



Psychoterapie v rozvodové situaci

Mgr. Milan Pilát, FF MU 2023/2024



Rozvody - statistika

- Na každých 100 sňatků připadá 45 – 50 rozvodů
- Návrh na rozvod – žena 44 %, 31 % společně, 24 % muž
- 57% se týká nezletilých dětí
- cca 20% lidí se rozvádí opakovaně
- nejčastěji udávaný důvod: „*rozdílnosti povah, názorů a zájmů*“
- Průměrná doba trvání manželství 13let (postupně se zvyšuje)
- 85% dětí v péči matky, 5% v péči otce, 5% společná péče, 5% střídavá péče



Historie přístupu k porozvodovému uspořádání

- **Svěřování výhradně matkám**
- **Rozdělování dětí**
- **Střídavá péče**

= vždy psychologické důvody

= společensko-ideologické klima

= vliv zájmových skupin, mediální obraz



Cvičení

Co je na rozvodu tak těžké pro děti?

Co je na rozvodu tak těžké pro rodiče?



Co je na rozvodu tak těžké pro děti?

- Rozvod je z hlediska dětí jedna z největších zátěží
- Dítě by si to dobrovolně samo (téměř nikdy) nevybralo
- Představa rodiny z pohledu dítěte je velmi konzervativní
- Všichni sledují „nejlepší zájem dítěte“

Situace nemá dobré řešení = hledání nejméně špatného řešení



Co je těžké pro rodiče?

- Pocit podvodu, zrady, ponížení, opuštění
- Selhání
- Deformace sebeobrazu
- Reakce okolí

Jak děti prožívají konflikty a rozvod rodičů





EVOLUČNÍ OBRANNÉ REAKCE NA STAV OHROŽENÍ

3 F

- **Fight** / agrese, útok, boj
- **Flight** / útěk, únik (sympatikus)
- **Freeze** / zamrznutí paralýza (parasympatikus)
– disociace, amnézie



Psychologická problematika rozpadu rodiny

- Konflikt rodičů na pozadí nabídnuté symptomatiky dětí
- Možné projevy dítěte:
 - Depresivní symptomatika
 - Pocity viny, fantazie o svém vlivu na dění v rodině („kdybych byl hodný...“)
 - Vyhýbavost, vyvažování tvrzení o rodičích
 - Loajalita k přítomnému rodiči – potenciální rozpor ve zkušenosti rodičů s dítětem
 - Preference jednoho z rodičů dítětem (tzv. syndrom zavrženého/odcizeného rodiče)
 - Idealizace jednoho z rodičů (preferovaného / méně často vídaného)
- Nepřítomnost/nedostupnost druhého rodiče



Psychologická problematika rozpadu rodiny

- Rodič dává symptomy do souvislosti s negativním vlivem druhého rodiče
- Žádost terapie = požadavek argumentu (zprávy) pro probíhající po/rozvodové řízení
- Systémové postavení psychoterapie v rozvodovém řízení (povinné, nařízené, diagnostické, léčebné...?)

(tendence k devalvací/zneužívání psychologie ze strany rodičů i institucí)



Psychoterapeutické otázky

- **Kdo je zde klientem?**
- **Pro jaký typ péče je to indikace? Je některý typ péče kontraindikovaný?**
- **Co je možné dělat bez nepřítomného rodiče?**
- **Jaký vliv mají zapojené instituce/další lidé na situaci?**

(OSPOD, soud, soudní znalci, advokáti, mediátoři, manželský poradce, psychiatr, pediatr, širší rodina... všichni sledují **nejlepší zájem dítěte**)

- **Jaký je aktuální kontext?** (fáze rozvodového řízení)



Cvičení:

Na čem závisí, jaký zvolím typ terapeutické práce?

(rodinná PST, individuální PST, skupinová PST, jiné...)

