>	<b>15</b>
4.1 Lidské potřeby a jejich naplňování.....	17
4.2 Potřeby definované A.Pessem.....	18
4.3 Fáze naplňování potřeb a vznik funkčního vnitřního modelu.....	20
4.4 Důsledky deficitu pěti základních potřeb.....	22
4.5 Základní principy léčby v PBSP.....	23
<b>5 Trauma a vývojové komplexní trauma a jeho následky .....</b>	<b>25</b>
5.1 Syndrom CAN.....	27
<b>6 Cítová vazba a její role v psychosociálním vývoji člověka.....</b>	<b>29</b>
6.1 Okolnosti vývoje zdravé vazby a teorie attachmentu.....	30
6.2 První připoutání - jeho okolnosti a zásadní vliv.....	31
6.3 Typy attachmentu .....	32
6.4 Faktory ohrožující rozvoj bezpečného a pevného attachmentu a ohrožené skupiny.....	35
6.5 Projevy chování u dětí s poruchami attachmentu.....	39
6.6 Základní principy léčby v DDP.....	40
<b>7 Další oblasti ohrožené negativním dopadem komplexního traumatu.....</b>	<b>42</b>

<b>8</b>	<b>Shrnutí příčin a následků možných psychosociálních deficitů u klientů DPC.....</b>	<b>45</b>
<b>9</b>	<b>Volný čas v historicko-filozofickém kontextu.....</b>	<b>46</b>
9.1	Současné vymezení pojmu volný čas.....	47
9.2	Funkce volného času .....	48
9.3	Volný čas z pohledu sociologického výzkumu.....	50
<b>10.</b>	<b>Shrnutí .....</b>	<b>54</b>
<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>		<b>55</b>
<b>11.</b>	<b>Základní informace o realizovaném výzkumu.....</b>	<b>55</b>
<b>12</b>	<b>Analýzy rozhovorů.....</b>	<b>59</b>
12.1	Respondent Kristián.....	59
12.2	Respondent Vašek.....	67
12.3	Respondent Mírek.....	73
12.4	Respondentka Monika.....	79
12.5	Kategorie vzešlé z rozhovorů.....	84
12.6	Hlavní kategorie.....	85
<b>13</b>	<b>Stigma - pocit odlišnosti.....</b>	<b>87</b>
13.1	Chování společnosti vůči lidem se stigmatem.....	88
13.2	Chování nositelů stigmatu.....	89
13.3	Akceptovatelné prostředí.....	91
<b>14</b>	<b>Specifika sebnahlížení .....</b>	<b>92</b>
14.1	Vliv rodiny a blízkých na sebepojetí.....	93
14.2	Sebeprožívání - vztah k vlastnímu tělu.....	94
14.3	Hodnoty a strategie zvládání.....	96
<b>15</b>	<b>Zjištění a doporučení.....</b>	<b>98</b>
15.1	Program na podporu volného času.....	98

15.2	Charakteristika služby.....	99
<b>16</b>	<b>ZÁVĚR.....</b>	<b>102</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH .....</b>	<b>104</b>
	<b>LITERATURA .....</b>	<b>105</b>

## **ABSTRAKT**

Diplomová práce se zabývá problematikou trávení volného času klientů domu na půl cesty. Cílem práce je zmapovat náplň a strukturu volného času cílové skupiny a definovat případné deficity a potřeby v rámci seberealizace ve volném čase a následně na základě zjištění navrhnout parametry programu pro podporu volného času. Práce je rozdělena do dvou částí: teoretické a praktické. V teoretické části je představena sociální služba dům na půl cesty a ostatní přidružené programy občanského sdružení DOM. Je zde charakterizována klientela domu na půl cesty a její problémy se začleňováním do společnosti. Teoretická část se podrobně věnuje vzniku psychosociálních problémů u zástupců cílové skupiny, jež nejčastěji pramení z neadekvátní péče v dětství a souvisejí s životem v disharmonickém rodinném prostředí nebo ústavní péči. Na základě špatné péče v raném dětství nejsou u dítěte naplňovány všechny jeho psychické i fyzické potřeby, což má neblahý vliv na jeho další psychický vývoj. V práci jsou uvedeny potřeby pro zdravý psychický vývoj v období raného dětství, jak jej definují zakladatelé Pesso Boyden Psychomotorické terapie Albert Pesso a Diane Boyden - Pesso. Teoretická část se dále zabývá teorií zdravého a bezpečného citového pouta neboli attachmentu, který má zásadní vliv na psychickou integritu člověka. Závěr teoretické části se věnuje definici pojmu „volný čas“. Představuje jeho funkce i proměny v čase. Zaměřuje se také na vliv rodiny a práce na náplň a strukturu volného času. Praktická část obsahuje kvalitativní výzkum provedený pomocí metody zakotvené teorie, který je zaměřený na seberealizaci klientů v rámci jejich volného času. Představuje analýzy ze čtyř polostrukturovaných rozhovorů s klienty domu na půl cesty. Na základě výzkumného šetření jsou navrženy parametry programu na podporu seberealizace v rámci volného času.

### **Klíčová slova:**

Dům na půl cesty

Lidské potřeby

Attachment

Pesso Boyden Psychomotorická terapie

Komplexní trauma

Volný čas

## **SUMMARY**

This diploma thesis deals with a leisure time of clients of the Halfway House. The aim of the thesis is to map the content and structure of their leisure time. The thesis seeks to define what the representatives of the target group need for better self realization. Based on these findings author of the thesis design a new program supporting their spending of leisure time. The thesis consists of two parts: theoretical part and practical part. The theoretical part presents a halfway house social service and other programs of the civic association DOM. There are described clients' problems with integration into society. This part of the thesis focuses particularly on the origin of these problems, which mainly come from inadequate care in early childhood and bad family environment or life in an institutional care later. All psychological and physical needs of a child are not fulfill due to poor care in early childhood and it affects his future mental development. Thesis refers to Pessó Boyden System Psychomotor (PBSP) theory created by Albert Pessó and Diane Boyden - Pessó. PBSP define five basic needs which are necessary for healthy mental development in early childhood. The theoretical part also deals with theory of attachment. Attachment is an emotional bond between child and mother, which has major impact on the psychological integrity of a person. Theoretical part contains also definition of leisure time and his function and historical development. Practical part of the thesis contains qualitative research focused on self-realization of the members of target group during their leisure time. This research was created by using Grounded Theory and presents analysis of four interviews with clients of the Halfway House. On the basis of this research, author of the thesis design a new program supporting a leisure time activities of the members of target group.

### **Key words:**

Halfway house

Human Needs

Attachment

Pessó Boyden System Psychomotor

Complex trauma

Leisure time



## ÚVOD

Námět na diplomovou práci vzešel ze sedmileté pracovní zkušenosti jejího autora s klientelou domu na půl cesty (dále jen DPC). Organizace, v níž pracuje, poskytuje mladým lidem bez rodinného zázemí rezidenční i ambulantní služby, které jim pomáhají překonat obtížné životní období a podporují je v zapojení do normálního života. Cílem práce bylo zmapování struktury a náplně volného času klientů DPC, s důrazem na zjištění potřeb a limitů, které jim brání trávit čas ideálním způsobem, dle jejich přání a volby. Na základě těchto zjištění následně navrhnout koncepci programu, který by klientům DPC poskytoval potřebnou podporu pro seberealizaci ve volném čase. Motiv, proč se zabývat tímto tématem, vznikl na základě opakující se bezradnosti klientů s nakládáním a trávením volného času.

Teoretická část práce představuje důkladně prostředí sociální služby domu na půl cesty, podmínky a pravidla, za kterých zde mohou tyto služby klienti využívat. Zaměřuje se na cílovou skupinu uživatelů, a to z pohledu jejich psychosociálních deficitů oproti mladým lidem z funkčního rodinného prostředí. Jsou zde uvedeny potřeby pro zdravý psychický vývoj v období raného dětství, jak je definuje zakladatel Pesso Boyden Psychomotor Terapie Albert Pesso. Teoretická část se dále zabývá teorií zdravého a bezpečného citového pouta neboli attachmentu, který je podle dyadické vývojové psychoterapie základním pilířem psychické integrity člověka a na jehož základě je člověk schopen vztahovat se k druhým lidem a potažmo fungovat ve společnosti. V několika kapitolách se také práce zaměřuje na vznik a dopad vývojového traumatu. Poslední kapitola teoretické části se věnuje definici pojmu „volný čas“, jeho historicko-filozofickému kontextu a funkcím.

V praktické části je prezentován kvalitativní výzkum pomocí metody Grounded Theory (zakotvené teorie), kterou lze zařadit mezi klasické kvalitativní metody. Analyzovaná data byla získána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s klienty DPC. Jeden z rozhovorů je uveden v příloze diplomové práce.

## TEORETICKÁ ČÁST

### 1 DŮM NA PŮL CESTY – HISTORICKÝ VÝVOJ V ZAHRANIČÍ I V ČESKÉ REPUBLICE

Název tohoto sociálního zařízení je odvozen z anglického pojmu „half way house“. Slovo „dům“ značí bezpečné místo, prostor, kam se klient může uchýlit a učit se dovednostem potřebným pro samostatný život. Výraz „na půl cesty“ pak symbolizuje specifickou situaci klienta (stav, kdy je z důvodů absence rodinného zázemí nebo nefunkční rodiny na půl cesty k osamostatnění a soběstačnému fungování ve společnosti). Obecným cílem DPC je zapojení osob se specifickými potřebami do samostatného běžného života a minimalizace závislosti klientů na systému sociálních služeb.

První DPC začal působit v 50. letech 20. století ve Spojených státech amerických. Klienty tohoto prvního zařízení byli propuštění vězni. Ukázalo se, že následkem dlouhodobého pobytu ve vězení došlo ke zhoršení až takřka k celkovému vymizení schopnosti zařadit se zpět do společnosti. Časem se vyšlo najevo, že podobné symptomy se projevují i u jiných skupin klientů ústavní péče. Těmi byli například mentálně postižené osoby, psychicky nemocní pacienti nebo mladí lidé bez rodinného zázemí. Z toho důvodu se začaly postupně zřizovat různé druhy domů na půl cesty, vždy zaměřené na specifika dané cílové skupiny (Metodika DOM, 2009).

#### 1.1 Definice a vymezení domu na půl cesty v rámci České republiky

V České republice se služba DPC začíná objevovat až po roce 1989. Během své existence se několikrát mění její přesná definice a vymezení. Definice je uvedena v zákoně č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, který stanovuje v § 58, že: „ (1) Domy na půl cesty poskytují pobytové služby zpravidla pro osoby do 26 let věku, které po dosažení zletilosti opouštějí školská zařízení pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy, popřípadě pro osoby z jiných zařízení pro péči o děti a mládež , a pro osoby, které jsou propuštěny z výkonu trestu odnětí svobody nebo ochranné léčby. Způsob poskytování sociálních služeb v těchto zařízeních je přizpůsoben specifickým potřebám těchto osob. (2) Služba podle odstavce 1 obsahuje tyto základní činnosti: a) poskytnutí ubytování, b) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, c) sociálně terapeutické činnosti, d) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí.“ (Zákon, 2006)

## 2 SLUŽBY DOMU NA PŮL CESTY O.S. DOM

DPC občanského sdružení DOM je sociálně rehabilitačním zařízením s intenzivním a časově vymezeným rehabilitačním programem. Zaměřuje se na psychosociální následky zanedbávání, a to jak nedostatečné a nepřiměřené péče o dítě, tak institucionální výchovy. Klienti zde získávají finančně dostupnou možnost vlastního bydlení v malé bytové jednotce a učí se schopnostem a dovednostem potřebným k samostatnému životu. Pracují, vzdělávají se, hradí náklady spojené s bydlením a běžným životem a učí se samostatně hospodařit. Dům na půl cesty a jeho přidružené programy vytvářejí pro klienta strukturované prostředí se srozumitelnými pravidly. Na základě tohoto prostředí se klienti učí znát svá práva a dodržovat společenské normy a povinnosti.

Součástí služby domu na půl cesty je sociální práce zaměřená na individuální potřeby daného klienta. Kromě okamžité pomoci a zkontaktování s potřebnými úřady a institucemi je jejím cílem pomoc klientovi se základní orientací v systému sociální péče a podpory, aby dokázal v budoucnu řešit sám obtížné situace. Zároveň je zde prostřednictvím individuálního terapeutického vztahu poskytnuta klientovi pomoc porozumět sobě samému, vlastní historii i vztahům s druhými lidmi. Práce s klientem probíhá formou individuální, skupinovou i komunitní.

Při individuální spolupráci hraje významnou roli „individuální průvodce“, který je klíčovým pracovníkem pro daného klienta. Tento pracovník se s klientem nejméně jedenkrát týdně setkává na pravidelných konzultacích. Základem spolupráce je navázání bezpečného terapeutického vztahu, který slouží klientovi k sebepoznání a vlastní akceptaci. Navázání a prožití bezpečného vztahu pak posiluje i klientův zdravý přístup k navazování a prožívání vztahů budoucích. Prostřednictvím individuální práce dochází k sociálnímu učení a k posílení motivace pro řešení problémů.

Kromě individuálního průvodce je klient v denním kontaktu i s ostatními odbornými pracovníky služby. Tyto běžné interakce mají jak funkci podpůrnou, tak kontrolní. V rámci práce se skupinou je zapotřebí uplatňovat znalost skupinové dynamiky a rozumět aktuálnímu sociometrickému rozvrstvení dané skupiny. Kromě vztahů uvnitř skupiny je velmi důležité sledovat i postoj skupiny vůči pracovníkům celého zařízení. Komunitní práce je nedílnou součástí programu, spočívá v péči o společný prostor jak klientů, tak průvodců. Péče o společné prostory, případně o přípravu jídla stimuluje sociální učení.

V DPC může pobývat až deset klientů. Čas, který zde mohou strávit, je ohraničen maximálně rokem a půl. Pokud klienti v rámci svého pobytu projeví vyšší míru samostatnosti a splní předem stanovené podmínky, mohou přejít do programu chráněného nadstavbového bydlení. Bydlet v DPC lze pouze za předpokladu dodržování pravidel. S nimi je každý nově přichozí uchazeč o službu seznámen a má možnost si je i později velmi důkladně prostudovat. Ještě jednou jsou s klientem probrány při jeho vstupu do služby. Jejich akceptaci a dodržování stvrdí podpisem. Pravidla se snaží co nejvíce kopírovat požadavky běžného samostatného fungování člověka ve společnosti (Metodika DOM, 2009).

### Pracovní sociálně rehabilitační program

Služby DPC poskytují v rámci svého pracovního programu možnost získat přechodné pracovní místo, potažmo získat pracovní návyky, dovednosti i potřebné informace a zkušenosti pro úspěšné etablování na pracovní trh. Pro mnohé klienty program poskytuje první pracovní zkušenost. Je koncipován jako sociální firma, disponuje dílnou a obchodem na exponovaném místě v centru Prahy, kde své výrobky (dekorativní proutěné zboží) vyrábí a současně prodává. Platí v něm jasně daná pracovní pravidla. Klienti se zde učí zodpovědně přistupovat k zadaným pracovním pokynům, získávají zkušenost, jak fungovat a komunikovat s nadřízeným i se spolupracovníky. Testují svou schopnost zvládat pracovní zátěž i frustraci v případě pracovního neúspěchu. Fungování v programu se odráží i na jejich vlastním sebevědomí a přijímání úspěchu. Obchod a dílna jsou hojně navštěvovány zákazníky, kteří si zboží kupují a objednávají. Klienti tak mohou vidět, že jejich výrobky mají skutečnou hodnotu a najdou si koncového zákazníka. Tento moment je velmi důležitým motivačním prvkem.

Klientela dílny je zpravidla složena z mladých lidí bez kvalifikace a bez jakékoliv praxe. Práce v dílně je jejich často první trvalejší pracovní zkušeností. Fakt, že se dokážou naučit pracovní výrobní postupy do té míry, že jsou schopni vytvořit výrobek, který osloví zákazníka, je velkým přínosem pro jejich pracovní sebevědomí i chuť dál rozvíjet své pracovní kompetence.

Pracovní program a dílna neslouží pouze klientům domu na půl cesty, ale i zájemcům z řad veřejnosti, kteří se potýkají na trhu práce s určitým znevýhodněním. Cílem programu není jen poskytnout dočasnou pracovní příležitost a zkušenost, ale také podporu a pomoc při

hledání práce. Klienti se učí orientovat v nabídkách trhu práce. Získávají dovednosti, které jim v budoucnu mohou pomoci zařadit se na pracovní trh. V rámci individuálních konzultací si zkouší sepsat vlastní strukturovaný životopis, motivační dopis, hrají modelové situace pracovního pohovoru nebo se seznamují s náležitostmi pracovněprávních dokumentů (Metodika DOM, 2009).

#### Program nadstavbového chráněného bydlení

Tento program je založený na bázi bydlení v domě na půl cesty, na rozdíl od něj však klienti bydlí v samostatných bytech a není jim již s ohledem na jejich samostatnost poskytována taková míra podpory. Cílovou skupinou jsou i noví klienti aspirující na pobyt v DPC s vyšším stupněm rozvoje sociálních dovedností a samostatnosti nebo klienti domu na půl cesty, kteří po získání základních sociálních dovedností a návyků mohou získat novou zkušenost se samostatným bydlením. Tento program je poskytován také na dobu určitou. Maximální doba pobytu zde činí stejně jako u domu na půl cesty jeden a půl roku (Metodika DOM, 2009).

### 3 KLIENTI DPC – CHARAKTERISTIKA CÍLOVÉ SKUPINY

Chceme-li se zamýšlet nad náplní a strukturou volného času klientů DPC, je třeba si blíže vymežit, o jakou skupinu osob se vlastně jedná. Věkové rozpětí uživatelů této služby činí 16-26 let. Jde se o mladé lidi, kteří vyrůstali bez podpory rodiny a nemají zázemí umožňující vstup do samostatného života ve společnosti. Tito jedinci přicházejí do domu na půl cesty nejen z výchovných ústavů a dětských domovů, ale také z psychiatrických léčeben či vězení. Může se jednat i o mladé lidi, kteří nemohou z nejrůznějších důvodů pobývat v dysfunkčních rodinách a nemají patřičné prostředky a zkušenosti pro samostatný život. Dům na půl cesty poskytuje své služby i mladým lidem, kteří se ocitli na ulici nebo na ní nějaký čas žijí.

Během pobytu v DPC se často objeví nedostatky nebo problémy v oblasti sociálních dovedností. Tyto problémy se netýkají pouze komunikace, ale celkové orientace a přístupu k vlastní osobě. Klienti často neumí fungovat v běžných situacích a jednají podle naučených vzorců chování, které si osvojili v patologickém prostředí ať už nefunkční rodiny, nebo ústavní výchovy. Mezi kontraindikace přijetí do DPC patří závislost na návykových látkách, vážné psychické onemocnění nebo závažná trestná činnost. Na DPC není možno bydlet společně s vychovávanými dětmi, pro tyto účely jsou zřízeny jiné služby (Metodika DOM, 2009).

## 4 VÝVOJ DÍTĚTE A DOSPÍVAJÍCÍHO JEDINCE

V následující kapitole se pokusíme nastínit několik klíčových teorií vztahujících se k zdravému vývoji člověka, na jejichž základě budeme lépe rozumět rozdílům zdravého a narušeného vývoje. To nám pomůže lépe se zorientovat v psychických a sociálních deficitech klientů DPC. Představíme si pět základních potřeb člověka při jeho vývoji, které definoval Albert Pessó. Zároveň popíšeme, jak se mohou projevovat deficity těchto pěti důležitých potřeb.

Člověk je od svého narození vystavován velkému množství podnětů, které mají z hlediska času buď jednorázový, nebo dlouhodobý charakter. V obou případech se jedná o situace, které ovlivňují a modifikují vývoj člověka z hlediska jeho osobnosti. Účinek těchto podnětů se může lišit v závislosti na věku daného jedince. Podněty se zaznamenávají v dlouhodobé paměti a utvářejí tak osobní historii. Tuto historii lze považovat za vnitřní část osobnosti. Pro lepší přehlednost vlivů a podnětů v rámci jejich různorodosti je slučujeme do kategorií podle vnitřní příbuznosti. Nejhrubší rozdělení definuje tři základní faktory, kterými jsou dědičnost, prostředí a výchova. Jiný, podrobnější pohled rozděluje vlivy také na tři kategorie, které jsou následně podrobněji rozvedeny a specifikovány. První skupinou jsou takzvané přírodní faktory. Mezi ně se řadí dědičnost, vrozené vlohy, zdravotní omezení, prodělané nemoci a výživa. Druhou skupinu tvoří společenské faktory, mezi ty spadá rodina, škola, širší společenské prostředí a kultura. Třetí a poslední skupinou je výchova. Tu lze chápat ve smyslu záměrného působení ať už v rodině, škole nebo širším společenském prostředí. Byť jsou faktory dynamiky rozděleny do jednotlivých skupin, mohou se navzájem ovlivňovat. Můžeme zde uvést několik příkladů. Tak například nedostatek jódu zapříčiní poruchu štítné žlázy, což má neblahý vliv na poruchu látkové výměny, potažmo na tělesnou a duševní výkonnost. Zároveň dochází ke změnám v oblasti sebecitu a intelektuální výkonnosti. Ve výsledku mohou mít tyto procesy vliv na vznik poruch chování, za předpokladu, že jsou změny výkonnosti dotyčných osob považovány okolím za lenost, nikoliv za nemoc. Jako další příklad můžeme uvést posilování vrozené dispozice pro vznik neuróz prostřednictvím života v rozvráceném a neharmonickém rodinném prostředí. Naopak potlačit nebo zbrzdit tuto vrozenou dispozici může optimální výchova a správný denní režim. Další vzájemné ovlivnění a zároveň možnou kompenzaci můžeme nalézt ve vztahu dominantní, tvrdé a nevlídné výchovy. Tu může kompenzovat zvýšená odolnost proti zátěžovým situacím nebo osoba empatického a kompetentního učitele. To, nakolik bude účinná výchova, závisí kromě jiného i na temperamentu vychovávané osoby. Tak například přílišná přísnost a despotický styl

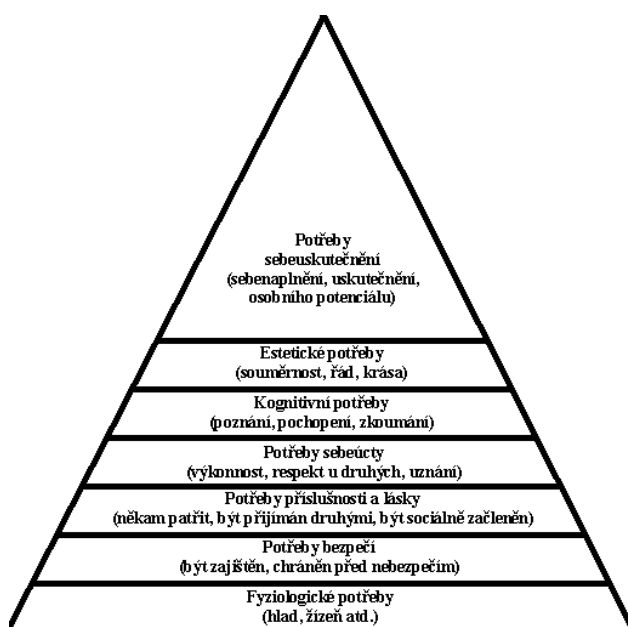
výchovy mohou u slabších jedinců zapříčinit plachost, vyhýbavost a submisivitu. Naopak u silného typu může tato výchova podnítit hrubost, vzdorovitost a neposlušnost. Jak už zde bylo uvedeno, některé vlivy působí dlouhodobě (tělesná vada, rodinná výchova atd.), jiné zase po dobu o dost kratší (ztráta, zákaz atd.). Závažnost účinku vlivu však není na délce času nijak závislá. Míra účinnosti se spíše odvozuje od senzitivní fáze ve vývoji. Jedná se o to, že v určitém věku je jedinec více citlivý na vlivy určitého typu, tyto vlivy mohou mít u samého člověka v jiném věku nulový dopad. Praxe prokázala velkou citlivost na porušení harmonického chodu rodiny u dětí ve věku 4 -5 let. Děti ve věku 13-15 let v rámci svého dospívání zase velmi citlivě vnímají nespravedlnost a nečestnost ze strany dospělých (Smékal, 2002: kap.13).

Neurolog František Koukolík uvádí, že vývoj osobnosti je podmíněn dědičností i učením. Za učení považuje organizaci chování, která vychází z osobní zkušenosti. V této souvislosti zmiňuje Cloningerův sedmirozměrový model osobnosti. Ten se skládá ze čtyř rozměrů temperamentových (spíše dědičně podmíněných) a tří rozměrů charakterových, které jsou z větší části dány učením. Za první temperamentový rozměr považuje „*vyhledávání nového*“ (novelty seeking). Jedná se o geneticky předaný předpoklad pro rychlé zkoumání prostředí na základě nového podnětu. Jako druhý rozměr uvádí „*sklon vyhýbat se poškození*“ (harm avoidance). Dědičnost má vliv na způsoby, kterými se na základě podnětu toto chování tlumí. Třetí temperamentový rozměr je nazýván „*závislostí na odměně*“ (reward dependence). Za čtvrtý rozměr se považuje *vytrvalost* (persistence), ta je dána mírou vytrvalosti, se kterou vzdorujeme například únavě nebo tomu, když nám vykonávaná činnost nejde podle našich představ. Temperamentové rozměry a jejich rozdíly se ukazují již v období raného dětství. Jsou do určité míry předobrazem chování dotyčné osoby v dospívání a dospělosti. Za tři charakterové rozměry se považuje „*sebezaměření*“ (self-directedness), „*ochota ke spolupráci*“ (cooperativeness) a „*přesah*“ (selftranscendence). Sebezaměření ukazuje, do jaké míry se člověk cítí sám sebou. Jinými slovy ukazuje, jak je autonomní. Ochota ke spolupráci odráží jeho vnímání sebe v rámci společenského celku. Přesah pak naznačuje, do jaké míry se jedinec cítí být součástí vesmíru, tedy celku, ve kterém je určitým způsobem vše spjato se vším (Cloniger citován in Koukolík, 1994:7-8).



## 4.1 Lidské potřeby a jejich naplňování

Klasifikace potřeb má mnoho podob, asi neznámější a nejčastěji uváděná je hierarchická teorie potřeb humanistického psychologa A. Maslowa (viz obrázek č.1). Tato teorie představuje vertikální řetěz potřeb, ve kterém se musí uspokojit nejprve nižší potřeby, aby mohly být uspokojeny ty vyšší. Pokud nejsou nižší potřeby uspokojeny, u jedince se dostaví trýznivý pocit nedostatku. Ten se může následně transformovat do pocitů strachu, smutku nebo hněvu. V případě neuspokojení vyšších potřeb se objevuje úzkost a neklid. Příčiny těchto stavů si dotyčný jedinec často ani neuvědomuje. Pakliže nebyly vyšší potřeby doposud jasně definovány, projevují se jejich vývojové počátky jako nespecifikované napětí (Smékal, 2002).



Obrázek č.1 Hierarchie potřeb podle Maslowa

Zdroj :<http://dielektrika.kvalitne.cz/motivace.html> (cit.27.4.2013)

Vycházíme-li z faktu, že klienti domu na půl cesty neměli zcela harmonické dětství, dá se usuzovat, že jejich potřeby nebyly ideálně naplňovány. Americký psycholog Theodor Millon se problémem nenaplňováním potřeb podrobně zabýval. Jeho bio-psycho-sociální teorie vychází z propojení biosociálních aspektů s teorií učení. Millon se domnívá, že podnětová deprivace i supersaturace (nadměrné podněty) mohou v určitých vývojových fázích člověka vyvolat specifické účinky. Ty mají podle Millona vliv na utváření osobnosti.

Deprivaci chápe jako dlouhodobý komplexní nedostatek žádoucích podnětů v několika oblastech (senzorická, sociální, intelektová, citová, motorická a řečová). Deprivace negativně ovlivňuje tempo a kvalitu vývoje osobnosti jedince. Pokud se potřeba jedinci nedostává krátkodobě, vyvolá zvýšenou aktivitu a snahu potřebu získat a naplnit. V případě, že se to nezdaří, dochází ke zvýšení úzkosti a emotivity. Pakliže dochází k dlouhodobému neuspokojování potřeb, nastává jejich „vyhasnutí“. To se projevuje regresí v rámci komunikace, apatií, ztrátou zájmu o lidi a zaměřením na svět věcí. Pojem supersaturace vysvětluje Millon jako přetěžování podněty, které jsou časově, věkově, kvantitativně i sociálně nepřiměřené. Jedinec je v takovém případě přesycen podněty a vůči některým se uzavírá, nebo je neabsorbuje jako zkušenost (Milion, citován in Smékal, 2002:416).

