

# Co to je attachment?

V pěti bodech pro rodiče,  
pěstouny a odborné pracovníky  
v oboru péče o děti

Edice *Almanach o dětech a lidech 2018*  
& *Věda do kapsy*

Napsala  
PhDr. Petra Winnette, Ph.D.

NATAMA Publishing 2018

# Co to je attachment?

V pěti bodech pro rodiče, pěstouny a odborné pracovníky v oboru péče o děti

Edice *Almanach o dětech a lidech 2018 & Věda do kapsy*  
Napsala PhDr. Petra Winnette, Ph.D.

**Neprodejné. Určeno pouze pro vzdělávací účely.**

© Petra Winnette, Natama 2018

Všechna práva vyhrazena

Jazyková redakce: Martin Valášek, PhD

Grafická úprava: Beat Wicki

Praha: Natama Publishing 2018

*Reference:*

Winnette, P. (2018) Co to je attachment? [ebook]. Praha: Natama Publishing. Retrieved from: [www.natama.cz](http://www.natama.cz).

ISBN 978-80-907023-1-8

# Obsah

Co to je attachment?	5
1. Historie a teorie attachmentu	6
2. Styly attachmentu a vyhodnocení stylu attachmentu	9
3. Neurověda a attachment: Raný vývoj mozku, stres, význam rodiče	12
4. „Attachment“ není diagnóza	16
5. Poradenství a psychoterapie založené na teorii attachmentu	18

# Co to je attachment?

Přemýšleli jste někdy o tom, proč se vaše dítě drží u vás, a když se mu přihodí něco zlého, volá „mami!“ a skočí vám s pláčem do náruče? Anebo proč se vašemu dítěti stýská poprvé na táboře a těší se na vás, že nemůže dospát? Je to tak přirozené, že většina rodičů nebo pečovatелů o tom vůbec nedumá. A přesto, někdy se stane, že se dítě zachová jinak. Má ve škole problém, třeba šikanu nebo několik pěttek z matematiky, ale neřekne vám to. Nechce přijmout vašeho nového partnera a pořád pláče po tatínkovi, který se mu nikdy moc nevěnoval. To už často rodičům dělá starosti. Jako by mezi dítětem a rodičem nebo primárním pečovatelem bylo natažené neviditelné, jemné, pružné pouto, které je drží pohromadě, a když se moc uvolní nebo trhá, obě strany se trápí. A právě tohoto zajímavého jevu si všiml John Bowlby, studoval jej a popsal. Nazval jej „attachmentem“.

V Česku se tento termín stal známějším až v nedávné době. Nyní se skloňuje ve všech pádech zejména v oboru náhradní rodinné péče. A také se začínají vytvářet všelijaké „attachmentové mýty“.

Naše publikace v edici *Almanach o dětech a lidech & Věda do kapsy* vychází v tištěné i digitální podobě pro všechny, které téma attachmentu zajímá, chtějí mu lépe porozumět a třeba z něj i čerpat při přemýšlení o tom, jak být dobrým rodičem.

# 1. Historie a teorie attachmentu

V polovině 20. století se mnoho vědců začalo systematicky zabývat vývojem psychiky a chování mláďat a dětí s cílem porozumět vztahu mezi ranými dětskými zkušenostmi a sociálním vývojem a duševním zdravím a chováním v dospělosti.

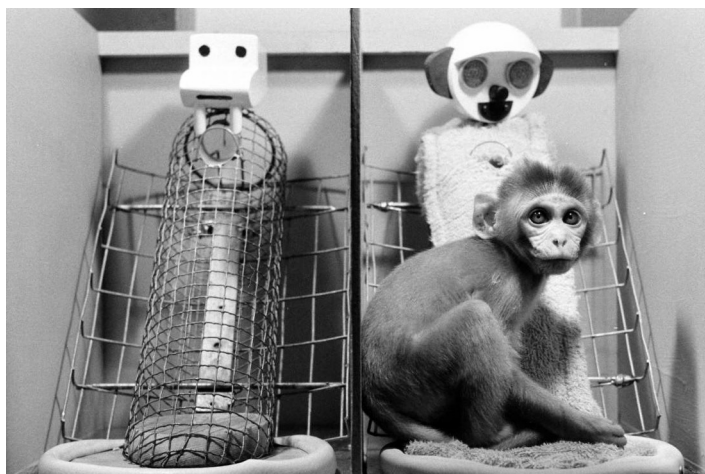
## Harry Harlow a malé opičky s umělými matkami

Většina vědců studovala následky, které se projevovaly u mláďat nebo dětí oddělených od matky. Harry Harlow přispěl zajímavou studií chování a vývoje mláďat opic makak rhesus, která byla odloučena od matek na začátku života a žila v kleci s náhražkami skutečné matky: kovovou, která poskytovala potravu, a měkkou látkovou s obličejem. Malé opičky více vyhledávaly měkkou plyšovou náhražku a také se k ní uchýlovaly, když měly strach. Hlavním objevem Harlowových dlouhodobých výzkumů však byly následky takového raného vývoje. Ve starším věku byly tyto opičky vystrašené, úzkostné, nevěděly, jak se chovat mezi ostatními opicemi, nechaly se šikanovat a neuměly se za sebe postavit, měly potíže s partnerstvím a rozmnožováním a samičky neuměly být matkami. Pokud raný vývoj s náhradními umělými matkami trval déle než 90 dní, byly tyto změny již nenapravitelné (Harlow & Zimmermann 1958).

