

Teorie raného psychosociálního vývoje: vznik rané citové vazby (attachment)

Za poskytnutí podkladů děkuji doc. Mgr. Lence Lachnové, Ph.D. a Mgr. Zuzaně Masopustové, Ph.D. Prezentace čerpá i z materiálů Mgr. Rii Černé (o. s. Almathea) a Mgr. Jany Kocourkové (LUMOS)

- Připomenutí: zájem o raný vývoj po Freudovi (a v jeho stopách):
 - Známe: **E. H. Erikson**: důvěra, autonomie
 - Další: **R. Spitz** (vývoj „objektních“ vztahů, deprese z opuštění), **M. Mahlerová**: fáze vývoje Ega, separace, individuace, **D. W. Winnicott**: vývoj „self“, význam „dost dobré matky“, přechodové objekty; **W. R. Bion** – „kontejnování“ afektivních stavů dítěte; **Jurist, Fonagy, Targetová** – „mentalizace“ afektu
 - ...
- **Teorie rané citové vazby** (*attachment*; J. Bowlby, M. Ainsworthová)

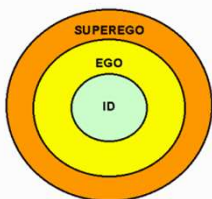
Sigmund Freud (1856 – 1939)

- „Otec psychoanalýzy“, sledoval dynamiku
 - **Vývoje**
 - **Úzkosti** a **obran** proti ní
 - **Konfliktů** mezi psychickými instancemi (Id, Ego, Superego)
 - **Nevědomí**, nevědomé motivace



Psychoanalýza – „strukturální model“

Freud's Theory of Personality



- ID - (Latin "it"; German "ES")
 - "cauldron of seething excitement," urges; pleasure principle
 - newborns
- EGO (German for the lower case "I")
 - reality/rational principle;
 - child learns to control urges so as to get what one wants (control bladder; wait for feeding; temper)
- SUPEREGO - (German for uppercase "I")
 - Child learns about right/wrong
 - Self-punishment - guilt; feeling good

- Tento model označuje tři psychické instance, které se
 - vyvíjejí postupně (napřed **Id**, pak **Superego**, nakonec **Ego**),
 - řídí odlišnými **principy** (Id - **slasti**, Superego - **dokonalosti**, Ego - **reality**)

...a mohou se ocítat ve vzájemném konfliktu



Id:
Instincts



Ego:
Reality

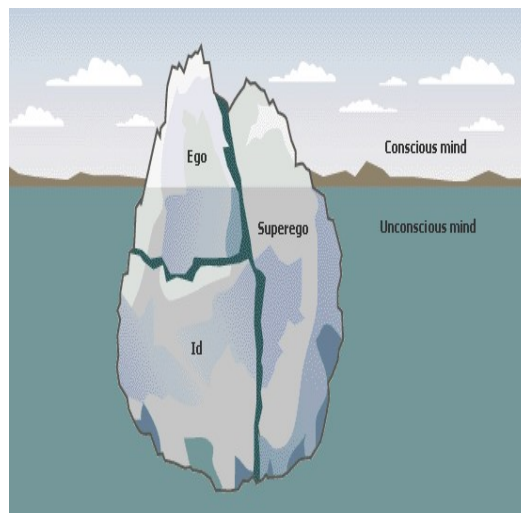


Superego:
Morality

„Strukturální“ a „topografický“ model

Metafora s ledovcem lépe než s „terčem“ nebo figurkami vystihuje vztah instancí k dalšímu – „topografickému“ hledisku, kdy se rozlišuje

- **vědomí** jako oblast dostupná naší zkušenosti,
- **nevědomí** jako oblast, již nejsme schopni reflektovat, přestože nás ovlivňuje (a je naší neodmyslitelnou součástí) a popř.
- **předvědomí** – pásmo „na pomezí“, dostupné nikoli aktuálně, ale podle potřeby

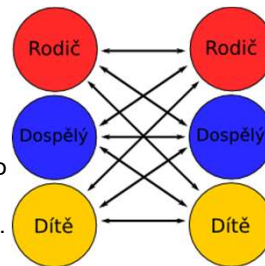


...známí pokračovatelé: za mnohé C.G.Jung (hlubinná psychologie), Eric Berne (transakční analýza)



Jung popisuje různé aspekty „Já“: mimo Ega je to self – „bytosné já“, a persona – „maska“, sloužící ke kontaktu se světem; „stín“ je popřená či odmítaná složka vlastní osoby; kontakt s vnitřní a vnější realitou jsou důležité funkce osobnosti, vývojovým úkolem je nejen „najít místo ve světě“, ale i vnitřní integritu – individuace; v současné psychologii např. téma odlišení vlastních a cizích záměrů...

