



Problematika dětí z náhradní rodinné péče – dítě s komplexním vývojovým traumatem

Mgr. Jana Divoká

KOMPLEXNÍ VÝVOJOVÉ TRAUMA

Komplexní vývojové trauma u dítěte vzniká na základě dlouhodobého vystavení dítěte traumatizujícím situacím (po řadu měsíců i let). Traumatizujícími událostmi jsou zejména zanedbávání, týrání nebo zneužívání ze strany svých nejbližších, odmítnutí nebo opuštění biologickou rodinou – umístěním v ústavní péči, neustálé střídání pečujících osob nebo závažné onemocnění. K traumatizaci může docházet již v době těhotenství (kromě jiného špatné socioekonomické zázemí matky, užívání omamných látek atp.)

Dítě s komplexním vývojovým traumatem může mít pak **problémy s emocemi** (nerozumí jim, nedokáže je ovládat), **poruchy chování** (projevy agresivity, impulsivity, opozičního chování, nerespektováním hranic a limitů, může užívat návykové látky), **poruchy paměti, změněné stavy vědomí, poruchy učení, nízkou sebeúctu** (sebehodnocení, pocity extrémního studu), **psychosomatické problémy** a v neposlední řadě i **poruchy vztahování se k druhým** tj. **poruchy vztahové vazby** (attachmentu).

VZTAHOVÁ VAZBA - ATTACHMENT

- Citové pouto, které se v prvních měsících a letech života dítěte vytváří mezi ním a nejbližší vztahovou osobou – matkou.
- Pro dítě je bezpečná, blízká a pečující osoba důležitá pro další vývoj!
- Pokud dítě vztahovou osobu nemá, nebo je jím někdo, kdo nedokáže fyzickou a psychickou blízkost dávat (v krajním případě jej fyzicky či psychicky ohrožuje) nebo ji dává, ale ne dostatečně – je pravděpodobné, že si nevytvoří ani bezpečnou vztahovou vazbu a dle toho se pak bude vztahovat ke svému okolí.

Oč tu běží je
SEBEÚCTA

Bazální příběh o tom, kdo jsem!
Odpovídá na otázku – Jsem zde na
světě správně – vítaný/á?

NAUČENÁ BEZMOCNOST

- sedmdesátá léta minulého století - americký psycholog Martin E. P. Seligman.
- důsledek opakovaného vystavení jedince nepříjemným pocitům v prostředí, ze kterého nemá možnost uniknout - nepříjemný podnět trpět, a to i ve chvíli, kdy již má možnost jiného řešení situace (úniku).
- přesvědčení, že situace je nezávislá úsilí – „Ať dělám, co dělám, vždy je to špatně. Nemá cenu se snažit.“
- podporováno i způsobem komunikace s dítětem v rodině nebo ve škole - zdůrazňování nedostatků, nevhodné srovnávání s úspěchy druhých.
- může vést až k syndromu neúspěšného žáka – dítě zcela přestane věřit ve své schopnosti, odmítá plnit úkoly – často volí náhradní chování (záškoláctví, parta vrstevníků apod.)

PIGMALION EFEKT = sebenaplnující předpovědi

- Podle veršované pověsti o kyperském králi od Publia Ovidia Naso (Proměny)
- jako Pygmalion efekt byl, na základě této pověsti, označen jev, kdy pozitivní očekávání vede k pozitivnímu výsledku (opakem je Golem efekt)
- vědci Robert Rosenthal a Lenor Jacobson na konci 60. let 20. století ukutečnili experiment s názvem „Pygmalion in the Classroom“.