Obrázek 1  
Harry Harlow



Hlavním objevem Harlowových dlouhodobých výzkumů však byly následky takového raného vývoje. Ve starším věku byly tyto opičky vystrašené, úzkostné, nevěděly, jak se chovat mezi ostatními opicemi, nechaly se šikanovat a neuměly se za sebe postavit, měly potíže s partnerstvím a rozmnožováním a samičky neuměly být matkami.



*Obrázek 2  
Harlowův experiment  
s náhradními matkami  
pro malé makaky*

## John Bowlby a teorie attachmentu

Britského psychiatra Johna Bowlbyho zaujalo téma raného dětství bez matky už ve třicátých letech minulého století, kdy na Child Guidance Clinic v Londýně léčil emocionálně narušené děti. Tato zkušenost, hluboký vědecký zájem o chování zvířat a spolupráce s dalšími kolegy vyústily v padesátých letech v začátky slavné teorie attachmentu. Bowlby formuloval ideu, že rané spojení dítěte s matkou a jejich vzájemný vztah jsou stěžejně důležité pro sociální, emocionální a kognitivní vývoj dítěte. Během padesátých let své myšlenky rozvíjel a precizoval, publikoval řadu textů. Toto úsilí vedlo k formulaci teorie attachmentu. Základní principy teorie attachmentu jsou v současné době považovány za základ vývojové psychologie.

Bowlby formuloval ideu, že rané spojení dítěte s matkou a jejich vzájemný vztah jsou stěžejně důležité pro sociální, emocionální a kognitivní vývoj dítěte.

Hlavní principy teorie attachmentu jsou:

- Jedná se o vrozený vývojový a motivační systém, který lze přirovnat například k žízni a touze po vodě – vytváří vnitřní instinktivní motivaci k vyhledávání blízkosti matky jako zdroje zázemí a bezpečí.
- Jako takový slouží k přežití mláděte nebo malého dítěte, neboť blízkost matky zaručuje nezbytnou ochranu a podporu.
- Tento vrozený systém je aktivován a tvarován prostředím, matkou nebo primárním pečovatelem, který je nablízku. Vyvíjí se podle toho, jak rodičovská postava reaguje na mládě nebo dítě a jeho potřeby.
- Tyto zkušenosti jsou ukládány do procedurální paměti dítěte (probíhá učení) a vytvářejí způsob chování. Ten odpovídá zkušenosti s tím, jak se matka zachová a zda je a bude v její přítomnosti bezpečno.
- Jinými slovy: attachmentový systém je vrozený, styl attachmentu je naučené prožívání a chování.
- Attachmentové chování nemusí být vzájemné, v podstatě se hovoří o systému a stylu attachmentu u dítěte vzhledem k jeho chování k matce nebo primárnímu pečovateli.

*(Bowlby 1969), (Kandel 2006), (McLeod 2007)*



Obrázek 3  
John Bowlby, otec teorie  
attachmentu



# 2. Styly attachmentu a vyhodnocení stylu attachmentu

Každá teorie potřebuje ověření, systematickou experimentální empirickou zkušenost, aby se dala považovat za důvěryhodnou. John Bowlby prošel ohněm velké kritiky ze strany svých současníků, jak zástupců psychoanalytické školy, tak behaviorálně zaměřených psychologů a psychiatrů. Stěžejní význam pro další osud teorie attachmentu měla řada kolegů a následovníků, a zejména Bowlbyho vědecky zaměřená spolupracovnice Mary Ainsworthová.

## Mary Ainsworthová a attachmentové styly

Zatímco Bowlby objevil hlavní princip vrozeného attachmentového systému a považoval ho za více méně univerzální, další vědecké zkoumání prokázalo, že styl attachmentového chování se u různých dětí liší. Mary Ainsworthová, americko-kanadská psycholožka, byla fascinována vzájemnými interakcemi mezi malými dětmi a jejich matkami. V padesátých letech se připojila k Bowlbymu v Londýně na Tavistocké klinice, v roce 1954 pak studovala chování matek a miminek v Ugandě (Ainsworth 1967). Systematická pozorování začala přinášet zajímavá zjištění. Podle

toho, jak maminka přistupovala ke svému dítěti a reagovala na něj, dítě se v její přítomnosti chovalo a vztahovalo se k ní ve chvílích klidu, stresu, při loučení, návratu a podobně.