Berne popisuje „stavy Ega“, analogické Freudovu strukturálnímu modelu. To, zda se cítíme a jednáme jako Rodič, Dospělý nebo Dítě se projeví a utváří v komunikaci. *Připomíná vám to něčím školu?*

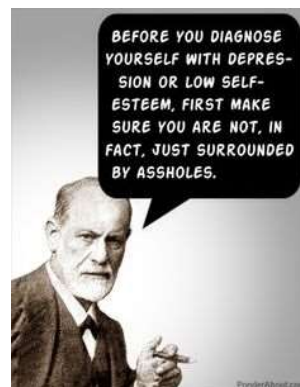


Psychoanalýza – vývojová období

- **Orální** (kojenec)
- **Anální** (cca do 3 let)
- **Falické** (předškolní; **oidipický komplex**)
- **Latence** (kryje se se školním věkem, do nástupu dospívání)
- **Genitální** (dospělost)

O **fixaci** v určité fázi nebo o **regresi** zpět do této fáze může vypovídat

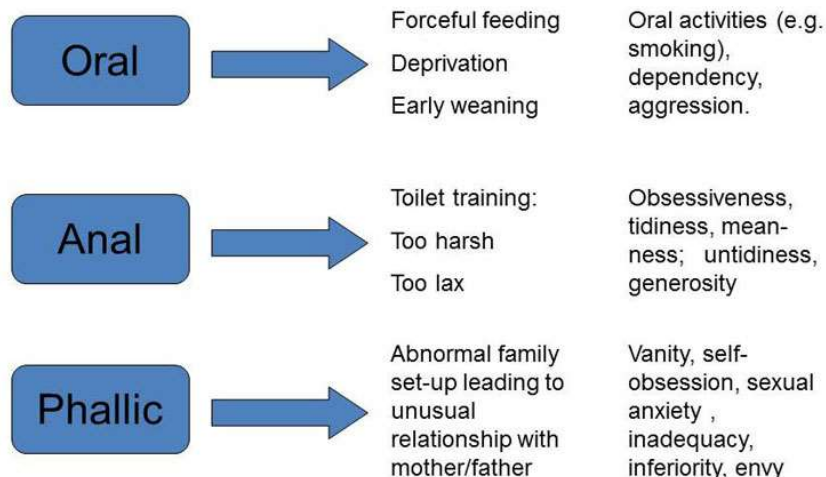
- charakter **obraných mechanismů** – způsobu, jakým člověk pracuje s úzkostí (modernější pojetí – zvládání stresu)
- nebo „**charakterová struktura**“ – způsob organizace osobnosti s charakteristickými konflikty, obranami, významnými tématy, směřováním „libida“...)



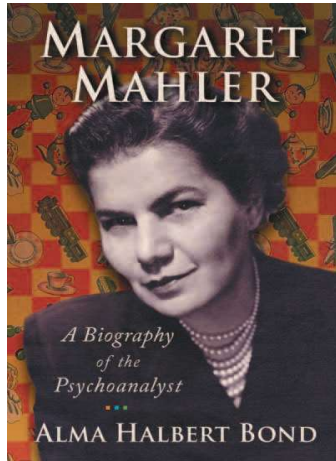
Vývojový pohled na obranné mechanismy

- **orální fázi** (1. rok života) odpovídají mechanismy **štěpení, popření, introjekce, projekce**;
 - **orální charakter** – závislost nebo agrese, sklon k optimismu nebo pesimismu, srdečnost nebo deprese...
- **anální fázi** (2.-3. rok) mechanismus **izolace, reaktivní formace a odčinění**
 - **anální charakter** - pečlivost, přesnost, spolehlivost, šetrnost - až puntičkářství, perfekcionismus, sklon kontrolovat druhé, lakota...
- **falické fázi** (3.-5. rok) **vytěsnění, regrese**
 - **falický/oidipický charakter**: závislost na rodiči opačného pohlaví, rivalizace (obvykle s rodičem stejného pohlaví), sklon k agresi, manipulaci, demonstrování moci...
- **genitální fázi** (dosahována v pozdní adolescenci) mechanismus **sublimace** (včetně zralé kompenzace, humoru...)