Wágnerová se v rámci tématu naplňování potřeb také zmiňuje o významu potřeby stimulace, se kterou je spjata potřeba učení. Uvádí i to, za jakých podmínek by měly být podněty aplikovány, aby vedly ke zdravému rozvoji jedince. Jedná se tedy o to, aby dítěti byla poskytnuta nabídka různých podnětů. Ty fungují jako informace, jejichž zpracování má vliv na oblast učení. Touto formou získává jedinec (dítě) zkušenost nejenom s okolním světem, ale také se sebou samým. Na základě získaných zkušeností se utvářejí i poznávací strategie. Zde hraje roli i potřeba citové jistoty a bezpečí, díky kterým se dítě necítí ohroženo a je otevřeno pro přijímání nových podnětů. V případě, že by nebyla naplněna potřeba bezpečí, dítě by se cítilo ohroženě a na nové podněty by reagovalo odmítavě (Vágnerová, 2008).

## **4.2 Potřeby definované A. Pessem**

Albert Pessa, zakladatel Pessa Boyden System Psychomotor (dále už jen PBSP), vychází ze skutečnosti, že člověk při svém vývoji potřebuje pět základních potřeb: místo, ochranu, syčení (péči), podporu a hranice. Všechny tyto potřeby jsou v raném dětství získávány z prostředí rodiny, ve které člověk žije. Pokud prostředí nereaguje na výzvu dítěte a nenabídne mu patřičný protitvar pro jeho potřebu, dochází k deficitu, který se projevuje v dalších fázích života. V dysfunkčních rodinách a ústavní péči mnohdy k tvorbě těchto deficitů dochází. Jedinci, kteří nejsou zcela spokojeni s prostředím, do něhož se narodí, a jejichž očekávání nejsou uspokojována, často později trpí psychickými problémy. Běžný život jim činí obtíže. Převládají u nich pocity frustrace, úzkosti, osamělosti či ohrožení (A.Pesso, D.Pesso, 2009).

PBSP rozeznává pět základních potřeb či "očekávání" :

- 1) Každý člověk očekává, že ve světě najde **své místo** – potřeba začíná již v mateřském lůně, pokračuje po narození v náruči rodičů, dětské postýlce, ve svém pokoji, v rodině, mezi blízkými. Tato potřeba je úzce spjata se schopností cítit se v dospělém životě v určitém prostředí jako doma, tedy s pocitem, že dotyčný je zde na správném místě.
- 2) Další očekávanou potřebou je **ochrana** člověka před škodlivými vlivy. Před narozením ho ochrání mateřská děloha, po narození rodičovská náruč a záštita. Získává-li člověk včas zkušenost, že je chráněn, pro jeho další život to znamená pocit bezpečí a schopnost žít aktivně bez přehnaného pocitu ohrožení.
- 3) Člověk očekává také **péči a výživu**. Není tím myšleno pouze jídlo v doslovné podobě, ale i dostatek podnětů, kontaktů, vztahů. V pozdějším věku se k této potřebě řadí i informace, vzdělání, zájmy. Jedinec, který je v tomto smyslu uspokojen, má pocit plnosti, nasycení a netrpí přehnanými pocity prázdnoty.
- 4) Jako čtvrtá potřeba se uvádí **podpora**. Význam podpory se může definovat jako možnost se o někoho nebo něco opřít, ale také jako pocit, že na věci není dotyčný sám. Znamená to rovněž být povzbuzován. Lidé, kteří jsou od dětství hojně podporováni, si podporu dokáží v dospělém životě úspěšně zajistit sami, mají energii, elán a necítí se slabí a bezmocní.
- 5) Poslední, pátou potřebou jsou **hranice**, limity. Být limitován znamená znát hranici svého vlivu i hranici vlivu ostatních (Siřínek, 2012).

Dobry zážitek limitu by měli v prvé řadě poskytnout rodiče, kteří jako první určité hranice nastolují. Když se tato péče a pozornost podaří naplňovat v raném věku dítěte, mohou dospělí nakonec uspokojovat své vlastní potřeby, cítit se někde doma, pečovat o sebe, nacházet podporu, ochraňovat a limitovat se ve svém vlastním zájmu a v zájmu společnosti. Převládají-li u člověka pocity frustrace, zoufalství a odcizení, je to zjevně z důvodu, že mu něco chybí a jeho růst tím stagnuje (A.Pesso,D.Pesso, 2009).

Pavel Muhlpacher ve své souhrnné publikaci o sociální patologii připomíná, že známý český psycholog Zdeněk Matějček uvádí podobně jako Pesso stejný počet (tedy pět) základních vitálních funkcí, bez jejichž naplňování se dítě nevyvine ve zdravou a zdatnou osobnost. V prvním případě se jedná se o potřebu vnějších podnětů, které by měly mít patřičné množství, proměnlivost a kvalitu. Za další potřebu považuje stálost. Ta by se měla projevovat v řádu a smyslu nabízených podnětů a měla by stimulovat základní podmínky pro učení. Další uváděnou potřebou je potřeba prvotních emocionálních a sociálních vztahů (k matce nebo primárnímu pečovateli). Uspokojení této potřeby má velký vliv na získání

pocitu životní jistoty a je jím podmíněna žádoucí vnitřní integrace osobnosti daného jedince. Za čtvrtou vitální potřebu Matějček považuje potřebu společenského uplatnění a společenské hodnoty. Uspokojení této potřeby je důležité pro zdravé uvědomování vlastní identity. Váže se k němu osvojení zdravých společenských rolí a hodnotových cílů. Poslední potřebou je potřeba otevřené budoucnosti. Její uspokojení má vliv na podněcování a udržování životní aktivity a zamezuje stagnaci (Matějček, citován in Muhlpacher, 2002:31).

### **4.3 Fáze naplňování potřeb a vznik funkčního vnitřního modelu**

Pesso mluví o třech základních fázích naplňování potřeb podle fáze maturace. V první fázi se jedná o „doslovné naplňování potřeb“. Má vesměs materiální a fyzickou podobu a jeho naplňovateli jsou rodiče nebo pečovatelé. Potřeby se uspokojují formou sycení, krmení, chování a správně nastavenými limity. Druhou fází je fáze „symbolického naplňování“ potřeb. Rodiče nebo pečovatele poskytují dítěti na symbolické úrovni místo ve svém srdci, sytí jeho sebedůvěru, podporují jeho snahu, ochraňují jeho práva a definují meze (hranice). Třetí a poslední fáze se nazývá „dosažení autonomie“. Na základě předchozích fází se dítě postupně naučí autonomně naplňovat a uspokojovat vlastní potřeby. Díky tomu cítí místo ve svém těle a ve svojí mysli, podporuje se a ochraňuje. Samo je schopné se sytit pomocí vlastní snahy a vlastních aktivit. Samo si zároveň dává omezení a umí žít a fungovat v hranicích, které dává společnost (A.Pesso,D.Pesso, 2009:64-65).

Odborná vědecká veřejnost se na základě posledních poznatků domnívá, že dosažení autonomie, která je definována jako doba „zrání lidského mozku“, nastává mez třídvacátým a pětadvacátým rokem života (Vrtbovská, 2010:34).

Podle Pessa (2009) jsou dva základní zdroje, které ovlivňují lidské chování. Prvním z nich jsou genetické informace, respektive genetická výbava jedince. Za druhý zdroj se považuje individuální minulost. Ta představuje kromě kulturního prostředí jedince, ve kterém vyrůstá a které ho formuje, i osobní historii. Osobní historie chápeme jako souhrn všech zkušeností jak pozitivních, tak negativních. Obsahuje frustrace nebo uspokojení a naplnění potřeb. Chování člověka v přítomnosti vychází podle Pessa ze součtu těchto dvou zdrojů. Jak už bylo zmíněno, podle Pessa je pro ideální vývoj jedince nezbytné správné naplňování pěti základních potřeb. Slovem správně se v tomto případě myslí to, že potřeby jsou naplňovány ve správný čas a správnými lidmi. V případě, že rodiče nebo prvotní pečovatelé svou prací a péčí o dítě prováděli nedostatečně nebo v nesprávný čas, budou se v historii

člověka posléze objevovat deficity. Ty se mohou projevit v oblasti naplňování jakýchkoliv potřeb, vzájemně se sčítají a mohou se projevit v různém věku člověka. Naplnění potřeby probíhá v kruhu s následujícími etapami:

- 1) potřeba (energie)
- 2) akce
- 3) interakce (naplnění )
- 4) význam

(A.Pesso,D.Pesso, 2009:58-63)

Model potřeby si můžeme prezentovat na příkladu potřeby sycení hladu u malého dítěte. Dítě pociťuje nepříjemnou prázdnost v žaludku. S pocitem hladu cítí pocit osamění, cítí, že je na problém samo. Tento stav potřeby vyvolá energii-akci, jejímž úkolem je zajistit naplnění potřeby. Nejčastěji se jedná o pláč, křik nebo pohyb. Dítě očekává, že přijde někdo a nabídne optimální protitvar pro jeho konkrétní potřebu. V tomto případě by se jednalo o nasycení hladu i pozornosti spojené s projevem lásky ve formě hlazení a chlácholení. Pokud nastane ideální uspokojení, dítě získá zkušenost a do paměti se zanesou záznamy komplexního zážitku. Ze správného protitvaru si dítě odnáší stěžejní informace. Zjistí, že hlad i osamění sice existují, ale nejsou neřešitelným problémem. Zároveň si odnáší pocit, že mít hlad neznamená být špatným dítětem. Utvrdí se v tom, že vynaložená energie přinesla ovoce a volat o nasycení mělo smysl. Dítěti se dostane informace o tom, že existuje někdo, kdo včas a rád uspokojí potřeby hladu a chová k němu city. V globálu dostane základní informaci o tom, že stojí za to, má smysl a je v souladu se světem, který o něj stojí a je dobrý. V případě, že se tento kruh akcí bude opakovat, stane se pro dítě vnitřním funkčním modelem sebeprožívání a chování. Tento záznam se uloží do paměti dítěte a hraje důležitou roli v dalších interakcích a situacích s blízkou osobou, ve kterých bude ovlivňovat nejen chování, myšlení a emoce, ale také očekávání od budoucnosti.

Co se tedy stane, když potřeba není uspokojena a na akci v podobě pláče a křiku rodiče nebo pečovatelé nereagují, nebo reagují nedostatečně a dítě nabídnou neadekvátní protitvar? Deficit se objeví na komplexní úrovni i v případě, že je potřeba uspokojena jen částečně. V případě opakování nedostatečného naplňování potřeby se vytvoří v paměti komplexní záznam o této situaci. Ten obsahuje zážitek potřeby i frustraci z jejího nedostatečného naplnění. Tento zážitek má velký vliv na vlastní vnímání a pojetí dítěte. To se začne vnímat jako negativní. Dítě zároveň pociťuje diskomfort a hledá náhradní řešení. A tak místo toho, aby křikem a pláčem volalo rodiče či pečovatele pro nasycení hladu, cucá cíp

peřiny. To platí i v případě, že se cítí osaměle. Tuto reakci vyvolala nedůvěra vůči dospělým, kterou si zafixovalo ve své paměti. Místo matky a otce používá v osamělosti plyšová zvířátka nebo ostatní hračky. Ve starším věku hledá pak takový jedinec silnějšího utěšitele, nejčastěji Boha nebo peníze. Další variantou je, že se malé dítě na základě nedůvěry k rodičům a dospělým obrátí jakoby samo k sobě a spoléhá dále už jen samo na sebe. Tento postoj nezmění ani pozdější uspokojení potřeb prostřednictvím dospělé osoby. V paměťovém záznamu zůstává jediným utěшитelem samo dítě. Takový jedinec bude do budoucna trpět potřebou kontroly ve všech věcech kolem sebe. Zároveň bude bez hraničně prosazovat svoji vůli, protože jeho paměťový záznam mu bude říkat „nevěř dospělým, nad tebe není“. V takovém případě se dítě stává samo sobě rodičem s pocitem omnipotentní moci. Právě tento pocit dítěti brání změnit svůj postoj (A.Pesso,D.Pesso, 2009:94-98).

Siřínek uvádí že z paměťových záznamů vzniká mapa, podle které řídíme naše očekávání v různých životních situacích. Dostane-li se nám častěji chladného odmítnutí namísto očekávaného přijetí, člověk si nese tuto zkušenost s sebou a vychází z ní i při dalších situacích. Následně má tendence vystavovat se odmítnutí, nebo chápat jako odmítnutí situace, kdy odmítán není. Tento přirozený sklon k opakování nazývá Pessa „opakování staré mapy“, jinými slovy vnitřní vracení se k negativní zkušenosti (Pesso citován in Siřínek, 2012).

#### **4.4 Důsledky deficitu pěti základních potřeb**

##### Deficit místa

V případě, že dojde k tomuto deficitu prostřednictvím odmítnutí prvního pečovatele, jedinec touží někam patřit, svoje místo na světě má však problém najít. Má snahu a tendence vztahovat se duševně mimo tento svět. Cítí se být z Marsu, z jiné planety. Často je jeho chování doprovázeno touhou po Bohu, nebi a jiném světě. Velmi často se zajímá o smrt a další morbidní věci. Mívá i sebevražedné tendence.

##### Deficit sycení

Člověk, který trpěl nebo trpí deficitem potřeby sycení, má tendence kupit a hltat jídlo. Zároveň velmi často trpí závislostí na přítomnosti a projevech druhého člověka. Deficit sycení vyvolává vnitřní pocit prázdnoty a nedostatku, který nelze ničím naplnit. V takovém případě dotyčné dítě nebo dospělého nic neuspokojuje, zároveň není schopno definovat, co vlastně potřebuje. Dítě může ve snaze a touze po nasycení začít krást a kupit věci.

### Deficit podpory

Deficit podpory se může projevit v podobě pocitu nejistoty a nedostatečného „uzemnění“. Jeho projevy mohou také vypadat jako poruchy rovnováhy. Člověk s deficitem podpory prožívá velmi často pocit neklidu, není schopen relaxovat, otevřít a odevzdat se druhému člověku. Dalším projevem tohoto deficitu bývají také časté pády na zem v období dětství. Mohou se vyskytovat i noční můry a sny o hlubokých pádech do neznámého prostoru nebo tendence k častým zraněním končetin, nejčastěji se jedná o zlomeniny rukou apod. Dotyčná osoba trpí slabou nebo žádnou sebedůvěrou. Podceňuje vlastní síly, cítí se permanentně slabá a neschopná.

### Deficit ochrany

Tento deficit způsobuje velmi často pocit bezmoci a vlastní nemožnosti. Dotyčná osoba velmi přecitlivěle reaguje na věci, které detekuje jako ne zcela bezpečné. Objevují se tendence k přecitlivosti, zranitelnosti, strachu a úzkosti. Deficit může způsobit až nezdravou otevřenost ke zraňujícím událostem, před kterými se člověk už neumí nadále ochránit, nebo se jim vyhnout. Nedostatek ochrany může vést k některým úzkostným poruchám.

### Deficit mezí a hranic

Nedostatek hranic způsobuje, že člověk nebo dítě nevidí a necítí hranice mezi realitou a fantazií v rámci naplňování svých zájmů. V takovém případě se projevuje jako destruktivní a jedná bez ohledu na druhé. Velmi často nezvládá svoji sexualitu. Ukotvení hranic v rámci výchovy dítěte zajišťuje to, aby se jeho základní životní síly ničivá a tvořivá nevyvinuly negativním směrem. V důsledku by to znamenalo, že by se jedinec choval zcela bezhraničně, a byl tak nebezpečný nejen sám sobě, ale také svému okolí (A.Pesso,D.Pesso, 2009:98-99).

## **4.5 Základní principy léčby v PBSP**

V PBSP se proces léčby odehrává na konzultacích a nazývá se strukturou. Klient si během ní vzpomíná na momenty v dětství, které pro něj byly bolestné. Tyto traumatické paměťové záznamy jsou následně nahrazeny alternativní zkušeností (představou ideálních rodičů nebo ideálního scénáře k dané situaci (Vrtbovská, 2010).

Perquin popisuje a definuje tento terapeutický prožitek jako korektivní emoční zkušenost ("*Antidotum*"). Ta sice nevy mazává starou mapu, ale funguje jako nová syntetická paměť poskytující alternativu ke klientovu předchozímu způsobu vnímání a jednání. Na základě získání tohoto alternativního podnětu verbální i neverbální cestou se u klienta začíná vyvíjet realističtější vnímání sebe sama i druhých. Díky tomu dochází k optimističtější rekonstrukci osobního nahlížení skutečnosti (Perquin, 2012).



## 5 TRAUMA A VÝVOJOVÉ KOMPLEXNÍ TRAUMA A JEHO NÁSLEDKY

Traumatizace je podle Pessa narušení procesu aktivity založené na propojování reakcí na viděné a zažívané impulsy s informacemi z genetické a individuální historie jedince. Je celkem přirozené, že naše tělo i mozek reagují instinktivně na vnější i vnitřní podněty. Při traumatickém ataku je však dopad na organismus nečekaně drtivý. Atak je ničivý, negativní, ohrožující a na jeho intenzitu nemůže být organismus připraven. Proto není schopný adekvátně reagovat. V případě, že dojde nebo dochází v dětství k závažnému traumatu, může se stát toto neléčené trauma zásadní překážkou v naplňování potřeb. To znamená, že sekundárně dochází u dítěte k deficitům. Z dlouhodobého hlediska se v takovém případě vyvíjí komplexní trauma. Pokud se komplexní trauma vyvine, dochází ke ztrátě základních schopností seberegulace a meziosobních vztahů. Děti se následně celoživotně potýkají s problémy, u nichž hrozí riziko, že se kvůli kumulaci stanou psychickými poruchami, formami závislostí, chronickým onemocněním apod. Takovým jedincům hrozí také problémy vznikající ve vztahu k rodině, k zaměstnání i k celkovému zařazení do společnosti (A.Pesso,D.Pesso, 2009:100-103).

Nejzásadnější rozdíl mezi termíny „trauma a komplexní vývojové trauma“ představuje faktor času. Vývojové trauma vzniká za předpokladu, že se trýznivá situace opakuje. Dítě jí přijímá jako převažující životní zkušenost a není mu poskytnuta adekvátní pomoc, podpora a ochrana. Vrtbovská popisuje následky vývojového traumatu následovně: *„U dítěte s raným traumatem dochází ke změnám ve vývoji mozku. Narušený vývoj způsobuje poruchy emocionality, kontroly impulsů, schopnosti regulace afektu . Dítě pak reaguje na svět a sociální interakci s rodiči, pečovateli i vrstevníky výrazně odlišně než běžná populace stejně starých dětí.“* (Vrtbovská, 2010: 52)

U těchto dětí se objevují neobvyklé a silné reakce a následně neobvyklé chování, které je vnímáno a považováno okolím za obtížné. Blízké okolí dítěte, ať už jsou to rodiče, náhradní rodiče, nebo pečovatelé, je vystaveno silnému tlaku plynoucímu z problémových projevů dítěte. Tento fakt u těchto lidí zvyšuje stres a snižuje rodičovské a pečovatelské schopnosti a kompetence. Hrozí zde předpoklad, že reakce těchto osob na stávající chování dětí nebudou správné a mohou mít patologický charakter. Na základě tohoto dítěte zažívá nové trauma, které prohlubuje jeho dříve získané symptomy. Byť není v současné době vývojové trauma zařazeno v americkém ani evropském systému psychiatrických diagnóz, je v moderním světě velmi používaným termínem pro specifické problémy dětí s těžkým začátkem života (Vrtbovská, 2010:52-53).

Vrtbovská uvádí níže uvedených sedm oblastí, které komplexní vývojové trauma negativně ovlivní.

*Komplexní vývojové trauma poškozuje několik domén:*

- 1) attachment (schopnost bezpečného citového pouta)*
  - 2) biologické aspekty*
  - 3) regulace afektu*
  - 4) disociace (rozpolcenost) alterace vědomí*
  - 5) regulace chování*
  - 6) poznávání a učení*
  - 7) sebe-pojetí*
- (Vrtbovská, 2010:54)

Jedna z typických situací pro vznik komplexního traumatu nastává v případě, že je dítě vystavené opakovanému rodinnému násilí. Důsledky, které si oběti opakovaného rodinného násilí, jemuž byly vystaveny v dětství, odnášejí do života, mohou mít mnoho podob. Tyto osoby trpí mnohem častěji poruchami příjmu potravy (přejídání i odmítání jídla, bulimie a mentální anorexie). Je u nich mnohem vyšší hrozba výskytu sebepoškozování a sebevražd. Zároveň je mnohem častěji než jejich vrstevníky ze zdravých rodin postihují psychosomatická onemocnění (stav, kdy se duševní napětí transponuje do tělesných příznaků a onemocnění). Děti z nefunkčních rodin, kde se vyskytuje domácí násilí, často inklinují k pouličnímu násilí a stávají se členy dětských nebo dospívajících gangů. Mají tendenci šikanovat ve škole své vrstevníky, nebo se stávají terčem šikany. Často fungují v obou rolích (tedy jak šikanujících, tak šikanovaných). Děti, v jejichž rodinách se běžně násilí vyskytuje, se častěji stávají mladistvými zločinci. Vznik a vývoj jejich kriminální kariéry neovlivňuje jen stres a narušené rodičovství, figuruje zde i nízká míra sebeúcty, pocit hanby a sebeobviňování. Byť se na kriminální kariéře podílí i genetický předpoklad, daleko větší podíl mají sociální vazby a prostředí. Prostřednictvím častého kontaktu s násilím vznikne v dítěti pracovní model světa jako nebezpečného místa. Násilí, které páchají rodiče, je v podstatě formou učení. Děti, které v takovém prostředí vyrůstají, se následně naučí zpracovávat veškeré i neutrální podněty jako podněty nepřátelské. Odlišné zpracovávání sociálních informací v dětském věku je předpokladem pro vyšší míru útočného chování ve věku pozdějším (Koukolík, Drtilová 1996:225-229).

## 5.1 Syndrom CAN

U klientů DPC se často vyskytují traumata, která úzce souvisí se syndromem CAN (Child Abuse and Neglect). Český výraz pro tento syndrom se nazývá „syndrom týraného, zneužívaného a zanedbaného dítěte. Často bývá definován jako „poškození fyzického, psychického nebo sociálního stavu a vývoje dítěte“. Podstatný je fakt, že toto poškození vzniká na základě nenahodilého jednání rodičů nebo jiné dospělé osoby a je v dané společnosti a kultuře posuzováno jako nepřijatelné. Za příznaky CAN se dají považovat následky aktivního ubližování nebo nedostatečná péče (Krejčíková, 2007:9).

Zanedbávání bychom mohli definovat jako poškozování dítěte nedostatečnou aktivitou rodičů nebo pečovatelů. Důsledkem toho dochází u dítěte k neuspokojování některých základních potřeb. Zanedbávání můžeme tedy rozdělit na zanedbávání tělesné, zdravotní, výukové, sociokulturní a emoční (psychická deprivace). Poslední zmiňovaná forma zanedbávání má nejzávažnější důsledky pro budoucí vývoj dítěte. V praxi dochází k paradoxním situacím, kdy je zanedbané dítě odebráno z rodiny a umístěno do ústavu, kde sice dojde k odstranění zanedbanosti, ale kde současně hrozí vysoké riziko vzniku závažnější psychické deprivace (Langmeier, Matějček, 1974:26).

Za další typ neadekvátního zacházení se považuje týrání. To se může vyskytovat ve formě tělesné i emoční. Za fyzické týrání se považuje vědomé tělesné ubližování. Emoční nebo také psychické týrání má podobu nadměrného kritizování, ponižování a citového vydírání. Vágnerová definuje týrání jako zneužívání psychické nadřazenosti dospělého a jeho moci nad podřízeným a závislým dítětem (Vágnerová, 2000:321).

Za týrání lze považovat i šikanu. Tou je myšleno záměrné a nevyprovokované užití síly jedince či skupiny vůči jinému dítěti. Účelem tohoto chování je působit bolest nebo tíseň (Koukolník, Drtilová, 1996:210). U mnohočetné oběti šikany může začít převládat pocit bezmoci a tendence k trvalé poslušnosti. Mohou se však objevit i prudké záchvaty brutální agrese, kdy se původní oběť stává týrající osobou vůči slabším jedincům (Vaníčková, 2007:79).

Oldřich Matoušek ve své publikaci „Rodina jako instituce a vztahová síť“ porovnává prostředí týraného a zanedbávaného dítěte. Je toho názoru, že agresivní rodič je schopen i přes neadekvátní a nezdravé chování s dítětem vstupovat do interakce. Týrané děti jsou následkem agresivního chování v porovnání se svými zdravými vrstevníky ustrašenější, nebo agresivnější. V rovině rozumových schopností s nimi však mohou udržet krok. Oproti tomu zanedbávané děti nemají důsledkem nezájmu rodičů dostatek podnětů pro rozvoj intelektu.

Opožďují se ve vývoji řeči a často se u nich objevují pohybové automatismy, které jim nahrazují chybějící podněty. Těžko navazují kontakty, mají problém se soustředěním. Jsou trvale v apatickém stavu, který občas přeruší stav krátkého vybuzení. Jsou necitlivé vůči ostatním. Matoušek uvádí, že společným rysem prostředí týraného a zanedbávaného dítěte je necitlivost k potřebám dítěte. Problém spočívá v osobnostních rysech rodičů a jejich schopnostech a předpokladech pro výchovu. Často se tito rodiče snaží dítě usměřňovat kritikou bez schopnosti posilovat žádoucí chování pozitivně. Mají problém ovládat agresivní impulzy a velmi rychle a snadno se dostanou do afektu. U rodičů v těchto rodinách se objevují rysy nezralosti, závislosti, frustrace, sníženého intelektu, duševní nemoci, nespokojenosti s vlastním životem. Celková atmosféra v rodinách tohoto typu a interakce mezi jednotlivými členy mají charakter odmítání, trestání, kritiky a nepřátelství (Matoušek,2003:111-115).

Bylo prokázáno, že zanedbávání a zneužívání dětí má vliv na pozdější vznik a vývoj poruchy osobnosti. Americký výzkum, který probíhal od roku 1975 až do roku 1993, testoval tuto teorii na dlouholetém sledování statisticky reprezentativního souboru 639 newyorských dětí. Na základě pozorování bylo zjištěno, že zanedbávání, tělesné anebo sexuální zneužívání vede ke čtyřikrát častějšímu výskytu poruchy osobnosti v rané dospělosti než v případě dětí, které zanedbávány nebo zneužívány nebyly (Koukolík, Drtilová ,1996).

Z vlastní praxe v rámci práce v domu na půl cesty mohu potvrdit, že u klientů trpících poruchou osobnosti (jakéhokoliv typu) se v osobní anamnéze a historii objevovaly masivně patologické jevy typu zanedbávání a zneužívání. A to bez ohledu na to, zda prožili dětství v nefunkční rodině, či ústavní péči.

## 6 CITOVÁ VAZBA A JEJÍ ROLE V PSYCHOSOCIÁLNÍM VÝVOJI ČLOVĚKA

Již jsme zmínili mnoho pohledů na základní potřeby, které jsou nezbytné pro zdravý vývoj dítěte. U všech přístupů byl kladen důraz na to, aby byly potřeby naplňovány v pravý čas a adekvátním způsobem, který by vedl k jejich uspokojení. Vysvětlili jsme si také příčiny vzniku komplexního traumatu a syndromu CAN. Pozornost jsme věnovali jejich vztahu k naplňování potřeb a psychosociálnímu vývoji. V následujících kapitolách bychom se podrobněji věnovali oblastem, na které může mít komplexní trauma neblahý dopad.

První z nich je vztahová vazba mezi dítětem a matkou nebo jiným přímým pečovatelem, vazba sama o sobě hraje významnou roli v následném vztahování dítěte k dalším lidem během celého života. Stejně jako neuspokojování potřeb, může mít nezdravá vazba mezi matkou a dítětem fatální dopad na další vývoj osobnosti daného jedince. Důvodem, proč se ve své práci zabývám poruchami attachmentu a dalšími dopady komplexního traumatu, je snaha odkrýt potenciální problémy psychosociálního rázu u klientů DPC. Od nich můžeme odvozovat komplikace a potíže, které řeší v běžném životě a které s volným časem úzce souvisí.