V roce 1965 vytvořila Ainsworthová zásadní výzkumný experiment zvaný „Nezvyklá situace“ (Strange situation), který se používá pro vyhodnocení stylu attachmentu u malých dětí dodnes.

Tento experiment jí pomohl odpozorovat a popsat různé styly, jakým se vrozený attachmentový systém vyvinul u konkrétního dítěte v závislosti na jeho dlouhodobých interakcích s matkou ve věku asi od 6 měsíců do dvou až tří let.

Experiment „Nezvyklá situace“ sestává z několika fází. Matka si s dítětem hraje, přichází neznámá osoba, matka odchází, odchází cizí osoba, matka se vrací... Děti ve věku 1–2,5 roku se v průběhu experimentu chovají různě, avšak do jisté míry podobně. Buď jsou s matkou ve spojení a zároveň v její přítomnosti bezstarostně zkoumají svět, nebo jsou úzkostné, na matku se lepí, nechtějí se vzdálit. A další typ chování dětí vypadá tak, jako by si dítě separace od matky skoro ani nevšimlo. Mary Ainsworthová tyto typy po pečlivém a metodickém vyhodnocení výsledků pozorování dětí v experimentu sestavila do kategorií, jež ukazuje tabulka (Ainsworth & Bell 1970).

Podle toho, jak maminka přistupovala ke svému dítěti a reagovala na něj, dítě se v její přítomnosti chovalo a vztahovalo se k ní ve chvílích klidu, stresu, při loučení, návratu a podobně.

Převažující chování matky nebo primárního pečovatele k dítěti	Styl attachmentu u dítěte
bezpečná, zapojená, přítomná	jistý
	nejistý
rozporuplné chování matky	úzkostný, rozporuplný
matka méně napojená, méně angažovaná, nepřítomná, hostilní	vyhýbavý

V roce 1990 další známá americká psycholožka zaměřená na attachment Mary Mainová popsala ještě třetí typ nejistého attachmentového stylu a nazvala ho dezorganizovaný-dezorientovaný. A to proto, že u některých dětí v rámci experimentu „Nezvyklá situace“ pozorovala výrazně rozrušené chování. Zdálo se, že by se chtěly k matce přiblížit a uchýlit se do bezpečí, ale zároveň tak nemohly učinit. Jako by jim v tom něco fyzicky bránilo. Byly to děti, které zažily týrající a zneužívající chování ze strany matky, rodiče nebo primárního pečovatele, domácí násilí a podobně (Main & Solomon 1990).

Převažující chování matky nebo primárního pečovatele k dítěti	Styl attachmentu u dítěte
děsivá, vyděšená, depresivní, trýznivá	dezorganizovaný-dezorientovaný



Obrázek 4  
Mary Ainsworthová



Mother

Stranger

Obrázek 5  
Schéma experimentu „Nezvyklá situace“

# 3.

## Neurověda a attachment: Raný vývoj mozku, stres, význam rodiče

V poslední době, a zejména od devadesátých let minulého století, se bouřlivě rozvíjí neurověda. Jedná se o obor, který v sobě zahrnuje několik disciplín: zkoumání stavby a fungování mozku, jeho částí a systémů, nervových buněk, molekulární úrovně, hormonální činnosti a zároveň studium chování, a jak to spolu souvisí.

Zatímco Harlow, Bowlby, Ainsworthová a dlouhá řada dalších studovali zejména chování a pak formulovali závěry a teorie, současná neurověda se snaží poznávat, jak se chování odvíjí od činnosti mozku. Velmi významným oborem ve světě neurovědy je pak vývojová sociální a afektivní neurověda, která se zaměřuje na vývoj mozku a faktory, které ho ovlivňují. Současná vývojová neurověda uznává teorii attachmentu jako principiálně správnou, neboť odpovídá základnímu modelu vývoje mozku. Ten závisí na geneticky vrozeném programu a zároveň na vnějším prostředí, které tento program aktivuje a formuje.

Zdravý raný vývoj mozku, vliv adversních dětských zkušeností na vývoj mozku a chování, vliv stresu na vývoj mozku, vliv úrazů nebo extrémních zkušeností a dlouhá řada dalších témat je předmětem zkoumání. Z hlediska attachmentu to jsou určitě důležité oblasti.

## Raný vývoj mozku před narozením a od narození do tří let

Jedním z důležitých poznatků vývojové neurovědy je, že před narozením a během prvních dvou let života probíhá výjimečně rychlý a intenzivní vývoj mozku. V prvním roce se zdvojnásobí velikost šedé kůry mozkové a dětský mozek dosáhne 80 % velikosti dospělého mozku (Gilmore 2011). První rok je vlastně teprve začátkem rozvoje attachmentového chování. Je zřejmé, že rané období překotné stavby mozku je zároveň citlivým obdobím vývoje, kdy záleží na každém týdnu a měsíci a kvalita péče rodiče nebo primárního pečovatele bude mít zásadní vliv.