Fixation + Adult Personality



Pozdější psychoanalytické teorie s důrazem na rané dětství: Margaret Mahler (1897–1985)



■ Dva hlavní vývojové úkoly:

- naučit se žít s ostatními
- naučit se udržet si od ostatních odstup

Fáze vývoje Ega:

- **Autistická fáze** (do 2 měs.)
- **Symbiotická fáze** (2–6 měs.)
- **Separčně-individuační fáze** (6 měs.–2 r.)
 - subfáze diferenciací
 - subfáze praktikování
 - subfáze znovusblížení
- **(sub)fáze stálosti objektu/individuality** (2–3 roky) *

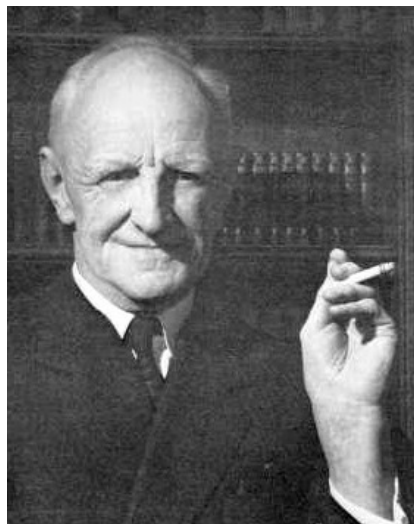
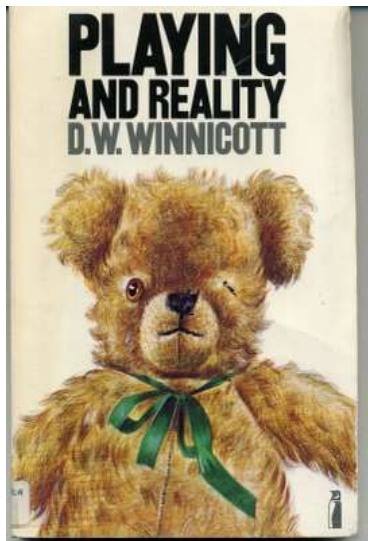
*popř. ve skutečnosti celoživotní; **teorie objektních vztahů** zdůrazňuje zásadní důležitost raného vztahu s mateřskou postavou (primární objekt) a zakládání osobnostní struktury v 1. roce života

Pozdější psychoanalytické teorie s důrazem na rané dětství: Donald W. Winnicott (1896–1971)

- Koncept „**držení**“ (*holding*)
- **Separční úzkost**
- **Přechodový (tranzitorní) objekt** tlumící úzkost a umožňující separaci (přikrývka, hračka...)
- „Antisociální tendence“
- Uspokojení vs. frustrace, dobrý vs. špatný objekt – „**dosti dobrá matka**“ je zdrojem uspokojení a poskytuje (přiměřenou) příležitost k prožitku frustrace
- Význam **hry**
- Vývoj „pravého“ a „falešného“ **self**



D. W. Winnicott (1896–1971)

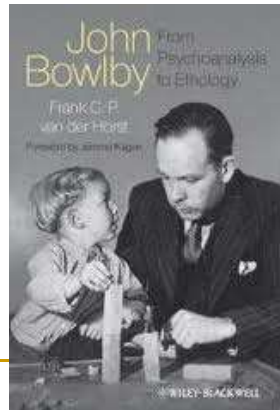


Co důležitého přinášejí do vývoje vztahy?