Psychiatr a psychoanalytik John Bowlby (1907-1990) byl jedním z nejvýznamnějších teoretiků psychologické vědy, který se zabýval významem citového pouta pro zdravý vývoj osobnosti. Byl průkopníkem teorie attachmentu, která popisovala význam milující mateřské postavy a bezpečné citové základny rodičů ve zdravém vývoji dítěte. Jeho teorie měla veliký vliv na rozvoj moderní vývojové psychologie a postupem doby byla potvrzena studiem vývoje mozku. Při svém studiu Bowlby vycházel ze své letité zkušenosti v rámci práce s dětmi se závažnými poruchami chování. Jednalo se zpravidla o mladé kriminálníky a těžce narušené mladé lidi, u kterých si Bowlby všimnul vazby mezi vážnými poruchami a historií spojenou často se ztrátou matky a životem v týrajícím prostředí sirotčinců. Závěry z jeho studií potvrzovaly teorii, že dítě se rodí s vrozenou potřebou vztahování se k blízkému člověku. Znamená to tedy, že v případě separace od matky, zlého a necitlivého rodiče nebo pečovatele dítě nedojde k naplnění základní vývojové potřeby. Touto skutečností dochází ke vzniku zásadní poruchy citového pouta (Vrtbovská, 2010:16).

## 6.1 Okolnosti vývoje zdravé vazby a teorie attachmentu

Nastínění ideálního obrazu vývoje podle Bowlbyho by mohlo vypadat asi následovně: Dítě získává zkušenost z péče podporující a spolupracující matky a o něco později otce. Tato zkušenost mu dává pocit vlastní hodnoty, díky ní věří v užitečnost druhých lidí a pozitivní příznivý model, podle kterého bude navazovat budoucí vztahy. Díky zkušenosti může také s důvěrou prozkoumávat své prostředí a účinně s ním zacházet. Prostřednictvím toho získá pocit posílení vlastních kompetencí. Pokud jsou od toho okamžiku rodinné vztahy stabilně příznivé, tyto prvotní vzorce myšlení, chování a cítění přetrvávají a posilují se. Dochází k rozsáhlejšímu strukturování osobnosti směrem k mírné sebekontrolě a odolnosti, což má trvalejší charakter, a to i za nepříznivých okolností. V případě, že ranné dětství není zcela ideální a pečovatel či matka nespolupracuje a nepodporuje do takové míry, projeví se to na zkušenostech dítěte. To ve výsledku vede k osobnostním strukturám se sníženou odolností a narušenou sebekontrolou. Dochází ke vzniku labilních struktur, které jsou trvalého charakteru. Takovéto strukturování osobnosti velmi ovlivňuje reakce dotyčné osoby na budoucí nepříznivé situace. Mezi ty nejdůležitější a nejvíce citlivé události patří v tomto případě odmítnutí, odloučení nebo ztráta (Bowlby, 2010:58-61).

Termínem attachment je označováno citové pouta nebo vazba. Jak již bylo zmíněno, prvním, kdo se problémem citové vazby zabýval, byl ve čtyřicátých letech dvacátého století anglický psychiatr a psycholog John Bowlby. Od toho okamžiku se stal tento problém velmi často diskutovaným a bádáním tématem. Český ekvivalent pro výraz attachment bychom velmi těžko hledali, asi nejvíc se blíží výraz citové pouto. Tímto poutem je myšleno výhradně citové připoutání dítěte k jeho dospělému pečovateli (nejčastěji rodiči). Toto připoutání se pojí s emocemi a pocity. Zjednodušeně řečeno je člověku v blízkosti pro něj významného člověka dobře a cítí náklonnost a lásku. Pocity však nemusí být jen příjemné. V případě, že je blízkost doprovázena negativním až traumatickým bolestným prožitkem, uloží si naše paměť takovou zkušenost jako nepříjemnou a bude se jí chtít příště vědomě nebo méně vědomě vyhnout. Tato zkušenost se tedy stává procesem tvorby pozitivních a negativních citových vztahů. Nejedná se čistě o naši volbu. Tento proces je vrozený geneticky daný systém. Díky němu se orientujeme ve světě, který nás obklopuje (Vrtbovská, 2010:10-13).

*„Jednoduchým příkladem pro tento obecně známý jev by bylo například místo, kde jsme prožili nějakou důležitou událost spojenou se vztahem. Místo první schůzky s milovaným partnerem bude pro nás místem krásným a milým, kam budeme nadále rádi chodit. Naopak*

*místo, kde jsem se dozvěděli tragickou zprávu nebo jsme zažili hrůznou událost, v nás bude vyvolávat strach, úzkost a touhu se mu vyhnout.“ (Vrtbovská, 2010:11)*

## **6.2 První připoutání - jeho okolnosti a zásadní vliv**

Základ citového pouta tkví v genetickém principu přežití a předání života dál. Malé dítě potřebuje a intuitivně očekává dobrého rodiče. V případě, že se tento předpoklad vyplní, vytvoří se pevné a bezpečné pouto mezi dítětem a jeho pečovatelem. Když se rodiče či pečovatel staví k dítěti negativně a vystavují ho negativním emocím, dítě se i přes tento fakt podřídí genetické potřebě připoutání. Vazba se však bude pojít s pocity strachu, negace a nenávisti vůči sobě i druhým. Dítě však nemůže z tohoto vztahu utéci, protože je na rodičích či pečovateli závislé. Emocionální prožívání má pro člověka zásadní význam, díky němu poznává význam věcí, situací a lidí. Podle tohoto zjištění poté koordinuje volby i svůj život. Obecně a zjednodušeně se dá konstatovat, že když se bezpečné situace, prostředí a kontakty s lidmi opakují a vyvolávají v člověku pozitivní emoce, je celkem jisté, že se k nim člověk citově připoutá. V takovém případě toto pouto neohrozí ani přechodný problém, protože člověk čerpá z předešlé pozitivní zkušenosti. Leckdy se tento vztah může takovou epizodou ještě posilnit (Bowlby 2010:68-71).

Péče rodičů poskytovaná v období prvních let života (do tří až pěti let) představuje pro dítě zásadní model prožívání sebe sama a okolního světa. Vývoj mozku i centrální nervové soustavy není zdaleka dokončen. Je prokázáno, že mozek se vyvíjí až 25 let. Mozek dítěte si z raných zkušeností vytváří základní vnitřní mapu zážitků. Podle této mapy určuje, co je dobré a co nepříjemné a jak se s tím vypořádat. Rodiče či pečovatelé jsou pro dítě dominantními a primárními bytostmi. Jak již bylo řečeno, pro vývoj attachmentu bez poruch je stěžejní zažití bezpečného stálého vztahu s pečující osobou. To obnáší 10 000 drobných vzájemných interakcí mezi dítětem a jeho pečovatelem. V případě, že dítě nemá pečovatele v rozsahu týdnů a měsíců nebo když se pečovatelé střídají (jak je tomu v kojeneckých ústavech a dalších ústavních zařízeních), u dítěte se nevytvoří bezpečný attachment. Zdravé dítě již v jednom roce vnímá a uvědomuje si krátkodobou absenci matky jako přechodnou. Dítě s poruchou attachmentu tohle nedokáže a vnímá absenci jako trvalou. Důsledkem toho nejsou pro dítě dospělí důležití. Zároveň dítě neví, kdo vlastně je, jeho identita se proměňuje v závislosti na prostředí a jedná ad hoc. Nemá schopnost jakékoliv regulace emocí a rutinní disciplíny rodičů nebo společnosti vnímá jako nesmyslný nárok. Tyto věci si interpretuje jako

zprávu „jsou na mě zlí, nemají mě rádi, nic neznamenám, myslí si, že jsem špatný“. Takovéto vnímání běžných interakcí přináší dítěti frustraci. V případě léčby a terapie stojí velké úsilí rozbít tuto utkvělou představu. Děti se často velmi brání informaci a představě, že je má někdo rád. Daniel Hughes, přední současný odborník na dyadickou vývojovou psychoterapii, která se léčbou poruch attachmentu zabývá, je toho názoru, že pro vývoj zdravého bezpečného attachmentu je zapotřebí, aby rodič splňoval určitá kritéria. Musí být vždy dostupný, vnímavý a musí na dítě reagovat. Reakcemi na dítě se myslí zvládnání interaktivních operací v případě, že se ve vztahu rodiče s dítětem něco pokazí. Rodič je tím, kdo by měl iniciovat nápravu. Velmi důležitou podmínkou pro vývoj bezpečného attachmentu je attachmentová historie rodiče. Mezi rodičem a dítětem panuje intersubjektivita. Dítě vnímá samo sebe skrze to, jak ho vnímá rodič (Cesta k rodičům, 2012).

### 6.3 Typy attachmentu

Mary Ainswortová (1913-1999) byla významnou psycholožkou výzkumníci a blízkou spolupracovnicí Johna Bowlbyho. Její výzkumy přispěly nemalou měrou k teorii attachmentu a staly se důležitou součástí Bowlbyho práce. Její snaha spočívala ve výzkumu nástrojů pro průkazné vyhodnocení míry bezpečného attachmentu. K tomu využila pozorování vzájemných interakcí mezi rodičem a dítětem během prvního roku života dítěte. Ainswortové se nakonec podařilo vytvořit diagnostickou metodu, která určovala nejen typ attachmentu u dítěte, ale i styl rodičovské péče. Výzkum byl založen na pozorování dětí v sociálně neobvyklých situacích. Neobvyklá situace má osm krátkých dějství a zaměřuje se na vztahování k matce a cizí osobě.

- 1) Příchod matky a dítěte do místnosti s hračkami
- 2) Matka s dítětem zůstává v místnosti zcela sama
- 3) Příchod cizí osoby
- 4) Matka odchází z místnosti, cizí člověk v místnosti setrvá s dítětem
- 5) Matka přichází zpět a naopak cizí člověk jde pryč
- 6) Matka opět opouští místnost, dítě je v ní zcela samo
- 7) Cizí člověk přichází do místnosti a snaží se dítě utišit a konejšit
- 8) Matka se vrací do místnosti

(Vrtbovská 2010:25-26)



Děti podle reakcí na situace rozdělila do několika skupin. Děti, které vyhledávaly matku v momentě, když se ocitly v tísnivé a stresové situaci, ale byly si jisté její přirozenou dostupností, zařadila Ainsworthová do skupiny dětí **s bezpečným (jistým) citovým poutem**. Tyto děti bývají rozrušené, když je matka opustí, a s nadšením ji vítají, když se opět vrátí. Když je matka objímá a chlácholí, vřele jí to opětují. U takových dětí lze konstatovat, že se jejich rodiče snaží být co nejvíce dostupnými a jsou otevřeni vzájemným interakcím s dítětem. Svým chováním pomáhají dítěti vytvořit bezpečné a jisté citové pouto. Zároveň se na základě signálů vyslaných dítětem snaží naplňovat všechny jeho potřeby. V populaci je zhruba 55-65% dětí tohoto typu.

Druhou skupinu tvořily děti, které se vyznačovaly odlišnými projevy. Tyto děti velmi těžce prožívaly odchod matky, ale zároveň se nebyly schopny uklidnit, když se vrátila nazpět. Jejich chování se projevovalo jako neustálé bojování s matkou v podobě pláče, kopání. Chovaly se velmi rozporuplně. Byly zároveň velmi úzkostné, lepily se na matku a vyžadovaly neustálou pozornost. Ainsworthová usoudila, že rodiče těchto dětí se projevují tím, že jejich chování vůči dětem je nekonzistentní. Střídavě jsou a nejsou k dispozici dítěti. Naplňování potřeb dítěte realizují podle vlastních pocitů, které dávají dítěti najevo. Tím, že se děti chovají úzkostně i po příchodu rodiče, poskytují důkaz, že nejsou přesvědčeny o trvalosti a pevnosti rodiče. Tento druh citového pouta k matce nazvala Ainsworthová **úzkostným rozporuplným typem**. V populaci bychom našli zhruba 5-15% dětí s tímto vztahovým problémem.

Do třetí skupiny zařadila Ainsworthová děti chovající se ještě odlišněji. Tyto děti působily sebevědomě nezávisle, nedělalo jim problém navazovat kontakty. Věnovaly se hrám s hračkami a sem tam se okem ujistily o přítomnosti matky. V momentě, kdy se objevila cizí osoba, zpozorují ji, ale opět se věnují hře. Když je cizí osoba vyzvala ke hře, velmi lehce se zapojily. V momentě odchodu matky takové dítě plakalo, ale velmi rychle ho utišila a ukonejšila cizí osoba a po chvíli se opět věnovalo samostatné hře. Po příchodu matky za ní dítě lezlo, ale nedívalo se jí do tváře a projevovalo odpor, když je matka chtěla zvednout. Když je nakonec matka zvedla, dítě odklánělo hlavu a nedívalo se jí do tváře. Po druhém odchodu matky dítě opět posmutnělo, ale znova se nechá velmi rychle uklidnit cizí osobou. Když se vrátí matka, jen se na ni podívá a nic nepodniká. Když místnost opustí cizí osoba, je chvíli zaražené, ale za moment se již opět věnuje hře. Tyto děti se projevují jako méně závislé na matce jako na ztělesnění bezpečného zázemí. Po odchodu matky jsou rozrušené stejně jako děti s bezpečným attachmentem, když se však matka vrací do místnosti, nejeví o ni zvláštní zájem. Ainsworthová tento typ citového pouta nazvala **typem vyhýbavého attachmentu**.

Rodiče dětí s typem vyhýbavého attachmentu nejsou k dětem citliví a vnímaví, dalo by se říct, že jsou často citově nepřítomni. Projevují vůči dítěti odmítání a odpor. Výsledkem je postupná ignorace a nevyhledávání blízkosti ze strany dítěte. Výskyt poruchy attachmentu tohoto typu se v populaci pohybuje kolem 30%.

O mnoho let později prokázaly studie dvou odborníků na raný vývoj dítěte M. Mainové a J. Salomonna další kategorii porušeného a nejistého attachmentu. Stejně jako Ainsworthová prováděli výzkum pomocí pozorování miminek. V jejich případech šlo konkrétně o děti, které v prvním roce svého života utrpěly trauma. Tyto děti se po návratu matky zpět do místnosti chovaly dezorientovaně a dezorganizovaně. Otáčely se kolem dokola, chvíli směrem k matce, chvíli od matky. V jejich chování se střídaly stavy zamrznutí, extrémního vzrušení a chaotického chování. Vědci tento typ nazvali **dezorganizovaný a dezorientovaný typ attachmentu**. V rámci běžné populace je výskyt této poruchy attachmentu cca u 20% dětí. Pokud bychom však měřili míru této poruchy attachmentu u dětí zneužívaných, zanedbaných, nebo týraných, zjistili bychom, že se objevuje v 80% případů. Pozorováním těchto dětí se přišlo na to, že v jejich těle se vyskytuje a vytváří vyšší hladina stresového hormonu kortizolu a mají vyšší tepovou frekvenci než jakákoliv jiná skupina s odlišným typem attachmentu. Výzkum Mainové a Solomana také prokázal, že tyto děti mají výrazně nižší práh frustrační tolerance a stresu. Dezorientace a dezorganizace ve vztahu k rodiči se projevuje tím, že děti namísto zažívání bezpečí a klidu ve společnosti rodiče cítí naopak napětí, neklid a negativní očekávání. A to bez ohledu na to, jak se rodič chová. Na základě tohoto vzorce chování nejsou děti schopny zvládnout jakoukoliv emociální interakci či jakýkoliv nárok.

Dalším typem poruchy attachmentu je porucha, která se nazývá no attachment, v překladu **žádné citové pouto**. Tato porucha se vyskytuje u dětí, které byly opuštěny ihned po svém narození a v prvních třech letech nezažily péči rodičů, ale vyrůstaly v ústavních zařízeních. V takovém prostředí dítě žije ve velké skupině dětí a neustále dochází ke střídání pečovatелů nebo vychovatelů. Kvůli tomu je funkce attachmentu opět významně narušena. Dítě se fixuje a upoutává nahodile a krátkodobě, většinou v momentě, kdy se objeví dočasný zdroj blaha a bezpečí. Ve starším věku se může u těchto dětí často rozvinout citová plochost, disharmonický vývoj osobnosti, porucha empatie a sociálních vztahů. U poruchy typu žádného attachmentu hrozí vysoké riziko vývoje asociální osobnosti (Vrtbovská, 2010:25-30).

Německý psychoanalytik Karl Heinz Brisch rozšiřuje typologii poruch vztahové vazby na osm druhů. Zmíníme zde však jen dva, které jsou úzce spjaty s ústavní výchovou. Prvním z nich je **absence vazebného chování**, která by se dala přirovnat k „žádnému citovému

poutu“. Brisch uvádí, že chování dětí nebo mladých lidí s tímto typem poruchy nápadně připomíná autistické chování. Rozdíl je v tom, že autismus je většinou spojen se symptomy dalších problémů.

Druhým typem je **nediferencované vazebné chování**. Toto chování se projevuje tím, že dítě nebo mladý člověk nedělá rozdíly mezi vztahovými osobami. V praxi to vypadá tak, že jedinec chová zcela stejné sympatie jak k osobě blízké, tak k osobě úplně cizí. Toto vazebné chování bývá označováno také jako promiskuitní vazebné chování. Obě zmíněné poruchy vazebného chování se často objevují u dětí, které prošly ústavní výchovou nebo u kterých docházelo či dochází k častému střídání vazebných osob (Brisch, 2011:98-99).

Mnozí klienti domu na půl cesty prožili celý život nebo první roky svého života v ústavních zařízeních. Zmiňované aspekty chování (citová plochosť, porucha empatie a sociálních vztahů) jsou u nich po pár měsících pobytu v DPC identifikovatelné a patrné. Terapeuti DPC používají pro detekci zmiňovaných poruch attachmentu speciální metodu, takzvanou AAI neboli Adult Attachment interview.

#### **6.4 Faktory ohrožující rozvoj bezpečného a pevného attachmentu a ohrožené skupiny**

Níže uvedené faktory mohou výrazně negativně ovlivnit vývoj citového pouta dítěte k rodiči:

- *Předporodní stres, např. matka si ubližuje nebo zažívá domácí násilí*
- *Užívání alkoholu nebo drog během těhotenství*
- *Dítě se narodí nedonošené*
- *Lékařské komplikace během růstu v děloze a při narození*
- *Úmrtí v rodině*
- *Dítě je handicapované, rodiče nebo pečovatelé nezvládnou své emoce ani péči*
- *Zanedbávání*
- *Citové týrání*
- *Sexuální zneužívání*
- *Fyzické týrání*
- *Domácí násilí*
- *Nestabilní domov*
- *Chudoba a s ní spojené sociální vyloučení, ztráta víry v budoucnost*

- *Opuštění dítěte po narození, v raném věku*
- *Duševní onemocnění nebo závažnější potíže rodičů nebo pečovateli*
- *Rané umístění dítěte do ústavní péče (kojenecký ústav)*
- *Několikeré umístění do dětských domovů během raných let dítěte*

(Bomber citován in Vrtbovská, 2010:62 )

Nyní se zkusíme trochu podrobněji věnovat jednotlivým faktorům. Zaměříme se hlavně na kategorie, které se často objevují v osobní historii klientů DPC.

Mezi první kategorii patří **děti opuštěné v prvním období po porodu a umístěné v ústavním zařízení.**

Ačkoliv je dítě donošené a narodí se spontánním porodem, zůstává zde silná potřeba a očekávání péče ze strany matky. Tu nemohou nahradit školené a milé sestřičky ani prostředí komfortního a moderního dětského oddělení se spoustou hraček a pravidelnou zdravou stravou. Opět zde budeme opakovat již nesčetněkrát doložený fakt, že dítě potřebuje jednu pečující bytost (v ideálním případě svou biologickou matku, která je dítěti k dispozici 24 hodin denně po sedm dní v týdnu). V případě, že biologická matka z jakýchkoliv důvodů nemůže o své dítě pečovat, může být nahrazena jinou osobou v podobě pečovatelky. Často to bývá pěstounka nebo adoptivní matka. Dítě si postupně k náhradní matce vybuduje za předpokladu adekvátní péče citovou vazbu stejně jako by si ji vybuodovalo za ideálních okolností se svou matkou. Bohužel pracovní podmínky v kojeneckých ústavech neumožňují přiřadit ke každému dítěti jednu sestřičku, která by měla dítě v intenzivní a stálé péči. Praxe naopak ukazuje, že jedna sestřička má na starosti během své pracovní směny šest i více miminek. Vývoj attachmentu u malého dítěte může negativně ovlivnit už i krátkodobý pobyt v nemocnici nebo kojeneckém ústavu. Za krátkodobý pobyt je v tomto případě považován časový interval v rádech týdnů až měsíců. U dětí, které jsou dočasně hospitalizovány nebo umístěny v kojeneckých ústavech, nedochází k zásadnímu zanedbávání potřeb. Problémem je jejich nesprávné naplňování. Je zde absence rezonance a citového a intuitivního empatického napojení dvou blízkých bytostí, jako je tomu v případě ideální péče biologické nebo náhradní matky ( Vrtbovská 2010:62-64).

Děti vyrůstající v institucionální péči postrádají modely vztahů v rodině i širší společnosti. Režim instituce jim dává mnohem méně prostoru pro vlastní iniciativu a učení se zodpovědnosti. Péče ve velkém kolektivu instituce je nedostatečně individualizovaná a

zpravidla se omezuje jen na sycení základních fyzických potřeb. Činnost dětí v těchto zařízeních bývá pečlivě strukturována, což omezuje jejich individuální rozvoj.

(Langmeier, Matějček, 1974:75).

Pro zdravý vývoj dítěte není důležitá jen adekvátní péče a pozornost matky či pečovatele. Důležitost má také pevné místo v síti rodinných vztahů a jasná očekávání vztahující se k jednotlivým rodinným pozicím (Matoušek, 1999:66).

### Děti zanedbávané, týrané, zneužívané a odebrané

U této skupiny dětí velmi často dochází na základě jejich nepříznivé situace k zásahům orgánů sociálně – právní ochrany dětí. Mohou být také na základě šetření těchto orgánů umístěny v ústavním zařízení a následně v náhradní rodinné péči. Je třeba si uvědomit, že tyto děti zpravidla prožily kombinaci zmiňovaných rizikových faktorů. Kromě velmi významné ztráty fungující rodiny mohou hrát roli i přesuny v rámci umístování dítěte po síti dětských domovů či výchovných ústavů. Byť se tyto instituce po devadesátých letech snažily určitým způsobem reformovat, základní model výchovy v nich přetrvává. Kolektivní rezidenční zařízení, kde se personál pravidelně střídá, nedokáže adekvátně naplňovat vývojové potřeby dítěte. Ublížování ze strany rodičů nebo pečovatelů není schopno dítě emocionálně unést. Nemá schopnosti ani kapacitu pro vypořádání se s neschopností svých rodičů či pečovatelů, kteří selhávají v péči a naplňování jeho potřeb (Vrtbovská 2010:64-65).

Mulpacher zkoumá příčiny násilí na dětech a popisuje několik faktorů vzniku. Velkou roli hraje vlastní zkušenost z dětství, kterou rodiče přejímají a aplikují poté na své dítě. Příčinou negativního chování vůči dítěti může být i vzájemný vztah mezi oběma rodiči. Vliv mají i skutečnosti, které předcházely narození dítěte, a také jeho případné handicapy. Mulpacher v této souvislosti uvádí na prvním místě lehkou mozkovou dysfunkci, která není na první pohled patrná. Tato porucha se projevuje především změnami chování dítěte. Děti postižené lehkou mozkovou dysfunkcí jsou většinou neklidné a mají problém se soustředit. Často bývají neobratné, hlučné a mají problémy v sociálním kontaktu. Často se v jejich výchově objevují velmi tvrdá výchovná opatření a tělesné tresty, ty jsou však spíše kontraproduktivní, neboť dítě s LMD uvedou do ještě většího napětí a zvýší jeho úzkost a neklid (Mulpacher 2002:75).

Dítě je do věku 6 - 7 let naprosto bezmocné a je zcela v rukou svých rodičů či pečovatelů po 24 hodin denně. Denní realitou tak pro dítě může být nedostatečná péče nebo vystavení traumatickým zážitkům typu sexuálního, fyzického nebo emocionálního

zneužívání. I v případě, že dítě bude z takového prostředí vysvobozeno, odnáší si s sebou tuto traumatizující zkušenost ve své emocionální a kognitivní paměti. Zkušenost s sebou nese i způsoby, jak v takové situaci přežít. U dítěte se objevují projevy chování typu křiku, pláče, neklidu, psychomotorických projevů (např. tlučení hlavou o zed'). Mohou se vyskytovat i agresivní projevy vůči věcem nebo zvířatům (Vrtbovská 2010:64).

#### Dítě v péči matky s vážnou poruchou attachmentu nebo dalšími psychickými poruchami

Psychické problémy daného rodiče či pečovatele mohou plynout z jeho bolestného dětství a sám například neměl doposud možnost svoje trauma pochopit a zvládnout. Některé psychické problémy jsou vrozené a geneticky dané, jiné mohou být následky rozpadů vztahů, složitých bolestných rozvodů a soudních pří o majetek a potomky. V podstatě všechny tyto problémy mají za následek fakt, že díky nim je kapacita rodiče či pečovatele výrazně omezena. Rodič tak nemůže být dobrým pečovatelem oporou a podporou pro své dítě a zároveň není schopen naplňovat jeho vývojové potřeby. To s sebou často nese negativní dopad na tvorbu bezpečného citového pouta mezi rodičem a dítětem. Zároveň je zde vysoká hrozba náchylnosti těchto „oslabených rodičů“ k občasnému týrajícímu nebo zanedbávajícímu chování (Vrtbovská, 2010:65).

Chování dítěte (např. pláč nebo křik) může u rodičů s traumatem představovat spouštěč jejich prožitých traumat. Křik a pláč dítěte rodičům totiž připomene jejich vlastní pláč a křik při prožívání traumatických situací. U rodičů se pak může objevit disociační nebo s traumatem spojené chování, které dítě děsí (Brisch, 2011:91).

#### Děti v ústavní péči od svého narození

Děti v této skupině jsou fenoménem České republiky a východní Evropy. Ve vyspělých západních státech s tímto jevem nemají zkušenost, protože u nich funguje náhradní rodinná péče a každé takové dítě putuje do rodiny, nikoliv do péče zdravotnické instituce (Vrtbovská, 2010).

Citové vztahy v takovýchto kolektivních zařízeních jsou však oproti rodinné výchově mělké a povrchní a trvají zpravidla jen do té doby, dokud probíhá přímý styk mezi dítětem a vychovatelem. Příkladným ukazatelem je fakt, že děti, které přešly z dětských domovů do

pěstounské péče, velmi rychle zapomínají na vztahy a osoby svých dřívějších vychovatelů (Matějček 1994).

Pobyt v instituci od rané fáze života má za následek specifickou formu poruchy attachmentu, tzv. nulový attachment. Takové malé dítě vnímá lidské bytosti stejně jako cokoliv jiného. Považuje člověka za něco proměnlivého, co vstoupí do jeho života a zase odejde. Pokud je člověk přítomný, dítě se s ním potěší, ale nepoutá se k němu. Dítě s takovou poruchou si pro přežití vytvoří řadu náhradních malaadaptivních mechanismů a vnitřních struktur, díky kterým bude jeho cesta do náhradní rodiny velmi obtížná (Vrtbovská, 2010).

## **6.5 Projevy chování u dětí s poruchami attachmentu**

Nezákladnějšími rysy symptomů u dětí s poruchou attachmentu je neschopnost se připoutat. Děti s takovými příznaky chování zažily a integrovaly trauma natolik, že permanentně vnitřně cítí prázdnotu, strach, osamělost, beznaději a zoufalství. V takovém psychickém rozpoložení není dítě schopno užívat klidu, přívětivosti a bezpečí náhradní rodiny. Je to výsledek dlouhodobého zklamávání a bolesti, které zapříčinily, že geneticky založená touha po blízkosti dospělého a po lepším domově se rozplynula. Noví náhradní rodiče na takovou situaci nejsou často připraveni a reakce dítěte je zaskočí a frustruje. Takové dítě se potřebuje znovu naučit, jak se připoutat, a náhradní rodiče a pečovatelé vůči němu nemohou používat stejných výchovných metod a stylu jako na své další potomky či svěřené děti. Náhradní rodiče musí po malých krůčcích dítě s poruchou attachmentu naučit, jak se k nim přiblížit a jak jim důvěřovat. Tato cesta je po všech stránkách velmi náročná a pro dosažení kýženého cíle budou rodiče potřebovat pomoc zkušeného terapeuta, který jim v jejich úsilí bude nápomocen (Vrtbovská, 2010:68-69).