Současná vývojová neurověda uznává teorii attachmentu jako principiálně správnou, neboť odpovídá základnímu modelu vývoje mozku. Ten závisí na geneticky vrozeném programu a zároveň na vnějším prostředí, které tento program aktivuje a formuje.

## Stres v dětství

Na začátku života prochází mozek mnoha citlivými obdobími vývoje. Pokud je v tomto období vystaven vysoké hladině stresových hormonů, následuje kaskáda neurobiologických následků a mozek se vyvíjí směrem k vyšší pohotovosti ke stresu v pozdějším životě (Teicher et al. 2003). Dítě na začátku a v průběhu života potkává řada situací, které jsou nepříjemné nebo ohrožující, a malé dítě se s nimi neumí samo vypořádat. Citlivý, vnímavý a napojený rodič je dítěti nablízku a situaci vyřeší,

Je zřejmé, že rané období překotné stavby mozku je zároveň citlivým obdobím vývoje, kdy záleží na každém týdnu a měsíci a kvalita péče rodiče nebo primárního pečovatele bude mít zásadní vliv.

nabídne úlevu, dítě ochrání. Jindy rodič nebo pečovatel musí stanovit hranice a pro dítě je to také dočasně stresující. Opět je to ale vnímavý rodič nebo pečovatel, který hranici udrží, ale pomůže dítěti se uklidnit, naučit se něco o hranicích a chování a umožní pokračovat ve vzájemném přijímajícím vztahu. Stres je tedy zdravou součástí života. Pokud ale v blízkosti dítěte není blízký člověk, který situaci pomůže vyřešit, dítě zažívá stres jako neřešitelný a destruktivní. Vědci z Harvardovy univerzity (The Developing Child Center at Harvard University) nazvali takový stres „toxickým“. Postupně se také vžily dva odborné termíny, které popisují dlouhodobé působení stresových situací v dětství. Jedná se o obecnější termín „adversní dětské zkušenosti“ (Adverse Childhood Experiences) a „komplexní vývojové trauma“ (Complex Developmental Trauma) (Spinazzola et al. 2005).

Pokud ale v blízkosti dítěte není blízký člověk, který situaci pomůže vyřešit, dítě zažívá stres jako neřešitelný a destruktivní. Vědci z Harvardovy univerzity (The Developing Child Center at Harvard University) nazvali takový stres „toxickým“.



(Jos Temprano/Shutterstock.com)

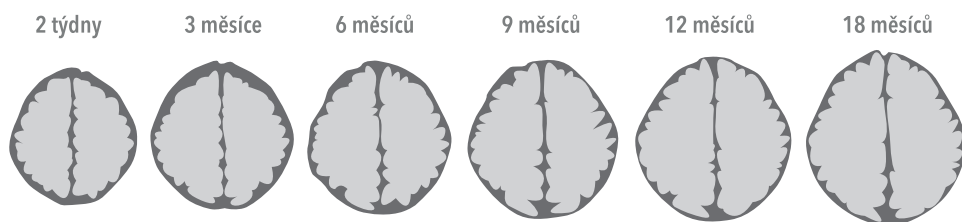
Obrázek 6  
Ilustrace  
napojení mezi  
matkou  
a dítětem během  
citlivého období

V sebelepší péči institucí děti vyrůstají v nepřirozené situaci, protože očekávaná individuální péče rodiče nebo pečovatele chybí. To může mít závažné důsledky pro jejich psychosociální vývoj.

## Jedním z největších stresorů v raném dětství je situace, kdy dítě nemá žádného primárního pečovatele

Rodičovství nebo péče primárního pečovatele je evolučně očekávané prostředí pro zdravý vývoj dítěte. V sebelepší péči institucí děti vyrůstají v nepřírozené situaci, protože očekávaná individuální péče rodiče nebo pečovatele chybí. To může mít závažné důsledky pro jejich psychosociální vývoj (Tottenham 2012). V České republice a na dalších místech světa se pořád ještě stává, že se o opuštěné narozené nebo velmi malé děti starají instituce, a nikoliv náhradní rodič, primární pečovatel. Z hlediska vývoje attachmentu je tato situace zatím v podstatě nepopsaná. Bowlby a jeho následovníci studovali systém attachmentu u dětí se zdravým nebo narušeným vývojem v souvislosti se zdravou nebo narušenou péčí jejich matek, rodičů nebo pečovatelů. Při vyhodnocení stylu attachmentu a problémů dětí se zkušeností rané institucionální péče je proto třeba postupovat obezřetně a neaplikovat mechanicky zavedené kategorie.

Dosud velká část procesu a principů vývoje mozku a chování je neprobádána a čeká na další objevy a poznání.



*Obrázek 7*

*Snímky zobrazující rychlý vývoj kůry mozkové v prvních měsících života*

# 4.

## „Attachment“ není diagnóza

Teorie attachmentu a další navazující teorie počátku ne vždy reflektovaly, že mezi lidmi existuje obrovská variabilita vrozených faktorů i průběhu prenatálního vývoje a raného dětství. Je úkolem vědy revidovat, objevovat a posouvat poznání kupředu.

