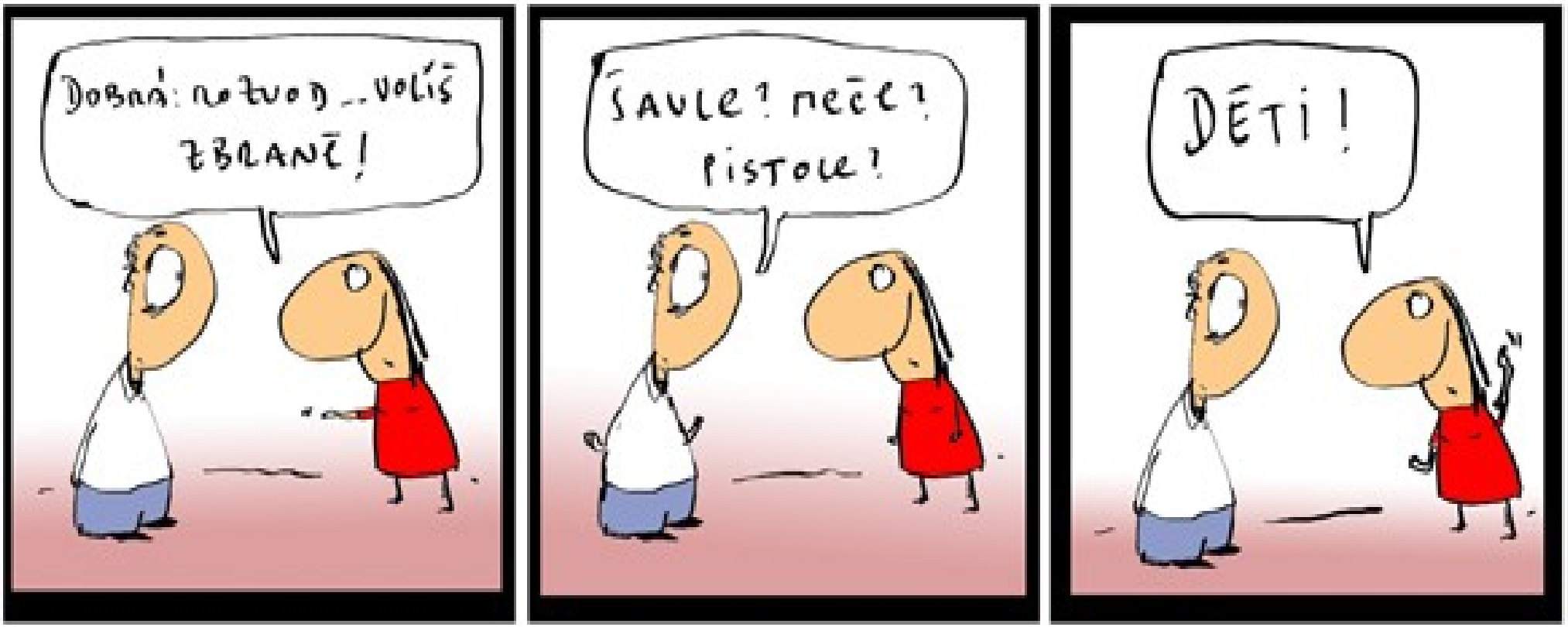
Dítě mezi rodiči



PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.
http://skolka.klimes.us

Separační reakce při manipulaci rodičů

Kdy dospívají děti z rozpadlých rodin?

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.

Doprovázet děti do střední dospělosti je kulturní výdobytek v ČR, který ale bohužel automaticky mizí, když přijde rozvod a válka o děti.

Z emailu matky 14letého syna

Nadavky a urazky na mou hlavu primo prsely proudem:

krava, pica, neschopna krava na invalidnim duchode, nejvetsi socka, ktera bydli na Ladvi, pripadne jdi do prdele, do pici, do hajzlu, Ladvi - sidliste, tak hluboko jsi spadla, tady bydli jenom odpad spolecnosti a Ty s ubohym taxikarem, mela by si radeji skocit z mostu, nez zit tady takovy ubohy zivot, nechces to radeji uz ted skoncit, vsichni by si oddechli, v zivote si nic nedokazala, nemas nic, jenom toho pitomeho taxikare, ktery si nedela karieru a ktery Ti pomaha...