- **D. W. Winnicott: „holding“** (držení) - fyzická manipulace s dítětem („držení“) má i charakter uspokojování jeho potřeb citových, především potřeby pocitu bezpečného zázemí. Dítě tak má oprávněný a vývojově přiměřený pocit, že tím, co organizuje svět, jsou právě jeho tužby.
 - Pozor: neplést s terapií pevným objetím (TPO) – viz studijní text o attachmentu v ISu
- **W. R. Bion: kontejnment** - dítě vyvolává u druhých pocity, s nimiž samo neumí zacházet, ale matka ano, a tak má dítě i příležitost se zvládnání těchto pocitů postupně naučit; matka zachytí v optimálním případě nejen pocit, ale i jeho příčinu a také ví, jak se situací dále nakládat. Pocity dítěte „uskladí“ – kontejnuje – a „vrací“ je dítěti zpátky v přepracované podobě.
- **P. Fonagy a M. Targetová** (2005) považují za základ **mentalizace** zpětnou vazbu, především zrcadlení emočního stavu kojence u dospělých pečujících osob. Rodič naznačí, že stavu dítěte rozumí, a afekt kongruentně zrcadlí. Musí poskytnout i nápovědi, že jeho zrcadlení není totéž co reálný afekt, ale že má od exprese odstup. Dítě se „učí“ zacházet se svým afektem jako s informací, protože má vzor toho, že to jde a že jej někdo vnímá.

Teorie vývoje citového přilnutí - vazby (*attachment*)

- **John Bowlby** (1907–1990) - vývoj
- **Mary Ainsworthová** (1913–1999) - typy



Teorie raného přilnutí (vazby) jako teoretická syntéza dalších směrů

■ Psychoanalýza

- je akceptována důležitost raných zkušeností
- reviduje se naopak předpoklad o prvořadosti sexuálního pudu

■ Etologie a evoluční věda

- je akceptována koncepce vrozeného repertoáru chování
- metoda přímého pozorování interakce dítě - matka
- zdůrazňuje se evoluční význam adaptivního chování tohoto typu

■ Psychologie (experimentální směr, teorie učení)

- do výzkumu raných zkušeností se začleňují experimentální studie

Harlowovy experimenty s mateřskou deprivací

Harry F. Harlow, "Love in Infant Monkeys,"
1959

Mateřská deprivace u mláďat makaka rhesus
<https://www.youtube.com/watch?v=OrNBEhzjg8I>



Návod z etologie – poněkud humánnější varianta



- **Imprinting:** „Housata jsou při narození naprogramována, aby následovala první figuru, která se před nimi objeví, většinou husu, ale v tomto případě následují fylogeneticky vzdáleného dvojnožce Konrada Lorenze...“ (Hardy: *Mother nature: a history of mothers, infants, and natural selection*, 1999)

<https://www.youtube.com/watch?v=eqZmW7uIPW4>

Jak probíhá proces vzniku vazby u Homo sapiens?

- Je zřejmé, že dětské mládě **chce zůstat v blízkosti** attachmentové figury...
- Dítě je ale **neschopné** od narození přibližně až do jednoho roku věku attachmentovou figuru **následovat**
- K dispozici jsou některé vrozené vzorce, **zrcadlové neurony** apod.



Fáze vzniku vazby

- 1) **před vznikem vazby** (asocial stage, nekritické sociabilita; asi do 3 měsíců)
- 2) **zárodky citové vazby** – vazba nerozlišená, ve fázi utváření (asi do 6.- 8.měsíce)
- 3) období **vyhraněné citové vazby** (plně kolem 4. roku)
- 4) **záměrný vztah a partnerství**

Aspekty vztahové vazby

- vliv předpokladů pro tvorbu vazby **na straně dítěte i na straně vztahové figury** (matky, otce)
- k různým pečujícím osobám (k otci, k matce) **může mít dítě různý typ vazby**, přičemž pro zdravý vývoj je důležité, aby nejméně jedna z těchto vazeb byla **bezpečná**
- schopnost rodiče reagovat na vazbové chování dítěte a typ jeho reakcí jsou odvozovány zejména **z vlastní dětské zkušenosti rodiče**, takže typ vazby se se zvýšenou pravděpodobností **přenáší na další generace**

Co nám vazba poskytuje: „Vnitřní pracovní model“ jako předpoklad vztahů k druhým a k sobě