Základní lidské potřeby



SEBEPŘESAŇ

„ŽIVOT“

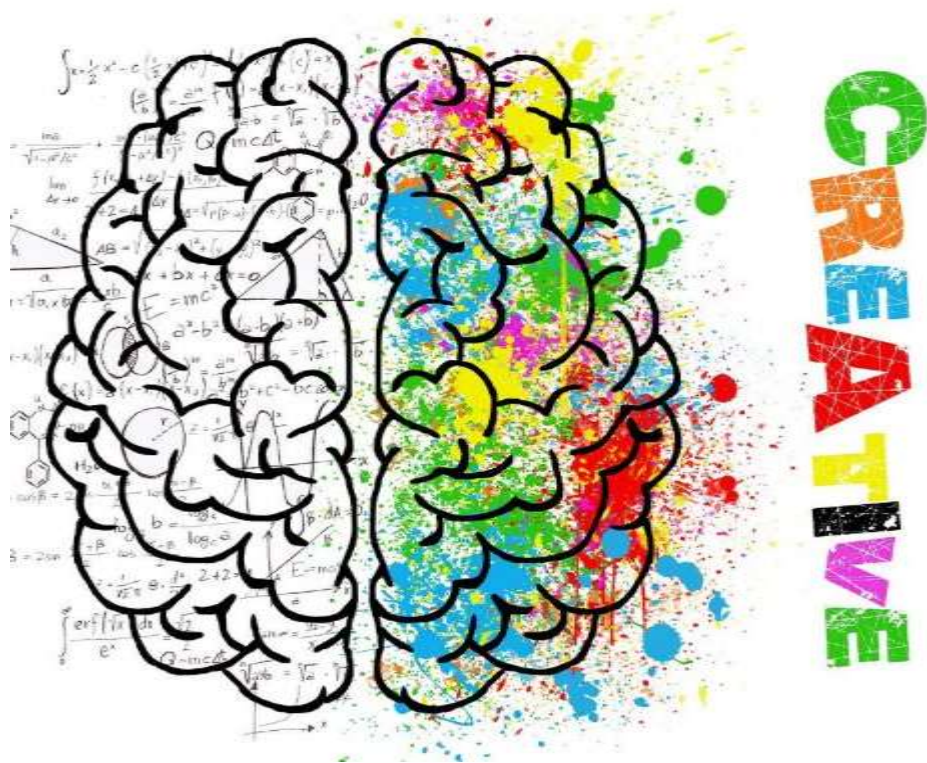
FYZIOLOGICKÉ POTŘEBY

JÍDLO, PITÍ, ROZMNOŽOVÁNÍ, POHYB





LOGIKA VS EMOCE

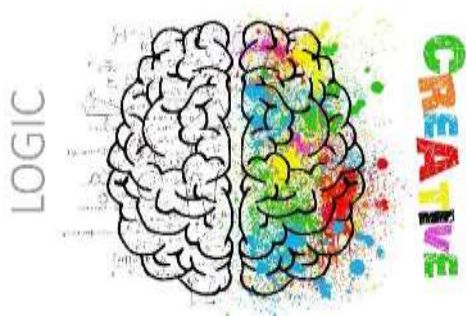


- Obvykle fungují společně, ale mají odlišné funkce – každá jinak zaměřuje pozornost a vnímá svět
- Cílem je spolupráce obou hemisfér

Pravá hemisféra mozku



- Pochopení osobního významu pojmů, zdroj autobiografického vědění, emočnější – je otevřenější pro podkorové a tělesné vstupy, mapuje celý vnitřek těla, reaguje na intuici a moudrost tělesných vstupů ze srdce, svalů, útrob.
- Někdy je uzavřenější vůči novým podnětům – hledí dovnitř, do sebe, druhých - specializuje se na neverbální komunikaci – oční kontakt, výraz obličeje, tón hlasu, držení těla, gesta a dotyky, načasování a intenzitu signálů.
- Specializuje se na otázky kontextu - čtení mezi řádky



Levá hemisféra mozku

- Jazykové, logické, doslovné myšlení, sestavování výčtů, převládají fakta, má také emoce, ale v jiném slova smyslu – nepůsobí zde signály těla (svalů, útroby)
- Levá strana frontální oblasti je vstřícnější - umožňuje při aktivaci vyrazet do světa a zvládat náročnější úkoly – orientuje se směrem ven – na interakce s druhými.
- Sleduje společenská pravidla vzájemné komunikace - sleduje očekávání druhých a ovládá naše slovní reakce, abychom očekávání druhých splnili.