Krasny den, pane doktore,

omlouvam se za svou zpozdenou komunikaci, ale muj zdravotni stav se natolik zhorsil, ze jsem si dovolila Vam zaslat jen kratkou sms s pranim do noveho roku a az nyni se ozyvam na Vas email. Situace se synem se doposud nevyresila, spise doslo jeste vice k vyhroceni situace, soud doposud nerozhodl. Syna jsem nevidela jiz skoro rok.

U me se projevilo velke fyzicke a samozrejme i psychicke vycerpani v takove mire, ze jsem skoncila na chodbe bytu v bezvedomi a ochrnula jsem znovu na pravou polovinu tela, stejne jak tomu bylo v letech 2008/2009. Kvuli caste ztrate vedomi me bratr meho svagra prestehoval v roce 2012 k sobe, nyni se situace jeste zhorsila. Uz ale chodim, mluvim sice hure, ale mluvim. Soustredeni chybi a jakakoliv cinnost je vycerpavajici.

Lekarka mi znovu nabidla chemoterapii a dokonce i antidepresiva, ze pomohou od fyzicke bolesti. Odmitla jsem.

Doufam, ze u Vas je situace lepsi:)

Preji prijemny den...

N.N.

Syndrom odcizeného rodiče

novodobá varianta oidipovského komplexu

Už je pozdě... ale totálně mě ničí, jak syn chodí a škemrá u táty, jak chce aby s ním šel do postele a o mě nestojí. Neřekne: "Mami, pojď ke mně." Máma na hovno. Dobrou noc

Dnes jsem přijela po noční ráno domů, manžel odjel jako vždy pracovat na "svůj" dům, malý vyrazil za ním také... Volala jsem, přijdou-li k obědu, že vařím, šli raději do hospody poblíž nového domu... Bylo to praktické, bylo to blízko, malý si mohl dát oblíbené hranolky... Já si mohla sežrat to, co jsem si uvařila. :-) Dobrou noc.

Došlo k tomu, co jsem tušila, poslední dobou možná i přála, ale v podstatě nechtěla. Syn mi řekl, že chce být v týdnu u táty, nechce se střídat... Střídavá péče mi lezla od začátku na nervy. Hlavou se mi honí další selhání v osobním životě, zase něco blbě. Ostatní zvládají, přeci nejsem takový idiot? Asi jo :)

Drahá matko,

chci ti s úsměvem na tváři, že už tě v životě nechci vidět, protože teď si ukázala,co jsi fakt zač:DDDDD směju se tvé ubohosti, kdo mě to sakra porodil?:DDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDD ach jo, směju se ti, timhle jsi jenom úkázala, jaká jseš zákeřná svině, jseš strašně, ale úplně neskutečně ubohá. Jak si mě mohla sakra porodit ty? Úplně jsem si tě znechutila, fuj, směju se jenom tomu, jak jseš ubohá. Kradeš, kradeš, kradeš, nic jinýho neumíš co ?! Sorry, zapomněla jsem, ještě umíš hrát pěkný scénky, jak je ti všechno moc líto a potom tohle, no sorry, ale jseš trapná:DDDDDDDDDDDDDDD
Doufám ,že si uvědomuješ, že už tě po tomhle nechci v životě vidět! NIKDY, NIKDY, NIKDY, NIKDY, NIKDY!!!!!!!!!!!!!!!!!!
Nikdy bych do tebe neřekla,že se takhle zachováš. Jak jsem jenom k vám mohla jít na večeři? Fuj teď už jenom ta představa:D-.-
Nezapomeň se zase o pulnoci vloupat k NÁM na chalupu a aby toho nebylo málo, ještě jseš tak vyčůraná, že i do garáže.Věř, teď pujdu ve tvých stopách(i když to bych dost nerada,ale v tomhle ohledu to udělám s největší radostí) a všude tě budu špinit,budu řikat,jaká jseš, loliček umírám z tebe:DDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDDD

Chtěla jsem s tebou být za dobře a teď už bych tě v životě nejradši nikdy neviděla. NEJHORŠÍ MATKA,CO KDO MÁ:-**********Neznám nikoho víc ubohýho než jsi ty. Je vtipný ,že se chováš jak pětileté děcko, máš mozek jak slepice. Jako tohle fakt myslíš vážně, vždyť si úplně mozkem jak opice, tímhle jsi si fakt u mně pokazila(dost slušně řečeno,když přemýšlím nad tim,že to píšu tobě) tak tím jsi si u mě pokazila úplně všechno a věř, že jestli tě uvidim, tak po tobě plivnu:DDDDDDDDDDDDDDDD Tímto ti vzazuju bb (něco jako ty;)))))))) není nikdo víc ubohý než ty a to věř, že znám dost velký drbny, pindy atd.:DD
Posílám ti tisíc pusinek za to jaká jseš (nebudu se radši vyjadřovat,nejradši bych po tobě plivla

tak tedy MILUJU TĚ NEJVÍC NA SVĚTĚ JSEŠ TA NEJVĚTŠÍ LÁSKA ÚPLNĚ NA SVĚTĚ, DALA BYCH PRO TEBE ŽIVOT
LOVE LOVE LOVE LOVE LOVE LOVE
http://www.youtube.com/watch?v=W1xrXpzYJDw jak tam zpívá to jsem kráva , to zpíváš ty?

Přílohy - Stáhnout všechny přílohy najednou

Adolescenti SV sami zruší, páč nejsou padlí na hlavu, aby jezdili jako tydýti z místa na místo