Při uvažování o možných příčinách chování v souvislosti s attachmentem a jeho zkoumání je třeba brát v potaz, že se jedná o souhru genetického vrozeného programu a vlastností, včetně temperamentu, průběhu těhotenství, průběhu porodu a zároveň průběhu raného dětství s obrovským významem péče matky nebo primárního pečovatele. Mnohé už vyplývá z toho, co jsme uvedli výše. Shrnutí pomůže principy attachmentu lépe uchopit a využít v praxi:

- Teorie attachmentu popisuje vrozený systém důležitý pro přežití mládeže a v tomto smyslu se jedná o jev, který se uplatňuje u všech dětí: Dítě instinktivně vyhledává blízkost matky, která ho chrání a uklidňuje, v její přítomnosti ustupuje stres a společně prožívají vzájemné spojení jako uklidňující a radostné.
- Attachment je geneticky podmíněný systém a každé dítě postupně rozvine určitý attachmentový styl podle toho, jak se matka nebo primární pečovatel k němu převážně chovají, naplňují jeho potřeby, zejména ochranu a podporu.
- Kategorie, které používáme k popisu různých stylů attachmentu, jsou spíše obecnými charakteristikami a neodrážejí individuální vlastnosti a zvláštnosti každého dítěte.
- Styl attachmentu není kategorií pro stanovení „zdraví“ nebo „patologie“. Jedná se o kvalitativní vymezení způsobu, jakým se dítě vztahuje k matce nebo primárnímu pečovateli.



- Diagnózu stanovují lékaři, ale žádná lékařská diagnóza „attachment“ neexistuje. (Respektive existuje pouze jedna diagnostická kategorie v oblasti dětské psychiatrie: „reaktivní attachment“.)
- Termín „porucha attachmentu“ se vžil jako pomůcka pro pochopení významu attachmentu pro další sociální vývoj dítěte.
- Styl attachmentu se „nediagnostikuje“.
- Experiment „Nezvyklá situace“ ukazuje na rysy attachmentového stylu u dětí ve věku 1–2,5 let.
- Neexistuje žádná spolehlivá, jednoznačně validizovaná metoda, která by stanovila styl attachmentu u starších dětí, například ve věku sedmi, deseti, dvanácti let.
- Pro rodiče a profesionály je teorie attachmentu jedním z důležitých vodítek při uvažování o zdravém i narušeném vývoji dítěte a při hledání adekvátní pomoci.
- Současná biologická psychologie a vývojová neurověda se zabývají principy a projevy attachmentu na úrovni chování a neurobiologie a zároveň mnoha dalšími otázkami týkajícími se vývoje mozku a chování či významu rodičovské péče.
- Je mnoho otázek, na které zatím neumíme odpovědět.



Obrázek 8  
„Porucha attachmentu? A nic lepšího už vás nenapadá, doktore?“

Styl attachmentu není kategorií pro stanovení „zdraví“ nebo „patologie“. Jedná se o kvalitativní vymezení způsobu, jakým se dítě vztahuje k matce nebo primárnímu pečovateli.

# 5. Poradenství a psychoterapie založené na teorii attachmentu

## Význam teorie attachmentu pro pomoc rodičům a terapii

Jak můžeme využít teorii attachmentu, poznání o významu rodičovské péče v raném dětství pro rozvoj dobrého rodičovství? A jak pro pomoc dětem, které v raném dětství prožily těžké situace, týrající nebo zneužívající chování rodičů nebo pečovatелů nebo jejich časté střídání? A jak můžeme zlepšit šanci na zdravý vývoj dětem, které na začátku života neměly žádného primárního pečovatele a byly po měsíce odkázány na mnoho různých sestřiček a dalších lidí v prostředí ústavu?

Nejsou to lehké otázky.

Rodiče, pečující prarodiče nebo příbuzní, sociální pracovníci, poradci, terapeuti, psychologové, psychiatři i pediatři, my všichni v oboru bychom si přáli mít nějaký zázračný lék na útrapy způsobené adversním dětstvím a jejich následky. Nebo nějaký kouzelný šém či formulku. Tu bychom vytáhli z rukávu, několikrát vyslovili nahlas, a hle! Vše se obrací k lepšímu.

„Attachment“ bohužel takovým kouzelným zaříkadlem a všemocnou formulku při péči o děti není a ani jí být nemůže. Lidský vývoj je složitý, v oblasti neurobiologie

leží mnoho neznámých. Individuální kompozice každého člověka, fascinující činnost lidského mozku, je dosud jen málo probádané tajemství.

