

Slyšeli jste o attachmentu?

Co určitě potřebujete vědět

Informace pro rodiče, adoptivní rodiče, pěstouny, vychovatele, pečovatele, sociální pracovníky

Teorie attachmentu Johna Bowlbyho vznikla v polovině minulého století a významně ovlivnila vývojovou psychologii a pohled na sociální vývoj dítěte. Jednalo se o první ucelený pohled na zásadní význam spojení mezi matkou a dítětem.

Co to je attachment?

John Bowlby, vědkyně Mary Ainsworthová a spolu s nimi řada vědců zjistili, že malé dítě pro svůj zdravý psychický vývoj nezbytně potřebuje maminku nebo jiného primárního pečovatele. Jednoduše dospělého člověka, který tráví s malým dítětem hodně času, je mu nablízku a má s ním kontakt. Podobně jako u teplokrevných zvířat – dítě se rodí s instinktem, který mu velí vyhledávat a následovat maminku nebo primárního pečovatele, navazovat s ním kontakt, vyhledávat jeho ochranu. Mládě nebo malé dítě je bezmocné. Kdyby nebylo v blízkosti dospělého, který se o ně stará, zahynulo by. Mláďata a malé děti prožívají stres, když je maminka nebo jiný primární pečovatel nedostupný, fyzicky nebo citově. Snaží se pak maminku vyhledat a získat její pozornost, blízkost, zájem.



Styl attachmentu není uveden v žádném manuálu diagnóz. Typ attachmentu se nestanovuje u dětí starších 2,5 let. Děti s těžkým začátkem života potřebují pomoc. Nepomáhá ale zjednodušení a nálepka „nejistý attachment“.

Co jsou styly attachmentu?

Maminky nejsou ale všechny stejné. Každá je trošku jiná, ale zdá se, že také patří k určitému typu.

1. Některé mohou být citlivé, klidné, zkušené, a docela snadno vytvářejí po většinu času svému malému dítěti zázemí, ochranu a jistotu. Dítě rádo objevuje svět, ale také se k ní rádo vrací.
2. Jiné maminky mohou být více zaměstnané, méně citové, dítě vedou k tomu, aby bylo rychle samostatné, jsou přísnější. Jedná se o organizovaný přístup rodiče, ale dítě je více odkázáno samo na sebe. Postupně se už na maminku tolik neobrací, nevyžaduje tolik zájmu a blízkosti.
3. A zase některé jiné maminky mohou prožívat obavy a úzkosti, nebo mají nějaké vlastní problémy. Někdy se mohou starat o své malé dítě příliš mnoho, úzkostně je zahrnují velikým zájmem. Jindy naopak chtějí mít čas pro sebe, a dítě odmítají nebo se na něj zlobí. Dítě nikdy úplně neví, v jaké náladě maminka bude. Často se na ni lepí a obává se ji opustit, vyžaduje ujištění.

Mary Ainsworthová vysledovala, že podle toho, jak se maminky chovají k malým dětem asi do 2 let, děti se tomu přizpůsobí a chovají se k nim také určitým způsobem. Popsala toto chování jako **STYLY ATTACHMENTU**: 1. JISTÝ. 2. VYHÝBAVÝ. 3. ROZPORUPLNÝ. Pokud by maminka byla často a opakovaně velmi rozrušená, vyděšená nebo by dítě dokonce děsila, je to pro malé dítě velmi stresující. Jeho styl attachmentu byl popsán Mary Mainovou jako 4. DEZORGANIZOVANÝ.

Co jsou poruchy attachmentu?

Termín „porucha attachmentu“ bývá někdy nesprávně používán například pro vyhýbavý nebo rozporuplný, nejistý styl attachmentu. Ve skutečnosti se ale jedná o psychiatrickou diagnózu, kterou stanovuje lékař. Jmenuje se Reaktivní porucha attachmentu (RAD) a zahrnuje velmi vážné projevy chování dětí, které zažily mnohonásobné střídání pečovatelů do 5 let a další raná traumata. Tyto děti reagují velmi negativně na jakýkoliv pokus o bližší vztah, anebo naopak bez výběru lnou ke každému, i cizímu člověku (DMS-5).