Nástup puberty 12 let - druhá vytáhlost

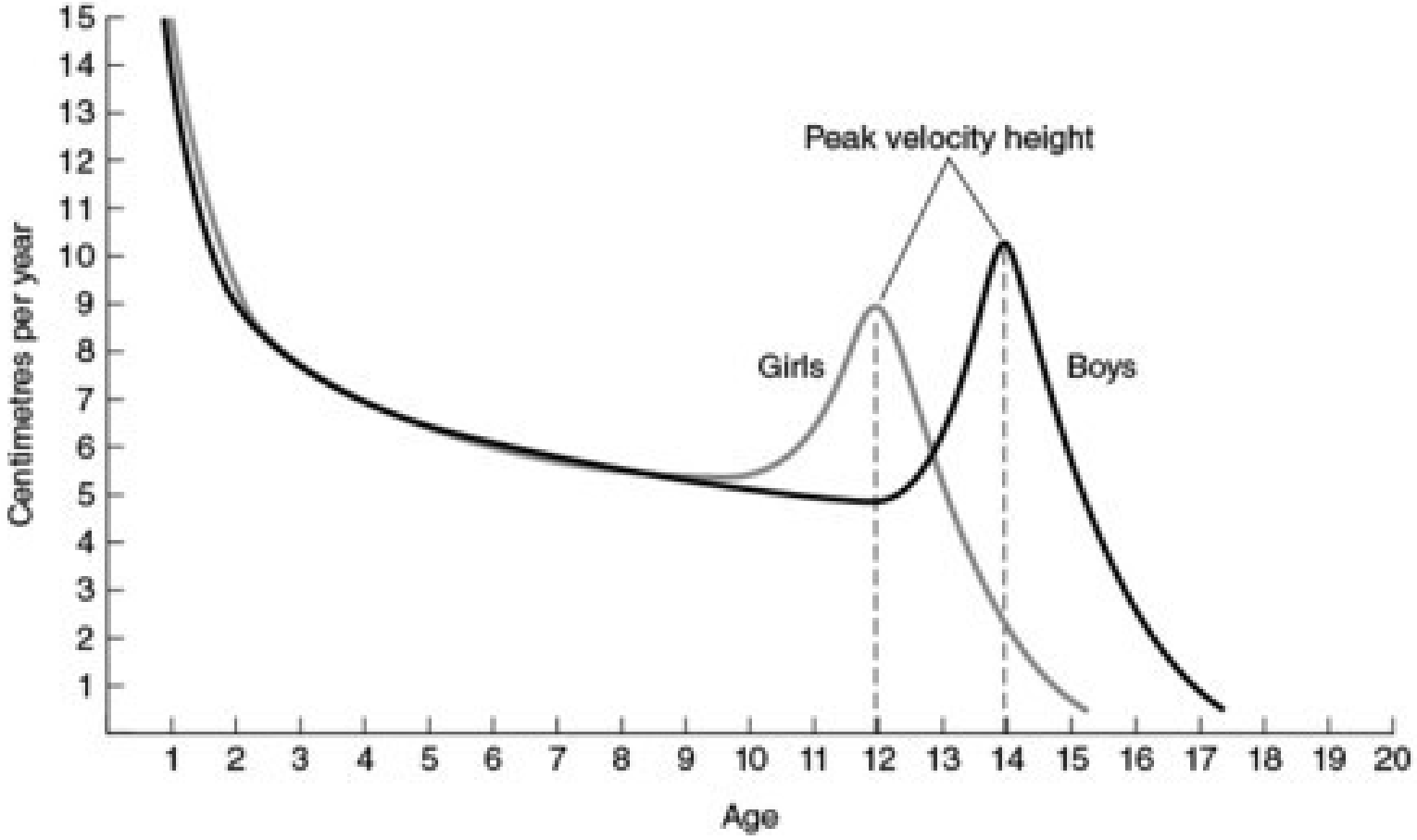
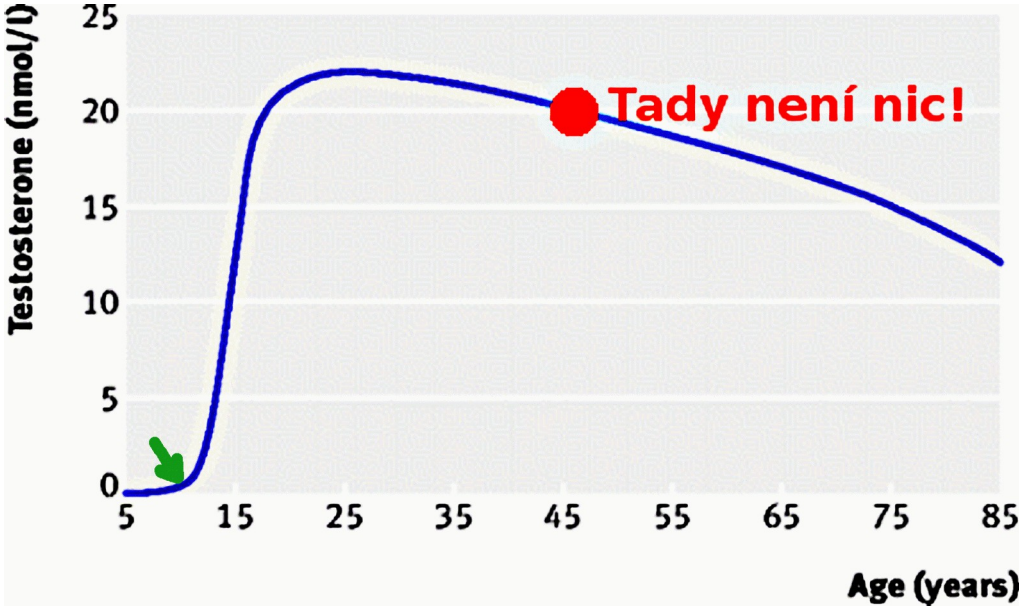
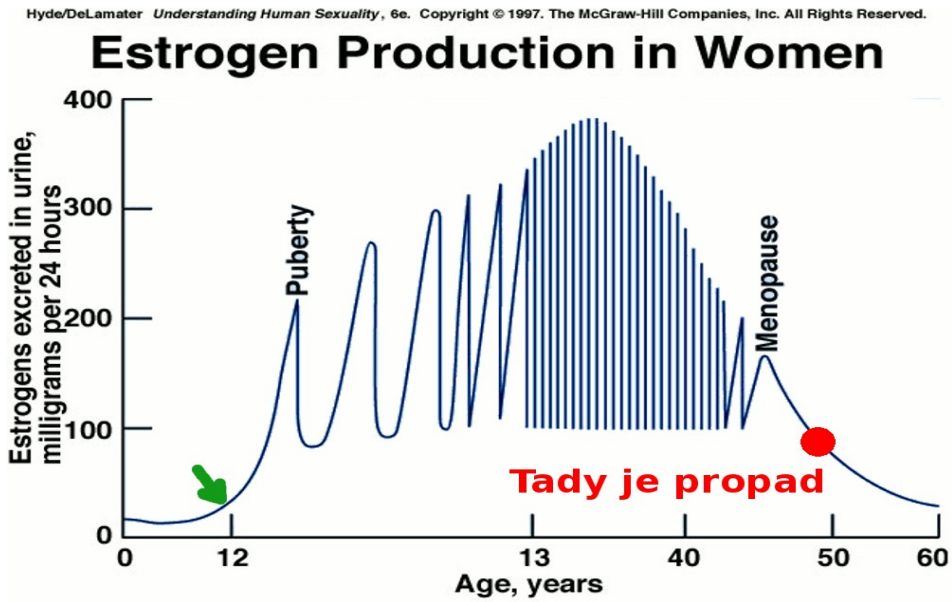


Figure 8.1 Peak velocity height curve for girls and boys showing the increase in stretch stature (height) expressed in units of centimetres per year.