- **Zážitky z raných vztahů nastavují způsob navazování a udržování klíčových vztahů a tedy i schopnost k nim.**
- Je moje maminka/tatínek, která/ý o mě pečuje, někým, kdo bude obecně reagovat pozitivně, když budu potřebovat pomoc a ochranu? („*Co očekávám od svých blízkých?*“)
- Jsem někým, komu se s velkou pravděpodobností dostane od maminky/tatínka/ pečující osoby pozitivní reakce? („*Co pro sebe očekávám?*“)

1. fáze: „před vznikem citové vazby“

(*asocial stage*) – nekritická sociabilita

- od narození **zhruba do 3 měsíců** věku dítěte
- dítě reaguje tak, aby co nejvíce **zvýšilo pravděpodobnost pokračování kontaktu** s dospělými lidmi
 - pro vytváření zárodků citové vazby je velmi důležitý **tělesný kontakt** s matkou při **kojení** a laskání matky s dítětem.
 - iniciátorem udržování blízkosti bývá v tomto období většinou pečující osoba, dítě se však pomocí uvedených projevů chování snaží o co největší možnou přítomnost matky (pečující osoby).
- jde o projev **predispozice k sociálnímu kontaktu**, což se mimo jiné projevuje i tím, že dítě preferuje lidské tváře a hlasy
 - dítě **je také vybaveno speciálními atributy**, které poutají zvýšenou pozornost dospělých (například velké oči apod.).
 - v chování dítěte a dospělého pečovatele existuje značná **komplementarita** (viz např. Brazelton, Stern, Papoušková...).
 - nejdůležitějšími konkrétními projevy chování jsou **natahování ručiček, stiskání, držení, úsměv a pláč**.

2. fáze: „zárodky citové vazby“ (*stage of indiscriminate*) – nerozlišená, ve fázi utváření

- hlavním cílem tohoto období je **odlišení primární pečující osoby od ostatních** dospělých osob - především proto, aby dítě mohlo cíleně zaměřovat své vazbové chování
- dítě se proto stále častěji snaží **aktivně iniciovat kontakt** se svými pečovateli

3. fáze: „období vyhraněné citové vazby“ (*clear cut attachment*)

- významně ovlivněna mnoha změnami, které se u dítěte začínají projevovat v období kolem 7. měsíce věku - především změnami v oblasti motoriky, kognice a komunikace.
 - Vývoj motoriky v této etapě dítěti dovoluje **aktivní pohyb (lezení)**, pomocí nějž se snaží o udržování blízkosti s pečující osobou.
 - Dítě tak může matku **následovat, přibližovat se k ní či se od ní vzdalovat** nebo se na ni věšet.
 - Výrazným rysem je v tomto období tzv. **strach z cizince**, který se začíná objevovat hned z počátku a projevuje se především silnými protesty dítěte proti separaci od matky.

4. fáze: „záměrný vztah a partnerství“

(goal-corrected partnership)

- v tuto fázi proces vývoje citové vazby vyústí (až) okolo čtvrtého roku nezbytnou podmínkou je **vytvoření základů identity** u dítěte
- pokud předchozí vývoj citové vazby probíhal bez vážných komplikací, **vztah matky a dítěte se proměňuje**
 - Dítě se postupně **zbavuje naprosté závislosti** na matce a stává se z něj autonomní jedinec.
 - Tato počínající nezávislost bývá (při bezproblémovém vývoji) **ukončena v dospělém věku**.
 - Dítě v této fázi vývoje je schopno se natolik oprostít od matčiny přítomnosti, že **může objevovat nové věci v okolním světě** (v našem kulturním prostředí – nástup do MŠ).
- dalším významným mezníkem v tomto období je **postupný vývoj empatie** – dítě dokáže chápat i potřeby druhých lidí a zjišťuje, že matka má i jiné potřeby, než pečovat
- citové vztahy s rodiči, vrstevníky, popř. partnery se tak postupně stávají **symetričtějšími** a spějí od jednostranné závislosti dítěte na rodičích k **reciprocitě vztahů**

Test neznámé situace – SST (M. Ainsworth)