Mossová rozděluje chování dětí s problematickým attachmentem do pěti skupin. Do první z nich zařadila neschopnost uspokojovat se a angažovat ve vztazích. Patří sem nediferencované projevy náklonnosti k cizím lidem, neschopnost dávat i přijímat lásku. Druhá skupina obsahuje špatné příčinné chování, ke kterému se váže velmi slabá schopnost učit se z chyb, ale také poruchy učení a špatná seberegulace. Ve třetí skupině se nachází poruchy emočního vývoje (poruchy řeči a zvláštní hygienické a stravovací návyky). Čtvrtá skupina obsahuje poruchy týkající se nedostatečného rozvoje svědomí (chronická neúčelná lhavost, destruktivita k sobě i k okolí, krádeže). Pátá a poslední skupina zahrnuje poruchy týkající se negativního attachmentového vztahu v rodině. Dítě se chová tak negativně, že

tomu ostatní členové rodiny nemohou ani předcházet. Vztahové propojení mezi rodičem a dítětem na základě tohoto chování výrazně opadá a vzdaluje se (Mossová, 2013) .

Pro dokreslení projevů chování u dětí s poruchou citového pouta přikládám níže uvedený seznam. Tímto chováním se projevují jednak děti s poruchou citového pouta, a také děti, které v rozmezí 0-5 let prožily vývojové nebo rané emocionální vztahové trauma. Hlavní roli u obou typů dětí hraje vždy nedostatečná nebo žádná důvěra k mateřské postavě, která se postupem času rozvine v nedůvěru vůči všem ostatním lidem. Projevy následků hlubších poruch citového pouta mohou vypadat následovně :

- *dítě se umí chovat umělým a nepřirozeným způsobem mile*
  - vyhýbá se očnímu kontaktu*
  - nerozlišuje náklonnost k blízkým a cizím osobám*
  - nepozornost, poruchy pozornosti*
  - destruktivní chování k věcem, ostatním i k sobě*
  - kruté chování ke zvířatům*
  - lhaní, primární lhaní i v situacích, kdy pravda je zcela zjevná*
  - přetrvávající nesmyslné otázky a „povídání“*
  - neobvyklý způsob mluvy*
  - nenormální „lepení se“ na rodiče nebo jiné osoby, požadavky a příkazy*
  - nízká schopnost kontrolovat impulsy*
  - poruchy učení*
  - *neschopnost vztahovat k sobě příčiny a následky*
  - nerozvinuté vědomí, sebereflexe, vhled*
  - nenormální způsoby jídla, poruchy příjmu potravy*
  - slabé vztahy s vrstevníky*
  - speciální obsedantní zájem o oheň*
  - nenormální sexuální chování*
- (Vrtbovská, 2010:70)

## **6.6 Základní principy léčby v DDP**

Léčba v dyadické vývojové terapii je založena na přijetí, empatii, pocitu bezpečí a emocionálního naladění. Při terapii se zatímco účelem používá řada technik a metod, včetně



psychodramatu a jiných her. Klíčovým prvkem je udržet emocionální naladění s dítětem. Důležitým krokem pro úspěšnou terapii je aktivní spolupodílení a spolupráce rodičů na léčbě. V dyadické vývojové psychoterapii je také zásadní exponovat trauma, které si dítě znova prožije a zpracuje. K tomu je však zapotřebí nastavit bezpečné prostředí jak doma, tak ve škole (Becker-Weidman, 2007).

Daniel Hughes toto bezpečné prostředí nazývá „place“. Je tím myšlen léčivý prostor, který terapeut a rodiče vytvářejí a díky kterému může dítě projít uzdravujícím procesem. „Place“ obsahuje prvky, které jsou stále přítomny při léčbě i péči o dítě. Jedná se o hravost, lásku, přijetí, zvědavost a vcítění (Hughes, 2013).

## 7 DALŠÍ OBLASTI OHROŽENÉ NEGATIVNÍM DOPADEM KOMPLEXNÍHO TRAUMATU

V této kapitole zmíníme další domény, které ohrožuje vliv komplexního traumatu. Zaměříme se hlavně na ty, které souvisí se schopností socializace, navazování vztahů a schopností seberealizace.

### Porucha regulace afektu

Posttraumatické narušení attachmentu může způsobit problémy regulace afektu. Pro regulaci afektu je stěžejní přesná identifikace vnitřních emočních prožitků, ta se však neobejde bez schopnosti rozlišení mezi stavy zvýšené aktivizační úrovně (nabuzení) a stavem klidu. K tomu se váže schopnost správně interpretovat tyto stavy a zařadit je odpovídajícím způsobem („jsem šťastný, nebo mám strach“). Bylo prokázáno, že týrané nebo zanedbávané děti mají již ve věku 30 měsíců deficit v rozlišování vlastních i cizích afektivních stavů. Zdravé dítě by po rozpoznání emočního stavu mělo být schopno vyjádření emoce a modulovat nebo regulovat vnitřní zkušenost (Pothe, 2009).

Peter Pothe ve svém článku v časopise Psychoterapie píše o tzv. mentalizaci. Tou je myšlena schopnost identifikovat, reflektovat a transformovat u mentálních obrazců srozumitelné významy. Pothe přímo uvádí, že: *„Intrapsychická realita dítěte je hybatelem i klíčem jeho sociálního chování a vztahů. Podmínkou ovládnutí emočních impulzů a stavů je schopnost mentalizace. Vznik schopnosti mentalizovat závisí na specifických vlivech v rámci raného vztahu dítěte a matky a nejlépe se uplatní, pokud matka s dítětem sdílí bezpečnou vazbu (secure attachment). V případě selhání vzniku mentalizace dochází k poruchám emočního a sociálního fungování dítěte.“*

(P. Pothe, 2009: 150)

### Disociace (rozpolcenost) alterace vědomí

Pokud dochází u dětí k týrání, vnikají různé způsoby zvládnutí této náročné situace. Zároveň se vytvoří způsoby v uvědomování sebe sama a významu prožitých zkušeností. Tyto věci se dějí nevědomě na základě nezvladatelných situací, se kterými se nešlo vypořádat ani jim uniknout. To má za následek automatizaci chování. V rámci ní dochází k výpadkům v běžném úsudku, v organizovaném a cíleném chování a plánování.

Mezi další nevědomé procesy bychom mohli zařadit zatlačování, umrtvování a vytěšňování nepříjemných pocitů a vzpomínek. Prostřednictvím tohoto vytěšňování a zatlačování dochází k odtržení od vědomí vlastních emocí a sebe sama. Takto rozpolcené vědomí není schopno běžným způsobem integrovat a asociovat informace a zkušenosti. Stav takového dítěte vypadá tak, že jeho myšlenky a emoce postrádají souvislost a somatické vnímání je mimo uvědomované vědomí. Taková to rozpolcenost u dítěte s největší pravděpodobností povede k dalšímu utrpením ve vztazích mezi lidmi. Dítě bude opětovně terčem posměchu, vyloučení a zloby. Vědomí v tomto stavu způsobí větší náchylnost k nehodám a potížím s učením. Dalším důsledkem rozpolceného vědomí budou problémy s deregulací afektu a citových vazeb. U dítěte se tak budou střídát extrémní stavy infantilního zálibení a náklonnosti se stavy zoufalého osamění, izolace a odvržení od ostatních lidí. Tyto dva protipóly se mohou mezi sebou velmi rychle střídát (Vrtbovská, 2010:57).

Popsané střídání obou pólů spolu s odstříhnutím se od vlastních emocí a rozpolceným vědomím člověku zabraňuje plnohodnotně fungovat v rámci společnosti. V takovém stavu je dítě nebo mladý člověk natolik dezorientován a zahlcen vlastním diskomfortem, že není schopen definovat vlastní potřeby a touhy, natož je realizovat.

### Porucha regulace chování

Dalším důsledkem komplexního traumatu jsou tendence k nadměrné či nedostatečné kontrole. U dítěte, které bylo zneužíváno, se mohou takové tendence objevit již okolo druhého roku života. Takové chování se vyznačuje kompulzivní poddajností vůči požadavkům dospělých, odporem ke změnám rutiny a rituálů v rámci hygieny a kontroly příjmu potravy. Týrané a zneužívané dětské oběti mohou vykazovat také tendence a prvky agresivního chování a opoziční poruchy chování (Vrtbovská, 2010:58).

Opoziční porucha se vyznačuje vzdorovitým, neposlušným až nepřátelským chováním vůči autoritě. Trvá déle než půl roku a jejími doprovodnými symptomy jsou výbuchy špatné nálady, časté hádky a konfrontace s dospělými lidmi, odmítání jejich pravidel chování nebo požadavků. V některých případech se může objevit i svévolné napadání lidí. Opoziční porucha se objevuje již před osmým rokem dítěte a během raného dospívání často vymizí. Její projevy se mohou objevovat v jakémkoliv prostředí. Nejčastější výskyt je však prokázán v prostředí rodiny. Existence opoziční poruchy se považuje za možný předstupeň vývoje (antisociální) poruchy chování v dětství a dospívání. Ta je považována za potenciální předstupeň antisociální poruchy osobnosti lidí dospělých. Tento typ poruchy osobnosti je

obecně vnímán jako jeden z nejdůležitějších v rámci bezpečného soužití ve společnosti (Koukolík, Drtilová, 2000:183-186).

### Sebepojetí

Sebepojetí můžeme chápat jako poznatky a přesvědčení o sobě samém. Jinými slovy jde o hypotetický konstrukt, kterým se snažíme popsat obsah vědomí vztahovaný k vlastnímu já. Ve spojitosti se zkoumáním sebepojetí uvádí H. Morkusová svou teorii sebeschémat.

Ta znamenají pro člověka určitý filtr, kterým daný jedinec pouští informace ke svému já. Pomocí schémat si dokážeme zrekonstruovat a vybavit zážitky z minulosti. Schémata jsou také stabilizující a integrující prvky pro sebepojetí, neboť informace, které již nelze přiřadit k vytvořeným sebeschémátům, většinou odmítáme (Výrost, Slaměník, 2008).

Pokud je vývoj dítěte zdravý, kolem 18. měsíce začíná vývoj sebepoznání, který se časem rozvine v integrovaný smysl identity. Za pomoci vnímavé a citlivé péče rodičů či pečovatele se prostřednictvím časných pozitivních zážitků u dítěte vyvíjí pozitivní model sebepojetí. V případě batolat, která byla nebo jsou týraná, bude reakce na sebe poznání doprovázena veskrze negativním afektem. V dalším vývoji pak opakující se ubližování nebo odmítání ze strany nejbližšího okolí způsobí kromě deficitu odpovídajícího rozvoje i zdeformované sebenahlížení. Takové dítě se bude vnímat jako defektní, nedostačující, bezmocné a neschopné. Bude mít utkvělou představu a očekávání, že bude vždy okolím odmítáno a že jím ostatní pohrdají. Z nastalé situace bude vždy vinit pouze samo sebe. V tomto stavu bude mít také potíže přijímat jakoukoliv sociální podporu a dokázat na ni adekvátně odpovědět (Vrtbovská,2010:59).

## **8 SHRNU TÍ PŘÍČIN A NÁSLEDKŮ MOŽNÝCH PSYCHOSOCIÁLNÍCH DEFICITŮ U KLIENTŮ**

V několika předešlých kapitolách jsme se pokoušeli zmapovat možné psychosociální deficity, které mohou klienti DPC získat následkem špatné péče v raném dětství. Byly zde představeny teorie a základy dvou zásadních psychoterapeutických směrů v oblasti raného psychického vývoje. Pecho Boyden system psychomotor i dyadická vývojová psychoterapie s teorií attachmentu vychází z předpokladu nenahraditelnosti adekvátní péče v raném dětství. Některé následky nedostatečné péče lze časově náročnou terapií do určité míry napravit či zmírnit, jde však o dlouhodobý emočně náročný proces a jeho úspěch je závislý na mnoha různých faktorech. Cílem předcházejících kapitol bylo tedy poukázat na to, jaké problémy mohou řešit klienti domu v rámci své integrace do společnosti a jaké mohou být jejich psychosociální deficity v porovnání s vrstevníky z funkčního rodinného prostředí. Kromě snahy přiblížit potenciální společenské znevýhodnění zde byly popsány i důvody, kvůli kterým k těmto poruchám v rámci vývoje osobnosti dítěte dochází. Na základě hlubšího vnoření do této problematiky můžeme lépe porozumět komplikacím, na něž zástupci cílové skupiny v běžných životních situacích narážejí. Nejmasivněji se potíže objevují na poli vztahování se k ostatním lidem a jejich vlastního sebepojetí. Tyto dvě oblasti mají zásadní vliv na utváření sociálních vazeb, potažmo i na utváření struktury i náplně volného času.

## 9 VOLNÝ ČAS V HISTORICKO – FILOZOFICKÉM KONTEXTU

Pokud chceme mapovat strukturu a náplň volného času u klientů domu na půl cesty, je na místě definovat pojem „volný čas“, a jeho historicko-filozofický vývoj, funkce a význam. O to se pokusíme v následujících kapitolách.

### Podoba a chápání volného času ve starověku

Přemýšlení a bádání o volném čase sahá hluboko do lidské historie, první zmínka o něm se objevuje již v dobách starověku. Jedním ze základních rysů tehdejší společnosti bylo upřednostňování a vyzdvihování intelektuální činnosti nad rukodělnou práci. Jeden z nejznámějších představitelů řecké filozofie Aristoteles (384-322 př.n.l.) považoval rozjímání za proces, který člověku pomáhá dojít k moudrosti a samostatnosti. Apet kladl na vnitřní hodnotu samotného aktu, která nemá směřovat ke konkrétnímu a praktickému cíli. Pro Aristotela představoval volný čas prostor pro rozumování, čtení veršů, setkávání s přáteli, poslouchání hudby. Čas, kdy dochází k tomuto rozjímání, nazval „scholé“. Akt rozjímání nebyl spojován s nudou, nicneděláním a zahálkou, jednalo se o proces rozvoje talentu pro potěšení blízkých i sebe sama. Rozjímání nebylo konáno za účelem hmotného zisku. Kromě již zmiňovaného potěšení a radosti z dané činnosti by se za motiv dala také považovat snaha podobat se bohům (Hodaň, Dohnal, 2008).

### Období středověku

V období středověku měla velmi silný mandát pro řízení a regulaci lidského chování církev a její doktrína. Volný čas hrál tudíž v tomto období velmi podřadnou roli a většinou byl využíván pro modlení k Bohu. Život jako takový byl veden velmi asketickým způsobem a byl pojímán spíše jako příprava na život posmrtný v nebeském ráji, kde teprve bude prostor pro volný čas.

### Volný čas v době novověku

Ve zcela jiných intencích přemýšleli o volném čase utopičtí myslitelé. Thomas More (1478–1535) vymezil se ve svém díle „Utopia“ konkrétní podíl práce a volného času v rámci jednoho dne. Podle tohoto podílu by se měl člověk věnovat pracovní činnosti pouze šest

hodin denně a se zbývajícím volným časem by měl posléze nakládat dle libosti a svobodného rozhodnutí. Ještě větším zastáncem volného času byl Thomasso Campanella (1568–1639), jeho představa o pracovním intervalu byla ještě kratší a dosahovala pouhých čtyř hodin. V rámci svého volného času se měl člověk zabývat příjemným studiem, rozhovory, čtením, vypravováním, psaním, procházkami, rozvíjením tělesných a duševních vloh a to vše radostným způsobem. Campanella zavrhoval pouze hrát v kostky a šachy či jiné hry v sedě. (Hodaň, Dohnal, 2008)

## 9.1 Současné vymezení pojmu volný čas

Jedním z nejvýznamnějších badatelů zabývajících se volným časem byl francouzský sociolog Joffre Dumazedier (1915-2002). Věnoval se hlavně rozboru a studiu vlivu volného času na kulturu, sociální vztahy a životní styl. Ve 20. letech minulého století dochází ke zkrácení pracovní doby ve většině vyspělých zemí. Díky této výrazné změně v podobě ustanovení pětidenního pracovního cyklu se volný čas stává jedním z nejvýznamnějších sociálních fenoménů. V potaz je třeba vzít i fakt, že v tomto období proběhla vědeckotechnická revoluce, která lidstvu svými objevy výrazně ulehčila práci i rozšířila možnosti volnočasových aktivit. Dostupnost technických vymožeností s sebou přinesla i „pohodlný“ způsob života a s ním spojené degenerativní změny ve společnosti. Lidé díky technice přestali být fyzicky aktivní a zátěž se v pracovních činnostech změnila ve stres a psychické zatížení. To mělo za následek vznik takzvaných civilizačních chorob (Kaplánek, 2011).

Dumazedier se v rámci svého studia a výzkumu pokusil definovat podmínky pro vznik volného času. Mezi tyto podmínky zahrnul právo na svobodnou volbu způsobu trávení volného času. Volbu podmiňoval nezávislostí na prospěchu a preferencích komunity nebo blízkého okolí. Dumazedier chápe volný čas jako mimopracovní dobu osvobozenou od času přesčasové práce a dojíždění na místo pracoviště. Za volný čas tedy považuje jen určitou část mimopracovní doby, do které patří osobní biologické potřeby jako strava, hygiena, spánek a povinnosti rodinné - vaření, úklid, nákup a péče o děti (Hofbauer, 2004).

Podle Dumazediera je volný čas svobodnou volbou, která osvobozuje člověka od povinností určitého druhu. Na druhou stranu stejně jako každá jiná činnost i volný čas podléhá determinujícím faktorům ve společnosti a závazkům a pravidlům plynoucím ze skupin a zařízení. Volný čas je nezainteresovaný, nemá žádný utilitární, přesvědčovací,

ideologický, politický, duchovní cíl. Neslouží žádnému společenskému ani materiálnímu cíli, i když je materiálně a sociálně determinován. Pakliže se částečně zaměřuje na nějaký ziskový cíl, je volným časem jen částečně, v takovém případě se jedná o kategorii času polovolného. Za aktivity tohoto typu můžeme považovat činnosti pololukrativního charakteru: drobné práce pro cizí, rybolov pro zisk, placená účast v orchestru atd. (Hodaň, 2002)

Současné teorie a definice volného času víceméně vychází ze stanovisek již zmiňovaného Dumazediera. Podle Spousty (1996) je volný čas veličinou, jejíž hlavní charakteristikou je svoboda, která svou hodnotu získává jedině v poměru k pracovním a mimopracovním činnostem. Jako prostor a časový úsek, v němž je člověk více než jindy sám sebou, popisuje volný čas Bakalář (1978). Objevují se i definice s psychologickým přesahem, Šípek uvádí: „*Volný čas je prostorem, ve kterém se člověk dostává blíž sám k sobě, kde se může poměrně svobodně rodit, utvářet a modifikovat.*“ (Hodaň, Dohnal, 2008, s. 61)

## 9.2 Funkce volného času

Dumazedier definoval u volného času tři základní funkce:

*“**Odpočinek**, zotavení, reprodukce pracovní síly. Volný čas osvobozuje od únavy, odstraňuje fyzické nebo nervové poruchy vyvolané napětím, výkonem povinností a zejména práce. **Rozptýlení**, zábava, kompenzace, únik z monotónnosti práce. **Rozvoj osobnosti** umožňuje širší účast na společenském dění a bezstarostnější kulturu těla i ducha. Poskytuje nové možnosti zapojení se do rekreativních a kulturních a sociálních sdružení. Umožňuje doplňování citových či rozumových poznatků a rozvíjení schopností. Všechny tři funkce spolu vzájemně souvisí. Existují ve střídavé míře ve všech situacích a u všech lidí. Často se vzájemně překrývají, takže je dost obtížné jejich rozlišení.*“ (Dumazedier citován in Hodaň, Dohnal, 2008:56 - 57)

Polský sociolog a historik Alexandr Kominski (1903-1978) definoval ve stejné době tři navzájem související způsoby realizace volného času. Byly jimi odpočinek, zábava a aktivity rozvíjející osobnost. Mezi ty zahrnoval vzdělávání, veřejné činnosti a amatérské aktivity ( Hofbauer, 2004).

Prokešová ve své knize „Volný čas z hlediska kvality života“ uvádí následující výčet funkcí volného času. Jednou z uváděných funkcí je **kompenzace**, za pomoci této funkce dochází ke kompenzaci negativního zážitku ze školy nebo z práce. K ventilaci a odžití



potenciální frustrace dochází především v rámci volného času, kdy se lidé zabývají činností, kterou umí a která je baví a přináší jim radost. Kompenzace slouží i k vybití přebytečné nahromaděné energie. Jako příklad můžeme uvést sedavé zaměstnání nebo školní výuku, při které jsou žáci většinu času v lavicích. Ve volném čase by si jedinec tuto dobu měl kompenzovat sportem nebo jinou aktivní činností. Za další funkci volného času považuje Prokešová **komunikaci**. Komunikační dovednost je považována za základní předpoklad pro život ve společnosti. První komunikační dovednosti získává člověk na základě výchovy a péče od rodičů a širší rodiny. Následuje poznávání komunikačních kanálů v rámci předškolních a školních institucí. Ve volném čase se člověk učí komunikovat s lidmi na různých úrovních, což je obohacující dovednost. Funkci **regenerace** využívá člověk obzvláště ve chvílích, kdy mu dochází rezervoár sil a hrozí vyčerpání organismu. V takovém případě začne tělo vysílat varovné signály například v podobě nemoci, špatného psychického stavu atd. Proto by měl volný čas sloužit i pro obnovení psychických i fyzických sil a k odpočinku od ostatních činností. Nejčastěji probíhá regenerace v podobě spánku. Další funkcí je **rekreace**, která velmi úzce souvisí s předešlou regenerací. Taktéž se jedná o obnovu jak psychických, tak fyzických sil, která je spojená s pobytem mimo domov a s pasivním i aktivním odpočinkem. Nejčastěji se rekreujeme na dovolené formou pobytů spojených s poznáváním dané lokality nebo rekreačním sportováním. **Kontemplace** je funkce, prostřednictvím které má člověk možnost rozjímat a přemýšlet. Tato funkce slouží jako prostor pro sebereflexi vlastního chování a života. Jako předposlední funkci uvádí Prokešová **vzdělávání a poznávání** nového. Tato funkce je spojena s lidskou touhou po objevování nových nepoznaných věcí. Souvisí s tendencí získávat stále víc informací v oblastech vlastního zájmu a potřeby širšího všeobecného rozhledu. V praxi se projevuje jako získávání nových znalostí a poznatků prostřednictvím poznávání života ostatních lidí a nových míst. Jako poslední funkce je uvedena **kultivace**. U této funkce je stěžejní kladná zpětná vazba okolí jedince, která má pozitivní vliv pro jeho osobnostní rozvoj a motivaci na sobě pracovat. V rámci nových prožitků a zkušeností se jedinec formuje a identifikuje s pro něj důležitými postoji ( Prokešová, 2008:56-60 ).

Soudobý francouzský sociolog Roger Sue, zabývající se volným časem, definuje čtyři funkce volného času následujícím způsobem. Volný čas podle jeho rozdělení má funkci **psychosociologickou, sociální, terapeutickou a ekonomickou**. Funkce psychosociologická zahrnuje uvolnění, zábavu a rozvoj. Sociální funkcí je myšlena socializace v nejrůznějším sociálním prostředí včetně rodiny. Tato funkce má zásadní vliv na potvrzení vlastní identity a vztah ke skupině. Terapeutickou funkci lze popsat jako prevenci chorob a nezdravého

životního stylu. Ekonomická funkce obnáší docenění hospodářského významu volného času pro jednotlivce i pro společnost (Hofbauer 2004:14).

### 9.3 Volný čas z pohledu sociologického výzkumu

Volný čas se dá považovat především za otázku postoje. Je na místě ptát se na společné působení volného času a ostatních životních oblastí a také na otázku významových obsahů, které jsou spojovány s volným časem. Těmi jsou například pojmy „potřeba a motiv“. Tyto dva pojmy jsou svými významovými obsahy spojeny s cílem a vztahují se spíše k výkonnostním požadavkům. Oproti tomu pojem „funkce“ spíše odpovídá na otázku, co volný čas fakticky je. Pojmy „význam a významový obsah“ se zase snaží označovat subjektivní komponent vnímání a hodnocení volného času, který sladuje potřeby s faktickým jednáním. Obsahem pojmu „význam“ jsou tedy volnočasové představy vycházející z vnímání zúčastněných aktérů a kolektivů. Jedná se o představy o tom, co volný čas je, k čemu slouží nebo čím by popřípadě měl být. Tyto volnočasové představy a s nimi spojené obsahy nemusí být pokaždé nutně plněny a mezi objektivními a subjektivními dimenzemi nemusí panovat shoda. Jako příklad si můžeme uvést situaci individuální touhy po klidu a odpočinku od všedního dne na dovolené, kde se však rekreatant potýká s problémy typu přeplněné hlučné pláže a přeplněného hotelu (Lamprecht, Stamm, 1994).

#### Věda o volném čase, pedagogika volného času

Hájek považuje systém aktivit a institucí volného času za součást sociální struktury. O poznání tohoto rozsáhlého systému se snaží věda o volném čase a pedagogika volného času. Cílem vědy o volném čase je zkoumání vzniku volného času. Zabývá se tedy rozvojem rozsahu volného času i jeho funkcí v kontextu současných společenských trendů. Předmětem zájmu pedagogiky volného času jsou pojetí, cíle, obsah a způsob výchovného zhodnocování volného času (Hájek, 2008 11-12).

Sociolog Horst W. Opaschowski se zabýval definicí cíle pedagogiky volného času. Opaschowski je toho názoru, že cílem pedagogiky volného času je: „*proměňovat časové úseky našeho života, které nám umožňují svobodně volit, rozhodovat se a jednat, v čas, v němž*

*skutečně svobodně jednáme, rozhodujeme se a volíme, a tak dosáhneme relativní autonomie jedince ve společnosti.* “(Opaschowski citován in Kaplánek, 2011:44)

Termínem „relativní autonomie“ označil schopnost člověka odolat vnějším tlakům, být nezávislý a schopný změny a umět využívat možnosti výběru. K tomu je možné dojít za předpokladu, že aktivity ve volném čase podporují získání kulturních, sociálních komunikativních a kreativních kompetencí (Kaplánek,2011:45).

### Volný čas a práce

Otázkou zůstává, jestli volný čas opravdu představuje určitý vlastní svět oproti „normálnímu“ životu. V souvislosti s touto otázkou je třeba zmínit, že významové dimenze a funkce, jakými jsou například zábava, kontakty a ostatní možnosti rozvoje osobnosti, by bylo přeci možné nacházet i v práci. Tento názor lze doložit výzkumem Waltera Tokarského (1979, srov.též 1985), který se soustředil na konfrontaci mezi volným časem a prací. Toto téma zkoumal u cílové skupiny zaměstnaných dospělých mužů.

*Tabulka č. 1: uspořádání atributů spojených s volným časem a prací (v závorkách procentuelní podíl uváděného)*

	<b><i>volný čas</i></b>	<b><i>Práce</i></b>
<i>Radost a zábava</i>	1. ( 91 % )	19. ( 41 % )
<i>Účelnost</i>	2. ( 87 % )	3. ( 79 % )
<i>Spokojenost</i>	3. ( 86 % )	12. ( 57 % )
<i>Uskutečnění vlastních zájmů</i>	4. ( 85 % )	18. ( 41 % )
<i>Mezilidské kontakty</i>	5. ( 78 % )	8. ( 72 % )
<i>Aktivita</i>	6. ( 78 % )	5. ( 76 % )
<i>Radost z postavení</i>	8. ( 72 % )	1. ( 83 % )
<i>Výkon</i>	18. ( 41 % )	2. ( 82 % )
<i>Povinnost</i>	20. ( 20 % )	4. ( 76 % )

Zdroj: Struktury a funkce volného času v současnosti (Tokarski, Schmitz-Scherzer 1985; Lamprecht, Stamm 1994)

Tabulka obsahuje jen určitý výčet atributů. Samotný Tokarského výzkum jich obsahoval celkem 24. Některé atributy mají zcela vyvážené procentuální hodnocení, například atributy „účelnost“, „aktivita“ a „mezilidské kontakty“ jsou v obou oblastech uváděny v seznamu přednostně a se srovnatelnou četností údajů. Výzkum ukazuje, že oblasti volného času a práce nemůžeme automaticky považovat za jasně oddělitelné životní oblasti. Na druhou stranu nelze mluvit ani o tom, že by tyto dvě životní oblasti spolu pojila rozsáhlá společná identita, protože pod skoro shodnými atributy „účelnost a aktivita“ se mohou skrývat zcela rozdílné významy. Tokarski se domnívá, že smyslový obsah práce se může někdy vztahovat ke smyslu života a plnění povinností, v jiném případě zase znamená, že práce poskytuje možnost vytvoření finanční existenční báze. O smyslu obsahu volného času naopak přemýšlí tak, že se většinou vztahuje k uspokojování potřeb jedince bez nátlaku a povinnosti. Se smyslovým obsahem volného času se pojí i možnost nezávislé volby rozhodování (Tokarski, Schmitz-Scherzer citován in Lamprecht, Stamm 1994).