From http://www.brianmac.co.uk/ltad.htm

Změna prožívání autority okolo puberty





Zelená šipka indikuje prudký nárůst pohlavních hormonů okolo puberty. Objevuje se nejen schopnost zplodit dítě, ale i schopnost se o ně postarat, tzn. dlouhodobá konsistentnost názorů, sklony k autonomii, vzdor vůči vnější autoritě.

Odcizený rodič se dá sanovat těžko a jen v některých případech

Zjišťování názoru dítěte před 2000 lety

Pokud chtěl Žid na přelomu letopočtu provdat svou dceru, tak do 12 let nemusel zjišťovat její názor. Po 12 roku života se musel zeptat:

"Sáro, chceš si vzít tady Mošeho?"

To bylo opatření proti tomu, aby nevznikaly Maryši:

Ve dveřích objeví se pouze boty mrtvého.
„Děvčico neščasná – tys jé otrávila!?“
„Otrávila.“
Opona spadne.

Tato historická zkušenost poukazuje na jeden důležitý psychologický aspekt puberty:

Děti/dospělí začínají být schopny dlouhodobého konsistentního názoru a odporu vůči rodičům. Do puberty jsou vláčné a poddajné.

Dotaz na rádio Jerevan:

Odkdy je škodlivý mamahotel?