- **Pozorování dítěte (do 2 let) při separační situaci. Trvá asi 90 minut, má 8 sekvencí:**
 1. matka a dítě vchází do neznámé místnosti
 2. matka si sedá a dítě má možnost volně se pohybovat
 3. přichází neznámý člověk
 4. matka jde pryč, opouští dítě s neznámým člověkem
 5. matka se vrací zpět, cizí člověk odchází
 6. matka odchází, nechává dítě samotné v místnosti
 7. cizí člověk se vrací
 8. cizí člověk jde pryč a matka se vrací
- Sledování:
 - **stupně blízkosti**, kterou děti vyhledávají **u svých matek** před a po separaci
 - **stupně blízkosti**, kterou děti vyhledávají **u cizí osoby**, jsou-li na chvíli opuštěny matkou
 - **protestu** při separaci od matky, chování při **opětovném setkání**

SST – test neznámé situace

<https://www.youtube.com/watch?v=QTsewNrHUUH>



Typy citové vazby

- ❑ **A)** nejistá vazba – **vyhýbavá** (Avoidant)
- ❑ **B)** **bezpečná** (jistá) vazba
- ❑ **C)** úzkostná vazba
 - ❑ **odmítavá / ambivalentní** nebo
 - ❑ **D)** **dezorganizovaná** vazba

Chování v SST

■ A (vyhýbavá):

- Děti se příliš nepřibližují k matce a nepreferují ji před cizí osobou, mohou ale protestovat, když matka odchází.



■ B (jistá):

- Děti se drží v blízkosti matky, jsou si jisté a hrají si, když je přítomna. Bývají rozrušeny, když matka odejde, ale po jejím návratu se rychle zklidňují a pokračují ve hře.



■ C (úzkostně odmítavá / ambivalentní):

- Děti se drží v blízkosti matky, ale mohou iniciativu z její strany odmítat, protestují při jejím odchodu, po návratu vykazují známky aktivní či pasivní hostility vůči matce.



...a v životě

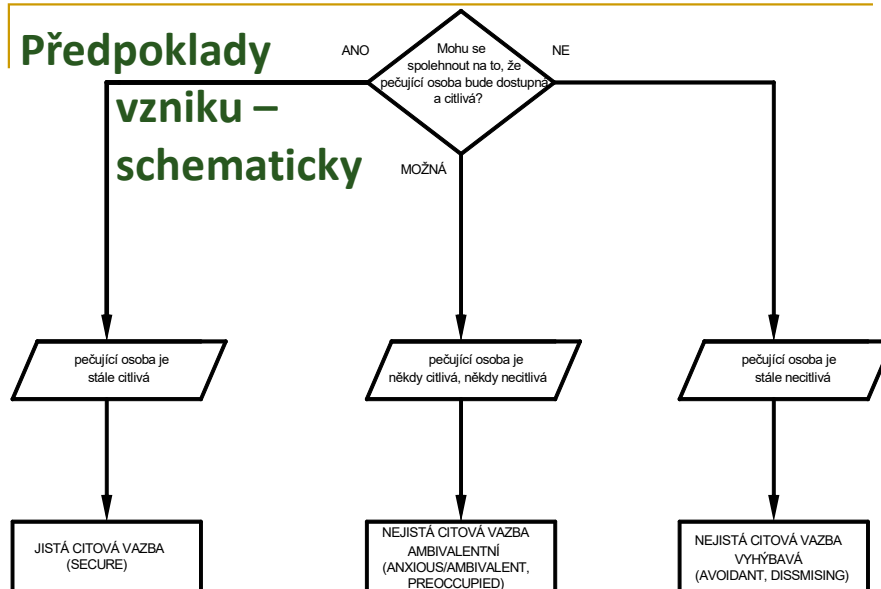
- Děti s **jistou** vazbou působí jistě (**sebejistě, vyrovnaně**).
 - Ať se jedná o děti klidnější nebo živé, působí dojmem, že se **dovedou těšit ze života** a jeho výzev. Nebojí se **zkoušet nové věci**, ale jsou i **schopné si říct o pomoc**, když ji potřebují.
- s **vyhýbavým** či **odmítavým** typem mají **obavy z velkých prožitků** (u sebe samého i u ostatních).
 - Velmi se snaží udělat vše správně (a být hodné). **Obtížně zacházejí se vztekem** – zdá se, že jejich vztek vzniká náhle, zničehonic.
 - Mají tendenci **maskovat negativní pocity** falešně pozitivními (usmívají se, i když se cítí špatně).
 - Mohou být **tišší a soběstačnější**, než by odpovídalo jejich fyzickému věku. Jsou neradi na komkoliv závislí. Mají **problém vyhledat pomoc**.
- s **ambivalentní** vazbou mohou působit dojmem, že neustále **vyžadují něčí pozornost**.
 - Je pro ně **nepříjemné být o samotě** anebo „ztraceni v davu“ (**přehlédnutelní**) ve skupině ostatních dětí. V kolektivu dětí mohou zaujmout **roli „šafka“** nebo někoho, kdo stále mluví.
 - Je pro ně **obtížné soustředit se** na nějakou činnost, **když nemají pozornost dospělého**.