- *indikace, výhody, rizika*



No kids in the middle („Dítě v centru“)

- **Multi-family therapy**

(J. van Lawick, M. Visser: No Kids in the Middle: Dialogical and Creative Work with Parents and Children in the Context of High Conflict Divorces. Australian and New Zealand Journal of Family Therapy 2015, 36, 33–50.)

- ČR adaptace („Dítě v centru“): Spondea, OSPOD Zlín
- Souběžně rodičovská a dětská skupina – v terapii jsou dospělí
- 5 - 6 rodičovských párů, počet dětí dle rodin
- 3 hodiny 1 x za cca 2-3 týdny (2 bloky, uprostřed pauza)
- 2 psychologové v RS, 1-2 psychologové + soc. pracovníce v DS
- Zapojení soc. sítě rodičů, úzká spolupráce s institucemi (OSPOD, soudy)



Výchozí předpoklady programu

- Efektivní je práce s celou rodinou (ne jen s dítětem)
- Preference rodičovské identity (namísto dominance tématu expartnerského konfliktu)
- Ambice: deescalace očerňování mezi rodiči, schopnost nahlédnutí perspektivou dítěte, akceptace druhého rodiče jako pro dítěte důležitého
- Dítě není tím, kdo na sobě potřebuje primárně pracovat
- Pro děti prostor pro vyjádření zkušenosti bytí v centru konfliktu, sdílení ve skupině vrstevníků s podobnou zkušeností



Principy a cíle programu - rodičovská skupina

A) edukace

B) sebezkušenost

C) skupinový proces

- Obrat od focusu na svoje potřeby - k focusu na potřeby dítěte
- Obrat od ostražitého sledování činů druhého rodiče a vnímání jich jako nepřátelských - ke sledování výjimek otevírajících komunikaci
- Vyjádření pochopení pro prožívané emoce, zároveň podpora v získávání větší kontroly nad ventilací negativního emočního naladění vůči druhému rodiči

Cílem: postupné vedení obou rodičů k vytvoření společného díla pro děti



Cvičení

Obrat od focusu na svoje potřeby (prožitky) - k focusu na potřeby (prožitky) dítěte



Kdyby mohly děti mluvit...

- *Jsem dítětem obou rodičů, druhého rodiče potřebuji v určitých obdobích stejně.*
- *Neptejte se mě, koho z vás mám raději. Neočerňujte přede mnou toho druhého.*
- *Pomozte mi mít kontakt s tím rodičem, se kterým netrávím většinu času.*
- *Mluvte spolu. Nepoužívejte mě jako posílčka mezi vámi. nebo rozčílí.*
- *Nekomplikujte mi odcházení k druhému rodiči.*



Kdyby mohly děti mluvit...

- *Dodržujte pravidla.*
- *Když se nemůžete ani vidět, předávejte si mě ve školce, škole nebo u přátel.*
- *Nehádejte se přede mnou.*
- *Nevyprávějte mi věci, kterým ještě nemohu rozumět. Mluvte o tom s jinými dospělými, ale ne se mnou.*
- *Nesoutěžte o to, kdo mě víc rozmazlíte.*
- *Řekněte mi na rovinu, když někdy nevystačíte s penězi.*

