



Důvěra a úzkost

Model „ledovec“
Separační reakce, anaklitická deprese a
(základní) zkušenost důvěry

„Ledovec“ Virginia Satirová



Chování
Zvládání (*jak s tím naložím*)

hranice zjevného

.....
Pocity reaktivní (*jak reaguje na situaci*)

Pocity reflektované (pocity o pocitech, nakolik si dovolí prožívat tento pocit, ...zde některé obrany jako popření apod.)

Percepce (já, ty, kontext – jak (ne)vnímáme; pozice přežití)

Očekávání (v terapii především nesplněná)

hranice naučeného, změnitelného a nenaučeného - daného

.....
Touhy – Klient přichází s chováním, je třeba porozumět, jaká touha za ním je.

Vlastní já, jádro osobnosti, čím opravdu jsem, self



Ideál kongruence



Návaznost jednotlivých vrstev

Klient přichází s konkrétním jednáním,
potřeba pracovat na jeho osobní kongruenci

Porozumění jednání na úrovni touhy

(→intuice, důvěra)

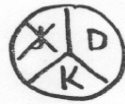
Sociální rozměr - úroveň kongruence v komunikaci:
kongruence vs. (např.) „dvojná vazba“

Příklad: Chování, kdy je nějaká potřeba (touha) naplňována destruktivním způsobem.
Jak by vypadala „nedestruktivní cesta“ naplnění potřeb; co je potřeba změnit... k dosažení kongruence?

Usmiřující Obviňující

Poučující Rušící

Bez tebe jsem
nula



Ty
za všechno můžeš



POUČUJE



Fakta dokládají, že
rodicně a principiálně

RUŠÍ



Na ničem
stejně nezáleží



„Pozice přežití“

Já :

Druzí (ty) :

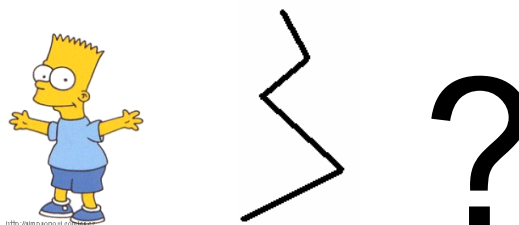
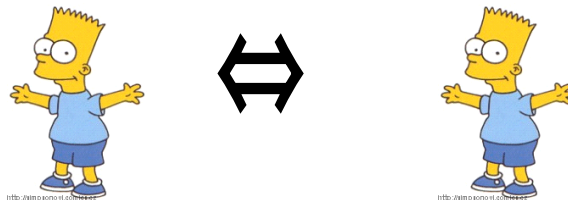
Kontext (prostředí, okolní svět) :

Prouty (1990) - **vysvětlení patologie** jako zanedbání jedné ze tří
výše uvedených komponent.

Hans Peters (1999) **Pretherapy:**

A Client-Centered/Experiential Approach to Mentally Handicapped People

Ideál kongruence a Sebeobraz





Přijetí dítěte a jeho důsledky

Přijetí rodiči určuje podmínky vývoje dítěte

- vnímání sebe sama (sebepojetí, sebeúcta, ...)
- náhrady a dodatečná „řešení“, fragmentace vývoje, ...

Sociální status \Leftrightarrow sebeobraz

Způsob komunikace (postoj) sděluje **hodnotu**.

Hierarchie. „Jednosměrnost“ komunikace.



Vztah jako zdroj jistoty

(vs. Izolace, úzkost)

Matějček: zakotvení ve vztahu zdroj jistoty;

prostředí, kde se dítě cítí bezpečně ⇒ harmonický vývoj

Pro dítě je zdrojem naplnění uvedených potřeb vztah s rodičem podobně u všech, „kdo nemohou samostatně zvládat“

Jinak - **prožitek úzkosti:**

nerovnováha spánkového rytmu, v jídle, fyzické napětí v těle (až k omezení pohyblivosti)

Příklad – velké pečující instituce.

Úzkost

Anguish (*Webster on-line*): *extreme pain, distress, or anxiety*
extrémní bolest, utrpení (strádání, bolest), úzkost

Nesnesitelný stav (*přerušení vztahu)
(oční kontakt u autismu)

Pro dítě je nezbytné bránit se,
redukovat napětí

Dosažitelný způsob
zablokovat svoji emocionalitu,
vnitřně se oddělit od prožitku

V důsledku různé projevy:
nestabilita nebo apatie, někdy i únik z reality
(psychóza), fragmentace vývoje...