## **Teorie attachmentu jako součást myšlení o vývoji dítěte a terapeutické či poradenské pomoci**

Zároveň by však teorie attachmentu měla být přirozenou součástí myšlení a vyhodnocování rodinné situace a vývoje dítěte a důležitým principem při zjišťování příčin problému v oblasti emocionálního a sociálního vývoje a chování u dětí. Ve většině vyspělých zemí tomu tak je. Také by se měla stát součástí obecného povědomí. Bylo by skvělé, kdyby rodiče a primární pečovatelé uvažovali o tom, jestli jsou pro své dítě „bezpečným přístavem“ v každé rodinné situaci.

Teorie attachmentu také inspirovala řadu nadaných psychoterapeutů, kteří se na attachment zaměřují a jako vrozený očekávaný princip pro zdravý vývoj mozku a chování ho využívají ve své praxi. Ve světě existují desítky terapeutických směrů, které nějakým způsobem teorii attachmentu aplikují. Moderní postupy nejvíce zapojují do terapie rodiče nebo primární pečovatele a učí je citlivému vnímavému postoji a chování k dítěti.

Lidský vývoj je složitý, v oblasti neurobiologie leží mnoho neznámých. Individuální kompozice každého člověka, fascinující činnost lidského mozku, je dosud jen málo probádané tajemství.

## **Příklady terapeutických metod založených na teorii attachmentu**

### **ABC program**

Například program profesorky University of Delaware Mary Dozier nazvaný ABC (The Attachment and Biobehavioral Catch-up) poskytuje odborné koučování rodičů nebo pěstounů v rodičovských dovednostech, které pak pomáhají budovat bezpečný attachment a vztah dítěte k rodiči nebo primárnímu pečovateli (Dozier 2017).

Velmi zajímavá je na tomto programu jeho jednoduchost a také efektivita, kterou profesorka Mary Dozier prokázala empirickým a publikovaným výzkumem.

## Dyadická vývojová psychoterapie

Jednou z dalších účinných terapií zaměřených na práci se stylem attachmentu a zejména s rodiči nebo pečovateli je Dyadická vývojová psychoterapie (DDP) amerického autora Daniela A. Hughese, nebo její varianta Terapie zaměřená na attachment, který používá principy DDP; tu rozvíjí americký psycholog a terapeut Arthur Becker Weidman. Metoda je zejména velmi efektivní u dětí, které prožily řadu změn pečovatelů na začátku života, přesuny mezi různými rodinami a pečovateli. I když je dítě nakonec šťastně umístěno v dobré adoptivní nebo dlouhodobé pěstounské rodině, anebo se vrátí k biologickým rodičům, nedokáže jim najednou uvěřit. Není schopné se vrátit na začátek a stát se nevinným odevzdaným a důvěřivým dítětem, které následuje svého rodiče nebo pečovatele. Naopak, blízkost dospělého ho děsí a stává se stresorem. Dyadická vývojová terapie vznikla právě pro tyto děti a pomáhá jim najít bezpečný attachmentový vztah ke svým rodičům nebo pečovatelům. Základní principy DDP jsou však velmi užitečné i pro celkové porozumění, jak opravdově míněný zdravý attachmentový vztah, moudré a pevné rodičovství, může změnit i těžké následky adversního dětství. Daniel Hughes vytvořil rámec chování rodiče nebo pečovatele k dítěti známý jako PACE (Playfulness, Acceptance, Curiosity, Empathy). Jedná se o citlivé chování obsahující základní elementy podporující rozvoj bezpečného attachmentu:

- Hravost spíše než nařizování a poučování
- Přijetí dítěte a porozumění jeho chování spíše než kritický a zahanbující postoj
- Zvědavost spíše než podezřívavost a odsouzení
- Empatie a vcítění spíše než zloba a netrpělivost

Pro hlubší pochopení metody DDP můžeme doporučit knihu Daniela Hughese *Budování citového pouta*, která také vyšla v českém jazyce (Hughes 2017).

Více v českém jazyce je možno najít také v knize Petry Vrtbovské *O ztraceném dítěti* a v *Almanachu o dětech a lidech pro rok 2016* od Petry Winnette (Vrtbovská 2010 a Winnette 2016).

Pro hlubší pochopení metody DDP můžeme doporučit knihu Daniela Hughese Budování citového pouta, která také vyšla v českém jazyce.

Více v českém jazyce je možno najít také v knize Petry Vrtbové O ztraceném dítěti a v Almanachu o dětech a lidech pro rok 2016 od Petry Winnette.

Dyadickou vývojovou psychoterapii poskytuje od roku 2009 institut rodinné péče Natama pod odbornou supervizí D. A. Hughese a A. Beckerma-Weidmana. Petra Winnette je přímým žákem D. Hughese a A. Beckera-Weidmana a nadále s nimi spolupracuje. V rámci výcviků ASTRA DDP připravila více než padesát psychologů a psycho-terapeutů ze všech krajů České

republiky pro praxi Dyadické vývojové psychoterapie. Řada z nich tuto terapii v českém prostředí dále poskytuje a šíří.