Výsledek výzkumu Tokarského poukazuje na to, že nelze striktně považovat volný čas za subsystem s naprosto jedinečnými znaky, které představují jasně danou protiváhu vůči pracovní sféře. Představa práce a volného času coby dvou protikladů je v určitých oblastech sociálních struktur skutečně zafixována. Výzkumy, které se zabývaly individuálním hodnotovým zařazením práce, volného času a dalších životních oblastí, potvrdily, že volný čas je od poválečného období na vzestupu. V období po druhé světové válce se dostal v žebříčku hodnocení před práci a byly zaznamenány změny v hodnotové orientaci, které směřovaly k přechodu od povinnosti a výkonu k hodnotám jako životní požitek či seberealizace.

### Volný čas a rodina

Další důležitou oblastí v rámci výzkumu volného času je rodina a rodinné prostředí. Vliv a působení rodiny je ve významových analýzách řazen ještě výše než práce a volný čas. Veal ve své studii z roku 1987 uvádí, že většina lidí ve společnosti má tři základní centra života. Těmito centry jsou práce, volný čas a domov a rodina. A je to právě rodina, která má největší vliv na vznik náplně a struktury zájmů daného jedince. Studie zároveň poukazuje na to, že v případě oslabení integrační schopnosti práce by nedošlo k nárůstu pozice volného času. Pokud by došlo k významové ztrátě práce, nebude plně vstřebána volným časem, ale s největší pravděpodobností ji převezme a bude kompenzovat vliv rodiny a domova. Rodinné a příbuzenské vztahy a systémy povinností vztahujících se k nim mají velmi velký vliv na strukturu a podobu života. Tomu nasvědčuje i fakt, že oddělit oblast rodiny a volného času

je mnohem těžší než vymezení oblasti práce. Velký podíl volného času se totiž uskutečňuje na rodinném poli (Veal citován in Lamprecht, Stamm 1994).

## 10 SHRNUTÍ

Pokud si vše, co zde bylo uvedeno o volném čase a jeho provázanosti s rodinou a prací, dáme do souvislosti s životní historií a současným životem klientů domu na půl cesty, dojdeme k závěru, že deficitem u většiny klientů DPC trpí všechny tři základní oblasti (tedy domov a rodina, práce a volný čas). Těžko lze předpokládat, že by dětství strávené povětšinou v nefunkčním rodinném prostředí mohlo nabídnout pevnou základnu a podporu pro vznik a strukturu zájmů, potažmo budoucích volnočasových činností. V oblasti práce se klienti domu na půl cesty potýkají s obdobným problémem. Kvůli nestabilnímu rodinnému prostředí a nulové podpoře ze strany rodiny mají zpravidla pouze základní vzdělání. Někteří z nich jsou sice vyučeni, ale nemají potřebnou praxi v oboru spolu s pracovními návyky a dovednostmi. Potýkají se s nereálným očekáváním a celkovou dezorientací jak na trhu práce, tak ve společnosti. Velmi často se u nich vyskytují problémy typu sníženého prahu frustrační tolerance, kdy nejsou schopni čelit neúspěchu či větší pracovní zátěži. Toto tvrzení však nelze zobecnovat na celou cílovou skupinu. Konkrétní postoje klientů domu na půl cesty k náplni a struktuře volného času se pokusíme přiblížit v praktické části diplomové práce.

## PRAKTICKÁ ČÁST

### 11 ZÁKLADNÍ INFORMACE O REALIZOVANÉM VÝZKUMU

Cílem výzkumu je popsat a prozkoumat náplň a strukturu volného času u mladých lidí, kteří žili v nefunkčním rodinném prostředí nebo vyrůstali v ústavní péči a v současné době jsou klienty domu na půl cesty. Zde žijí přechodnou dobu a připravují se na samostatný život. Přínos výzkumu vidím v získání náhledu na problematiku seberealizace cílové skupiny v rámci individuálního trávení volného času. Případná zjištění mohou přispět k rozšíření nabídky poskytovaných služeb DPC, neboť na jejich základě jsou sestavena kritéria programu pro podporu seberealizace v rámci volného času.

Pro zjištění zmíněných dat jsem zvolil kvalitativní výzkum. Mezi základní charakteristiky kvalitativního výzkumu patří fakt, že problém, který si výzkumník vytyčuje, není nikdy zcela ohraničený a během výzkumu se postupně vyvíjí a vyjasňuje. Kvalitativní výzkum zaměřuje svou výzkumnou pozornost na člověka nebo skupinu lidí, případně lokality, ve kterých lidé žijí nebo pracují. Jev, kterým se výzkum zabývá, se zkoumá v jeho přirozeném kontextu. Kvalitativní výzkum lze chápat jako proces interakce výzkumníka a předmětu výzkumu (jeho účastníků) (Strauss, Corbinová 1999).

Sběr dat byl proveden prostřednictvím dvou základních postupů. Prvním z nich bylo studium dokumentace vycházející z informací získaných během pobytu klientů v DPC (etnografický přístup zkoumání). Druhým postupem byly polostrukturované rozhovory s klienty DPC (biografický přístup).

#### Teoretický rámec výzkumu

Následkem prožitého dětství bez socializace (mimo přirozený život ve funkční rodině a komunitě) nemají mladí lidé této cílové skupiny vytvořené mentální, emocionální a sociální osobnostní struktury srovnatelné s jejich vrstevníky. Chování, kterým se projevují, není často přiměřené jejich věku a vývojové etapě. Obecně platí, že mnozí z nich mají velmi nízký práh frustrační tolerance, nereálný pohled na své vlastní schopnosti a dovednosti a nechápou souvislosti věcí v běžném životě. Neumí se vztahovat k ostatním lidem a neorientují se ve

vlastních emocích. Tyto deficity mohou být způsobeny vznikem komplexního traumatu v raném dětství jehož okolnosti vzniku i následky popisuje teoretická část práce.

Dítě, které zažilo střídání pečovatелů v rámci pobytu v institucích (kojeneckých ústavech, dětských domovech) nebo zanedbávání či týrání vlastními rodiči, bylo v dětství závažně traumatizováno. Toto trauma se odehrálo na úrovni blízkých vztahů s nejbližšími lidmi, nebo v situaci, kdy dítě nemohlo mít žádné dlouhodobé blízké vztahy s dospělými lidmi. Mnoho adoptovaných dětí nebo dětí v dlouhodobé pěstounské péči trpí obtížemi ve vztazích a v motivaci v mnoha dalších oblastech. Tyto deficity se projevují rodině, ve škole, mezi vrstevníky, v pubertě i v dospělosti. Dělá jim velké potíže, aby jim jejich život dával smysl. Mají problém pochopit smysl svých ztrát a odmítnutí i pocity viny, studu a smutku (Vrtbovská, 2010).

Tyto symptomy chování jsou rozpoznatelné u řady klientů DPC. Mnozí z nich se na základě dlouhodobé spolupráce s individuálním terapeutem domu na půl cesty odhodlají k náročné terapii. Někteří však kvůli zmiňovaným komplikacím nedokážou navázat bezpečný terapeutický vztah a k terapii ani ke schopnosti reflektovat své problémy nedojdou.

Mladí lidé vyrůstající v ústavní péči vstupují do běžného života po dosažení plnoletosti, kdy opouštějí dětské domovy a výchovné ústavy a přebírají za sebe plnou zodpovědnost a vstupují tak do zcela nové životní etapy. Při odpovědi na otázku, proč se tito mladí lidé obtížně začleňují do společnosti, je třeba zohlednit jejich výchozí pozici (citová deprivace, stigma ústavní instituce apod.). Zároveň je zapotřebí brát v potaz i úskalí tohoto životního kroku bez podpory rodiny. Po opuštění institucí se často uchylují do větších měst s vidinou získání lukrativní práce a potřebných finančních prostředků pro svůj vysněný život. Zde narážejí na neznalost prostředí a problém velmi slabých sociálních dovedností. V mnoha případech končí na ulici, kde inklinují ke kriminalitě nebo prostituci. Jedna z forem pomoci těmto mladým lidem jsou domy na půl cesty. Domy na půl cesty poskytují pobytové služby pro osoby od 16 do 26 let věku, které po dosažení zletilosti opouštějí školská zařízení pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy a pro osoby, které jsou propuštěny z výkonu trestu odnětí svobody nebo ochranné léčby. Některé domy na půl cesty nabízejí své služby i mladým lidem, kteří žijí v nefunkčním rodinném prostředí a chtějí se osamostatnit. Způsob poskytování sociálních služeb v těchto zařízeních je přizpůsoben specifickým potřebám těchto osob. Služba obsahuje tyto základní činnosti: poskytnutí ubytování, zprostředkování kontaktu se společenským prostředím, sociálně terapeutické činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a obstarávání osobních záležitostí.



## Výzkumné otázky

Polostrukturovaný rozhovor byl orientován na získání dat o struktuře a náplni volného času v současnosti i v letech minulých, kdy respondenti žili v rodině nebo ústavním zařízení. Níže uvádím okruhy otázek:

Jaká je náplň a struktura volného času v současnosti (tedy v rámci pobytu v DPC)?

Jak byl tráven volný čas v dětství (v rodině či v ústavu)? V čem se to liší (současnost od minulosti)?

Jaká je představa ideálně tráveného volného času?

Co by mě bavilo a proč?

Proč nemůžu trávit volný čas dle svých představ?

Jak často se nudím?

Jak trávím nestrukturovaný čas bez náplně?

## Výběr respondentů

V organizaci, která provozuje dům na půl cesty, pracuji jako vedoucí pracovního programu DOM JOB. Tento sociálně rehabilitační program je koncipován jako sociální firma zabývající se výrobou a prodejem proutěného zboží. Klienti domu na půl cesty, kteří nemají žádný pracovní poměr ani nestudují, zde získávají pracovní zkušenosti a osvojují si pracovní návyky. V rámci výběru jednotlivých respondentů jsem se neomezil pouze na pracovní program. Respondentem se tak stal třeba student žijící v domě na půl cesty nebo dlouhodobě pracující klient, který se z pracovního programu etabloval na trh práce. Celkem jsem uskutečnil čtyři rozhovory. Všichni respondenti byli poučeni o dobrovolnosti zúčastnit se výzkumu i o jeho cíli a následném zacházení se získanými daty. Na základě znalosti anamnestických údajů jednotlivých klientů jsem vybral i respondenty, kteří měli rozdílnou

osobní historii: celoživotní ústavní péče, pěstounská péče, život v rodině a následně v Klokánku. Cílem bylo získat rozmanitější data pro následnou analýzu. S respondenty byl veden polostrukturovaný rozhovor, mnohé otázky vznikaly až při rozhovorech jako doplňující k získaným informacím.

## 12 ANALÝZA DAT

Rozhovory byly analyzovány podle zásad zakotvené teorie. Při zpracování dat bylo použito otevřené a selektivní kódování (Strauss, Corbinová 1999). Data byla nejprve zpracována prostřednictvím otevřeného kódování do kategorií. Kategorie jsem doplnil o úryvky z rozhovorů, jež dokládají kontext a vystihují podstatu jednotlivých kategorií. Následně jsem definoval ústřední kategorii a uvedl další souvislosti, které se k ní vázaly. Ty jsem dokládal tezemi z odborné literatury.

### 12.1 Kristián, 18 let

#### Stručná kazuistika

Ve dvanácti letech odebrán z rodiny a umístěn do dětského domova, posléze Klokánku (instituce poskytující přechodnou „rodinou péči“), kde setrval až do své plnoletosti. Po ukončení ústavní výchovy nastoupil do domu na půl cesty. Společně s Kristiánem byl z rodiny odebrán i mladší sourozenec, se kterým byl a je střídavě v kontaktu. Důvodem, proč sourozenci opustili rodinu, ve které figurovali oba rodiče, byla špatná péče, sklony k závislostem (alkohol, gambling) a podezření na domácí a sexuální násilí. Kristián studuje odborné učiliště s možností nástavby s maturitou, která je zároveň jeho cílem. V osobním kontaktu je velmi vřelý a ochotný. V současné době žije prvním rokem v domě na půl cesty, kde má pověst nekonfliktního člověka, který se snaží vyjít každému vstříc.

V rámci našeho rozhovoru o trávení volného času vyplynulo několik základních témat a postojů, které mají na jeho prožívání velký vliv. Tyto kategorie jsou zaznamenány v níže uvedených bodech společně s úryvky z rozhovoru.

#### Nahlížení na vlastní postavení ve společnosti

Kristián se cítí se být ve společnosti svých vrstevníků černou ovci, a to především kvůli silnému pocitu stigmatizace chovance DD a Klokánku. Vychází z přesvědčení, že člověk, kterému chybí fungující rodina, je ve společnosti zdiskreditován a má velký handicap.

Svá tvrzení opírá o zkušenosti převážně ze školního prostředí, kde byl a je mezi spolužáky jediným s ústavní minulostí.

**K: No, já třeba ve škole, když jsem jakoby byl poprvý v prváku, tak paní učitelka se zeptala před celou třídou, no kde je ten, kde je to dítě z Klokánku? No to bylo hned, no, celá třída se otočila na mě.**

**P: A ty se teda hodně stydíš za to, že jsi z dětského domova?**

**K: No, dá se říct, že jo.**

**P: Tvý kamarádi to vědí?**

**K: Jó, voni to vědí, voni třeba vědí, že žiju tady v tom bytě, jako že vidí tu snahu, ale prostě když jsou jakoby kamarádi a každý jako žije se svou rodinou a tak, najednou se maj bavít s klukem, kterej byl.... Jako neříkám, že by to nějak ovlivnilo, ale trochu to tam ovlivní podle mě něco.**

Emoci, kterou cítí díky své historii nedokáže popsat, ale je to pravděpodobně velký stud. Je přirozené, že děti ve školním kolektivu skupinu diferencují na základě mnoha hledisek. Od materiálního zajištění přes zaměstnání svých rodičů až po budoucí plány a pracovní uplatnění. Kristián se svou situací zcela vymyká a tvoří podle něj zřejmě nejnižší postaveného jedince, jehož rodiče nebyli schopni se o něj postarat.

**P: Já tomu teda rozumím tak, že se stydíš za to, že si byl v Klokánku, a cejtíš se jinej.**

**K: No..**

**P: Co si myslíš, že by ti pomohlo, aby ses cejtíl stejně jako oni?**

**K: No to nevím, jako víc bejt kamarád, víc s nima trávit čas.**

**K: No, abych se cítil.... jako ne stejně, ale jakoby.. nevím.**

Ve svém přesvědčení o méněcennosti člověka z nefunkční rodiny je lidově řečeno „papežštější než papež“, což dokazuje názorem, že on sám, pokud by byl z fungující rodiny, by se s člověkem s ústavní minulostí tolik nepřátelil.

**P: A ty, kdybys byl z rodiny, tak by ses s člověkem z dětského domova nekamarádil?**

**K: No, kamarádil bych se s ním, ale ne tolik.**

**P: A proč?**

***K: No protože není stejnej , ne jako není stejnej, ale asi by mi to třeba nevadilo, ale nevím no, prostě bych, nevím, proč bych se s ním nekamarádil.***

Pro své vysvětlení použil příměr přirovnávající člověka vyrůstajícího v ústavní péči k člověku s mentálním postižením.

***K: Jako stydím...Já se třeba za to nestydím, ale spíš voni se za to styděj, třeba kdybych byl s nějakým kámošem a já vím, že by se třeba nedozvěděli, že jsem jako z dětskýho domova, ale .. Já bych třeba taky nechodil ven s nějakým klukem, kterej by byl třeba trochu mentálně postiženej nebo tak.***

### Kritický sebeobraz

Kristián vnímá vlastní historii jako obrovský handicap a slabinu. Předpokládá, že společnost se mu bude apriori vysmívat nebo ho zraňovat.

***K: Jako neříkám, že se mi posmívaj, ale já už jako ne zvyknul jsem si na to, ale jakoby, já už to spíš od nich očekávám tady to.***

Předem předpokládá neúspěch v situacích, ve kterých není prioritou rodinné zázemí ani vlastní historie.

***K: Jako neříkám, chci přítelkyni, ale takhle jo, když takhle žiju tak (íroický smích). Já nevím, bych si připadal jak trouba .***

***P:Proč by sis připadal jako trouba?***

***K: Tak já nevím, nějaký holky si řeknou ježíš, to je kluk z dětskýho domova, já nevím, by viděla třeba, kde žiju, a stejně nemám moc peníze, stejně bych jí nikam nemohl pozvat nebo tak.***

Kristián počítá pouze s možností neúspěchu, a proto se o získání vztahu s přítelkyní ani nijak nesnaží, i když by ho chtěl. Předem prognózuje, že by vztah delší dobu nevydržel a předkládá vlastní důvody.

**K: Já třeba věřím tomu, že kdybych si našel nějakou holku, že bych s ní třeba vydržel, ale třeba rok bych s ní určitě nevydržel kvůli tomuhle podle mě.**

**P: Jako že by tě opustila, když by se dozvěděla, že jsi z dětského domova ?**

**K: No třeba.**

**P: Jakej by k tomu měla důvod?**

**K: No, já nevím prostě, mně už třeba dětskej domov připadá jako směšný slovo.**

Kristiánovo sebevědomí sráží nejen nálepka chovance z dětského domova, ale také fakt, že bez podpory rodiny si nemůže pořídit stejné věci jako jeho vrstevníci.

**K: Já si taky něco koupím, ale voni si koupějí toho víc, je to dražší, to mě prostě, já si připadám jako mezi nima jako nějaký chudák.**

#### Hodnoty, alternativy pro zvýšení společenského kreditu

Zvýšení kreditu ve společnosti vrstevníků spatřuje Kristián v materiálním zajištění, které je podle něj značným hybatelem v hierarchii popularity. V případě získání nových atraktivních věcí nebo zážitků podle něj vzrůstá zájem o dotyčnou osobu.

**K: Kdybych moh jít na to do kina a kdybych hned potom řekl všem ve třídě, že jsem byl tady na tom filmu, tak by se třeba hned zeptali, vid', ty už si to viděl, jo? To je dobrý. Už by tam ten zájem byl zas trochu větší, že jo. Nebo to samý třeba když, když někdo vytáhne, já nevím, z kapsy, já nevím, iPhone, tak prostě lidi se s nim kamarádějí, že jo.**

Kristián dokládá toto tvrzení vlastní zkušeností, kterou zažil během školní docházky na odborném učilišti. Změnu dle jeho slov vyvolalo získání finančních zdrojů a nákup nových, pro spolužáky atraktivních věcí.

**K: Já třeba, když jsem byl v tom prváku, tak to zájem nebyl o mě skoro vůbec. A když jsem ted' chodil na ty brigády, jsem si kupoval dost novech věcí, í že jo, no tak to už je trochu jinej zájem podle mě.**

Nedostatek financí ovlivňuje i spektrum možností, jak trávit volný čas.

***K: No, třeba... Vono je to trochu hlavně i o penězích, bych řek. Prostě lidi, když maj peníze, tak si můžou něco dovolit, koupit si něco, nebo já nevím, já třeba, já bych třeba do tý posilovny klidně chodil, no ale nejsou peníze.***

#### Vztahy, vazby, sociální mapa

Kontakt s rodinou udržuje Kristián dle svých slov pravidelně. Domů jezdí skoro každý víkend. Zde má tendenci spíš podporu poskytovat nežli ji čerpat, tak to alespoň tvrdí.

***K: No, to je.. já chci jakoby spíš doma pomoci, ale jakoby je tam brácha, takže jakoby s tím, on pracuje přímo tam, jakoby tam v hospodě, takže tam sem jako ne často, ale občas tam zajdu.***

Zároveň uvádí, že v místě bydliště jeho rodiny pracuje na občasné brigádě ve stavebnictví. Kromě rodiny už zde s nikým žádné vztahy neudržuje.

***K: Jako na vesnici moc kámošů nemám, jak jsem byl celej život jako už tady. Tam se lidi přistěhovali a vodstěhovali, jako znám je, ale jakoby, že bych s nima jel někam na kole nebo tak, to vůbec***

Ve škole nemá žádné bližší vztahové vazby. Má spolužáky, které považuje za kamarády, ale i s jejich vztahem k němu není spokojen.

***K: Tak jako já tam mám jako kamarády, třeba kámoš mi dal televizi a setobox. Jako tak zas to jo. Kámoš mi třeba furt nabízí, jestli nechci jakoby džíny, který byly jakoby drahý, ale už je nenosí. Já se s nima kamarádím, ale myslím si, že by ten vztah mohl být lepší. Třeba já nevím, když maj nějakou party, tak mě třeba nepozve a tak.***

V rámci pocitu vlastní jinakosti má Kristián v určitých situacích únikové tendence. Týká se to nejen případného vztahu s potenciální přítelkyní, ale i vyhledávání společnosti

***K: Mně to nevdí, jako byl bych radši třeba s kámošema, ale mně to nevdí, když jsem sám.***

Změna vlastního prožívání a sebe prezentace nastává v momentě, kdy se Kristián ocitá ve skupině pro něho sobě rovných (ve skupině lidí se stejnou ústavní minulostí).

***K: Třeba když jsme byli na táboře a prostě tam byli všichni z Klokánku, tak to bylo něco jinýho, to jsme byli všichni stejný.***

Jako potřeba pocitu (být mezi svými, respektive necítit se méněcenný) se mohou jevit i jeho pravidelné návštěvy Klokánku, kde před nástupem do domu na půl cesty vyrůstal.

### Velké nároky na vlastní osobu a snaha chovat se správně

Kristián si klade na základě společenské indispozice, za kterou považuje již zmiňované nefunkční rodinné zázemí a vztahy, velké nároky na vlastní osobu. Má tendenci přebýt onen zmiňovaný handicap snahou vyniknout a být v dané činnosti nejlepší. Tuto teorii vztahuje i na jakoukoliv volnočasovou činnost.

***K: Podle mě jakoby teď, teď kdyby mi to někdo platil, tak už by mi to přišlo jako teď už zbytečný, tady to s ničím začít.***

***P: A proč si to myslíš?***

***K: Já nevím, asi že bych v tom nebyl tak dobřej...***

***P: A je potřeba, když někdo něco dělá pro radost, bejt v tom dobřej?***

***K: Já nevím, jestli bych to dělal pro radost, já bych to děla asi proto, abych byl něčím výmečnej, prostě jako když někdo něco umí, že jo.***

V rámci svého školního prostředí se skrze spolužáky setkává s fenomény, jako je kouření cigaret či marihuany. Tyto věci jsou obecně pokládány většinou společností za negativní a stejně tak k nim přistupuje i Kristián.

***K: Kámoši všichni, já nevím, třeba kouřej a jako Kristiáne, proč nekouříš, že jo, to.. Pak jako že trhám partu a že se s nima nekamarádím kvůli tomu, že nekouřím, nehulim a tak.***

Obzvlášť ke kouření cigaret se staví Kristián velmi kriticky a vrstevníky, kteří s ním experimentují nebo ho praktikují, takřka zatracuje.



***K: Mně to přijde takový, jako že nevím, no, že se ty lidi úplně změní. A než jako všichni ty lidi z té devátý třídy začali kouřit, jo, kámoš třeba nekouří, takže s nim se dá mluvit, ale ty holky, ty se změnily.***

Důvodem nulové tolerance k lidem, kteří kouří, je fakt, že kouří jeho matka i celá jeho rodina. Takže v důsledku nejde o kouření, ale o to, že kouření Kristiánovi asociuje jeho rodinu, respektive její nedostatky a patologie. Proto se také takřka hrdě distancuje od samotného kouření, čímž ukazuje, že je jiný než jeho rodiče.

***P: Takže cejtím z toho, že ty nemáš rád kuřáky.***

***K: No.***

***P: A jak je ten důvod?***

***K: Matka kouří, že jo, od malička. A hlavně všichni v mé rodině kouřejí, a já jedinej ne.***

Snaha ukázat společnosti, že není ten špatný (byť je z DD), vyústila i v tendenci moralizovat, odsuzovat a neúčastnit se mladických aktivit svých vrstevníků:

***K: Já nevím, jako byl jsem furt s kamarádama a to bylo samý jako že kámoš, já nevím, třeba dělal průsery, já jsem to nechtěl, nebo tak.***

Zde však Kristián naráží na lidskou přirozenost, kdy je v jeho věku zcela běžné, že mladí lidé hledající identitu testují společenské hranice.

***K: Ne, já nevím, já to teď třeba vidím úplně jinak. Já teď chci být ne hodnej, ale s těma lidma nechci být, co kouřej, nebo co chlastaj, jako chci s nima bejt, ale na druhou stránku zase ne, no.***

Potvrzují to i Kristiánova slova o dost netradiční zábavě v podobě pubertálního vysmívání se sociálně slabým a starým lidem v metru.

Snaha prokázat stoprocentní kompetence se odráží i v postoji vůči případné podpoře s trávením volného času.

*P: Ještě jsem se chtěl zeptat, kdyby tady byla nějaká služba v rámci domu na půl cesty, která by vám pomáhala s volným časem, využil bys to?*

*K: Phe, nevím, asi ne. Mně to nevadí, jako byl bych radši třeba s kámošema, ale mně to nevadí, když jsem sám...*

### Závěr

Kristiánův volný čas není nijak výrazně strukturován. Aktivitu, kterým se věnuje, vznikají nahodile spíše z iniciativy jeho okolí. Jako určitý stimul pro změnu trávení volného času považuje vznik partnerského vztahu. O žádný ale neusiluje (byť by chtěl), protože se cítí ve společnosti diskreditován osobní historií (nefunkční rodina, ústavní péče). Tento postoj u něj ovlivňuje i fungování ve školní skupině vrstevníků, kde se považuje za onálepkovaného a sociálně handicapovaného. Jako určité východisko považuje získání financí a pořízení atraktivních věcí, které by mu zajistily prestiž a zájem ve společnosti vrstevníků, ve které se pohybuje. Ke koníčkům a zájmům přistupuje jen z pohledu získání výjimečnosti. Pokud neexistuje předpoklad, že v dané činnosti bude nejlepší a vynikne v ní, nemá zájem se jí zabývat. Z důvodu silného studu, který cítí kvůli své osobní historii, má tendence působit v rámci společnosti mravně a správně a tím se odlišit od svých rodičů. O případnou podporu ze strany nové služby by dle svých slov zájem neměl, i když jeho tvrzení působí dost ambivalentně.

## 12.2 Vašek, 19 let

### Stručná kazuistika

Vašek se narodil romským rodičům a byl ihned po porodu umístěn do kojeneckého ústavu. Ve třech letech přešel do dětského domova, kde setrval až do své plnoletosti. Pokoušel se studovat odborné učiliště, ale tempu výuky nestačil, a proto přešel na praktickou dvouletou školu obor pomocné kuchařské práce. Po dovršení osmnácti let byl prostřednictvím dětského domova zkontaktován s domem na půl cesty, kam následně odešel. Vašek měl obavy z velkého města a v Praze byl dezorientovaný, velmi dlouho trvalo, než pochopil pravidla domu na půl cesty a přijal skutečnost, že už není v dětském domově. Záhy se ukázalo, že Vašek je velmi bezhraniční a neznalý základních pravidel ve společnosti. V rámci vidiny uspokojení svých potřeb prodal svůj cestovní pas a občanský průkaz. V okolí domu na půl cesty navazoval velmi rychle nestandardní vztahy s místní komunitou, která měla tendenci ho využívat (dealerství měkkých drog apod). Vašek byl velmi motivovaný najít si pracovní uplatnění, za celý rok se mu však nepodařilo žádnou práci získat. Pracoval trvale v pracovním sociálně rehabilitačním programu, kde v rámci svých možností i přes problémy fungoval. Pomocí programu se snažil nalézt zaměstnání nebo brigádu na pracovním trhu, což se mu však nepodařilo. Limitovala ho velmi nízká kvalifikace, slabá sociálně společenská orientace a neznalost pracovního prostředí.