Pozor na fakta a slovíčka

Styly attachmentu lze zjistit pouze u malých dětí do věku 2,5 let poměrně složitým, vědecky ověřeným postupem. Styl neboli typ attachmentu není diagnóza, a proto se u dětí „nediagnostikuje“. U starších dětí už nelze styl attachmentu určit. Reaktivní porucha attachmentu je závažný, ale poměrně vzácný problém. Dětem s následky těžkého začátku života a jejich rodičům nebo pečovatelům nepomáhá zjednodušení a nálepka „nejistý attachment“.

Proč a jak může nesprávné pochopení teorie attachmentu škodit

Děti mohou mít řadu problémů. A to zejména děti, které zažily různé špatné zkušenosti (Adverse Childhood Experiences, ACE), traumata, opuštění. Jejich sociální vývoj i chování může odrážet takový nepříznivý začátek života. Tyto děti často žijí v adoptivních, pěstounských rodinách nebo také v péči příbuzných. Jedná se často o docela složitý problém dobře rozpoznat, odkud takové problémy pocházejí a jak dítěti pomoci. Vědci se shodují na tom, že se jedná o souhrn:

- Genetických vkladů
- Průběhu prenatálního vývoje
- Průběhu porodu
- Začátku života (první rok až dva)
- Průběhu dětství do 5 let a dále
- Stylu rodičovství a dalších faktorů

Nenechte se proto mýlit

Problémy těchto dětí mohou být velké. Mají úzkosti, nezvládají afekty, trpí enurézou nebo enkoprézou, jsou agresivní, mají střídavé nálady, nechťejí spolupracovat. Lidé, kteří se jim snaží pomoci, jak rodiče a pečovatelé, tak odborníci, se snaží k nim najít klíč. Někteří pracovníci ve službách pro děti ve světě a také v České republice dosti zjednodušují pohled na příčiny potíží těchto dětí. Jako příčinu problémového chování dětí v předškolním a školním věku označují „poruchu attachmentu“, stanovují diagnózu „nejistého attachmentu“ a podobně. Sdělují rodičům nebo pečovatelům, že jejich dítě nebo svěřené dítě „má problém s attachmentem“. Také pak často doporučují „terapii attachmentu“.

Jedná se o zjednodušení a mýlku, která však může mít dosti závažné důsledky.

- Problémy v sociálním vývoji a chování, které dítě projevuje, nejsou dostatečně vyhodnoceny, mohou být přehlíženy skutečné příčiny.
- Rodiče nebo pečovatelé prožívají nejistotu ohledně svého vztahu k dítěti, pocit selhání.
- Mohou se (i pod vedením terapeuta) přemrštěně zaměřit na snahu „léčit slabý nebo nějak nejistý attachment“, což v principu není možné.
- Dítě i rodiče mohou být nesprávnou nálepkou „problém s attachmentem“ stigmatizováni.
- Je to zvláště nebezpečné pro pěstounské rodiče a organizace, které je provázejí.
- Takto formulované posouzení ve zprávě pro soud nebo OSPOD a podobně může ovlivnit rozhodování o osudu dítěte.

Na závěr

Attachment je dosud zdaleka neprobádané pole. Teprve pokroky v oboru vývojové neurovědy nám vnášejí více světla do významu mateřské péče v raném období. Attachment je velmi důležitým, ale zdaleka ne jediným faktorem sociálního vývoje a chování. Zjednodušující přístupy, i když by mohly být tak líbivé nebo lákavé, skutečnou pomoc nepřinášejí. Děti s těžkým začátkem života (ACE) a jejich rodiče či pečovatelé potřebují naši pozornost a poctivou odbornou pomoc založenou na vědě. To je naším úkolem. Pojdme na něm všichni spolupracovat! Čtěte více a najděte odkazy na vědecké články na www.natama.cz.

PhDr. Petra Winnette, Ph.D.

Institut rodinné péče Natama

1. lékařská fakulta UK