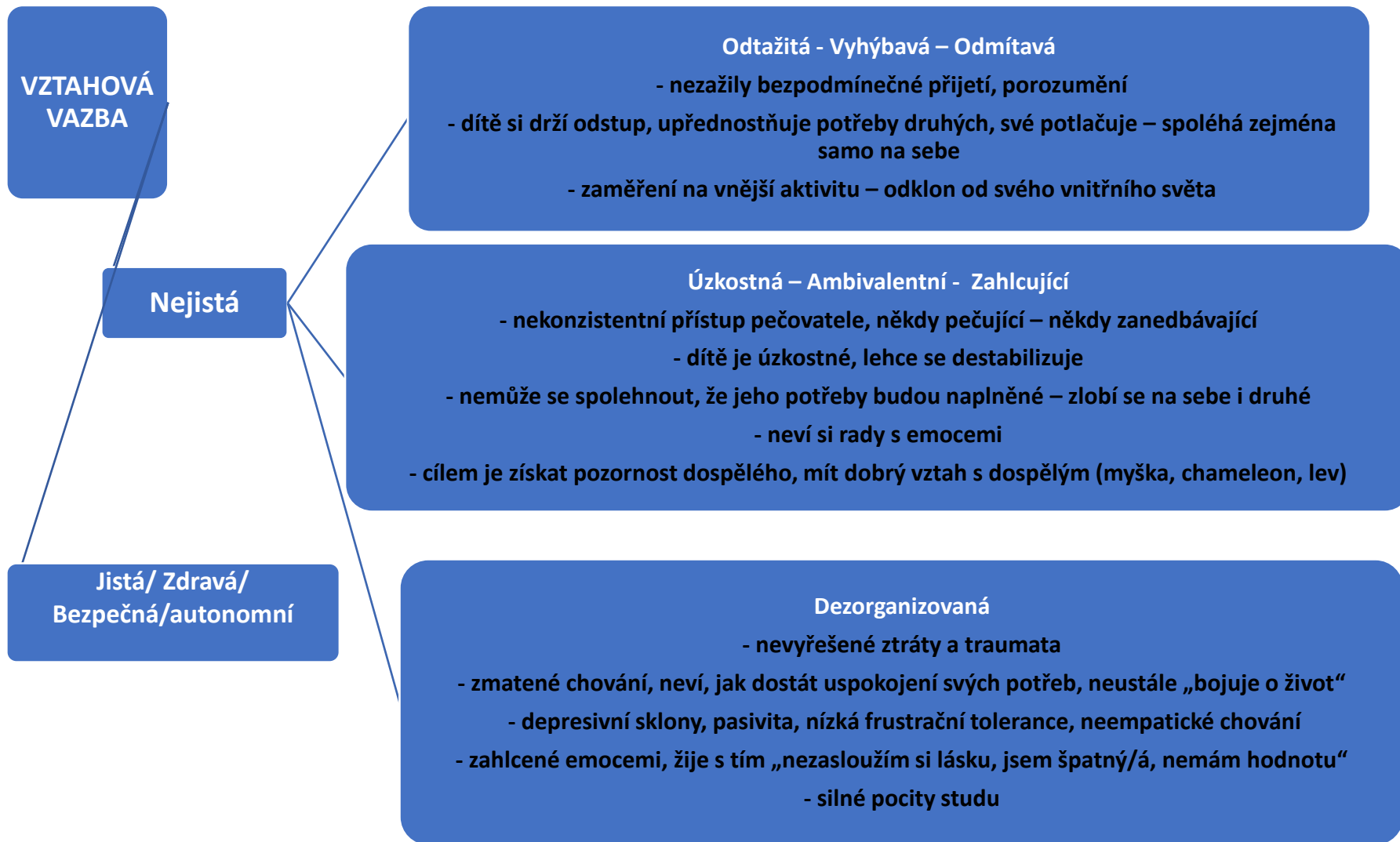
Příběh jistoty = souhra hemisfér

- Vyprávění vlastního příběhu nás podněcuje levá hemisféra, autobiografické schopnosti jsou napravo
- Obě poloviny buď spolupracují nebo fungují odděleně nebo se zahlcují.
- U dezorganizace = dezorganizované vyprávění – časově, významově, tematicky