### Snaha být vzorným

Jednou z mála struktur v denním Vaškově režimu je povinnost ráno vstát nebo se nechat vzbudit a dojít do pracovního programu, kde setrvává denně pět hodin. Zde pracuje na výrobě proutěného dekoračního zboží v malé skupině spolupracovníků. V případě, že by do práce nedošel nebo jinak porušil tamní pravidla, ohrozil by svůj pobyt v domě na půl cesty. Zjednodušeně řečeno, je si vědom toho, že když nebude pracovat, nemůže spát v DPC. Po ukončení pracovní povinnosti se Vašek odebrá zpět na dům na půl cesty. Pokud nemá konzultaci se svým osobním průvodcem nebo jinou povinnost, často se nudí.

**P: Nudíš se často?**

**V: No tak, dá se říct, že jo. Jako jo, řeknu na rovinu jo.**

***P: Co děláš teda, když se nudíš?***

***V: Ležím jako, nebo spím, jdu si na chvilku lehnout, když jsem unavenej. A když nejsem unaveném, tak jsem na domku, no. Bud' sedím venku na zahradě a nebo...***

Z Vaškových slov je patrné, že nuda pro něj představuje cosi, za co se stydí. Od toho se odvozuje i snaha prezentovat v rámci svého volného času co nejvíce aktivit ušlechtilého typu.

***V: Eeee, tak když vlastně přijdu jako na domek, tak eeee, tak moje, co je první, tak musím, ne jako musím, ale jako když chci, tak třeba dejme tomu, když mam fakt čas, tak občas pujdu ven jenom se projít na procházku, třeba občas... A taky si musím plnit věci na domku jako..***

Už ze samotná formulace této informace, kdy se pozvolna mění slovo „musím“ na „můžu“ a následně na „chci“, ukazuje, jak silný zvyk věci dělat podle pokynu ve Vaškovi ústavní péče vypěstovala. Tvzení je zároveň důkazem snahy být vzorným a spořádaným členem společnosti s nutností to dokazovat. Vaškovy procházky přírodou jsou ve skutečnosti hodiny prosezené na schodech večerky ve společnosti skupinky lidí bez domova a společná konzumace lahvového piva. To dokazuje i odpověď na otázku požadující upřesnění místa procházek.

***P: A kam chodíš obvykle na procházku v Libni?***

***V: Tak, chodím, chodím.. Jak bych to řek, chodím se projít jako třeba tady k zastávce nebo se projdu tam voko, tam někam jako se procházím tou přírodou.***

Vašek se snaží lovit v paměti chvályhodné činnosti, které kdy v DPC vykonal a za které by se mohl dočkat uznání a pochvaly.

***P: A co teda děláš o víkendu?***

***V: Tady jako na domku. Jo, jako nuda... No a vobčas si teda přečtu jednu knížku, no jako málokdy čtu.***

***P: Jednu knížku? Nějakou speciální si čteš?***

***V: No tam, jak máte na tom domku, ty, co se pučujou, si čtu.***

***P: Jo, a co sis četl naposled třeba?***

***V: Hmm, co jsem čet, no, čet jsem ...Pokrmy, jako jak se dělá třeba příprava jídla nebo takhle.***

Vašek svým přístupem připomíná dítě, které se bojí rodičům přiznat, že není tak úplně perfektní a ideální a že kromě vzorného chování, které se po něm chce, má přirozeně tendence provádět lumpárny nebo lenošit.

***P: No a jaký jsou teďka tvý nejoblíbenější volnočasový aktivity?***

***V: No tak moje nejoblíbenější aktivita v dnešní době je asi...když mám, když mám jako, když mám prostě jako, jak bych to řekl, když mám volno nebo když mám čas, tak..když, já nevím, jak bych to řekl, když mám peníze, tak ne že si utratím všechno, já už prostě teďko musím fakt myslet na sebe. Takže když mám stovku, tak si prostě koupím jen jedno pivo, to mi stačí. Anebo třeba jdu aktivity a koupím si třeba jídlo, nebo prostě jdu se najíst, aktivita. Nebo jdu si třeba občas zaběhat, aktivita, ale když se mi chce, když já, když to moje tělo nechce, tak nejdu.***

Svým způsobem se Vašek snaží sdělit, že ve svém volném čase je svým pánem a provádí úkony související s odpovědným přístupem k samostatnému životu. Fakt, že si Vašek nakoupí jídlo, když má hlad, působí jako jasné a logické řešení běžného problému. Pro člověka, který byl do svých devatenácti izolován v ústavní péči a nemusel se o nic starat, protože byl ve všem veden a řízen, to však může být problém.

### Silná vazba na dětský domov

Vzhledem k tomu, že Vašek žil od tří let v jednom dětském domově a na jednom místě, vypěstoval si k tomuto prostředí velmi silnou emoční vazbu. Dokládá to i tendence a snaha navštěvovat bývalý domov, jak jen je to možné.

***V: Do děčáku jsem vlastně tam jel se podívat a vzal jsem si s sebou, jo vzal jsem si s sebou pět set nebo šest set korun, do děčáku jenom se podívat a byl jsem tam do jedenácti vlastně s kamarádama v dětském domově se podívat .***

Do dětského domova jezdí nejen za vrstevníky, ale přijíždí i se záměrem pochlubit se vychovatelům, jak se mu vede v jeho samostatném životě. Opět to velmi připomíná paralelu vazby dítěte a rodiče. Vaškův návrat na místo, kde vyrůstal, se ne vždy povede dle Vaškových představ i představ tamního personálu.

***V: No, jel bych do toho děcáku a potom bych tam třeba přespal u kamaráda, protože v děcáku tam nemůžu spát, protože jsem měl ten průser, jak jsem ti říkal.***

*(dorazil do DD v podroušeném stavu a opilý, rušil noční klid a byl agresivní)*

O tom, že Vaška pojí silné pouto k prostředí, ve kterém vyrůstal, svědčí i odpověď na tuto otázku.

***P: No a ty, kdybys mohl, tak co bys rád dělal za koníčky? Co by tě bavilo?***

***V: Kdybych mohl, tak bych byl asi v dětském domově a hrál bych turnaj.***

Jakoby se chtěl Vašek vrátit do doby jistého zázemí a navíc do momentu, kdy zjevně jako úspěšný reprezentant fotbalového týmu dětského domova zažíval sladké pocity vítězství a uznání.

### Touha po uznání

Touha po uznání se line i vyprávěním o zájmech v dětství, respektive o aktivním hraní fotbalu. Vyprávění má nádech fikce, jako by si chtěl Vašek upravit faktografické údaje podle svých vysněných představ a chtěl slyšet pro něj hřejivou odezvu uznání a obdivu.

***V: Jo, jo, jo. Hrál jsem za .. Hrál jsem fotbal, jako už vod tří. Hrál jsem fotbal a ... Vlastně hrál jsem za, jak se jmenoval ten tým ...ehm.. Za to, za ... Jo za Unhošť jsem hrál vlastně. Jako dorost fotbal. A hrál jsem vlastně jako útok, jako křídlo útok, pravý útok.. No a byl jsem jako třetí nejlepší střelec jako v turnaji.***

Ať už byla realita jakákoliv, Vašek v dětském domově trávil volný čas hraním fotbalu a cítil se v něm úspěšný. Pocit vlastní hodnoty získal z reakce blízkého okolí. Zřejmě neintenzivněji se tento pocit dostavil při reprezentování ve fotbalovém turnaji napříč mezi

dětskými domovy, kdy Vaškův dětský domov zvítězil a navíc se Vašek stal třetím nejlepším střelcem turnaje.

***V: A můj koníček, jako taky třeba hráli jsme turnaj za dětský domovy. Jako a hráli jsme proti dětským domovům. No a vlastně těch děčáků tam bylo asi jedenáct, deset, no jedenáct, dvanáct. Dvanáct vlastně, dvanáct děčáků. Pyšely, my, no prostě Krupka a další. My jsme byli ve finále a vyhráli jsme pohár.***

Zvláštní postoj Vašek zaujímá i k momentu, kdy se fotbalem přestal aktivně zabývat. Bere to jako jisté selhání, možná i konec doby, kdy se zabýval něčím chvályhodným.

***V: No protože, abych se přiznal, řeknu to jako na rovinu, prostě přiznám se. Mně kluci prostě naučili jakoby kouřit a takový ty věci. No a já sem potom přestával, začal jsem kouřit, pít, no a jinak bych vlastně i hrál až doteďka.***

Vašek lituje momentu, kdy ukončil aktivní hraní kopané. Za příčinu považuje negativní vliv vrstevníků, kteří ho naučili kouřit tabák a marihuanu.

***P: Takže ty už jsi s tím pomalu skončil v dětském domově ?***

***V: Pomalu, jinak bych jako ještě hrál, jinak jsem ještě mohl hrát, akorát jako že kluci mě naučili kouřit a naučili mě hulit trávu teda, no .***

Tímto sdělením přenáší zodpovědnost za svoje chování a potažmo za konec aktivního sportování na své kamarády. Jakoby zde pro Vaška opět existovala potřeba vypadat zodpovědněji, než ve skutečnosti je, a dokázat společnosti, že on chtěl, ale okolnosti tomu nepřály. Získání první zkušenosti s cigaretami a marihuanou nemusí být zlomovým momentem v životě sportovce. Jde přeci spíš o to, jak se k těmto věcem dotýčný postaví. Ve Vaškově případě jde tedy spíše o racionalizaci a hledání příčiny jinde než u sebe.

### Silný zvyk být veden a řízen

Vašek svými slovy dokazuje, že v prostředí ve kterém žil, si zafixoval tendenci řídit se cizími pokyny autorit.

***V: No, tak když bych se tě zeptal, potřeboval bych pomoc, jsem v nouzi a prostě nevím, co mám dělat, jestli bys mi poradil třeba, co bych moh dělat ve volným čase?***

Do jisté míry to skýtá i určité pohodlí, protože člověk se nemusí zatěžovat tvorbou náplně volného času. Zároveň zde nehrozí, že realizaci zkomplikují překážky typu slabá vůle nebo technicko organizačně složitý proces.

***V: Třeba pomoc bych potřeboval s tím, jo s tím, že byste mi třeba vymysleli nějakou aktivitu, kterou bych mohl dělat. Kdybyste třeba řekli, tak třeba Vojto, už jsme ti vymysleli aktivitu a můžeš třeba jít zaběhat si, nebo si jít zahrát fotbal s klukama, nebo takhle ..***

### Závěr

Vaškův přístup k trávení volného času je silně ovlivněn celoživotní ústavní péčí. Vašek jako by nevystoupil z modulu dětského domova, očekává, že bude za svoje chování hodnocen (chválen či kritizován), a tak se apriori snaží o co nejlepší sebe prezentaci. Nedělá věci pro sebe, ale proto, aby byl kladně hodnocen. Ve skutečnosti se však velmi často nudí a jeho volný čas nemá strukturu ani náplň. Vašek řeší dlouhou chvíli spánkem, případně se pohybuje v blízkém okolí domu na půl cesty, kde navazuje kontakt s místní komunitou lidí bez domova a popíjí alkohol a kouří marihuanu. Když má peníze, jede na návštěvu do dětského domova (spíše za vrstevníky), ale navštíví i vychovatele. Návštěva je vždy spojena s tendencí pochlubit se vlastní samostatností, ale také s nadměrnou konzumací alkoholu. O tom, že Vašek ještě stále teoreticky žije v prostředí dětského domova, svědčí i tendence nechat se dobrovolně řídit a vést v rámci vlastního volného času.



### 12.3 Mirek, 17 let

#### Stručná kazuistika

Mirek žil život v rodině s matkou a otcem. Má několik starších sourozenců, kteří však už s rodinou nežijí, kromě jedné starší sestry. Od útlého věku děti praktikoval otec drobnou kriminalitu, díky které si rodina dopřávala věci, které si nemohla za normální situace dovolit. Tímto druhem obživy se otec před svými potomky netajil a považoval ho za takřka za legitimní. V době, kdy Mirek studoval základní školu, se rodina ocitla v tíživé životní situaci. Otec zemřel a rodina přišla o trvalé bydlení. U matky se objevilo závažné psychické onemocnění a sklony k závislosti na alkoholu. V současné době žije matka s přítelem a starší Mirkovou sestrou na ubytovně, kde Mirek jako nezletilý nemůže dlouhodobě pobývat, z toho důvodu také nastoupil do domu na půl cesty. Mirek se pokoušel po základní škole studovat odborné učiliště, v prvním ročníku byl však odejit kvůli mnoha hodinám neomluvené absence. Jedním z důvodů, proč se škole vyhýbal, byla šikana a posmívání spolužáků kvůli řečové vadě, kterou trpí (selektivní mutismus - velmi intenzivní zadržávání). Mirek má veselou povahu a v kolektivu působí nekonfliktním dojmem.

#### Alkohol – důvody jeho vyhledávání a konzumace

U Mirka se vzhledem k jeho nízkému věku vytvořil velmi brzy nezdravý vztah ke konzumaci alkoholu. Dopřává si ho pravidelně, vždy v rámci finančních možností. Konzumace alkoholu u něj nemá zcela stejný význam jako u většiny jeho vrstevníků, kdy bývá akt konzumace součástí společenských aktivit dvou či více lidí. Mirek se sice společnosti nevyhýbá, na druhou stranu je jeho cílem pít, nikoliv zábava s přáteli, což dokazují jeho slova:

***M: Bud'to piju sám, že jo, piju sám, nebo sem tam občas s nějakým kámošem, a když není zrovna nějaký kámoš, tak mám je, tak mám je, tak mám ještě ségru, a když ta a když ta taky nechce, tak piju sám.***

Konzumace se stala jednou z nedílných součástí trávení volného času.

***P: Jak trávíš volný čas?***

***M: No tak, že sem tam občas, že sem tam občas si dám pár piv, nebo jsem na ubytovně u těch rodičů, že jo.***

Zde je však pití piva také tradiční rituál a rodiče do něho, byť nezletilého Mirka zasvětili. Mirek uvádí, že pro něj konzumace alkoholu má zklidňující účinky, které se odráží v uvolnění jeho řečové poruchy.

***M: Mně nejde o to se opít, mně de o to, že se mi pak nejlíp mlu, nejlíp mlu, nejlíp mluví.***

### Volný čas a jeho struktura

Volný čas věnuje Mirek většinou pravidelným návštěvám rodiny žijící na ubytovně. Program zde není nijak předem daný, většinou jde o běžné setkání rodiny, která se sejde v jednom z obývaných pokojů za účelem osobního kontaktu nebo přípravy a konzumace jídla.

***M: No tak, sem tam se něco uvaří nebo si ňák tak, ňák tak po po povídáme, že jo nebo tak, většinou tam hraje rádio.***

Mirek stráví na ubytovně denně zhruba dvě hodiny. Po návštěvě se jeho program odvíjí od toho, zda získá od rodičů nějaké finanční prostředky, za které by si pořídil alkohol.

***M: Když už jsem sám, tak si koupím pár těch piv, že jo, tři maximálně pět, že jo, a prostě sem prostě sednu, sednu si v parku na nějakou lavičku, že jo, nebo sem tam občas v lese, aspoň nějaká příroda a tam je vychla, tam je vychlastam a pak du.***

V případě, že se Mirek vyskytuje v domě na půl cesty (kde nemůže konzumovat alkohol), je jeho nejčastější aktivitou kouření.

***M: No tak, většinu času trávím tak, že přes den, tím asi zabiju většinu času, že jsem, no prostě jsem, že prostě sedím a kouřím, kou....kourim. cha,cha.***

Kromě toho poslouchá rádio, příležitostně se dá do řeči s ostatními klienty. Program o víkendu je obdobný, jen je více volného času, který Mirek, pokud není na ubytovně u rodičů, prospí.

**P: A jak trávíš víkendy ?**

**M. No tak, to buď spím přes celý den, nebo jsem na ty ubytovně.**

**P. Nudíš se občas?**

**M. No, tak občas jo, když není co kouřit nebo když přes noc nemůžu spát.**

### Vnímání změn minulost versus současnost

Než začala mít rodina existenční potíže, trávil Mirek nejvíce času hraním her na počítači. Této činnosti se věnoval od 7 do 15 let. Počítač však později musela rodina prodat. Jeden z největších rozdílů, které Mirek pocítuje mezi současností a tím, jak žil dříve, je materiální a finanční zajištění. Minulost označuje jako období luxusu, který si však dopřával tím, že otci kradl peníze.

**M: No, tak teďka mi to přide takový, že dřív sem si žil líp, no líp, prostě ve větším luxusu, že jo. Taky jsem měl takový časy, že jsem si žil jak prase v žitě, že jo.**

**P. V čem to bylo luxusnější, uveď mi příklad.**

**M. No tak, spočívá to v tom, že jsem ve čtrnácti letech svému tátovi kradl prachy.**

Mirek si sice uvědomoval, že páchá něco nepřipadného, nicméně ve své činnosti pokračoval.

**M: No tak žil jsem si líp, luxusněji, ale obstarával sem si peníze takovým hnusným způsobem.**

Mirkovo chování jakoby zrcadlilo otcovy praktiky krádeží, které u něj Mirek i ostatní sourozenci od malička pozorovali. Možná jen s tím rozdílem, že Mirek měl ze svého konání určité výčitky svědomí. Motiv byl však vždy silnější než výčitky, a tak se krádeže opakovaly.

**M: Ale jelikož jsem měl pokaždé výčitky svědomí, tak jsem ty výčitky své svědomí nějak přetlouk a pak už mi bylo jedno, co se bude dít, a pak, když táta na to všechno přišel, tak chtěl všechny prachy zpátky.**

Otec řešil celou věc fyzickou konfrontací a pravý důvod Mirkových krádeží se zřejmě nikdy nedozvěděl. Mirek si za zcizené peníze dopřával alkohol a jídlo v restauracích, případně i oblečení. Hostil za ně kamarády, a dokonce i svou sestru, na kterou žárlil kvůli tomu, že ji měl otec více v oblibě. Tento nerovnoměrný vztah, kdy Mirek pociťoval nespravedlivé rozdělování peněz a zřejmě i zájmu a pozornosti, byl hlavním impulsem pro Mirkovy krádeže.

***M: Jsem nemoh unyst to, že ségře dával víc prachů než mně. No tak, já jsem myslal vždycky na ségru, i když jsem žárlil na to, že jí dává víc prachů než mně. Tak jsem jí pak dával taky nebo jsem hostil nákýho kámoše chlastem.***

### Zájmy a hobby

Mirek se v dětství věnoval krátce modelaření. Kromě tohoto kroužku a hraní her na počítači jiný koníček neměl. Docházení do modelářského kroužku ukončil na vlastní popud, lepení modelů ho přestalo bavit. Otec často hrával na kytaru a foukací harmoniku a Mirek se od 14 let toužil naučit na oba nástroje stejně dobře jako on. Jeho sestře se to povedlo, jemu už ne. V době, kdy učil otec sestru hru na hudební nástroje, byl Mirek malý a o hraní ještě nejevil zájem. Později začaly rodině existenční problémy a na učení nebyl čas ani prostor.

***M: Já jsem pravidelně viděl, jak na harmoniku hrál můj táta a na kytaru taky. Ten to naučil ségru, ale mne už ne.***

***P: Takže motivem bylo vyrovnat se sestře.***

***M: No tak, já jsem se chtěl na to naučit, na to, že jsem si chtěl připadat jak nějakej frajer.***

Svého cíle (naučit se hrát) se snažil dosáhnout i bez pomoci otce, když se učil kytarové akordy podle knihy pro samouky. A i když se jeho záměr zcela úplně nevydařil, naučil se ovládat alespoň foukací harmoniku.

***M: No tak, chtěl bych umět hrát na kytaru, ale prostě mám smůlu, že nemám hudební sluch.***

***P: Ty ses někde učil hrát na kytaru, nebo jsi samouk?***

***M: No tak, já jsem se to učil sám.***

***P: A kdy ses tím začal zabývat?***

***M: Ve svých čtrnácti letech jsem měl ještě k tomu takovou knížku. No, alespoň jsem se naučil na foukací harmoniku.***

Jako současné hobby uvádí s nadsázkou alkohol. Ve svém důsledku je to však bohužel pravda, s přihlédnutím k tomu, kolik času pití věnuje a čím je pro něj pití důležité. Mírek o sobě tvrdí, že závislý je pouze na tabáku, respektive na nikotinu, který potřebuje denně. Pro získání potřebné dávky nikotinu a alkoholu je schopen v případě nouze spáchat přestupek ve formě krádeže. Mírek dokáže definovat věci, o které by měl v případě změny současné finanční situace zájem.

**M: Když bych si moh dopřát cokoliv, tak by to bylo asi auto.**

**P: Ale na auto nemáš řidičský průkaz, a to není nějaká činnost. Zkus si představit něco reálnějšího.**

**M: Tak já bych chtěl jet třeba někam do ciziny, což zároveň souvisí i s tím autem.**

**P: A kam bys chtěl jet, máš nějakou destinaci, která tě zajímá ?**

**M: No, tak vždycky, co mě nejvíc zajímalo, to byla Francie. Podívat se do hlavního města a koukat se na Eiffelovku.**

Na cestování by ho bavilo poznávat nové prostředí. Přiznává, že cestování po blízkém okolí nemá tolik překážek jako poznávání míst za hranicemi České republiky. Přesto nikdy žádnou cestu nepodnikl (až na krátkou epizodu, kdy byl pravděpodobně pod vlivem pervitinu). Naráží na problém, že kromě rodiny a občasných známých z ubytovny, se kterými konzumuje alkohol, nemá nikoho, s kým by výlet podnikl. Na oslovení svých spolubydlících z domu na půl cesty si prozatím netroufá, respektive předem očekává, že bude odmítnut.

**P: No, když máš takové touhy něco poznávat, nenapadlo tě někdy, někam se podívat místo toho věčného spaní?**

**M: No, já bych nechtěl sám.**

**P: Ty nemáš někoho, kdo by s tebou chtěl na výlet?**

**M: Myslím, že by nikdo nechtěl.**

**P: Zeptal ses, zda by někdo nechtěl jet?**

**M: To jsem se neptal.**

**P: Kdyby někdo chtěl, byla by ta motivace větší?**

**M: Asi určitě.**

## Závěr

Mirkův volný čas zaplňují dvě hlavní aktivity: dojíždění za rodinou na ubytovnu a programové popíjení alkoholických nápojů. To Mirkovi poskytuje uvolnění a zlepšení jeho řečového a komunikačního problému, zároveň se stává jeho pravidelným rituálem a je zde velké riziko získání závislosti. Pokud se Mírek nevěnuje těmto dvěma aktivitám, čas tráví pobýváním v soukromí domu na půl cesty, kdy na pokoji poslouchá rádio, kouří nebo spí. Spánkem řeší i stav nudy nebo větší množství volného, ničím nestrukturovaného času, např. víkendy. Kromě rodiny a pár známých z ubytovny nemá žádné jiné sociální vazby a kontakty. S klienty z domu na půl cesty se baví jen sporadicky, do jaké míry ovlivňuje jeho izolaci řečový problém je otázkou. Mírek si s sebou nese velmi čerstvou a negativní zkušenost ze studia na odborném učilišti, kdy se mu spolužáci posmívali (kvůli vadě řeči) a šikanovali ho. V současné době dochází do pracovně sociálně rehabilitačního programu DOM JOB, kde pracuje v košíkářské dílně a získává první pracovní zkušenost. Mirka by zajímala hra na kytaru, o jejíž výuku se v dětství pokoušel. Zároveň by ho lákalo cestování, a to nejen po cizích zemích, ale i blízkém okolí. Do této aktivity se mu však samotnému nechce a nepohrdl by jakoukoliv spoluúčastí a podporou.

## 12.4 Monika 23 let

### Stručná kazuistika

Monika vyrůstala do dvou let v kojeneckém ústavu. Posléze byla adoptována bezdětným párem. Vyrůstala na venkově a její nová matka zastávala velmi direktivní a tvrdou výchovu. Matka o většině věcí rozhodovala právem veta a na názor Moniky nebrala zřetel. Stejně tomu bylo při výběru střední školy. Když se Monice nepodařilo dostat na výtvarně zaměřenou školu, matka jí vybrala výuční obor s maturitou, o který Monika neměla zájem a studovat ho nechtěla. Pod nátlakem nakonec školu dostudovala, v oboru však nikdy nepracovala. Monika u matky nenacházela citové pouto, a hledala ho proto u své učitelky, se kterou navázala hlubší a závislý vztah. S její pomocí se také dostala do domu na půl cesty. Monika má velmi nízké sebevědomí, je sebekritická a často trpí úzkostmi a tenzí. Pro zmírnění těchto stavů je pravidelným kuřákem marihuany. Během Moničina pobytu v domě na půl cesty se vyhrcoval nezdravý a závislý vztah s její bývalou učitelkou. Monice se zároveň nedařilo ani na poli pracovním. Záhy se ukázalo, že začala experimentovat s pervitinem a její pobyt v domě na půl cesty se výrazně zkomplikoval. Pokud zde chtěla setrvat, musela se dobrovolně přihlásit do léčby a tou úspěšně projít. To se Monice nakonec podařilo. Navíc se začala pracovníě orientovat zcela jiným směrem a získala zaměstnání v pomáhající profesi, které ji skutečně baví a realizuje se v něm.

### Vlastní pochyby a nejistoty

Monika mluví o tom, že kromě její psychiky jí nic v rozvoji jejího volného času nelimituje. Psychikou označuje svoje vztahování k lidem, to, jak se cítí v interakci s lidmi a jaké prožívá pocity, ať už během kontaktu, nebo po něm. Udává, že již od dětství měla problém se začleňováním do skupin a v kontaktu s vrstevníky.

***M: A já jsem se taky docela ostýchala vrstevníků, takže .. Nějak jsem neměla ani zapotřebí tam jít.***

O křehkosti vlastního sebevědomí vypovídá i potřeba mít vedle sebe oporu se zcela jiným osobnostním vybavením.

***M: Já nevím, já potřebuju trochu temperamentního k sobě člověka (smích), protože pak dokážu taky dělat jako nějaký věci.***

Z hledání rovnováhy a podpory vycházela i při výběru práce v pomáhající profesi. Pracuje jako osobní asistentka u těžce fyzicky handicapovaných lidí, pro které je její pomoc nesmírně cenná a životu potřebná. Tento fakt jí v jejích očích posouvá nízké sebevědomí o stupínek výš.

***M: No jakože, že mám najednou pochopení třeba k těm lidem, můžu jim pomoc a zároveň jsem pro ně užitečná já a zároveň jsme si užiteční jakoby oba.***

Náhled na nepříznivou životní situaci Moničiných klientů jako by jí dával zapomenout nebo umenšoval prostor pro uvažování o vlastních pochybnostech, úzkostech a nedostacích.

***M: Různý životní situace, vidět svůj život a podle toho si nedělat hlavu z tohohle, nebo z tamtoho...prostě to nějak jako, teda já jsem se do toho zamotala (smích).***

Monika zároveň očekává, že v ideálním případě se bude její současný stav vlastního vnímání díky vnějšímu prostředí pozitivně rozvíjet.

***M: Já nevím, jako čekám, že poznám fůru novejších lidí, který mě něco daj a takhle, poznávání nových lidí jako...tam se to možná i vodpichuje, že jo, jako moje osobnost jako že..***

Zároveň je v pozici člověka očekávajícího podporu, pomoc a radu od blízkého okolí i v rámci motivace a náplně volného času.

***M: Jakože ty lidi mě nějak formujou jako, ale samozřejmě s tím pozitivním nějakým, to co já bych chtěla jako...***

***P: A co bys ty chtěla?***

***M: Já nevím, aby mi poradili s něčím.***

***P: S čím třeba?***

***M: Třeba s tou hudbou, jak to skládat (smích).***



## Rozdíl mezi minulostí a současností

Za největší změnu mezi současností a dětstvím spatřuje nutnost být samostatnější, a to jak ve věcech soběstačnosti (práce), tak volného času. Spolu se samostatností je tu však oproti dřívějšímu veliká míra svobody a volnosti.

***M: Že už mám jako nějaký věci, pracovní záležitosti, který musím sama jako. Jakoby k ničemu nejsem vedena, takže mám svůj volnej čas, kterej si musím naplánovat, to tady můžu jít ven, kdy se mi zachce, můžu dělat, co se mi chce. Je to vlastně, že si můžu organizovat ten čas sama.***

## Koníčky a zájmy, stimuly, vlivy a vazby

Monika svůj volný čas příliš neplánuje. Většinou se věnuje věcem, které jí zajímají. Mezi ně patří práce a zábava na PC, četba, poslech hudby a okrajově vaření a sport. Některé zájmy a koníčky pěstovala již v dětství. Tak tomu bylo například s kreslením, Monika měla i ambice dostat se po základní škole na střední školu s výtvarným zaměřením. Sama zpětně litovala, že nechodila v dětství na kroužek a nezískala větší průpravu. V současné době se kreslení již příliš často nevěnuje. K poslechu hudby jí od malička vedla babička a podporovali ji v něm i rodiče.

