

V 5 bodech
Bookletka pro psychology,
pedagogy, sociální pracovníky,
rodiče, pěstouny a zaujatou
veřejnost

Co je *a co není* porucha attachmentu

**Jak se orientovat v sociálním vývoji, teorii attachmentu
a jak lépe porozumět attachmentovým vztahům**

Napsala
Petra Winnette

**Edice *Almanach o dětech a lidech 2022*
& *Věda do kapsy***

**Publikace je součástí projektu *The Guide*
podpořeného Fulbrightovou komisí v Praze.**

Praha: NATAMA Publishing 2022



Neprodejné. Určeno pouze pro vzdělávací účely.

© Petra Winnette, Natama 2022

Všechna práva vyhrazena

Jazyková redakce: Martin Valášek

Grafická úprava: Beat Wicki

Praha: Natama Publishing 2022

Reference:

Winnette, P. (2022). Co je a co není porucha attachmentu. Praha: Natama Publishing.

ISBN 978-80-907830-7-2

1.

My lidé jsme velice sociální bytosti

Vztahy s ostatními tvoří hlavní látku našeho života.

Ostatní lidé jsou zdrojem našeho největšího štěstí, nebo také zoufalství.

Vážně narušená schopnost vztahů s lidmi a sociálního fungování je devastující (autismus).

Všechny vážné psychologické a psychiatrické poruchy zasahují schopnost vytvářet a udržovat zdravé lidské vztahy.

Ostatní lidé jsou zdrojem učení a všeho, co víme.

Sociální fungování a vztahy jsou hlavním zdrojem evoluce mozku (velikost mozkové kůry).

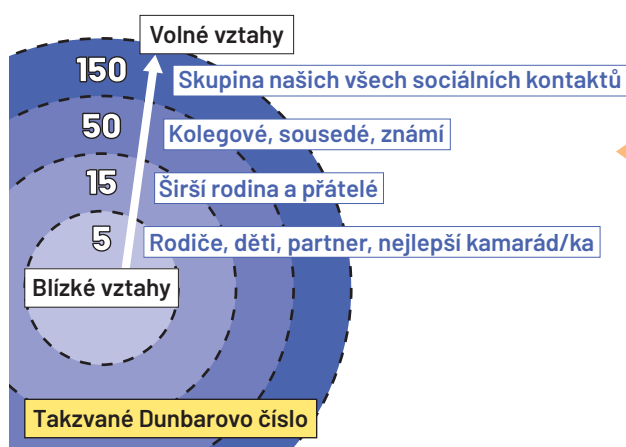
Sociální vztahy a fungování vytěžují každou vteřinu velké procento našeho kognitivního fungování, to znamená aktivity naší mozkové kůry.

(Kanwisher, 2018)



© agsandrew / Shutterstock

2. Člověk žije v uspořádané síti vztahů



Člověk typicky zvládá různých 150–250 vztahů.

ALE 3–5 nejbližších vztahů nás zaměstnává nejvíce, emocionálně i kognitivně, trávíme s nimi nejvíce času. Pamatujeme si jejich historii. Bez nich se člověk v jakémkoliv věku typicky cítí osamělý, nešťastný.

(Dunbar, 2008)

Jak se ale naučíme tyto superdůležité vztahy vytvářet a udržovat v našem životě?

Je to ta stejná maminka, poznávám ji a ona mne. V mé mozkové kůře se ukládá paměťové schéma o tomto spojení.

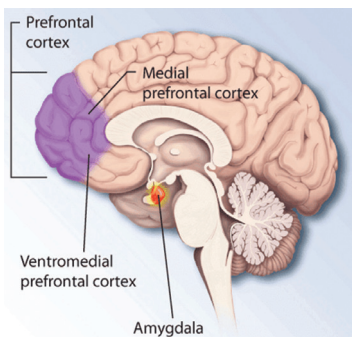
Zdá se, že umění blízkého vztahu se učíme nejdříve od primárního pečovatele. Tato schopnost je uložena v síti neuronů, v paměti, a používáme ji pak celý život.



© Ljiljana Turinski / Shutterstock

Opakováním zkušenosti se v naší paměti vytváří schéma. Jedná se o vyšší zobecněné poznání. Paměťová schémata se ukládají v mediální přední mozkové kůře. Mají moc ovlivňovat naše emoce, chování a rozhodování během celého života.

(Ghosh & Gilboa, 2014)



V blízkém vztahu zažíváme častý kontakt s druhým, pocit sounáležitosti, patření, pocit trvání a důvěry, že vztah bude pokračovat, a také podpory. Ale všechny blízké vztahy nejsou stejné.