## **Systematický přístup k odborné péči a terapii pro děti se závažnými adversními zkušenostmi (ACE) a komplexním vývojovým traumatem**

Bylo by odborně nesprávné popisovat komplexní a složitou práci s dětmi s následky těžkého dětství jako „terapii attachmentu“. Dlouhodobá poradenská a terapeutická praxe s dětmi s adversními dětskými zkušenostmi a s jejich rodiči či pečovateli dává za pravdu neurovědeckým poznatkům a potvrzuje je. Rozdílná vrozená kompozice vlastností, prenatální a raný vývoj, ale také způsob rodičovství v nové rodině, to je velmi složitý soubor jevů. Ne vždy je snadno rozpoznatelné, který faktor má na daném problému a chování dítěte největší podíl.

Dítě, které celý život žije ve své jediné adoptivní rodině, ale přišlo do rodiny z kojeneckého ústavu ve 14 měsících, se vyvíjelo jinak než dítě, jehož matka brala v těhotenství drogy, ale milovala ho a starala se o něj prvních 14 měsíců života, ale nyní žije s babičkou a dědou a matku často vídá. Vývoj těchto dětí probíhal a probíhá odlišně, a odborná pomoc také bude v některých ohledech odlišná.

Odborná péče o tyto děti by měla být systematická, je třeba vyhodnotit a propojit oblasti, které jsou adversním dětstvím nejvíce narušeny, ale také se zaměřovat na rodičovské dovednosti a postupy uplatňované ve stávající rodině.

Odborná péče o tyto děti by měla být systematická, je třeba vyhodnotit a propojit oblasti, které jsou adversním dětstvím nejvíce narušeny, ale také se zaměřovat na rodičovské dovednosti a postupy uplatňované ve stávající rodině.

Teorie attachmentu a její principy jsou velmi účinné, když je terapeut dokáže zpřístupnit rodičům nebo pečovatelům a oni je mohou použít pro rozvoj bezpečného vztahu se svými dětmi. Ne nadarmo se říká, že 80 % úspěchu v dyadické psychoterapii spočívá na rodičích.

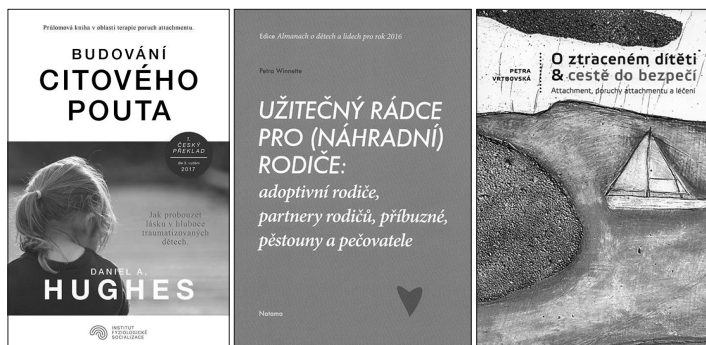
V současné době se u dětí s adversními ranými zkušenostmi a vývojovým traumatem osvědčuje poradenská a terapeutická práce v rámci, který průběžně řeší následující témata:

- Základní pocit bezpečí dítěte
- Attachment a postupný rozvoj vztahu k rodiči nebo pečovateli
- Regulace afektů a emocí u dítěte
- Regulace chování u dítěte
- Zvládnutí vlastní historie dítěte
- Zapojení dítěte mezi vrstevníky, rozvíjení talentů a zájmů, objevování, radost ze života
- Prožívání sebe sama jako cenného a dobrého člověka

*(Adaptováno: Spinazzola et al. 2005), (Winnette 2016)*

To už je ale jiná kapitola...

**Obrázek 9**  
*Obálky některých knih, které se věnují tématu pomoci dětem s adversními dětskými zkušenostmi a jsou dostupné v českém jazyce*



- Hravost spíše než nařizování a poučování
- Přijetí dítěte a porozumění jeho chování spíše než kritický a zahanbující postoj
- Zvědavost spíše než podezřívavost a odsouzení
- Empatie a vcítění spíše než zloba a netrpělivost

## Reference:

Ainsworth, M. D. S. (1967) Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love.

Ainsworth, M. D. S. & Bell, S. M. (1970) Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41, 49-67.

Bowlby, J. (1969) Attachment. Attachment and loss: Vol. 1. Loss. New York: Basic Books.

Dozier, M. (2017) The Attachment and Biobehavioral Catch-up (ABC). Retrieved from: <http://www.abcintervention.org/mary-dozier>.

Gilmore, J. H. et al. (2011) Longitudinal Development of Cortical and Subcortical Gray Matter from Birth to 2 Years. *Cereb Cortex*.

Harlow, H. F. & Zimmermann, R. R. (1958) The development of affective responsiveness in infant monkeys. *Proceedings of the American Philosophical Society*, 102, 501–509.

Hughes, D. A. (2017) Budování citového pouta. Praha: Nakladatelství Institut fyziologické socializace.