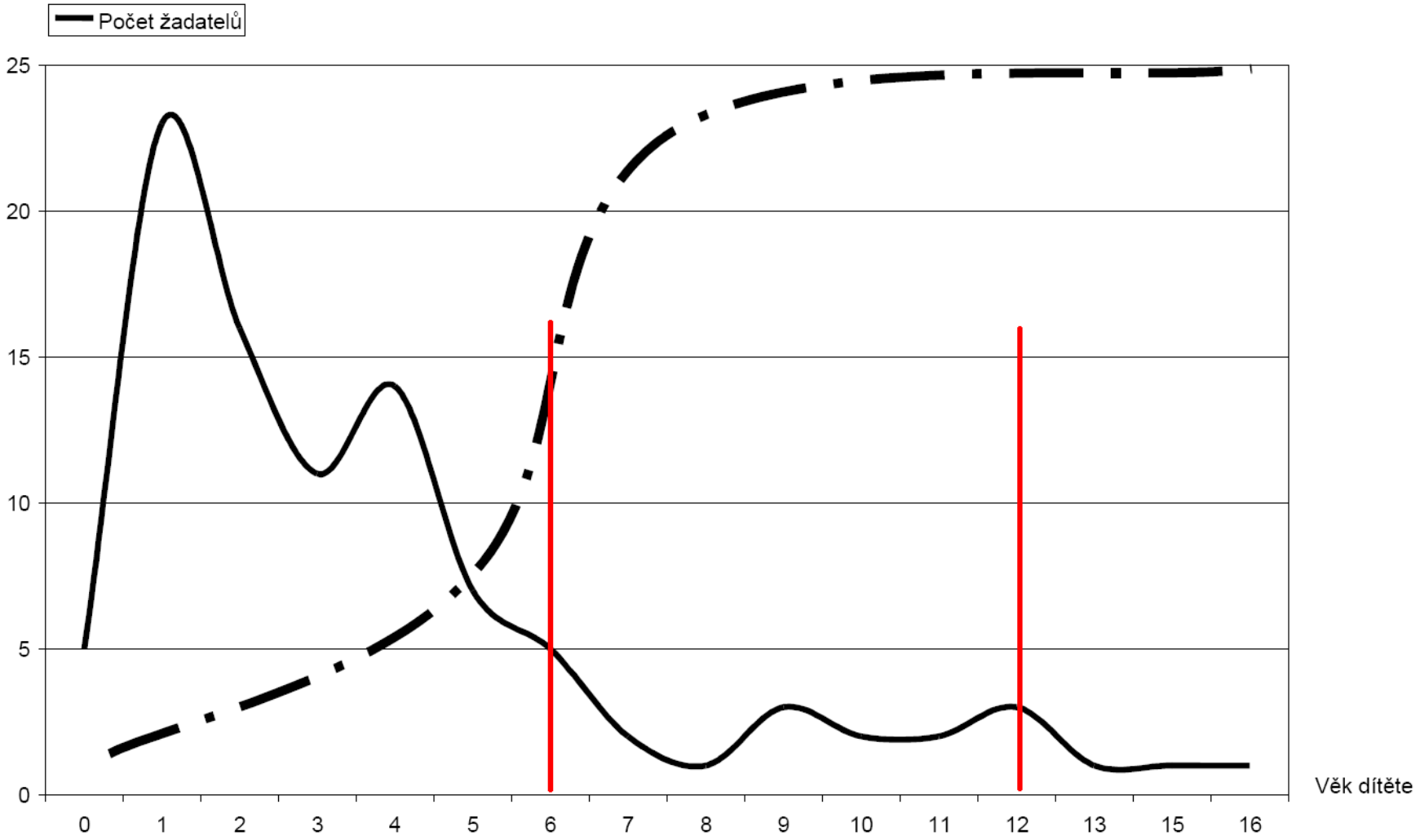
$$H_{sm} = M + B - N$$

$$H_{mmhtl} = B - N$$

Hodnota holky; **M**atka; **B**onus; **N**áklady citové;
sm starý mládenec; **mmhtl** mamahotel

Dokažte, že $\mathbf{H}_{sm} > \mathbf{H}_{mmhtl}$, za předpokladu, že **M, B, N** > 0
Po dokončení školy je dítě doma pouze hostem.

Tři kritická období dětí bez rodiny



Dvě zlomová období:

šest let – období psychického zrání (škola)

12 let – puberta – biologická dospělost

13 - 15 - puberta

Druhá vytáhlost (samá ruka, samá noha)

Nárůst sexuální atraktivity a s ní jde i sexuální rétorika (udělala jsem se z toho)

Odcizený rodič se dá sanovat těžko, jen v některých případech

Nepoddajní dlouhodobě drží jeden názor

15 - 22 let - adolescence

Adolescence čili období průdy s příliš velkým/malým egem/penisem/prsy, anobrž s identitou.

Sklon k soutěživosti

Ideologické období

Přirozená změna prvního dětského kolektivu (střední škola)