4 kritéria jisté citové vazby (v rámci SST)

- 1) **Aktivní hra** a explorace v přítomnosti pečovatele (slouží jako bezpečné zázemí)
- 2) **Radostné vítání** s pečovatelem při opětovném setkání po separaci
- 3) **Efektivní utišení** dítěte pečovatelem v situacích, kdy je dítě rozrušeno
- 4) **Absence vzteku**, nevrlosti nebo stahování se z kontaktu (dítě bez potíží, zdravé, nasycené atd.)

Předpoklady

vzniku – schematicky



Předpoklady vzniku: Jistá citová vazba

Vyvíjí se v případě, že je rodič schopen rozpoznat potřeby dítěte (zejména jde o „volání po utěšení“) a adekvátně na ně reagovat, poskytuje dítěti podporu (oporu, povzbuzení) ve hře i exploraci.

- **Potěšení a radost** z blízkého kontaktu s dítětem
- Srozumitelné **vyjadřování emocí**
- Citlivost na **sociální podněty** od dítěte
- Pohotové a adekvátní **povzbuzování dítěte** do objevování nového – explorace

...Vyhýbavá citová vazba (A)

2 možné zdroje chování pečujících osob:

A

Odmítavá varianta se vyvíjí ve vztahu s **rodičem, který je odmítající a nepřístupný** (jedná se o rodiče, pro kterého je obtížné vhodně **reagovat na citové potřeby dítěte** či je správně rozpoznat). Tyto pečující osoby je možno často popsat jako **rigidní a egocentrické**, které s vysokou pravděpodobností své děti **nepřijímají**.

- trvalé **odmítání pokusů dítěte o útěchu** či jejich odklánění stranou (zvláště pak o útěchu formou tělesného kontaktu)
- **Nedostatečná vnímavost** k projevům dítěte
- Projevování **negativních pocitů** směrem k dítěti

...Vyhýbavá citová vazba (B)

B

Druhým potenciálním zdrojem vzniku této formy citové vazby je:

- **velmi „horlivá“ pečující osoba**
- **nepřiměřená míra stimulace**, se kterou si dítě neví rady a nestojí o ni

Adaptivní odpovědí dítěte na takové projevy chování může být naučené vyhýbání se těmto osobám.

...Ambivalentní/odmítavá vazba

Vyvíjí se ve vztahu s rodičem, který reaguje na potřeby dítěte někdy vhodně, jindy ne. Způsob reflexe a reagování na potřeby dítěte není v tomto případě ani tak závislý na projevech dítěte, ale na aktuální náladě / možnostech rodiče.

- **Nestálost péče**
- Značně **proměnlivá citlivost k potřebám** dítěte, oscilující mezi nadšením na jedné straně a lhostejností na straně druhé
- Chování, které rodič projevuje směrem k dítěti přitom **není odpovědí na podněty dítěte**, ale pramení spíše z aktuálního naladění rodiče.
- S touto proměnlivostí péče se dítě snaží vypořádat zoufalou **snahou o získání pozornosti** – ať už skrze pláč nebo snahou o tělesný kontakt s rodičem. Je-li jeho snaha o získání pozornosti neúspěšná, je zarmoucené a rozladěné.