Main, M. & Solomon, J. (1990) Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In Greenberg, M. T., Cicchetti, D. & Cummings, E. M. (Eds.), *Attachment in the Preschool Years* (pp. 121–160). Chicago, University of Chicago Press.

McLeod, S. A. (2007) Bowlby's attachment theory. Retrieved from <https://www.simplypsychology.org/bowlby.html>.

Spinazzola, J. et al. (2005) Developmental Trauma Disorder: Toward a rational diagnosis for children with complex trauma histories. *Psychiatric Annals ; Thorofare* Vol. 35, Iss. 5, 401–408.

Teicher, M. et al. (2003) The neurobiological consequences of early stress and childhood maltreatment. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*.



Tottenham, N. (2012) Risk and Developmental Heterogeneity in Previously Institutionalized Children. *Journal of Adolescent Health*.

Vrtbovská, P. (2010) O ztraceném dítěti, attachment, poruchy attachmentu a léčení. Tišnov: Scan.

Winnette, P. (2016) Užitečný rádce pro (náhradní) rodiče: adoptivní rodiče, partneři rodičů, příbuzné, pěstouny a pečovatele. Praha: Natama.

### Reference tohoto článku:

Winnette, P. (2018) Co to je attachment? [ebook]. Praha: Natama Publishing. Retrieved from: [www.natama.cz](http://www.natama.cz).

### Obrázky:

#### *Obrázek 1:*

University of Wisconsin Archive (2015) Doctor Harry Harlow with a 'cloth mother' and a young rhesus macaque. Retrieved from: <http://www.abc.net.au/radionational/programs/earshot/doctor-harry-harlow/6285542>

#### *Obrázek 2:*

Retrieved from: <https://www.brainpickings.org/2016/08/31/harry-harlow-the-nature-of-love>

#### *Obrázek 3:*

Retrieved from: <https://www.opencollege.info/product/attachment-theory-course>

#### *Obrázek 4:*

Retrieved from: <https://www.hrmvideo.com/catalog/mary-ainsworth-attachment-and-the-growth-of-love>

#### *Obrázek 5:*

Retrieved from: <http://www.crowe-associates.co.uk/psychotherapy/attachment-theory>

*Obrázek 6:*

Temprano, J. (2015) Happy mom and daughter playing. Retrieved from: [shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)

*Obrázek 7 adaptováno z:*

Gang, L. et al. (2014) Measuring the dynamic longitudinal cortex development in infants by reconstruction of temporally consistent cortical surfaces. *Neuroimage*. vol 90.

*Obrázek 8:*

Yalom, V. (2011) Kangaroo. Retrieved from: <http://www.psychotherapy.net/humor/25>

*Obrázek 9:*

Hughes, D. A. (2018) Budování citového pouta. Retrieved from: <http://www.attachment.cz/2018/03/04/daniel-a-huges-budovani-citoveho-pouta>

Vrtbovská, P. (2010) O ztraceném dítěti a cestě do bezpečí. Retrieved from: <https://www.natama.cz/cs/publikace>

Winnette, P. (2016) Užitečný rádce pro náhradní rodiče a jejich okolí. Retrieved from: <https://www.natama.cz/cs/almanach-2016>

## Co je to attachment?

V Česku se tento termín stal známějším až v nedávné době. Nyní se skloňuje ve všech pádech zejména v oboru náhradní rodinné péče. Naše publikace v edici *Almanach o dětech a lidech & Věda do kapsy* vychází v tištěné i digitální podobě pro všechny, které téma attachmentu zajímá, chtějí mu lépe porozumět a třeba z něj i čerpat při přemýšlení o tom, jak být dobrým rodičem.

Natama – Institut rodinné péče

Pod Kotlaskou 9/555, Praha 8, 180 00

Institut rodinné péče Natama je hlavním projektem společnosti NATAMA, o.p.s. Institut rodinné péče Natama je od roku 2003 uznávaným odborným nestátním pracovištěm zaměřeným na kvalitní péči o děti a rodiče. Zejména se jedná o děti, které mají adversní rané zkušenosti (Adverse Childhood Experiences). To znamená, že na začátku života zažily opuštění, ztrátu, ústavní péči a nestabilní nebo traumatizující péči svých rodičů nebo pečovatелů. Tyto děti často, ale ne vždy, vyrůstají v osvojení nebo v pěstounských rodinách, v příbuzenské péči. Zároveň používáme teorii attachmentu a metody práce, které z ní vycházejí, při pomoci biologickým rodinám, mladým lidem i dospělým.

Záleží nám na vědeckém přístupu, vycházíme z neurovědeckých poznatků o vývoji mozku a chování, zejména z vývojové sociální a afektivní neurovědy.

Natama dlouhodobě vzdělává psychology, poradce a terapeuty a další odborné pracovníky v rámci workshopů, konferencí a výcviků.

V nakladatelství Natama Publishing vyšla řada zajímavých odborných knih v oboru vývojové psychologie a aplikované teorie attachmentu.

Více najdete na: [www.natama.cz](http://www.natama.cz)