3.

Co to je attachment a styl attachmentu?

Vývojová teorie attachmentu Johna Bowlbyho říká, že děti již přicházejí na svět biologicky programované vytvořit základní spojení s matkou nebo primárním pečovatelem, protože jim to umožní přežít.

Teorie attachmentu také říká, že toto spojení, které nazval attachmentem, a vztah s maminkou nebo primárním pečovatelem je zásadní pro další sociální a emocionální vývoj a fungování v dospělosti.

(Bowlby, 1958)

V blízkém attachmentovém vztahu se s nimi dítě postupně učí, jak vztah funguje, jak být blízko a zároveň objevovat svět a rozvíjet svoji autonomii. Podle toho, jak maminka a tatínek na dítě reagují, jaké s dítětem prožívají emoce, jak jsou zapojení do vzájemné komunikace, se dítě učí, jak formovat a udržovat blízký vztah.

Mary Ainsworthová vytvořila koncept stylů attachmentu.
Co to znamená?

Ve věku 1–2 let se již dítě naučilo vycházet se svojí maminkou nebo primárním pečovatelem a jejich blízký attachmentový vztah se projevuje v jeho chování.

Styl attachmentu znamená způsob, jak se malé dítě ve věku 1–2 let naučilo vztahovat ke svému primárnímu pečovateli, nejčastěji k matce, a jak se tento vztah projevuje v jeho chování.

(Ainsworth, 1979; Main & Solomon, 1986)

Jistota

Dítě si je jisté,
že máma je nablízku
a s ní svět funguje.
Problémy se vyřeší
a „máme se rádi“.
A chová se tak.

Vyhýbání

Dítě si je jisté, že mámu
nebo tátu má, ale je často
odkázáno samo na sebe,
nebo je lepší se vzdálit
odmítavému chování rodiče.
A chová se tak.

Nejistota a úzkost

Dítě ví, že má mámu nebo
tátu, ale není si jisté, že budou
nablízku nebo že může něco
potřebovat nebo chtít.
Má obavy nebo strach, co
bude. A chová se tak.

Dezorganizace, zmatek

Dítě by si přálo být nablízku
mámě nebo tátovi, ale zažilo
s nimi trápení, bolest, strach.
Neví, kudy kam a jak s nimi mít
jakýkoliv předvídatelný
vztah. A chová se tak.

Pozor!

- Styl attachmentu není diagnózou. „Nejistý“, „vyhýbavý“ ani „dezorganizovaný“ není poruchou attachmentu.
- Styl attachmentu se dá zjistit jen u malých dětí ve věku 1–2 roky.
- Styly attachmentu nepopisují obrovskou variabilitu blízkých vztahů a její příčiny ani u malých dětí. Jsou to rámcové kategorie.

(Zillberstein, 2014)

4.

Co to je porucha attachmentu?

Jedná se o poměrně vzácnou psychiatrickou diagnózu

Reaktivní attachment (RAD, Reactive Attachment Disorder)

Projevuje se jako trvale a závažně citově odpojené chování dítěte k primárním pečovatelům. Dítě projevuje minimální pozitivní emoce a silně negativní reakce k druhým.

Porucha nerozlišeného sociálního napojení

(DSED, Disinhibited Social Engagement Disorder)

Mluvíme o chování, kdy dítě aktivně v extrémní míře vyhledává neznámé osoby a sociálně se na ně napojuje, s cizími osobami je ochotné odejít pryč. Nerozlišuje blízké vztahy od běžných sociálních kontaktů.

Projevy přetrvávají více než 12 měsíců. Na začátku života dítě zažilo závažná traumata v blízkých vztazích. Musí se také jednat o výrazné a silné projevy. Projevy nesouvisí s poruchou autistického spektra (Zjednodušeno a zkráceno z DSM-5 [2013]).

5. Speciální okénko pro pěstounské a adoptivní rodiče

Mnoho výzkumných studií potvrzuje, že i děti, které zažily ústavní péči nebo adverzní zkušenosti, vytvářejí blízký attachmentový vztah s pěstounskými nebo adoptivními rodiči.

Potřebují, aby jejich náhradní rodiče věděli, že je to pro ně obtížné, mají specifické problémy a pomáhali jim.

Pokud vztah trvá, dítě se postupně naučí, že nová máma a táta jsou tady pro něj, neopustí ho, ochrání ho, podpoří, mají ho rádi.

ALE

Děti s adverzními zkušenostmi (ACE) mají ale zároveň často dlouhodobější následky. Často trpí úzkostmi.