MODEL CITOVÉ VAZBY

- **Model citové vazby** = jak si mozek pamatuje vztahy citové vazby , které jsme měli nebo ještě máme, a jak jsme jimi byli ovlivněni – přizpůsobili jsme se jim.
- Modely, které si neseme ovlivňují cítění, myšlení, chování a způsob navazování vztahů s okolím – přáteli, spolužáky, učiteli, partnery.
- Může existovat více než jeden model – každý z nich může ovlivnit, jak se chováme a reagujeme v různých situacích.

TYPY MODELŮ VZTAHOVÉ VAZBY



Odtažitá vztahová
vazba

Dezorganizovaná
vztahová vazba

BLÍZKOST
BEZPEČÍ

Úzkostná vztahová
vazba

AKTIVACE MODELŮ VZTAHOVÉ VAZBY

- Aktivace v určitých situacích – dle daného typu vztahu – bez uvědomění a úmyslu
- Citovou vazbu si člověk v základu vytváří k jedné osobě – rodičovská výchova, ale i několik málo jedinců, starší, silnější a snad moudřejších – u nich hledá dítě ochranu a útěchu.
- Lidský mozek potřebuje vtahy s důležitými postavami a dalšími dospělými k formování svého růstu.
- Potřeba být viděn, připadat si v bezpečí a uspokojený a cítit jistotu.

JISTÝ MODEL VZTAHOVÉ VAZBY

- Dobrý pocit ze sebe, z navazování vztahů s druhými, pocit naplnění potřeb.
- Je předpoklad hladšího průběhu adolescence, ale také není zárukou... osud může dítěti přihrát řadu „falešných míčů“ – ovlivnění dalšími faktory – temperament, širší sociální vztahy, sociálněekonomické postavení, genetika, užívání látek stimulujících dopamin.....

VYHÝBAVÝ - ODTAŽITÝ MODEL VZTAHOVÉ VAZBY

- Nejistý odtažitý typ citového pouta (výskyt v populaci cca 15–20 %)
- Na první pohled se takové dítě může zdát samostatné, spoléhá se samo na sebe a jeho požadavky nejsou
- velké. Udělalo zkušenost, že pečující osoba na něj reaguje dobře, jen pokud toho nechce příliš.
- Jeho rodiče do jisté míry odmítali jeho potřeby, jeho citová nebo fyzická blízkost jim nebyla příjemná.
- Dítě se naučilo být nezávislé a postarat se o sebe samo.
- Nenaučilo se ale pracovat s vlastními emocemi, špatně rozpoznává své potřeby a má sklony je potlačovat.
- Takové děti méně projevují své emoce, potlačují a skrývají pocity strachu nebo zranění,
- bývají často soustředěné na vnější svět a na výkon, od lidí si drží „bezpečný“ odstup a není pro nelehké „pustit si někoho k tělu“.

AMBIVALENTNÍ MODEL VZTAHOVÉ VAZBY

- Nejistý ambivalentní typ citového pouta (výskyt v populaci cca 15–20 %)
- Tyto děti udělaly zkušenost, že jejich pečující osoby jim nejsou vždy plně k dispozici, že se na ně nemohou spolehnout. Zlobí je to a cítí se frustrované, neboť jejich psychické bezpečí bylo narušeno.
- Jejich snahou je upoutat svou pečující osobu a za každou cenu získat její pozornost. Mohou být přehnaně roztomilé a povídavé, „věšet se“ na ni a stále stupňovat své požadavky. Takové děti udělaly zkušenost, že pečující osoba zareaguje jen tehdy, budou-li jejich žádosti hlasité a dostatečně urputné.
- Vymýšlejí nové a nové strategie, jak upoutat její pozornost. Jsou soustředěné na vztahy a hodně energie ztrácejí tím, že se snaží pojistit se proti ztrátě blízkého vztahu. I malé neshody je mohou přehnaně trápit a vyžadují opakované ujištění, že je vše v pořádku. Pokud se jim nedaří získat pozornost, po které touží, zlobí se a mají sklony ostatní „trestat“, tzv. „protestní chování“.