„Ledovec“ Virginia Satirová



Chování
Zvládání (*jak s tím naložím*)

hranice zjevného

.....
Pocity reaktivní (*jak reaguje na situaci*)

Pocity reflektované (pocity o pocitech, nakolik si dovolí prožívat tento pocit, ...zde některé obrany jako popření apod.)

Percepce (já, ty, kontext – jak (ne)vnímáme; pozice přežití)

Očekávání (v terapii především nesplněná)

hranice naučeného, změnitelného a nenaučeného - daného

.....
Touhy – Klient přichází s chováním, je třeba porozumět, jaká touha za ním je.

Vlastní já, jádro osobnosti, čím opravdu jsem, self

SEPARAČNÍ REAKCE BATOLAT



Fáze protestu – křik na základě zkušenosti, přivolat matku

Fáze zoufalství – odvrácení od okolí ve stavu stísněnosti; odmítá navázat kontakt s druhými, kteří se mu snaží pomoci, odmítá hračky; typicky hlavu v poduškách.

Fáze odpoutání od matky – potlačení citů k matce; připoutání se k jinému dospělému (pokud existuje) nebo ztrácí vztah k lidem a poutá se spíš k věci. Tato fáze může být vyhodnocena jako adaptace na situaci

Chybí-li u dítěte daného věku separační reakce, je dítě nějak dříve separováno, nebo nebyl vztah k matce dost vřelý.

Po ukončení hospitalizace děti úzkostnější, více sledují matku. V případě navázání na náhradní osobu menší úzkostná závislost, ale problém v obnovení vztahu s přilnutím zpět k matce.

Prekopová: důležité, aby matka překonala případnou odmítavou reakci dítěte



Anaklitická deprese

René Spitz, z řeckého anaklino – „opírám se o“

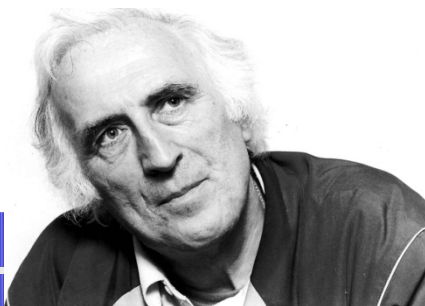
příčinou deprese ztráta pouta k osobě, která zabezpečuje základní sebezáchovné potřeby dítěte

Pokud trvá delší dobu (např. hospitalizace)

hrozí opoždění, regres, zablokování vývoje

narušení psychomotorického vývoje nebo i narušení základů osobnosti

často regres: stravovací návyky, udržování čistoty, ...



J. Vanier: **Důvěra vs. úzkost**

Zakotvení ve vztahu

Místo v „dospělém“ světě; sdělení hodnoty

(vs. únik do fantazie, zábavy, izolace náhradní řešení...)

Původně rodič, pokud ne, pak v této roli může zastoupit někdo jiný.

Dospělá autorita

Prostředník, který umožňuje akceptovat sebe sama – včetně limitů.

Bezpodmínečnost. Jedinečnost, hodnota...

Umožňuje mj. **konfrontaci** s odmítnutým obsahem.

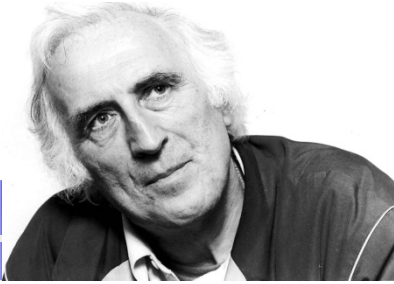
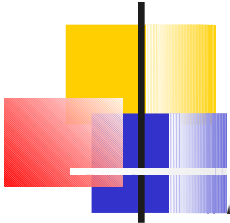


Erik

Když jsme před několika lety přijali Erika v Arše, bylo mu šestnáct. Od svých čtyř let žil v nemocnici. Byl slepý, hluchý, měl hluboké intelektové postižení a trpěl tím, že ho opustila rodina. Lékaři a sestry v nemocnici se o něj starali, ale nikdo nebyl schopen odpovědět na pláč hluboko v jeho srdci. Nebyli tam, aby s ním vybudovali trvalý láskyplný vztah. Nemocnice je místem léčení, ne domovem. Erik mohl znovu nalézt touhu po životě pouze pokud by poznal, že je milován jiným člověkem a že existuje skutečný trvajících vztah – ne majetnický, ale vztah, který může osvobodit.