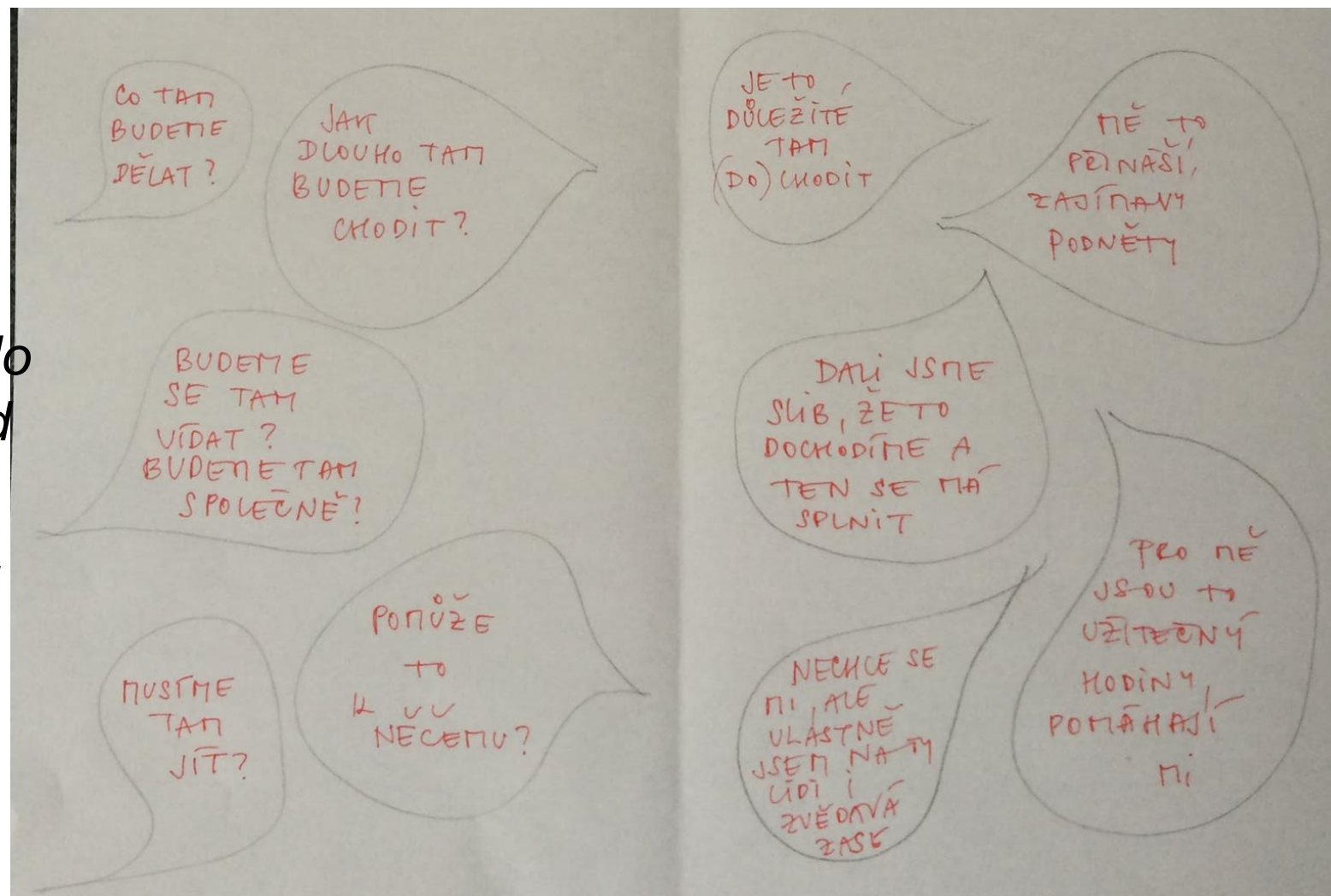


Kdyby mohly děti mluvit...

- *Nechte v mém životě co nejvíc věcí tak, jak bývaly před vaším rozchodem.*
- *Bud'te hodní na prarodiče z druhé strany, i když při rozvodu stáli víc u svého dítěte. Nechci ztratit ještě své prarodiče.*
- *Bud'te féroví k novému partnerovi, kterého si ten druhý našel nebo najde. S tímto člověkem musím také vycházet.*
- *Svoje manželství jste nezvládli – ale zkuste alespoň dobře zvládat ten čas poté.*