DEZORGANIZOVANÝ MODEL VZTAHOVÉ VAZBY

- Nejistý dezorganizovaný typ citového pouta (výskyt v populaci cca 5–10 %)
- Tyto děti udělaly zkušenost, že pečující osoba, která pro ně měla být zdrojem bezpečí, byla zároveň i zdrojem jejich ohrožení a/nebo je nedokázala před nebezpečím ochránit. Dítě řešilo neřešitelné – nelze totiž najít ochranu a bezpečí u osoby, která je zároveň zdrojem strachu. Tyto děti se snaží chránit se a rychle se cítí být druhými lidmi ohroženy. Samy sebe považují za špatné, nevěří ostatním a svět vnímají jako nebezpečné místo. Mnohdy se zdánlivě bez příčiny pouštějí do „boje o život“ – útočí, utíkají nebo se zcela odpojí od světa.
- Podobný obraz se může vyvinout i u dítěte, které muselo podstoupit opakované bolestivé lékařské zákroky a hospitalizace, před kterými je rodiče nemohli ochránit, nebo u dětí, které se často stěhovaly z rodiny do rodiny a jejichž pečovatelé se neustále střídali – i v takových případech dítě zůstalo samo se svým strachem a se svou bolestí, která pro ně byla zahlcující a nezvladatelná.

ŠKOLA MŮŽE BÝT VELKÝ STRES

- Pro děti s komplexním vývojovým traumatem resp. nejistou vztahovou vazbou může být škola zdrojem velkého stresu, který u nich spouští vzorce chování odpovídající jejich typu vztahové vazby.
- Mohou být diagnostikovány chybně jako děti s ADHD – poruchami pozornosti, poruchami učení, poruchami chování, poruchami autistického spektra, děti s duševním onemocněním, lehkým mentálním postižením. Problémy jsou však důsledkem raného vývojového traumatu!
- Tyto děti jsou také často po psychické stránce nevyzrálé a mohou se projevovat i jako o několik let mladší, než je jejich skutečný věk.

PŘEDPOKLADY UČITELE A ZKUŠENOST DÍTĚTE SE MOHOU ROZCHÁZET!

Předpoklad učitele I.:

Budeme-li odměňovat žádoucí chování a trestat nežádoucí chování, povede to u dětí ke zlepšení jejich chování.

Zkušenost dětí s nejistou vztahovou vazbou:

- Naučily se, že pozitivní pozornosti (pokud ji vůbec zažívaly) nelze nedůvěřovat.
- Cítí se lépe, když se jim dostává negativní zpětné vazby, protože to je něco, na co jsou zvyklé.

Předpoklad učitele II.:

Je dobré dávat dětem možnosti volby, protože to rozvíjí jejich smysl pro zodpovědnost. Pokud jim společně s možností volby vysvětlíme i pravidla a případné následky jejich rozhodnutí, obvykle zvolí dobře a vezmou si z toho poučení.

Zkušenost dětí:

- Často neměly možnost cokoli ovlivnit, nemohly rozhodovat sami o sobě a nemohly změnit ani cokoli ve svém okolí.
- Málokdy se jich dospělí ptali na jejich názor nebo brali zřetel na jejich přání.
- Nikdo je nenaučil rozhodovat se.

Pokud se pokoušíme ovlivnit jejich chování tím, že jim dáváme možnost volby, nemusí to pomoci. Obvykle se buď stáhnou, jsou povolné a pasivní anebo zaútočí, dohadují se s námi a jsou agresivní.