Často trpí silnými afekty a rozrušeným chováním.

Často nezvládají sociální situace s blízkými lidmi i s dalšími známými či cizími lidmi.

A proto jsou vzdělání a trpěliví pěstounští a adoptivní rodiče tak moc důležití!

(Tarullo & Gunnar, 2005)

Používání zjednodušené nálepky
„Porucha attachmentu“
může dítěti uškodit.

Shrnutí na závěr: Co je a co není porucha attachmentu?



© Sokor Space / Shutterstock

- Styl attachmentu je popis vzorce chování malého dítěte k pečovateli, ke kterému má dítě blízký vztah. Děti často mají odlišný styl attachmentu k různým pečovatelům.
- Většina dětí má se svými rodiči vytvořený blízký attachmentový vztah. Tyto vztahy jsou však různě formované, proměnlivé, individuální. Vztah vždy tvoří rodič a dítě. Rodič je tím, kdo dítě vede a učí.
- Většina dětí v pěstounské péči a v adopci, které zažily změny pečovateli v raném věku, má se svými pečujícími rodiči vytvořený blízký attachmentový vztah.
- Častěji se u nich objevují sociální problémy, potřebují pomoc.
- Styl attachmentu se nedá určit u starších dětí. Ale starší děti mohou mít problém se vztahy, zejména s blízkými vztahy.
- I když dítě může být nejisté, úzkostné, rozrušené, neumí navazovat vztahy s vrstevníky, doma se často zlobí, neposlouchá, vysoce pravděpodobně netrpí „poruchou attachmentu“.
- Ve spolupráci s odborníkem je možné objevit skutečné příčiny a problémy dítěte se vztahy a následky dětských adverbálních zkušeností řešit.

(Granqvist et al., 2017)

Reference:

- Ainsworth, M. S. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, XXXIX, 1–23.
- Dunbar, R. I. (2008). Why Humans Aren't Just Great Apes. *Issues in Ethnology and Anthropology*, 3(3), 15–33.
- Ghosh, V. E., & Gilboa, A. (2014). What is a memory schema? A historical perspective on current neuroscience literature. *Neuropsychologia*, 53, 104–114.
- Granqvist, P., Sroufe, L. A., Dozier, M., Hesse, E., Steele, M., van Ijzendoorn, M., ... & Duschinsky, R. (2017). Disorganized attachment in infancy: a review of the phenomenon and its implications for clinicians and policy-makers. *Attachment & human development*, 19(6), 534–558.
- Kanwisher, N. (2018). *Theory of mind and mentalizing*. Přednáška MIT.
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95–124). Ablex Publishing.
- Tarullo, A. R., & Gunnar, M. R. (2005). Institutional rearing and deficits in social relatedness: Possible mechanisms and processes. *Cognitive Creier Comportament*, 9, 329–342.
- Zillberstein, K. (2014). Využití a omezení teorie attachmentu v psychoterapii dětí. *Psychoterapie*. 2014, sv. 51.

Obrázky:

- Agsandrew. (n.d.). *Interplay of human head outlines, lights, numbers and abstract design elements on the subject of modern technology, digital revolution, scientific thinking, science and technology related issues*. Shutterstock. <https://www.shutterstock.com>
- Turinski, L. (n.d.). *Mother and her newborn baby boy, family, parents, love, maternity concept*. Shutterstock. <https://www.shutterstock.com>
- Obrázek mozku převzato z <https://www.rtor.org/2014/07/22/anxiety-and-the-adolescent-brain/>
- Sokor Space (n.d.). *Heartwarming hugs little son and his father in warm sun shins. Dad and his little boy are playing together on the field*. Shutterstock. <https://www.shutterstock.com>

Co je *a co není* porucha attachmentu

PhDr. Petra Winnette, Ph.D.

Institut Natama, 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy

Setkali jste se s termínem attachment? Bylo vám sděleno, že vaše dítě má poruchu attachmentu? Slyšeli jste o terapii attachmentu? Tyto termíny není tak snadné pochopit a někdy jsou také nesprávně používány. V této bookletce se na ně proto podíváme blíže.

Více informací najdete také na www.natama.cz

Styly attachmentu

Jsou názvy pro vzorce chování malého dítěte k pečovateli. Závisí na vztahu s pečovatelem. Dítě může mít jiný způsob chování k jednomu a jiný k druhému pečovateli. Nejedná se o diagnózu. A nejistý styl attachmentu v raném dětství neznamená, že dítě bude mít určité problémy.