Začátek budování své kariery

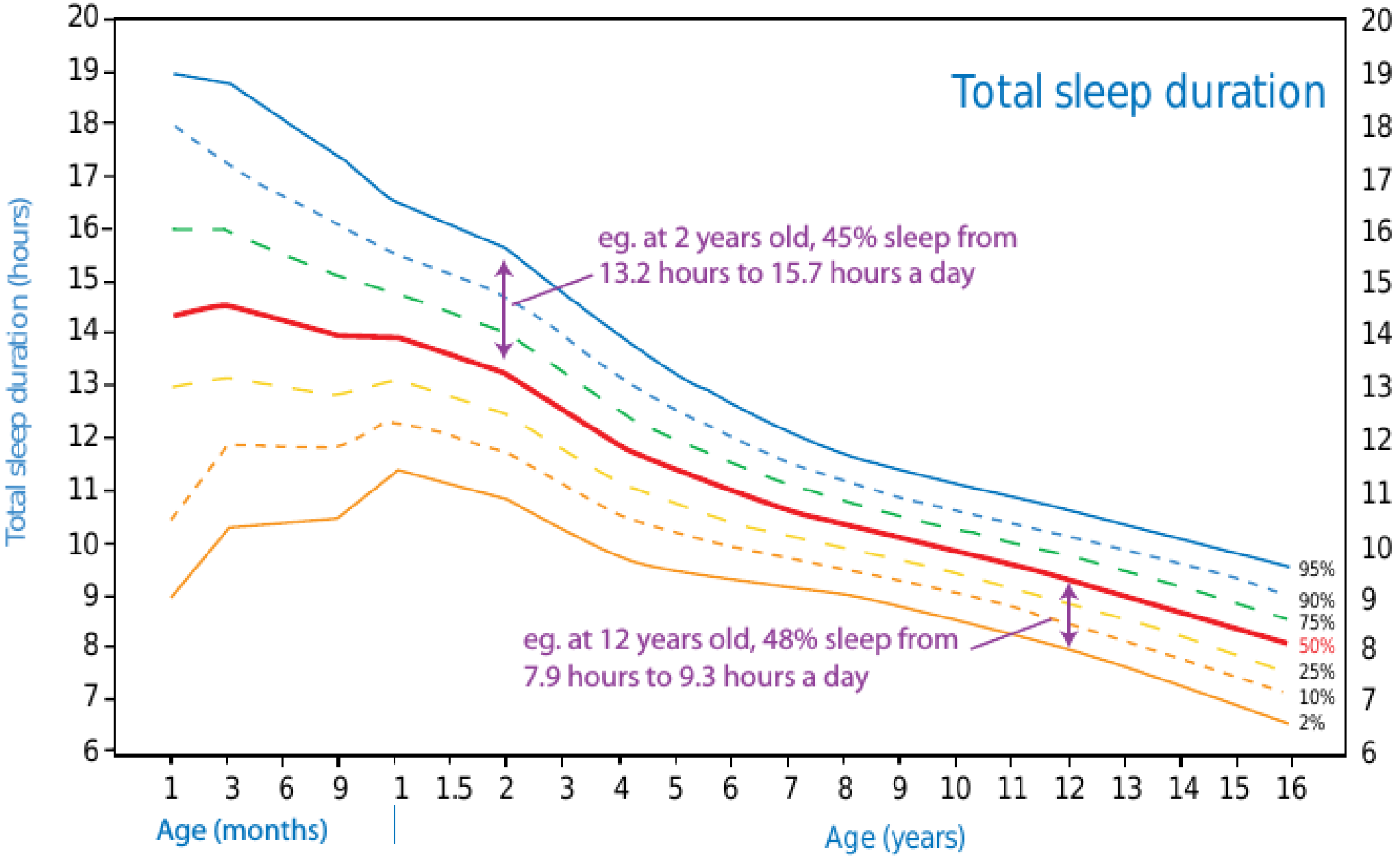
Takto vypadá cca dvouleté dítě

Spánková doporučení

Trvání: 13-16 hodin

- **Nastavit a udržovat noční i odpolední spánkové zvyklosti**
- Zajistit pohodlné a bezpečné prostředí pro spánek
- **Vyhnout se stimulaci 1-2 hodiny před odchodem do postele; minimalizovat televizi a jiné obrazovky.**
- **Stabilizovat období nočního spánku**
- Používat spánkový přechodný objekt (plyšák)

Charles H. Samuels, MD, CCFP, DABSM & Brent N. Alexander, M.Sc


Total sleep duration
Total sleep duration (hours)
eg. at 2 years old, 45% sleep from
13.2 hours to 15.7 hours a day
eg. at 12 years old, 48% sleep from
7.9 hours to 9.3 hours a day
95%
90%
75%
50%
25%
10%
2%
Age (months)
Age (years)

Zájem dvouletého dítěte dle soudu

Soud nařizuje toto předběžné opatření:

25 měsíců!!!

I. Matce se ukládá, aby předala nezletilou [redacted], narozenou 7.1.2013 do péče otce každý lichý víkend od pátku 16.00 hodin do neděle 18.00 hodin a každý týden vždy v úterý a ve čtvrtek od 15.00 do 21.00 hodin s tím, že otec nezletilou převezme v místě bydliště matky a po skončení styku nezletilou matce v místě bydliště matky odevzdá a matka je povinna nezletilou na styk připravit a styk otci umožnit.

II. Soud ukládá otci, aby přispíval na výživu nezletilé [redacted], narozené 7.1.2013 počínaje dnem 20.2.2015 částkou 4.000,-Kč měsíčně, splatnou vždy do každého 15. dne v měsíci předem k rukám matky.

III. Toto předběžné opatření zanikne dnem právní moci rozhodnutí ve věci samé.

Toto není o nezávislosti soudu. Toto je blbost soudu.

Kde byl a co dělal tou dobou kolizní opatrovník?