Předpoklad učitele III.:

Běžně předpokládáme, že emoční a sociální vývoj dítěte je v souladu s jeho chronologickým věkem. Vycházejí (zejména na druhém stupni a středních školách) mimo jiné z toho, že děti již dosáhly určitého stupně vyzrálosti a zvládají například:

- prostřídat se při práci ve skupině
- poslouchat výklad, aniž by učitele přerušovaly vyprávěním svých vlastních zážitků
- nevyžadovat neustálou pozornost
- přijmout pomoc, aniž by se bály, že se jim budou posmívat
- vyjádřit, co chtějí a co potřebují sociálně přijatelným způsobem
- vyjadřovat své emoce sociálně přijatelným způsobem a ve většině případů je zvládnout
- respektovat autoritu dospělého

Zkušenost dětí:

- Děti ale možná dosud neprošly některými z výše zmíněných vývojových stupňů, podmínky, ve kterých vyrůstaly, jim neumožnily, aby si tyto dovednosti osvojily.

JAK SE PROJEVUJÍ DĚTI S NEJISTOU VZTAHOVOU VAZBOU VE ŠKOLE?

ŽÁCI S ODTAŽITOU - VYHÝBAVOU – ODMÍTAVOU VAZBOU

- vykazují zdánlivý nezájem o osobu pedagoga
- odmítají pomoc druhých, raději pracují samostatně, i když hrozí selhání
- odmítají úkoly, u kterých hrozí neúspěch - kreativní úkoly nebo ty, co vnímají jako „nad jejich síly“
- těžko přijímají chválu – nejsou se svou prací většinou spokojeni, často ji i zničí
- nemají rádi fyzickou blízkost učitele, vyhýbají se očnímu kontaktu
- obtížně se zapojují do diskuse o určitém problému

Strategie přístupu k těmto dětem:

U těchto dětí je vhodné se soustředit na probíranou látku, úkol a neusilovat o fyzickou blízkost, na kterou dítě může reagovat úzkostí.

ŽÁCI S AMBIVALENTNÍ – ÚZKOSTNOU – ZAHLCUJÍCÍ VAZBOU

- Jsou závislí na pedagogovi a snaží se s ním dostat do důvěrného vztahu, otvírat s ním velmi osobní témata
- Pokud nabydou pocitu, že jim není věnována ze strany učitele dostatečná pozornost, mohou se spustit různé afektivní reakce – rozzlobí se, zaútočí
- Ztráta pozornosti učitele je stresuje a nejsou schopni se na výuku soustředit
- Je pro ně obtížné pracovat samostatně
- Umí velmi dobře poutat pozornost učitele a mohou být značně manipulativní

Strategie přístupu k těmto dětem:

Pedagog by se měl u těchto dětí soustředit na budování vztahu mezi ním a dítětem. Zejména je vhodné zadávat kratší úkoly a po chvíli se k dítěti vracet. Tento čas se může postupně prodlužovat. Není však vhodné také dítěti ve všem vyhovět, ale vhodně a po malých krocích posilovat jeho schopnosti.

ŽÁCI S DEZORGANIZOVANOU VAZBOU

- Jsou většinou nastavení na útok – mají pocit, že všichni jsou proti nim
- Neovládají vztek, jsou agresivní vůči druhým či sami k sobě (i bez zjevného důvodu)
- Jsou hyperaktivní- neklidní
- Typické je i útočné chování vůči učiteli – umí vystihnout jeho slabé místo a zaútočit na něj
- Problémem je pro ně udržet hranice a limity
- Může se u nich projevovat delikventní chování (záškoláctví)

Strategie přístupu k těmto dětem:

Tyto děti jednají pod vlivem strachu, který je nutí mít situaci pod kontrolou. Stres u nich aktivuje instinkt „přežití“. Pro děti s dezorganizovanou vazbou je tedy třeba nejprve zajistit pocit bezpečí. Ten jim dává zejména jasná struktura dne (rozvrhy), včasné upozornění na změny, pokud se jedná o náhlou změnu (např. celodenní suplování) je vhodné, aby mělo dítě možnost pracovat mimo třídu s osobou, které důvěřuje.

JAK MŮŽE POMOCI ŠKOLA?