Zvládání stresu u jednotlivých skupin

- **Vyhýbavá citová vazba – (A)** – předpokládají, že pečující osoba je nedostupná, neposkytuje jim útěchu nebo je zahlcuje, vyhýbají se jí
- **Jistá - (B)** – předpokládají u pečující osoby útěchu a s důvěrou ji vyhledávají
- **Ambivalentní - (C)** – naučily se, že jejich pečující osoba je občas nedostupná, vyhledávají ji, ovšem s nedůvěrou

Skupina D – dezorganizovaná vazba

- U dětí, které byly obtížně klasifikovatelné dle Ainsworthové kódovacího systému, rozpoznali Mainová a Solomonová čtvrtý druh citové vazby – tzv. **dezorganizovaný**.
- Tyto děti nemají žádný stabilní způsob, jak zvládat stresovou situaci (oproti typům A, B, C): Dítě **nemůže vyvinout jakoukoli fungující zvládací strategii** – reaguje z toho důvodu dezorganizovaně
 - Typická je pouze nehybnost, „zamrznutí“, obavy z pečovatele, protichůdné reakce, nekonzistence v chování nebo naopak stereotypie gest a pohybů.
- Dítě je někdy **stresováno samotným pečovatelem** – nastává paradox, místo aby pečující osoba byla zdrojem bezpečí, stává se zdrojem stresu.
- Do této kategorie často spadají **děti s různým druhem postižení, týrané, zneužívané...** (viz též **psychická deprivace v dětství**, trauma)

Kdo podporuje možnost rozvoje jisté vazby?

■ Pečující osoby, které

- mají samy vytvořeny vazby **navozující pocit bezpečí**, a jsou „**zdrojem útěchy**“.
- dovedou **reflektovat své vlastní emoce**, a **neberou** jednání/slova dítěte **jako osobní útok** proti sobě.
- dovedou vnímat **chování jako sdělení**.
- umějí dítěti pomoci **porozumět** jeho vlastnímu chování a **změnit ho**.

Co pomáhá „zlepšovat“ nejistou vazbu?

- Důležitost **fyzické přítomnosti**
- **Ovládání se** – nejtít do boje o moc
- Možnost **výběru**
- **Řád**, denní režim
- **Vlastní kázeň** – zastavit se, naladit se a až pak jednat
- **Přirozené následky** místo trestů
- Time-in (**oddychový čas** pro dítě)
- **Povzbuzení** místo pochvaly
- ...

Přístup k dětem s poruchou vazby: praktické tipy

■ Daniel Hughes - koncept **PLACE**:

- **Playfulness (hravost)** – humor, legrace, hra, zážitky, hezké chvíle...
- **Love (láska)** – s láskou vidět, kým se dítě může stát
- **Acceptance (přijetí)** – „*také bych se tak cítila, kdybych žila v dětském domově jako ty..., kdybych přišla o mámu, ... kdybych byla svědkem toho, čeho ty...“; „chápu, proč je pro tebe těžké...“*
- **Curiosity (zvědavost)** – „*zajímá mě proč..., přemýšlím, proč asi..., zajímalo by mě, zda...“*
- **Empathy (empatie)** – „*koukám, že s tím zápasíš – mohu ti s tím pomoci? Zdá se, že je to pro tebe těžké..., je to děsivé, když člověk musí...“*

Přístup k dětem s poruchou vazby: praktické tipy

- Dítě s adaptační (zvládací) strategií „*je mi to jedno*“, „*nevím*“, „*jak chcete*“ → **necháváme dítě volit**, rozhodovat, zkoušet, ochutnávat, zažívat
- rodič dítěti vysílá zprávu: „***zajímá mě, co ty chceš, mám pro tebe čas, abychom to spolu zjistili***“
 - př. mléko nebo džus? s obrázkem nebo bez?
- Sdílení zkušeností
 - při společné práci, při vyprávění příběhů a historek (když jsi byl malý, když jsme si pro tebe jeli,...) – **dítě a rodič sdílí emoce, upínají pozornost ke stejné věci** → sblížení
- Dítě „mluví“ nepřijatelným chováním → **učíme mluvit slovy**
 - „*ted' a tady zkus říct, co potřebuješ*“

Místo poděkování za pozornost otázky:

- Čím takové jednání sleduje, podporuje principy, jako je holding, kontejnment, mentalizace?
- Co může podporovat jistotu ve vztahu nebo mentalizaci?
- Jak se dále mohou projevovat odlišné typy attachmentu nebo vnitřní pracovní modely u dětí ve škole?

□ K zamyšlení – reflektování emocí
<https://dennikn.sk/blog/zacielene-na-emocie/>