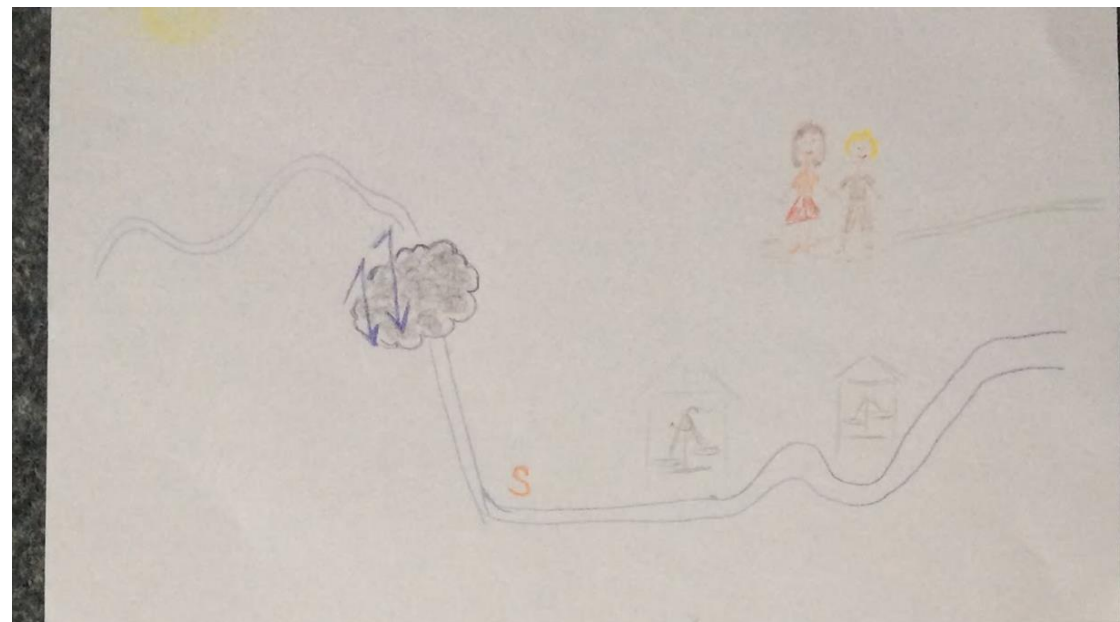
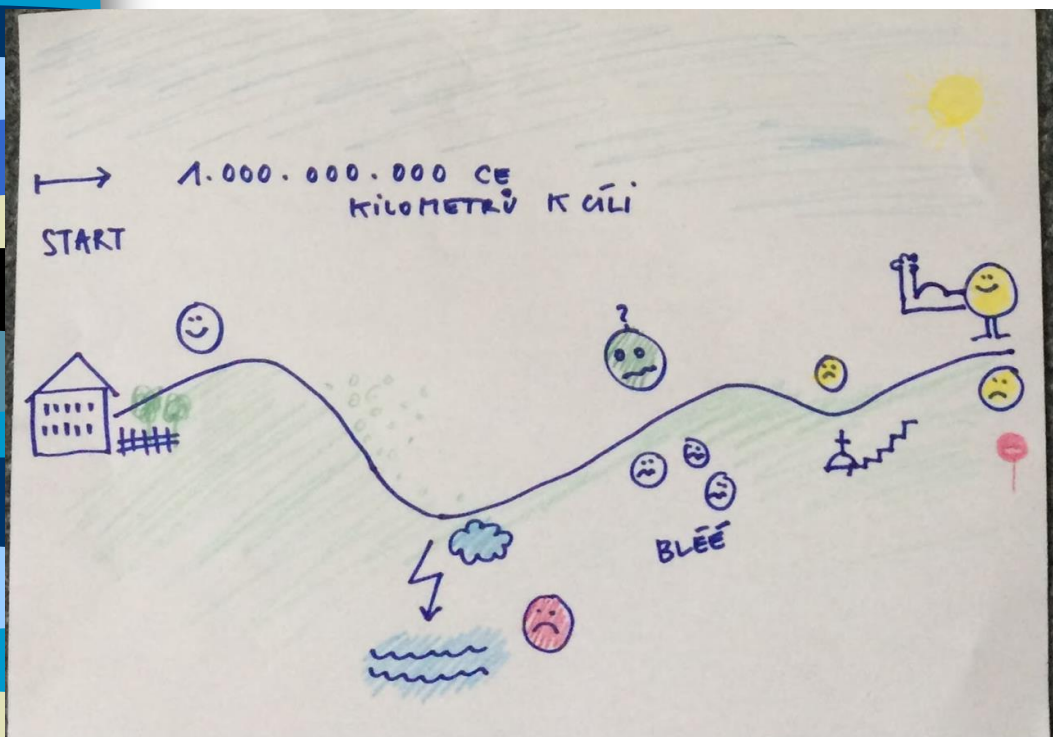
Reflexe změny v průběhu programu