Protože Erik byl hluchý a slepý, mohl tento vztah být vytvořen pouze skrze dotek naplněný něhou a respektem, dotek, který by jej uklidnil a sdělil mu, že je podporovaný a milovaný, že je v bezpečí. Pouze skrze stálou věrnost takového doteku mohl postupně získat důvěru a objevit, že může být milován a že je schopen růst, že je oceňován.

Během pěti let se Erik stal více vyrovnaným. Už se více nesnažil bláznivě lézt po každém dospělém ve své touze po doteku. Nicméně byl stále neklidný, stále v sobě měl „pevně zavřené dveře“ a jeho tělo zůstalo strnulé. Nenašli jsme klíč, který by mu umožnil otevřít srdce a odkrýt jeho zranitelnost, odkrýt jeho kapacitu důvěrně odpovědět na lásku. Možná by jej to postavilo do příliš velkého nebezpečí. Aby se jeho srdce otevřelo, musel by znovu prožít jisté agónie a traumata svého ranného dětství a obzvláště zkušenosti svého opuštění; to by znamenalo přijmout riziko nového selhání ve vztahu, nové opuštění. Byl by vůbec kdy schopen přijmout takové riziko? Nemůžeme vědět.



Yvette

V jiné komunitě přijali Yvette, která předtím žila v psychiatrickém centru. Bylo jí deset let a hodně trpěla opakovaným odmítáním. Říkávali jí „šílené dítě“. Schovávala své srdce za mnoho násilností a protisociální gesta. Vedoucímu komunity trvalo dlouho, než se s ní za všemi jejími obranami mohl setkat. Zpočátku nebyla Yvette připravena věnovat svou důvěru první přátelské nabídce. Lidé, kteří byli jako ona hluboce zraněni, se snadno neotevírají, jsou nedůvěřiví vůči přátelským slovům, přátelským lidem. Yvette nechtěla zažít jiný zážitek opuštění, a tak pro ni bylo lepší nevytvářet nové vztahy - schovala se a uzavřela. Pak začala Yvette testovat jí prokazovanou lásku prováděním mnohých škodolibostí a útěky: „Opravdu se o mě zajímáš?“ „Skutečně mě miluješ?“ Pak přišel den, kdy se nevinné dítě v ní opovážilo věřit, že je milována. Yvette přijala citlivost (tenderness); otevřela dveře svého srdce. Nicméně, velice rychle je zase zavřela. Ale pro chvíli, pro první okamžik, zažila radost ze blízkosti druhého člověka. O několik dní později se znovu odvážila otevřít k citlivosti: začala hru skrývání a hledání, odcházení a přicházení, dokud nebyla schopná téměř úplně otevřít své srdce. Přijala rozhovor. Nalezla důvěru v dospělé.

Bylo zapotřebí velké pozornosti, mnoha utrpení a mnoha bitev než byla schopná projít touto změnou. Během těžkých dní mi vedoucí komunity o Yvette řekl: „Aby mohla vyjít ze sebe a žít, naše důvěra v ní musí být hlubší než její vlastní zoufalství“.

Nicméně, abychom mohli mít budoucnost, mít naději, každý z nás se musí naučit žít s minulostí. Objev ...možnosti růstu, záleží na integraci bytí každého člověka, která zahrnuje integraci minulosti. Někteří lidé toho nejsou schopni; jejich zranění jsou příliš hluboká.

Zdeněk Matějček:

Základní psychologické potřeby

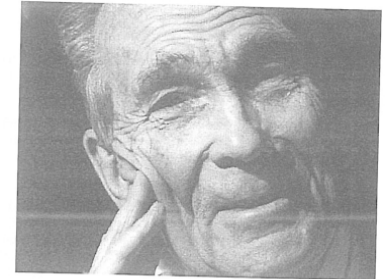
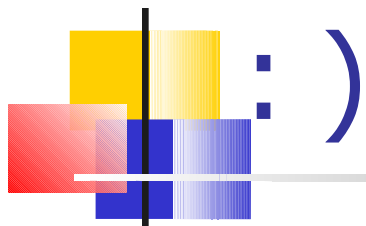


Foto Petr Jedlník

- **Stimulace:**
množství, kvalita a proměnlivost vnějších podnětů
- **Smysluplného světa:**
stálost, řád a smysl v podnětech
- **Životní jistoty:**
potřeba citové jistoty a bezpečí ve vztazích
- **Pozitivní identity:**
potřeba vlastní hodnoty a místa ve společnosti
- **Otevřené budoucnosti:**
moment mezi nadějí a beznadějí, mezi životním rozletem a zoufalstvím



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