***M: Já už jsem jako malá poslouchala rádio před spaním s babičkou právě. A pak jsem dostala prvního jako walkmana, to jsem dostala od otce asi v sedmi letech a vod tý doby jsem chodila jako furt se sluchátkama jako menšíma a pak jsem dostala největší dárek, to jsem byla v devátý třídě, tak to jsem dostala diskmana jako s rádiem a s cédéčkama (smích). To je jedno, tak vod tý doby tak nějak poslouchám hudbu.***

Zájem o počítač u ní vzbudil dlouholetý blízký kamarád, který jí s jeho užíváním také pomáhá. Monika by s jeho pomocí chtěla zkusit s jednoduchým softwarem komponovat a programovat hudbu.

***M: Ne, ale právě mám v plánu, že mi kamarád natáhne nějaký program, nějaký úplně jednoduše, že se to tam dá seskládat.***

***P: Jako že si budeš něco komponovat?***

***M: No, chtěla bych to zkusit právě jako no, nevím, jestli to umím, nebo jestli z toho něco vznikne, to je zatím ve hvězdách, to je zatím taková úvaha jako.***

I přes výčet aktivit a koníčků Monika přiznává, že se občas nudí. Nejčastějším řešením je v takovém případě spánek, kdy je schopna spát s přestávkami klidně přes celý den.

***M: No, že se mi nic nechce, nechce se mi ani jako jít ven.. A pudu tam jako? Prostě mám občas takovejhle stav, kdy jako jsem taková líná, tak si jdu ven na cigárko, zase zalezu, zase si lehnu. Takže většinou ten čas prospim.***

Náplň volného času u Moniky ovlivňuje ve velké míře blízké okolí, respektive jedinci, ke kterým má vytvořeny citové vazby. Jedním z nich je zmiňovaný dlouholetý kamarád Keny.

***M: Hmm, tak právě, takže zavolám teda tomu Kenymu, kamarádovi prostě, takže bud' někam jdeme, něco řešíme, protože s ním docela dost věcí řeším.***

Kromě něj do struktury volného času zasahuje i soužití v rámci komunity domu na půl cesty.

***M: Takže bud' jsem s blízkýma, takhle bych to formulovala, nebo jak jsem říkala, vařim, cestuju tady po baráku (smích). Tak vařim, tady potkám Jarmilu užvaněnou, takže pak skončim v hospodě občas (smích).***

Monika se netají tím, že při špatném psychickém rozpoložení nebo i v případě, že se chce dostat do lepší nálady, sahá po marihuaně, kterou celkem pravidelně kouří. Na rozdíl od většiny uživatelů marihuany Monika kouří skoro vždy sama a čistě pro získání uklidňující nálady.

***M: Občas podpořim to šlukovkou (marihuana), takže to je super relaxace. No prostě koukám jako na památky na stavby (smích). A jako jsem tak jako zamýšlená, jako hezky (smích).***

Další ze stimulů, které dokážou Moniku vyprostit ze stavu nudy a letargie, je zisk (buď v podobě citového prožitku, nebo zisk materiálního charakteru).

***M: Když z toho něco mám já, jako vyloženě zisk ..materiální. Jako když třeba někdo řekne, doraž, budeš mít sluchátka, dobrý tak dorazim (smích). No možná asi i ten citovej, takže jakýkoliv vlastně zisk.***

#### Plány a potřeby pro jejich realizaci

Monika mluví o tom, že pro své plány v rámci volného času by potřebovala více volna odpoledne. Často se totiž z práce od svých klientů vrací pozdě večer. Prostor pro volný čas kvůli pracovnímu vytížení nepokládá za zcela ideální.

***M: No a za těch pár hodin toho moc neuděláš, někam vyrazit a tak, takže spíš lezu po návštěvách nebo tak jako, takový uťápnutý trošku.***

***P: Uťápnutý?***

***M: Není to nějaká akce nebo něco, ted' nemyslim hospodu, ale někam jít, třeba do divadla a takhle .***

Monika by zjevně chtěla změnit svůj způsob trávení volného času. Nahlíží na něj jako na něco neatraktivního. Jako osobní asistentka velmi často dělá doprovod handicapovaným lidem na kulturní akce nejrůznějšího typu. Tento fakt sice Monika kvituje, ale na druhou stranu dodává, že na tyto akce by ráda zavítala s někým blízkým. Další aktivitou, o kterou by měla Monika zájem, je sport. Sama nesměle přiznává, že jednou týdně kondičně cvičí.

***M: Možná bych chtěla jako sport, ale hmm, to je vono (smích). Potřebuju s někym (smích), aby mě motivoval a tak jako (smích).***

Monika by ráda zkusila pravidelně chodit do fitcentra.

***M: Nevim třeba do fitka, cvičení nebo tak. To bych chtěla v rámci svého volného času nějak zkusit.***

Samotné se jí však nechce. Obává se situace, že se svými nedokonalými výkony uvede do trapné situace.

***M: No jasně, takový noční můry prostě anebo že už jsem udělala jednu sestavu a už nemůžu, ty jo. Tak co sem leze (smích). Ne, se prostě stydim, to je prostě vono.***

Sama zkusila pravidelně cvičit během léčby. Chodila do tělocvičny společně s dalšími klienty terapeutické komunity. A i když se velmi styděla a cvičila v koutě, po čase se nepříjemného pocitu studu zbavila, hlavně z toho důvodu, že lidi, se kterými cvičila, dobře poznala. Získala jistotu, že před nimi může odhalit své sportovní a fyzické nedostatky, aniž by byla terčem posměchu. Pro to, aby se odvážila do posilovny plné cizích lidí, potřebuje společnost a podporu pro ni bezpečných a blízkých lidí.

***M: Já nevím, když máš třeba tři lidi kolem sebe, se kterejma si rozumíš, a pak máš dvacet cizích, tak stejně mi to tak nevadí, protože máš kolem sebe jako ty, no dyť víš.***

## Závěr

Monika by pro ideálnější trávení volného času potřebovala více volna odpoledne. Její práce ji často zaměstnává do pozdních večerních hodin, kdy vrací se domu unavená. I přes dosažení mnoha úspěchů a progresu v rámci pobytu v domě na půl cesty se Monika neustále potýká s nízkým sebevědomím a pochybováním o sobě samé. To je i jeden z důvodů, proč nerealizuje některé z potenciálních koníčků a zájmů. Bojí se cizího prostředí (fitcentrum), respektive reakce ostatních na její případné nedostatky. Pro překonání stávajících překážek by potřebovala podporu pro ni známého člověka nebo více lidí, kteří by ji při realizaci volnočasové aktivity doprovodili a vytvořili z jejího pohledu bezpečnější prostředí.

## **12.5 Kategorie vzešlé z rozhovorů**

Pojmenovali jsme kategorie, které vzešly z analýzy, respektive otevřeného kódování a jsou podloženy daty. V následující kapitole se pokusíme definovat hlavní kategorii a následně vyhledat a popsat vztah pojmenovaných kategorií ke kategorii ústřední. Pro úplnost a přehlednost zopakujeme kategorie, které vzešly z jednotlivých rozhovorů.

Z analýzy z rozhovoru s Kristiánem vzešly následující kategorie:

*Nahlížení na vlastní postavení ve společnosti*

*Kritický sebeobraz*

*Hodnoty, alternativy pro zvýšení společenského kreditu*

*Velké nároky na vlastní osobu a snaha chovat se správně*

U dalšího z respondentů Vaška se na základě analýzy vygenerovaly níže uvedené kategorie:

*Snaha být vzorným*

*Silná vazba na dětský domov*

*Touha po uznání*

*Silný zvyk být veden a řízen*

Rozhovor se třetím respondentem Mirkem přinesl kategorie typu:

*Alkohol – důvody jeho vyhledávání a konzumace*

*Volný čas a jeho struktura*

*Vnímání změn minulost versus současnost*

*Zájmy a hobby*

U poslední respondentky Moniky se vyskytly kategorie typu:

*Vlastní pochyby a nejistoty*

*Rozdíl mezi minulostí a současností*

*Koníčky a zájmy, stimuly, vlivy a vazby*

*Plány a potřeby pro jejich realizaci*

## 12.6 Hlavní kategorie

Jak již bylo zmíněno v teoretické části práce, trávení volného času v lidském životě nestojí samo o sobě, ale ovlivňuje ho mnoho faktorů. Mezi ty nejvýznamnější patří rodina a

blízké okolí a práce, která volný čas definuje z hlediska jeho časových parametrů. Trávení volného času svým způsobem odráží schopnost jednotlivce vytvořit si v životě určitý řád a strukturu. Ukazuje také to, jak člověk nahlíží sám sebe a jak si myslí, že je vnímán svým okolím. Jaké ctí hodnoty a normy a zda je schopen fungovat ve společnosti v rámci svých představ. A to jak v osobním, tak pracovním životě. Za hlavní kategorii z výsledků analýzy proto považují určitý **problém v přístupu k vlastní osobě v rámci fungování ve společnosti**. Tento jev vlastní sebereflexe je základem pro zdravé utváření vazeb a interakcí ve společnosti a je s ním spojena i seberealizace v rámci volného času.

### 13 POCIT ODLIŠNOSTI - STIGMA

Z výše uvedených kategorií do jisté míry vyčnívá určitý problém s pocitem vlastní nedostatečnosti a jinakosti. Tento pocit se odráží nejen v rámci trávení volného času, ale také v základním přístupu k seberealizaci a náhledu na vlastní postavení ve společnosti. Všichni respondenti se cítí být díky vlastní historii v porovnání s většinovou společností odlišní. Tuto jinakost představují většinou fakta typu nefunkční rodina, ústavní péče, sociálně slabé prostředí, patologické jevy apod.

Společnost jako taková předkládá prostředky pro kategorizaci osob a jejich komplementární atributy. To umožňuje v běžném mezilidském styku detekovat sociální identitu cizí prvně spatřené osoby. Jedná se však spíše o předjímání, která jsou přenášena do normativních očekávání a předpokládaných požadavků. Tyto požadavky jsou však učiněné pod prvním dojmem, což si často uvědomujeme až tehdy, kdy vyvstane reálná otázka, zda budou naplněny. Požadavky a charakter, který jsme osobě přisoudili na základě prvního dojmu, bychom měli vnímat spíše jako „virtuální sociální identitu“. Naopak atributy a kategorie, které se prokáží, že k dané osobě náleží a korespondují s ní, můžeme nazývat skutečnou „sociální identitou“. Atribut, který svého nositele diskredituje, se dá nazývat stigmatem (Goffman, 2003:10).

K termínu stigma se vážou dvě roviny stavu, jedná se o pozici osoby diskreditované a diskreditovatelné. Zatímco osoba diskreditovaná je toho názoru a přesvědčení, že její jinakost je na první dojem zřejmá, u osoby diskreditovatelné platí, že předpokládá, že přítomní o jinakosti nevědí a nemohou ji ihned zaregistrovat a rozpoznat. Konkrétní stigmatizovaný bude mít však pravděpodobně zkušenost s oběma situacemi. Obecně jsou známy tři kategorie stigmatu. Mezi první skupinu se řadí jinakost týkající se tělesné schránky. Jedná se o různé typy znetvoření a na první pohled patrného poškození lidského těla. Do druhé skupiny se řadí vady charakteru vnímané jako slabá vůle a dominantní či nepřírozené vášně. Do této kategorie se řadí i patologické jevy typu alkoholismu, výkonu trestu odnětí svobody, duševní poruch, homosexuality, nezaměstnanosti, sebevražedných pokusů apod. Mezi třetí typ stigmat se řadí kmenová stigmata rasy, národa a náboženství (Wiley citován in Goffman, 2003:12).

Podle uvedeného rozdělení by tedy respondenti a klienti DPC byli nositeli většinou druhého a třetího typu stigmat. V ojedinělých případech by se však mohlo jednat i o typ první.

Kdybychom měli být konkrétní, tak u respondenta Kristiána bychom jeho stigma klienta dětského domova (posléze Klokánku) zařadili nejspíš do druhé kategorie. Respondent Vašek by se svým stigmatem mladého Roma bez kvalifikace a schopností žít samostatný život spadal pravděpodobně do druhé a třetí kategorie. U respondenta Mirka a jeho rizikového chování ve vztahu k alkoholu lze mluvit o druhé kategorii stigmatu. Je ovšem otázkou, kam zařadit jeho komunikační a řečový problém v podobě selektivního mutismu, který se projevuje silným zadržáváním a obtížnou výslovností. Jedná se totiž o vadu lidského organismu, která není na první pohled patrná, jak je to definováno u stigmat první kategorie. Na druhou stranu jí i během krátké komunikace každý člověk u Mirka zaznamená. U poslední respondentky Moniky lze zařadit její silné nejistoty a pochybnosti o vlastní osobě zřejmě do druhé kategorie.

### 13.1 Chování společnosti vůči lidem se stigmatem

Jak již bylo řečeno, nositelem stigmatu je člověk, který disponuje nežádoucími odlišnostmi od toho, co očekává okolí a společnost. Lze tedy konstatovat, že všechny osoby, které se nevzdalují v negativním smyslu od konkrétních očekávání, můžeme nazývat „normálními“. Postoje a reakce, které zaujímá většinová „normální“ společnost vůči osobám se stigmatem, se snaží zmírňovat a zlepšovat shovívavé sociální jednání. Tímto společnost dokazuje, že je toho názoru, že osoba se stigmatem není tak docela člověkem. O tento předpoklad se opírají i různé formy diskriminace, jejichž prostřednictvím jakkoli často nevědomě společnost snižuje osobě se stigmatem životní šance (Goffman, 2003:13).

Reisman ke vztahu většinové společnosti k lidem se stigmatem dodává: „*Vytváříme teorii stigmatu, ideologii vysvětlující méněcennost osoby se stigmatem a objasňující nebezpečí, jež představuje, a někdy jí odůvodňujeme animozitu založenou na jiných odlišnostech, například na těch, jež souvisejí se společenskou třídou.*“ (Reisman citován in Goffman, 2003:13)

Často se vyskytují tendence připisovat osobě se stigmatem celou řadu dalších nedokonalostí na základě jediné původní. Jako příklad můžeme uvést chování společnosti vůči slepcům. Mnozí lidé spojují nevidomost s celkovou neschopností dotyčné osoby, což se projevuje například zvýšeným hlasem, kdy se domnívají, že špatně slyší, nebo jí chtějí při pomoci zvedat a nosit, jako by byla nemobilní a nemohla chodit (Goffman, 2003:13).



## 13.2 Chování nositelů stigmatu

Samotné uvědomování si vlastní nedostatečnosti se transformuje do pocitu méněcennosti. Ten postihuje daného člověka velmi hluboko a intenzivně a projevuje se tím nejhorším typem nejistoty. Člověk v takovém případě trpí velkou úzkostí a obavou, že bude pro svoji odlišnost ostatními odmítnut a nebudou si ho vážit. Tento strach a obava způsobí, že nositel stigmatu bude v kontaktu s lidmi a okolím vždy velmi nejistý. Nejistota v kontaktu je pro dotyčného o to víc tíživá, protože si uvědomuje její důvody i to, že stav věcí nemůže změnit. Tato vnitřní tenze a nedůvěra v sama sebe představuje velký zásah do osobnostního systému (Goffman, 2003:22).

Vlastní integrita jedince je narušena a pocit méněcennosti nelze vytěsnit ani jakkoliv vyloučit při interakci s okolím. Méněcenný jedinec dochází následně k závěrům typu: *„Lidé mě nebudou mít rádi a já se mezi nimi nemohu cítit bezpečně.“* (Perry citován in Goffman, 2003:22)

Toto tvrzení nejlépe naplňují výstupy z analýzy rozhovoru s respondentem Kristiánem, který identické negativní pocity vnímal v kontaktu se svými vrstevníky ve škole. Objevují se i u respondenty Moniky, která je v kontaktu s cizím okolím velmi nejistá a úzkostná. Patrné jsou i u respondenta Mirka, který trpí selektivním mutismem a apriori se spíš kontaktu se společností vyhýbá.

V momentě bezprostředního kontaktu a konverzace mezi stigmatizovanou osobou a osobou bez stigmatu dochází ke klíčové sociologické situaci. V této chvíli jsou totiž obě strany vtaženy do konfrontace s příčinami a důsledky stigmatu. Nositel stigmatu může pociťovat nejistotu z toho, jak bude přijat okolím a jakou totožnost mu společnost přidělí. Pocit nejistoty nemusí způsobovat pouze obava z přidělení kategorie. Dotyčný nositel stigmatu se i přes příznivé zařazení často domnívá, že ho ostatní budou posuzovat stejně z velké části pouze podle jeho stigmatu (Goffman, 2003:23).

Citujme jako příklad názor recidivisty z článku Parkera a Alertona, který použil v své knize *Stigma* Erving Goffman: *„Mezi normálními lidmi to vždycky cítím - kdykoli se ke mně chovají hezky, kdykoli jsou milí, po celou dobu mě ve skutečnosti vskrytu posuzují jen jako zločince a nic jiného. Už je příliš pozdě na to, abych se stal někým jiným, ale já nepřestávám intenzivně pociťovat, že tohle je jejich jediný přístup ke mně a že jsou v podstatě úplně neschopni vidět ve mně něco jiného.“* (Parker a Alerton citování in Goffman, 2003:24)

V takovém případě převládá u dotyčného nositele stigmatu úzkost, nejistota i míra beznaděje, že si na něj okolí udělá beztak negativní názor s ohledem na jeho minulost či odlišnost. Často si takový člověk může připadat, že je okolím velmi intenzivně pozorován. To může vést k tendenci být ostražitý v kontaktu s ostatními a zároveň se snažit zanechat za každou cenu dobrý dojem (Goffman, 2003:24).

Tuto strategii nositel následně používá v oblastech, kde se to běžně neočekává. Výskyt tohoto jevu je opět prokazatelný i v rámci analýzy rozhovorů s klienty domu na půl cesty. Velmi masivně se tato snaha o zanechání dobrého dojmu objevuje u respondenta Vaška, který má tendence chovat se správně možná až nad rámec norem a očekávání společnosti. Taktéž tato teorie rezonuje s analýzou rozhovoru respondenta Kristiána, který v rozhovoru rovněž prezentuje svou snahu chovat se morálně.

Toto chování podporuje i častá zkušenost osob se stigmatem, při které jsou drobná selhání a nevhodné projevy automaticky propojeny a vykládány jako výraz stigmatizující odlišnosti. Nezřídka se stávalo, že pacienti, kteří se léčili v psychiatrické léčebně, se snažili vyvarovat po svém návratu z léčení jakékoliv ostřejší názorové konfrontace s partnerem nebo blízkým okolím. Důvodem byl strach, že jejich projev emocí bude spojen se stigmatem pacienta psychiatrické léčebny. Velmi podobnou situaci prožívají lidé s mentálním postižením. Pokud se člověk se sníženým intelektem (mentálním postižením) ocitne v problematické situaci, často si to společnost spojí právě s jeho postižením. U člověka s normální inteligencí společnost v případě podobné problematické situace žádné specifické symptomy nehledá (Goffman, 2003:25).

Podobnou zkušenost by mohli mít i klienti domu na půl cesty se svou komplikovanou osobní historií, na kterou se může poukazovat při nejrůznějších nedorozumění v pracovním i osobním životě. Z analýzy rozhovorů s našimi respondenty bychom se mohli domnívat, že mnozí z nich předem toto spojení vlastní historie s případnými problémy očekávají. Lze tak usuzovat z jejich předem očekávaného odmítnutí nebo selhání a zároveň snahy se co nejvíce distancovat od věcí spojených s problematickou minulostí. U Kristiána se tento jev objevuje v nejmasivnější podobě. Ať už jde o téma navázání partnerského vztahu nebo kategorického odmítnutí kouření či pití alkoholu, které se patologicky vyskytovalo v jeho rodině.

### 13.3 Akceptovatelné prostředí

Praxe prokázala, že akceptovatelné prostředí pro osoby se stigmatem tvoří lidé s obdobným problémem či odlišením. Mezi takzvaně „svými“ pocituje nositel stigmatu určitý druh uvolnění a stává se autentičtější. Ve skupině lidí s obdobným problémem si díky vzájemnému sdílení jedinec uvědomuje, že není se svým údělem a handicapem na světě sám. Díky skupině získává více podpory pro smíření s nezvratným stavem věcí, což může být základ pro nové uspořádání života (Goffman, 2003:30).

V analýze rozhovoru s respondentem Kristiánem se objevuje fakt, který tuto teorii potvrzuje. Kristián, coby klient Klokánku (instituce poskytující přechodnou rodinou péči), se cítil bezpečně a přijímán pouze v kolektivu dětí se stejnou nebo podobnou životní historií (na táboře dětí z Klokánku). Podobně by se dalo uvažovat i o jeho častých a pravidelných návštěvách této instituce i po jejím opuštění. Dalším respondentem, u kterého se objevily podobné tendence, je Vašek. Jeho návštěvy v dětském domově i jeho náklonnost ke komunitě lidí bez domova bychom mohli interpretovat v duchu zmiňované teorie.

## 14 SPECIFIKA SEBENAHLÍŽENÍ

Vědomí vlastního já je jakýmsi sebeuvědoměním sebe sama a je zásadní a unikátní charakteristikou lidské psychiky. Uvědomování si vlastní identity dává životu zásadní rozměr a smysl. Zkušenost s vlastním já definuje Macek jako „jáskou“ zkušenost. S tou se člověk setká v mnoha podobách, od vlastního pohledu do zrcadla přes pozorování se na videu až po zážitek vlastního studu či pýchy. Je přítomna v rámci pocitu sblížení s druhým člověkem, vyskytuje se ale i v případě uvědomování si vlastní kompetence nebo nedostatečnosti. Uvědomování vlastního já vystupuje v každé situaci, kdy se projevujeme vlastní vůlí a o něco usilujeme. Pojí se s pocitem vlastní jedinečnosti a také potřebou někam a k někomu patřit. Zkušenost s vlastním já se vztahuje také k minulosti, přítomnosti i budoucnosti daného jedince. Pomocí ní si člověk definuje, co chce, co může, co se od něj očekává a čím by nechtěl být (Macek, 2008: 89).

Analýza rozhovorů potvrdila u řady respondentů tendenci problematického sebenahlížení na vlastní osobu. Tématem souvztažnosti emocí a sebereflexe se zabývá sebediskrepanční teorie (E.T.Higgins, 1987,1988). Tato teorie se věnuje vztahu mezi skutečným já (self), ideálním já (ideal self) a požadovaným já (ought self). Ideální já reprezentuje naše konkrétní přání, naděje a aspirace, oproti tomu požadované já je nositelem charakteristik, o nichž se domníváme, že bychom je měli mít. Ty plynou z povinností a závazků, které na sebe sami vážeme. Velmi důležitý je úhel pohledu, jakým na normy, přání a požadavky nahlížíme. Podstatný je nejen náš vlastní názor na nás samotné, ale také naše představa o tom, jak nás vnímají a hodnotí druzí. Nejčastěji jsou to blízcí nebo pro nás důležití lidé, na jejichž názoru nám záleží. V případě disproporce mezi sebereflexí a tím, jací bychom si přáli být (tedy mezi skutečným já a ideálním já), dochází podle Higinse ke zklamání a frustraci. V případě nenaplnění přání druhých propadáme depresivním pocitům, protože se obáváme, že následkem toho ztratíme jejich náklonnost. Pokud nastane velký rozpor mezi požadovaným já a skutečným já, dochází k úzkostným pocitům. Jde především o to, že v případě nenaplnění požadavků druhých cítíme stud a hanbu. Nejsme-li schopni naplnit závazky, které jsme si sami dali, dostaví se logicky pocit určitého provinění. Je přirozené, že každý člověk má ve vztahu skutečného, ideálního a požadovaného já

určitou míru diskrepance, jde však o to, jakých konkrétních oblastí sebepojetí se tento nepoměr týká a v jaké souvislosti se disproporce objevuje (Higgins citován in Macek, 2008:99).

Pokud bychom měli stáhnout sebediskrepanční teorii k analýze našich rozhovorů s klienty domu na půl cesty, tak nejmarkantnější difference mezi jednotlivými formami já bychom zaznamenali u respondenta Vaška a Kristiána. U Vaška byly velké rozdíly v jeho skutečném já (tedy v tom, jaký je) a v ideálním já (jaký bych chtěl být), které silně kopírovalo požadované já (jaký by měl být podle ostatních). Dilem to je zcela nepochybně důsledek celoživotní ústavní výchovy, která má tendence vštěpovat svým svěřencům do hlavy morální teze o budoucím správném životě. Ve skutečnosti však tyto instituce nemají šanci své klienty na úskalí samostatného života připravit a leckdy se o to ani příliš nesnaží. U Kristiána jsou rozdíly mezi skutečným, ideálním a požadovaným já způsobeny snahou přebít stigma a nálepku chovance dětského domova a zároveň snahou se distancovat od způsobu života svých rodičů. Respektive ukázat okolí a společnosti, že i přes vyrůstání v patologickém prostředí dokáže vést spořádaný život. U Moniky jsou patrné disproporce mezi reálným a ideálním já. Důvodem může být osobnostní výbava spojená s velmi direktivní výchovou adoptivní matky. U posledního respondenta Mirka nacházíme obdobný problém, tedy nepoměr mezi skutečným a ideálním já, ten je odůvodnitelný selektivním mutismem, kterým Mirek trpí od dětství. Tuto řečovou poruchu, která není organickou dysfunkcí, doprovází v Mirkově případě ještě velmi silné zadržávání toku řeči. K určitému přiblížení ideálního a reálného já zvolil Mirek nepříliš šťastnou cestu. Je pravidelným konzumentem alkoholu, neboť mu pomáhá k uvolnění a k jistému zlepšení mluveného projevu.

#### **14.1 Vliv rodiny a blízkých na sebepojetí**

Sebepojetí tedy nereflektuje skutečnost, jaký daný jedinec je či není. Je jen odrazem toho, jakou má člověk představu o sobě. Představy se s realitou mohou velmi rozcházet a člověk průměrného intelektu se může považovat za génia. K sebepojetí se vztahuje i snaha o tzv. sebekonzistenci. Rezáč cituje ve své knize Sociální psychologie Nakonečného, který k sebekonzistenci uvádí: „*Jedinec setrvává v tom být věrný sám sobě uvnitř limitů svého sebepojetí* (Nakonečný citován in Řezáč, 1993:164).

V této souvislosti je důležité zmínit zřejmý vztah mezi sebepojetím a interakcemi, ke kterým je člověk vázán. Velmi intenzivní je to obzvláště v časovém období dětství a v mládí, kdy interakce a výchova mají velký podíl na dotváření sociálních rysů osobnosti. Jedná se hlavně o utváření citové stability sebepojetí dítěte, na kterou má největší vliv povaha výchovy. Velmi důležitou roli zde hraje dimenze odmítání a akceptace. V případě, že se ve výchově dítěte neobjevují negativní postoje rodičů typu hostilita, nevšímavost a nezájem, logicky se snižuje výskyt těchto postojů na straně dítěte. V takovém případě se naopak se zvyšuje schopnost citové odezvy, sebedůvěry a pozitivního vztahu ke světu (Řezáč, 1998:164).

Na základě této teorie můžeme zmínit rodinné prostředí našich respondentů, které nemělo vždy ideální podobu. Kristián vyrůstal do dvanácti let v nepříliš harmonickém rodinném prostředí. U rodičů se objevily sklony k závislosti na alkoholu, bylo zde také podezření na domácí a sexuální násilí. Na základě těchto skutečností byl Kristián ve dvanácti letech odebrán z rodiny a umístěn do dětského domova a následně Klokánku. Toto zařízení opustil až po dovršení osmnácti let. Vašek byl takřka od svého narození umístěn v kojeneckém ústavu a posléze v dětském domově, kde setrval až do své plnoletosti. Mírek žil do svých šestnácti let s rodinou. V rodině však nebylo harmonické prostředí. Figurovaly zde patologické jevy typu kriminalita, závislost na alkoholu apod. Po smrti otce se rodina dostala do velkých existenčních problémů a Mírek byl přijat ještě jako nezletilý do domu na půl cesty. Pobyt ho v případě dodržování pravidel DPC uchránil před umístěním do výchovného ústavu. Monika byla stejně jako Vašek po svém narození umístěna v kojeneckém ústavu. Zde žila do dvou let, následně byla adoptována bezdětným párem. Matka praktikovala velmi tvrdou direktivní a autoritativní výchovu, která byla také jedním z mnoha důvodů, proč Monika k rodině nikdy nijak výrazně citově nepřilnula. Tento výčet a stručný popis rodinných historií a prostředí nám může pomoci v utvoření představy, na jakých základech budovali naši respondenti vlastní identitu, vztah k sobě samým i schopnost fungovat ve společnosti a vztahovat se k ostatním lidem.