- *Jak může pomoci škola*
- Zásadní pomocí je poskytnout takovému dítěti nové, kvalitní „opravné“ vztahy. Neurovědci zjistili, že v přítomnosti osoby, která poskytuje dítěti bezpečí a péči, se ve vyvíjejícím se mozku tvoří nová neurální spojení a z toho plynoucí nové, „zdravé“ vzorce chování.
- Jde samozřejmě v první řadě o vztahy dítěte s jeho biologickou či náhradní rodinou (adoptivní rodiče či pěstouni); nicméně vzhledem k tomu, kolik času tráví dítě ve škole, potřebuje vytvářet kvalitní vztahy i zde.
- Je tedy zapotřebí, aby dítě mělo i ve škole svou bezpečnou vztahovou osobu. Tento vztah je klíčový, protože taková osoba dává dítěti pocit bezpečí, emocionálně je stabilizuje a umožňuje mu soustředit se na výuku.
- Ideálním řešením je osobní asistent, který se může dítěti plně věnovat, či alespoň asistent pedagoga, který se mu může věnovat v předem určeném čase.
- Nedoporučuje se, aby roli vztahové osoby přejal sám učitel, který musí řešit i řadu jiných úkolů, a nemůže proto věnovat dítěti plnou pozornost.
- Je důležité, aby učitel vytvořil s asistentem dobrý tým. Musí mít jasnou dohodu o práci ve třídě, musí si vzájemně důvěřovat a podporovat se a oba potřebují dobře rozumět problematice poruch attachmentu.
- Důležitá je také úzká spolupráce školy s rodinou dítěte, příp. dalšími lidmi, kteří se na péči o dítě spolupodílejí – psycholog, psychiatr, sociální pracovník (např. z provázející organizace pěstounů, pracovník OSPOD).

ÚČINNÉ VÝCHOVNÉ INTERVENCE

- **STRATEGIE 1: SIGNÁLY BEZPEČÍ**

Nejrychlejší způsob, jak vyslat poselství bezpečí do mozku jiné lidské bytosti, je využít neverbální komunikaci. Důležitý je tón hlasu a výraz tváře.

- **STRATEGIE 2: JASNÁ STRUKTURA A PŘEDVÍDATELNOST**

- **STRATEGIE 3: DOBŘE POZNAT DÍTĚ**

- **STRATEGIE 4: POJMENOVÁNÍ VNITŘNÍCH POCITŮ DÍTĚTE A JEJICH PŘIJETÍ**

Např. „Vypadáš spokojeně...“, „Zdá se, že jsi opravdu smutný...“, „Máš strach důvěřovat dospělým“, „Z výrazu tvé tváře vidím, že jsi opravdu pyšný na to, jak se ti to povedlo“, „To je pro tebe skutečně těžké...“, „Vidím, že jsi teď pěkně naštvaný!“, „Bylo by skvělé, kdyby přestávka trvala věčně! Zdá se ti, že sotva začala, a už zazvonilo na začátek hodiny!“

- **STRATEGIE 5: POJMENOVÁNÍ VNĚJŠÍHO CHOVÁNÍ DÍTĚTE (VERBÁLNÍHO I NEVERBÁLNÍHO)**

Např. „Vidím, jak rozpačitě žmouláš ten papír a vzdycháš. Zdá se mi, že těch pokynů bylo až moc! Začínáš se bát, že si je nezapamatuješ a nezvládneš to! Musíme si na chvíli odpočinout. Co kdybychom to prodýchali? Zhluboka se nadechni a opři se na chvíli o židli. Skvělé! Víš, co teď uděláme? Rozdělíme si ten úkol na menší části...“

- **STRATEGIE 6: PŘEMÝŠLENÍ NAHLAS**

Např. „Jsem zvědavý, jestli ti to dává smysl, možná že tě to spíš naštvalo...“, „Zajímalo by mě, jestli víš, co tím myslel, možná tě jeho odpověď spíš zmátla...“, „Zdá se mi, že máš strach z nového pana učitele, a proto je pro tebe těžké zůstat sedět v klidu na svém místě.“