*co mi běželo
hlavou před
začátkem
programu...*



*co mi běží
hlavou
nyní...*

Reflexe změny v průběhu programu



Práce rodičů na společném příběhu

milí děti,

protože se maminka s tatínkem spolu hodně bavili a přestali si rozumět, tak se maminka rozhodla, že se od tatínka odstěhuje. ~~Atak~~ U tatínka se domluvili, že ~~Atak~~ bude se s nimi bydlet jinde a tatínek nás bude vidat, jak ho bude moci. Nakonec ^{je} se s paní a soubor dohodli, že se o nás budemeávat napít, tak jak jak si to myslí.

Maminka a tatínek nás oba mají moc rádi a oba slíbí.

Protože bude třeba mít i maminku i tatínka, ~~protože~~ ~~protože~~ ~~protože~~ oba se o nás vždycky postarají.

Oba rodiče chtějí aby jste byli spokojeni a veselí děti.



Individuální práce s dítětem

- **Pečlivý kontrakt s oběma rodiči**
 - Prevence dalšího potencování konfliktu, vymezení terapeutického (ne diagnostického) settingu spolupráce
 - Společné rozhodnutí co bude předmětem terap. práce (usilované změny)



Psychodynamický pohled

- Důsledky odloučení rodičů závisí na stupni vývoje a tím ***úrovni obranných mechanismů*** dítěte
- Rizika štěpení /“syndrom zavržení“/- nehrozí ztráta, ale štěpení rodiče a tím myslí dítěte (hraničně-psychotické řešení)
- Rizika ztráty /syndrom odcizení/ – důsledky nezpracování (nepřiznání) ztráty v dospělosti (vytěsnění)



Psychické obrany v rozvodové situaci

- **Štěpení** (vztahové trauma) a **idealizace**
- **Projekce, projektivní identifikace** (paranoidní nastavení ve vztahu, kontrola úzkosti z ohrožení vyhýbáním se, stažením se)
- **Popření** (fantazie)
- **Manické popření a omnipotence** (kontrola a podřizování okolního světa, zástupných osob)
- **Odehrávání** (provokování odmítnutí, NRP)
- **Disociace** (být “mimo”, duchem nepřítomné)



Terapie

- **Osvojení zralých psychických obran:**

Mentalizace, Kreativita

(namísto disociace, popření, projekce)

- **Rozvoj sebevědomí a narcistického uspokojení ze sebe**
- Změna ***paranoidní schizoidní pozice*** na ***depresivní pozici***
(dosažení schopnosti truchlit)



Terapie

- **Změna fragmentovaného self na kohezivní self**
(drží pohromadě, organizuje a integruje veškerou emoční zkušenost)
- **Integrace strukturálně disociovaných částí a funkcí mozku** (regenerace poškozených částí mozku (hippokampu), převádění implicitního na explicitní, integrace pravého a levého laloku mozku = propojení emočního a kognitivního)



Příklady nástrojů pro individuální PST s dětmi

- **Zelený chameleon Kamil** (D. Steggink)
- **Archipelago** (T. Šimečková, G. Vykypělová)