## **14.2 Sebepoživání - vztah k vlastnímu tělu**

Za další důležitou dimenzi sebepojetí se považuje sebepoživání ve vztahu k vlastnímu tělu. Řezáč uvádí s odvoláním na V. Hohlera (1995), že vztah k tělu a „jáství“ se odvíjí od dvou zásadních formulací. Za ty se ve zkratce považují výroky: „mám tělo“ (vlastním tělo) a

„jsem tělo“ (ztotožňuji své tělo se svým já). Samotné pojetí vztahu k tělu formuje životní zkušenost i prostředí a kultura, ve které daný člověk žije. Vztah k tělu se může velmi značně projevit na stylu života, v péči o zdraví a na vlastním seberozvoji (Hoholer citován in Řezáč, 1998: 57).

Řezáč v této souvislosti předkládá studii J. Plichtové, kde jsou definovány atributy sobě odcizené osobnosti. Takový jedinec má velmi povrchní, neobjektivní a zkreslené sebepoznání. Jeho obraz o sobě je hodně dezintegrován, stylizovaný či nejasný. Ideální já může být platonicky vysněné nebo chápané jako povinnost, v některých případech může být i popřené. Osobě s problémem sebeodcizení chybí úsilí o seberealizaci a seberozvoj. Velmi často odmítá kritický sebenáhled a akceptaci důsledků svého chování. Orientuje se na ekonomické a konvenční hodnoty, podléhá konformismu a vnějším tlakům. Projevuje se u ní nedostatek stability v sebehodnocení. Apriori očekává od lidí odmítání (Plichtová citována in Řezáč, 1998:57) .

Takové prvky chování bychom našli i u našich respondentů. Například Kristiánova představa o tom, jak se na něj ostatní dívají a hodnotí ho, není příliš pozitivní. Ve výsledku se shoduje s postoji odcizené osobnosti, a to především v předem očekávaném odmítnutí. Kristián považuje nabytí materiálních a finančních zdrojů za jedinou šanci, jak získat sociální status podle svých představ. Je přesvědčen o tom, že pokud by měl dostatek peněz a mohl si pořídit drahé věci, lidé by se na něj přestali koukat skrz prsty kvůli jeho nefunkční rodině a ústavní minulosti. Obdobně je na tom Vašek, který předem očekává od společnosti odmítnutí, a to nejen pro svůj romský původ, ale také kvůli ústavní minulosti. Jeho ideální já je spíše chápáno jako povinnost, kterou v něm s největší pravděpodobností zformoval celoživotní pobyt v ústavním zařízení. Má pocit, že proto aby ve společnosti obstál a byl přijímán, musí vynaložit dvakrát takové úsilí. Nedělá věci pro sebe, ale proto, že se domnívá, že ostatní to po něm vyžadují nebo si to přejí. Ve skutečnosti ale selhává a jeho seberealizace je minimální a velmi se liší od té deklarované. V případě Mirkova sebepojetí hraje důležitou a takřka ústřední roli jeho řečový handicap, který má hlavní vliv na tvorbu vlastního sebeobrazu. Skrze něj se Mirek porovnává se společností a kvůli němu také očekává odmítání. To je pravděpodobně podloženo i negativní zkušeností se stigmatem (posměch a šikana od vrstevníků ze školy).

### 14.3 Hodnoty a strategie zvládání

Hodnoty mají z hlediska psychologie několik podob, respektive je na ně pohlíženo z několika úhlů pohledu. Jednak se považují za obecné cíle, o které člověk během života usiluje. Mají tedy spíš podobu smyslu či ceny, kterou má událost nebo objekt pro osobnost. Jako příklad lze uvést zdraví, štěstí rodinu či mír. Druhý úhel pohledu pohlíží na hodnoty jako na prostředky, díky kterým dosahujeme něčeho pro nás důležitého (vzdělání, postavení v zaměstnání atd.).

Další pohled ukazuje hodnoty jako kritéria pro oceňování a posuzování věcí a událostí (Smékal, 2002:257).

V psychologii osobnosti patří mezi nejznámější hodnotový systém koncepce německého psychologa E. Sprangera. Jeho koncept se odvozuje z šesti typů poznání světa, které tvoří základní životní formy. Tyto životní formy představují principy, které u lidí determinují přístup k světu. Jsou jimi pravda, krása, užitek (zisk), láska k lidem, moc, Bůh (moudrost). Od těchto principů Spranger odvodil šest typů člověka, podle toho, k jakému typu principu inklinuje. Jedná se o člověka teoretického, estetického, ekonomického, sociálního, mocenského a náboženského (Spranger citován in Smékal, 2002:257).

Pokud bychom se měli zamýšlet nad tím, k jakému typu zařadit jednotlivé respondenty, s největší pravděpodobností by každý z nich obsáhl několik typů. Vzhledem k faktu, že většina z nich trpí pocitem odlišnosti a nedostatečnosti vůči majoritní společnosti, určitě by se u nich objevil princip moci a zisku, který by saturoval a sytil nenaplněné potřeby.

Člověk se vždy přirozeně zadaptuje a zvykne si na novou situaci. V případě, že se neumí přizpůsobit, hledá únikové cesty nebo pomoc, se kterou danou situaci zvládne. Způsoby, které člověk ke zvládnutí zátěžové situace používá, nazýváme zvládací strategie. Zvládací strategie jsou výsledkem zvládacích procesů (transakcí mezi jedincem a prostředím) i zvládacích schopností a zdrojů (Sarmány Schuller, 1994:28).

Za Kristiánovu zvládací strategii by se dalo považovat citové oploštění. Nemá žádného blízkého kamaráda či partnerský vztah. Za důvod mělkých citových vazeb vrstevníků k němu považuje stigma ústavní výchovy. Jako další forma strategie zvládnutí se jeví jeho snaha odlišit se od svých vrstevníků a jejich morálních prohřešků (experimentování s alkoholem a drogami). Jeho kategorický imperativ vůči zmiňovaným věcem je spíše sebe prezentací a vymezením se vůči patologickým jevům z jeho biologické rodiny. Kristián se domnívá, že jedinou cestou ke zvýšení společenského statutu jsou peníze, díky kterým si koupí atraktivní oblečení a spotřební věci, a vzbudí tím zájem u svých vrstevníků.



Vaškův způsob zvládací strategie bychom mohli považovat za únikový. Vašek se prezentuje ve světle požadovaného ideálního předobrazu, který si uvědomil v dětském domově, kde od tří let vyrůstal. Na základě této optiky mluví o ušlechtilých cílech, jako je integrace do společnosti, získání pracovního uplatnění a realizace sportovních aktivit, které provozoval v dětském domově. V reálu se však potýká s problémy v chráněném pracovním prostředí a ve volném čase spí, aby unikl prázdnotě nudy a nestrukturovaného času. Inklinuje k nadměrnému požívání alkoholu a marihuany, které konzumuje ve společnosti lidí bez domova. Ti se scházejí a postávají před nonstop prodejnou potravin ve stejné ulici, kde sídlí dům na půl cesty. Konzumace alkoholu a měkkých drog i zapojení do komunity lidí bez domova lze považovat také za strategii, byť velmi rizikovou. Mirkova strategie pro vyrovnání se s vlastním řečovým handicapem zde již byla několikrát zmiňována. Pití alkoholu se pro něj stalo běžným atributem společenského života (píjí rodiče i známí na ubytovně). Mirek si však pití aplikuje i jako určitý lék, po kterém u něj dochází ke zmírnění řečového problému. Díky tomu se pro něj pravidelné pití piva a kouření tabáku stalo rituálem, pro který je ochoten porušit zákon v podobě drobných krádeží v supermarketu. Ostatně Mirkův otec drobnou kriminalitou zlepšoval rodinný rozpočet nebo tímto způsobem dopřával dětem věci, které by si jinak rodina nemohla dovolit. Tato zkušenost měla zcela nepochybně vliv na Mirkovo vnímání společenských norem.

Monika svou zvládací strategii našla v pracovním uplatnění. Ještě než se tak stalo, její hledání strategie skončilo závislosti na pervitinu. Po absolvování odvykací léčby se vrátila zpět do domu na půl cesty a kromě práce v programu DOM JOB začala působit jako dobrovolník při doprovázení nevidomých lidí. Prošla rekvalifikačním kurzem pracovníka v sociálních službách a záhy získala placenou práci osobní asistentky. Její klientelu tvořili lidé se závažným onemocněním pohybového aparátu, kteří jsou závislí na cizí pomoci. Monika získala kromě osobní zkušenosti o existenci lidí se závažnějšími problémy, než byly ty její, i pocit vlastní užitečnosti a hodnoty. Kromě toho se také dostala do pozice, která operuje s určitým typem moci. V dyádě pracovníka v pomáhající profesi a potřebného klienta jsou i přes standardy kvality a práva uživatelů jasně rozděleny role a pozice moci a bezmoci.

## 15 ZJIŠTĚNÍ A DOPORUČENÍ

U dotazovaných klientů DPC se až na Moniku, která je pracovně vytížena, objevují způsoby, jak nestrukturovaný volný čas bez náplně překlenují. Jedním z nejčastějších způsobů je čas zaspat. Dále se ukázalo, jak často na obranu proti úzkostem nebo snaze se uvolnit sahají klienti DPC po alkoholu a měkkých drogách (marihuaně). A to i v případě Moniky, která ze všech respondentů prokázala největší míru samostatnosti a našla v pracovním uplatnění způsob saturace svých nenaplněných potřeb. Důvody tohoto chování můžeme hledat v několikrát zmiňovaném pocitu stigmatizující odlišnosti vůči společnosti. Tento pocit se promítá do mnoha aspektů osobního, pracovního i společenského života. Ovlivňuje nejen vztahování k lidem a vlastní sebepojetí, ale i očekávání a aspiraci pro seberealizaci. V rámci analýzy rozhovorů se objevil potenciál případných zájmů, které se však prozatím pohybují v teoretické rovině. U Mirka to byla jeho snaha umět hrát na kytaru a zájem o cestování. Monika zmiňovala snahu chodit cvičit do fitcentra. Sama však marně hledá odvahu a mluví o strachu ze zesměšnění a z cizího prostředí. Kristián přistupuje k zájmům jako k možnosti vyniknout před ostatními. V případě, že není předpoklad, že by v té či oné činnosti předčil ostatní, a tím si získal jejich uznání, nemá o věc zájem. Jeho uvažování musíme chápat v kontextu s jeho pocitem stigma chovance dětského domova. Dalo by se ovšem také interpretovat jako touha po skutečné pozornosti a zájmu ostatních bez ohledu na osobní nedostatky. Vašek teoreticky mluví o realizaci pravidelného hraní kopané, které se věnoval v dětském domově. Byla to zřejmě jedna z mála věcí, kde získal uznání ostatních. Rád by na ní navázal i během pobytu v domě na půl cesty. Problém tkví v tom, že svým uvažováním a přístupem jakoby vůbec neopustil brány dětského domova. Má velmi silně zažitě fungování v režimu, kde byl neustále řízen a jeho čas i činnosti strukturoval někdo jiný. Vaškovy kontakty v komunitě lidí bez domova by se daly považovat za snahu někam patřit, být přijímán a získat něčí pozornost a zájem. Ve skupině klientů domu na půl cesty je totiž spíše v pozici outsidera.

### 15.1 Program pro podporu volného času

Z uvedeného souhrnu lze vyvodit závěr, že volný čas tvoří pro klienty domu na půl cesty časový úsek, se kterým si sami příliš neví rady, zároveň se objevuje inklinace k rizikovému chování (alkohol, drogy). Také se objevují určité signály volající po podpoře při

realizaci některých teoretických plánů pro volný čas. Mým doporučením je tedy návrh pro vytvoření podpůrného programu pro volný čas. Program by tvořila skupina dobrovolníků (nejlépe studentů sociální práce či podobného odborného zaměření) koordinovaná odborným pracovníkem DPC. Služba by nabízela individuální pomoc při realizaci náplně volného času. Získání pozitivních zážitků z nového prostředí, nových aktivit a kontaktů by mohlo pozitivně ovlivnit schopnost seberealizace. Dobrovolníci by vstupovali do role společníků, nikoliv terapeutů, proto by jejich pomoc nemusela vyvolávat v klientech diskreditující pocity studu. Na druhou stranu by si jejich zapojení do programu vyžádalo jistou míru erudice a orientace v problematice cílové skupiny. Také by obě strany musely ctít předem daná pravidla spolupráce (nenavazování partnerských vztahů apod.) Koordinace skupiny dobrovolníků by spadala do kompetence daného pracovníka programu pro podporu volného času. Skupina by byla jednou měsíčně supervidována (případová supervize), v případě potřeby by poskytl odpovědný pracovník dobrovolníkovi individuální konzultaci.

V následující kapitole se pokusím trochu blíže nastínit parametry služby. Jedná se o teoretický návrh základních proporcí služby, nikoliv o reálný plán pro vznik a implementaci služby do organizace.

## **15.2 Charakteristika služby**

Pro zajištění kvalitní služby je třeba definovat její základní vlastnosti a charakteristiku, díky kterým by se dala hodnotit a měřit. Cílem programu by tedy bylo poskytnout adekvátní podporu pro realizaci volnočasových aktivit klientům domu na půl cesty dle jejich potřeb. Samotné rozhodnutí o náplni volného času musí vždy zůstat na volbě klienta. Terapeut pouze pomáhá s realizací klientova přání, kontaktuje případného dobrovolníka, zároveň aktivizuje klientovy schopnosti podílet se na samotné realizaci. Službu by prováděl jeden odborný pracovník, který by měl s cílovou skupinou již předešlou pracovní zkušenost. Služba by se poskytovala nárazově dle potřeb klientů.

### Popis náplně služby

- tvorba volnočasové aktivity
- vytvoření individuálního plánu

- společné plánování (kdy, kde, jak ) klient, odborný pracovník, dobrovolník
- realizace samotné akce
- zhodnocení akce, zpětná vazba

### Charakteristika /vlastnosti služby

Služba je prováděna po dohodě v daném termínu nebo termínech. Terapeut respektuje přání klienta, pokud jsou však nerealizovatelná, snaží se klientovi na skutečných faktech a příkladech názorně ukázat, že není možno danou volnočasovou aktivitu realizovat. Cílem terapeuta je snaha klientovi pomoci získávat větší míru samostatnosti v rámci trávení volného času. Terapeut spolupracuje a komunikuje s individuálními terapeuty DPC a skupinou dobrovolníků a koordinuje časový harmonogram obou služeb.

### Kritéria hodnocení

Klient s podporou odborného pracovníka pracuje na vytvoření individuálního plánu, který se následně snaží realizovat. Z každé aktivity nebo její přípravy vzniká detailní zápis, se kterým má možnost se seznámit i klient. Zápisy se stejně jako individuální plán archivují v klientově složce, která má podobu elektronickou i papírovou. Kvalitu služby pomáhají zajišťovat pravidelné porady a koordinační schůzky dobrovolníků s odpovědným pracovníkem programu pro podporu volného času. Skupina dobrovolníků absolvuje každý měsíc případovou supervizi s externím supervizorem. Odborný pracovník se účastní každotýdenní porady týmu o.s. DOM, ke které se váže i případová supervize (1x měsíčně). Průběžné sledování spokojenosti klientů se službou se provádí v rámci individuálních konzultací a prostřednictvím pravidelné tříměsíční evalvace. Ta probíhá formou anonymního dotazníkového šetření. K zajištění standardů kvality přispívá i existence metodiky programu pro podporu volného času a existence etického kodexu pracovníků o.s. DOM.

## Posloupnost kroků

Klient projeví o službu zájem a domluví si schůzku. Na konzultaci se terapeut dozvídá o možných zájmech a aktivitách, které by klienta potenciálně zajímaly. V momentě, kdy klient získá představu o konkrétním a určitém cíli, sepíše spolu s terapeutem individuální plán, jehož součástí bude i časový harmonogram realizace dané aktivity. Ta se v případě potřeby rozdělí na dílčí kroky. Terapeut a klient zváží, které kroky dokáže učinit klient sám a u kterých bude potřebovat podporu či asistenci dobrovolníka. V případě zdárné realizace individuálního plánu a kýžené volnočasové aktivity získává klient postupně pozitivní zkušenost a stává se více autonomní v rámci vlastní tvorby náplně a struktury volného času. Za výhodu programu pro podporu volného času lze považovat fakt, že klienti nebudou muset za službou nikam dojíždět. Další velkou výhodou je, že se služba bude poskytovat v pro ně domácím prostředí a budou se na ní do jisté míry podílet pro klienty již známí pracovníci. Díky tomu může být rychle navázán dobrý pracovní vztah mezi klientem a poskytovatelem služby. To všechno lze považovat za indikátory bezpečného prostředí, na jehož základě by klienti mohli projevit o službu zájem.

## 16 ZÁVĚR

Cílem práce bylo zaměřit se na zmapování struktury a náplně volného času klientů domu na půl cesty a definovat potíže, které jim brání trávit čas pro ně ideálním způsobem. Uživatelé této sociální služby jsou následkem prožitého dětství v nefunkčním rodinném prostředí nebo ústavním zařízení ve značné nevýhodě oproti svým zdravým vrstevníkům. Neumějí se orientovat v běžných sociálních interakcích a nemají vytvořené zdravé mentální, emocionální a sociální osobnostní struktury. V teoretické části byly detailně popsány důvody psychosociálních deficitů zmiňované cílové skupiny. Důraz byl kladen na důležitost péče v období prvních let života, na základě které se formuje další vývoj osobnosti. Teoretická část práce se také věnovala přístupům některých terapeutických směrů (Peso Boyden Systém Psychomotor a Dyadic Developmental Psychotherapy), jejichž snahou je deficity nedostatečné nebo neadekvátní péče napravit. V dalších kapitolách teoretické práce byla uvedena fakta týkající se vývoje volného času z hlediska jeho historického a filozofického kontextu. Jednotlivé kapitoly se věnovaly funkcím volného času z hlediska lidských potřeb a představily i závěry z předešlých výzkumů, které se volným časem zabývaly.

Praktická část práce se ve svém úvodu věnuje představení designu kvalitativního výzkumu a jeho teoretického a konceptuálního rámce. Následuje analýza sebraných dat ze čtyř polostrukturovaných rozhovorů s klienty DPC. Analýza každého rozhovoru je doplněna krátkou anamnestickou kazuistikou, která dokresluje životní historii i současnou situaci daného respondenta. Výsledky výzkumu poukazují na velmi slabou schopnost klientů DPC se seberealizovat. Seberealizace se odvíjí od kompetencí integrovat se a fungovat ve společnosti v rámci daných pravidel a saturovat vlastní potřeby. Základním problémem seberealizace se v rámci výzkumu ukázala být problematika sebenahlížení.

Sebeobraz silně ovlivňuje stigmatizující pocit plynoucí z osobní historie. Pocit studu vyvolává fakt, že nefunkční rodina nebo ústavní výchova jsou většinou společností chápány jako něco patologického. Mladí lidé s touto historií se tak cítí být součástí tohoto patologického jevu, ačkoliv jeho vznik nemohli sami nijak ovlivnit. Toto stigma má zásadní vliv nejen na sebepožívání v rámci interakcí ve společnosti a interpretaci přijímaných informací, ale ovlivňuje i celkovou schopnost saturovat vlastní potřeby. Výzkum ukázal, že zmiňované postoje mohou klienty limitovat nejen v seberealizaci v rámci volného času, ale mohou také podpořit vznik nežádoucích kompenzačních strategií a rizikového chování (alkohol, drogy apod.). V závěru praktické části práce je představen návrh programu na podporu volného času. Jedná se však jen o teoretický návrh základních proporcí služby,

nikoliv reálný plán pro vznik a implementaci služby do organizace. Program by byl postavený na spolupráci s dobrovolníky, kteří by fungovali jako společníci při realizaci aktivit iniciovaných klienty.

Přínos práce spatřuji v získání náhledu na problematiku trávení volného času u cílové skupiny. Služby o.s. DOM se trávení volného času svých klientů věnují jen rámcově prostřednictvím individuálních konzultací. Výzkum však prokázal, že by klienti pro překonání bariér bránících jim v seberealizaci potřebovali mnohem vyšší míru podpory. Zkušenost s navázáním zdravých vztahů s vrstevníky (dobrovolníky) by mohla podpořit změnu v jejich sebenahlížení a mohla by se pozitivně odrazit na schopnosti realizovat se a uspokojovat vlastní potřeby.

## SEZNAM PŘÍLOH

- |              |  |
|--------------|--|
| Příloha č. 1 | Pravidla pobytu v domě na půl cesty o.s. DOM |
| Příloha č. 2 | Rozhovor s respondentem Kristiánem           |
| Příloha č.3  | Projekt diplomové práce                      |



## LITERATURA

BECKER-WEIDMAN, Artur.2007. *Dyadic Developmental Psychotherapy - What it is and what it isn't*. [online]. 2013 .Williamsville, NY: Center for Family Development. [cit. 8.1. 2013]. Dostupné z: < <http://www.center4familydevelop.com/developmentalpsych.htm> >

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

BRISCH, Karl Heinz. 2011. *Poruchy vztahové vazby: od teorie terapii*. Přeložil Petr Patočka. Praha:Portál. ISBN: 978-80-7367-870-8

GOFFMAN, Erving. 2003. *Stigma : poznámky k problému zvládnání narušené identity*.Praha: SLON. ISBN: 80-86429-21-0

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER, Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál. ISBN: 978-80-7367-473-1.

HODAŇ, Bohuslav. 2002. *Volný čas a jeho současné problémy : sborník příspěvků přednesených na vědeckém symposiu v Olomouci*. Olomouc : Hanex. ISBN: 80-85783-37-1

HODAŇ, Bohuslav, Tomáš DOHNAL.2005. *Rekreologie*. Olomouc: Hanex. ISBN: 80-85783-48-7

HOFBAUER, Břetislav. 2004. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál. ISBN: 80-7178-928-5

HOFBAUER, Břetislav, Michal, KAPLÁNEK. 2010. *Kapitoly z pedagogiky volného času: soubor pojednání o volném čase a jeho výchovném zhodnocování*. České Budějovice: Teologická fakulta. ISBN: 807-39-4240-2

HUGHES, Daniel.2007. *Creating a PLACE for the special children in our lives*. . [online]. 2013.Dyadic Developmental Psychotherapy Attachment Focused Treatment for Childhood Trauma and Abuse. [cit. 20.3 2013]. Dostupné z: <<http://www.danielhughes.org/place.html>>

HUGHES, Daniel. 2012. „Cesta k rodičům“. *konference pro odborné pracovníky pracující s dětmi, které prožily rané trauma, separaci od rodičů a pobyty v ústavní péči*. 14. listopadu 2012. Praha: Natama- institut náhradní rodinné péče.

KOUKOLÍK, František. 1994. *Fyziologický základ chování člověka ve vztazích na trvale udržitelný vývoj a uchování vztahů člověk - příroda: (současnost a alternativy vývoje)*. Praha: Český ekologický ústav.

KOUKOLÍK, František, Jana DRTILOVÁ. 1996. *Vzpouora deprivantů: o špatných lidech, skupinové hlouposti a uchvácené moci*. Praha : Makropulos. ISBN: 80-901776-8-9.

KOUKOLÍK, František, Jana DRTILOVÁ. 2002. *Život s deprivanty II., Základy stupidologie*. Praha: Galén. ISBN: 80-7262-089-4

KREJČÍŘOVÁ, Dana. 2007. *Týrání, zneužívání a zanedbávání dětí. In Syndrom CAN a způsob péče o rodinný systém*. Praha: IREAS. ISBN 80-86684-47-5

LANGMEIER Josef, Zdeněk MATĚJČEK. 1974. *Psychická deprivace v dětství*. Praha: Avicenum.

LAMPRECHT, M., STAMM, H. *Struktury a funkce volného času v současnosti - překlad přednášky podle knihy Die soziale Ordnung der Freizeit* [online]. Zürich: Seismo, 1994. Dostupné na WWW: < [http://www.tf.jcu.cz/katedry/kpd/pvc/studijni\\_materialy](http://www.tf.jcu.cz/katedry/kpd/pvc/studijni_materialy) >.

MATĚJČEK, Zdeněk, 1994. *O rodině vlastní, nevlastní a náhradní*. Praha: Portál, ISBN: 80-85282-83-6

MATOUŠEK, Oldřich. 1997. *Ústavní péče*. 2. rozšíř. a přeprac. vyd. Praha: SLON. ISBN: 80-85850-76-1

MATOUŠEK, Oldřich. 2003. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha: SLON. ISBN: 80-86429-19-9

MOSS, Kathleen. 2007. *What is attachment* .[online]. 2013. Kathi's Mental Health Review [cit. 18.3. 2013]. Dostupné z: < <http://www.toddlertime.com/dx/rad/what-is-attachment.htm> >

MUHLPACHER, Pavel. 2001. *Sociální patologie*. Brno: Masarykova univerzita ISBN:80-21025-11-5

PÁVKOVÁ, Jiřina et al. *Pedagogika volného času: teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času*. Praha : Portál, 1999. ISBN 80-7178-295-5.

PERQUIN, Lowijs. 2012. *PBSP- specializace v psychoterapii*. [online]. 2012. Praha: Asociace Pesso Boyden psychomotorické psychoterapie pro Českou republiku [cit. 8.1. 2013]. Dostupné z: < <http://www.pbsp.cz/texty/txtprq1.htm> >

PESSO, Albert, Diane PESSO, Petra VRTBOVSKÁ. 2009. Praha: Sdružení SCAN. ISBN: 978-80-86620-15-2

POTHE, Petr. 2009. *Jsem Traktor nebo dělo? Vnitřní realita "šílených", dětí*. Psychoterapie 3. ročník, (číslo 3-4 ): str:150-160

PROKEŠOVÁ, Miriam. 2008. *Volný čas z hlediska kvality života*. Ostrava: Ostravská univerzita. ISBN: 978-80-7368-555-3

ŘEZÁČ, Jaroslav. 1998. *Sociální psychologie*. Brno: Paido. ISBN: 80-85931-48-6

SARMÁNY SCHULLER, Ivan. (1994). *Kognitívne štýly a coping*. In Z. Ruiselová & E. Ficková (Eds.), *Poznávanie a zvládanie záťažových situácií I*. (pp.27-48). Bratislava: Ústav experimentálnej psychológie SAV.

SIŘÍNEK, Jan. 2012. *PBSP - úvodní text, určený zájemcům o metodu* [online]. 2012. Praha: Asociace Pesso Boyden psychomotorické psychoterapie pro Českou republiku [cit. 5.1. 2013]. Dostupné z: < <http://www.pbsp.cz/texty/txtsir1.htm> >

SMÉKAL, Vladimír. 2009. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadlení vědomí a jednání*. Brno: Barrister & Principal. ISBN: 978-80-87029-62-6

STRAUSS, Anselm, Juliet CORBIN. 1999. *Základy kvalitativního výzkumu : postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice : Albert, ISBN: 80-85834-60-X

VANIČKOVÁ Eva, 2007. *Příčiny rozvoje násilného chování vůči dítěti v rodině. In Syndrom CAN a způsob péče o rodinný systém*. Praha: IREAS, 2007, ISBN 80-86684-47-5

VRTBOVSKÁ, S. Petra. 2010. *O ztraceném dítěti & cestě do bezpečí: attachment, poruchy attachmentu a léčení*. Praha: Scan. ISBN: 978-80-86620-20-6

VÝROST Josef, Ivan SLAMĚNÍK a kol. 2008. *Sociální psychologie*, Praha: Grada ISBN 978-80-247-1428-8

WÁGNEROVÁ, Marie. 2000. *Psychopatologie pro pomáhající profese: variabilita a patologie lidské psychiky*. Praha: Portál ISBN 80-7178-496-6.

WÁGNEROVÁ ,Marie. 2008. *Vývojová psychologie pro obor speciální pedagogika – vychovatelství*. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN: 978-80-87029-62-6

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách[online].[cit. 8.1. 2013].Dostupné z :  
<http://www.uplnezneni.cz/zakon/108-2006-sb-o-socialnich-sluzbach/>