- **STRATEGIE 7: ROZVÍJENÍ POZITIVNÍHO POHLEDU SAMA NA SEBE**

Např. „Vidím, že se ze dne na den zlepšuješ... spoustu věcí už zvládáš sama...! Nepochybuji o tom, že dokážeš, cokoliv budeš chtít...!“

- **STRATEGIE 8: BÝT „PŘEKLADATELEM“**

Dítě s poruchou attachmentu obvykle špatně chápe sociální interakce. Jeho vnímání je dosud ovlivněno jeho negativními zkušenostmi z minulosti. Očekává zlé a přehlíží dobré, přičítá lidem špatné úmysly a neumí „číst“ běžné sociální situace.

„Překlad“ musí být obousměrný, tj. nejen směrem k dítěti, ale i směrem k ostatním. Je zapotřebí vysvětlit, „co chce dítě svým chováním vlastně říci“. Děti s poruchou attachmentu často nemají představu, co cítí nebo co potřebují, a jejich pokus to vyjádřit může působit zcela opačně.

- **STRATEGIE 9: BÝT SROZUMITELNÝ**

Díky prožitému traumatu se děti s poruchami attachmentu často chovají jako děti mladší, tj. jejich emoční věk se liší od jejich věku chronologického.

Pomůže, pokud zjednodušíme používaný jazyk (dítě může mít malou slovní zásobu, ještě nerozumí složitějším větným celkům), vyhneme se jakýmkoliv dvojznačností, ironii či sarkasmu, dáváme informace po částech (dítě neudrží více informací najednou).

Je také vhodné ověřovat, čemu dítě porozumělo (kontrolní otázky), dávat mu přesné pokyny, co má dělat, opakovat instrukce dle individuální potřeby nebo používat více smyslovou komunikaci (vizuální pomůcky, aktivity spojené s pohybem apod.).

- **STRATEGIE 10: DÁVAT JASNÉ NÁVODY A PROCVIČOVAT JE**

Není vhodné používat obecná vyjádření typu „Buď hodný“, „Uklidni se“, „Měl jsi poslouchat“.

- **STRATEGIE 11: POMOC PŘI ZVLÁDÁNÍ AFEKTŮ**

- **STRATEGIE 12: POMOC PŘI KONTAKTU S VRSTEVNÍKY**

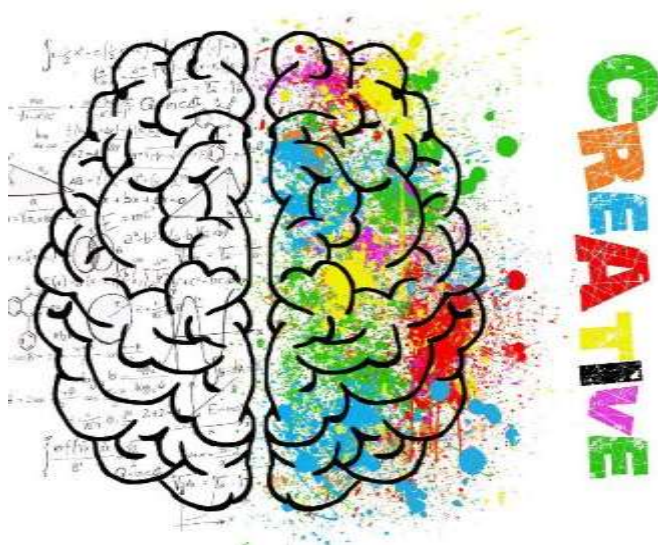


Každý člověk dělá v danou chvíli to nejlepší, co umí. A to i když to dělá (a možná i jen z našeho pohledu) špatně.

„Květiny jsou slabé. Zabezpečují se, jak dovedou. Myslí si, že jsou strašné, když mají trny....“

(A. de Saint-Exupéry, Malý princ)

DĚKUJI ZA POZORNOST



Jana Divoká

www.janadivoka.cz

info@janadivoka.cz; +420 603 347 250