

## **Jiřina Prekopová – terapie pevným objetím a náhradní rodinná péče**

Koncem března 2005 jsem se zúčastnila jednodenního semináře s názvem Noví rodiče a přijaté děti, který vedla Dr. Jiřina Prekopová. Kromě hlavního tématu - náhradní rodinné péče - se mluvilo o mnoha dalších otázkách týkajících se dětí a rodin, a také samozřejmě o terapii pevným objetím. Chtěla bych se s vámi podělit o zajímavé informace, které jsem se dozvěděla.

Jiřina Prekopová je česká psycholožka žijící v Německu, resp. německá psycholožka českého původu. Narodila se v roce 1929 a do Německa emigrovala už před rokem 1968. Přes svůj vysoký věk je nesmírně aktivní a energická. Zabývá se zejména dětskou klinickou psychologií a obtížně vychovatelnými dětmi. U nás je známá především díky terapii pevným objetím (holding therapy, hug therapy), kterou rozpracovala a v současnosti ji popularizuje a vyučuje v několika kurzech. Často také pořádá přednášky a semináře (jako ten, na kterém jsem byla), které jsou určeny nejširší veřejnosti a zejména rodičům.

V souvislosti s náhradní rodinnou péčí Jiřina Prekopová mluvila zejména o pozicích v rodině. Vše názorně předváděla na vybraných lidech, které si pozvala na pódium. Jde o velmi složitou problematiku, proto vybírám jen některé zajímavé myšlenky. Podle Jiřiny Prekopové by 1. místo (pozici) v rodině měli mít vždy partneři pro sebe navzájem. Hned za partnerem, tedy na 2. místě má být první dítě. Pokud by bylo pro některého rodiče dítě na místě prvním, mohlo by to vést k odcizení partnerů nebo také k odcizení dítěte a druhého rodiče. Další pozice pak postupně patří dalším dětem podle věku. Podle Prekopové se láska v rodině nepodaří, když se tyto řády nedodrží. Je důležité upozornit na to, že pozice a pořadí nejsou totožné s množstvím lásky, pozornosti apod., ale vyjadřují spíše jakousi blízkost, výlučnost. Dítě adoptované nebo v pěstounské péči zaujímá v rodině stejné postavení, tedy je vedle rodičů (pěstounů) hned na prvním místě. Avšak když se do rodiny s adoptovaným dítětem narodí vlastní dítě, má mít toto dítě první místo hned vedle rodičů. Předběhne tak dítě adoptované. Opět je třeba pamatovat na to, že to neodpovídá množství lásky či jiných výhod. Jde jen o to, že adoptované dítě má někde svou rodinu, své kořeny, kdežto vlastní dítě má jen tyhle rodiče, a tedy musí stát hned vedle nich. Pro většinu lidí je toto pojetí obtížně pochopitelné, protože pořadí v nás automaticky evokuje hodnocení - tedy první je na tom lépe - ale v pojetí Jiřiny Prekopové to tak rozhodně nebylo myšleno. Prekopová mluví o jemných nuancích, které odlišují přístup k adoptovaným dětem. Pěstouni a adoptivní rodiče na semináři proti tomuto názoru ostře protestovali. Ve svém životě se snaží přistupovat ke všem svým dětem (vlastním i nevlastním) naprosto stejně. Podle mého názoru s tím často i bojují, když jaksi podvědomě preferují vlastní dítě, proto je pro ně pobuřující názor, který toto pro ně nepřijatelné chování schvaluje.

Prekopová dále zdůrazňuje, že adoptivní dítě by mělo co nejdříve vědět o svých biologických rodičích. Patří k lidské přirozenosti, že chce znát svou historii, a tedy pátrá po svých předcích. Adoptivní rodiče nebo pěstouni by měli o původní rodině mluvit, v úctě přebírat to, co dítěti v původní rodině dali - vytváří se tak pro dítě můstky k jeho pravým rodičům, které jsou pro jeho vývoj (např. identitu) velmi důležité. Adoptivní rodiče by také nikdy neměli jeho biologické rodiče znevažovat.

Dítě potřebuje bezpodmínečnou lásku a přijetí, kterou výborně charakterizuje citát Dostojevského: „Miluj mne přestože jsem se pošpinil, neboť kdybych byl bez poskvrny, milovali by mne všichni.“ Prekopová upozorňuje na to, že my jsme se

bezpodmínečné lásce už velmi odcizili. Bezvýhradně musíme milovat své nejbližší, ale i sebe sama. Co ještě dítě potřebuje? Dítě potřebuje jednoznačnost a víc chvály než trestu. Trest může změnit vnější chování, ale nezmění vnitřní postoj. Jen pod vlivem radosti a chvály vzniká motivace být jiný a změnit se.

Teď ještě pár slov k terapii pevným objetím. Stručně řečeno, terapie pevným objetím je terapeutická metoda zaměřená na poskytnutí korektivní emoční zkušenosti prostřednictvím fyzického kontaktu, který má např. podobu velmi dlouhého pevného objetí v trojici rodič-dítě-terapeut, častěji pak terapeut-dítě, rodič-dítě. Předpokládá se možnost uvolnit zablokované emoce, jako hněv, nebo potřeby, jako potřebu péče. Užívá se zejména u dětí s vážnými poruchami přichylnosti, dnes často u hyperaktivních dětí, původně byla užívána u dětí autistických. Pevným objetím lze odreagovat napětí i mezi dospělými, odstraňuje pocity tísně i agresivity. Dotek při objetí vyjadřuje lásku, zájem i to, že jednomu na druhém záleží bez ohledu na jeho problémy, nedostatky, selhání nebo situaci - jde tedy o zmíněnou bezpodmínečnou lásku. Jiřina Prekopová se sama za autorku terapie pevným objetím nepovažuje, mluví o mnoha lidech, kteří ji k tomu přivedli. Výraznou inspirací je i výchova starých národů, např. v Jižní Americe. Dítě až do určitého věku je tam nošeno v šátku na zádech, nosí jej buď matka, babička nebo starší sestra. Pokud dítě zlobí, matka ho ukázní, zakáže mu nežádoucí chování, ale zůstává s ním v těsném kontaktu. Dítě se tak lépe vyrovná se zákazem a trestem, protože stále cítí, že i když udělalo něco špatného, o lásku svého nejbližšího nepřijde. V naší kultuře jsme se tomuto přístupu velice odcizili. Nejvýrazněji je to vidět v častých (a dle Prekopové velmi zhoubných) výchovných praktikách - kdy zlobící dítě pošleme za dveře nebo do svého pokoje, trestáme jej tedy samotou, opuštěním. Dítě to vnímá tak, že pokud udělá něco nesprávného ztrácí naši lásku a blízkost. A jak už jsem uvedla, dítě potřebuje bezpodmínečné přijetí, a ne opuštění kdykoli se nepatrně prohřeší proti našim pravidlům.

Pro podrobnější informace doporučuji velmi zajímavé a přínosné knihy Jiřiny Prekopové (např. Malý tyran; Děti jsou hosté, kteří hledají cestu; atd.).