Vývojová stádia v tabulce

0 - 0,5 roku

Novorozenec = nedonošenec ergo nošenec

Hlavní úkol rodiče - *neustále zklidňovat*

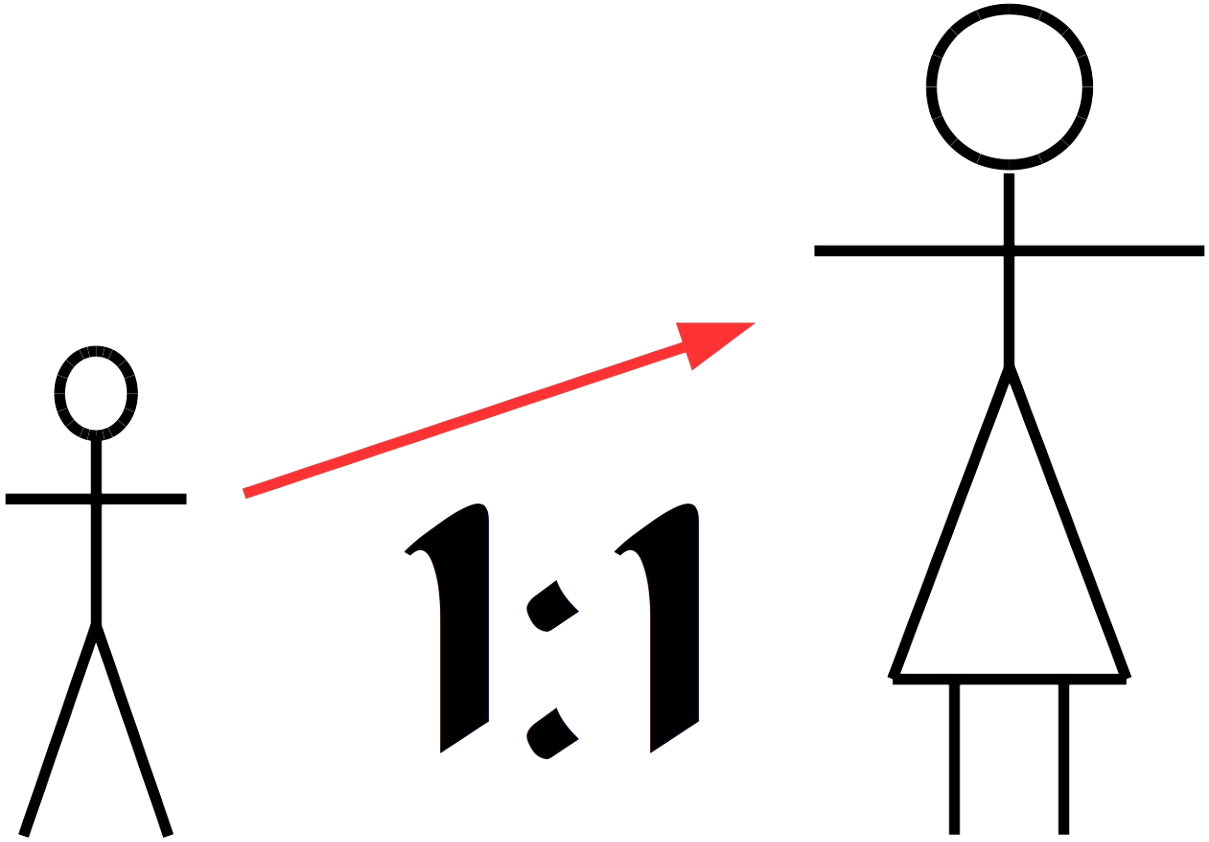
Potřebuje rodičovskou figuru pro kontinuální podnětovou stimulaci, ale **nerozeznává matku od jiných osob** (reaguje na ně stejně)

Dobře snáší přesun z rodiče na rodiče i adopci.

Kojenec/Batole - dítě 0,5 - 3 roky

Pamatuje si matku (hlavní pečující osobu), ergo nemůžeme ho přesouvat dle libosti.

Dítě neustále ví, kde je a co dělá jeho matka!



Dyadická vazba

Fixovaný na dyadický vztah (1:1). Špatně snáší přesuny na jinou autoritu zejména v noci - usínání. To, že přes den reaguje dobře na cizího člověka (odcizeného otce) ještě neznamená, že nebude scéna při usínání s cizím člověkem.

Dvě kritéria

A) vezme si hračku

B) usne s dospělým

Nezvládají kolektiv (vztahy a hry v poměru 1:n).

Dítě se nepřizpůsobuje druhému, naopak rodič musí zaujmout komplementární roli k dítěti podle toho, co dítě chce dělat.

Nevhodné jsou jesle. Vhodná je chůva čili au-pair.

Přechod k jiné autoritě jen krátkodobý (do pár hodiny) a s předchozím překryvem autorit.

Časové údaje chápe maximálně do úrovně: Za chvíli něco bude.

Dítě 0,5 - 3 roky = Inteligence na úrovni dospělého idiota (IQ do 35).

Toto je až druhý pohled.
První patřil matce!

Dítě hodnotí situace a cizí lidi hodnotí pohledem na matku - odečítá emoce z její tváře

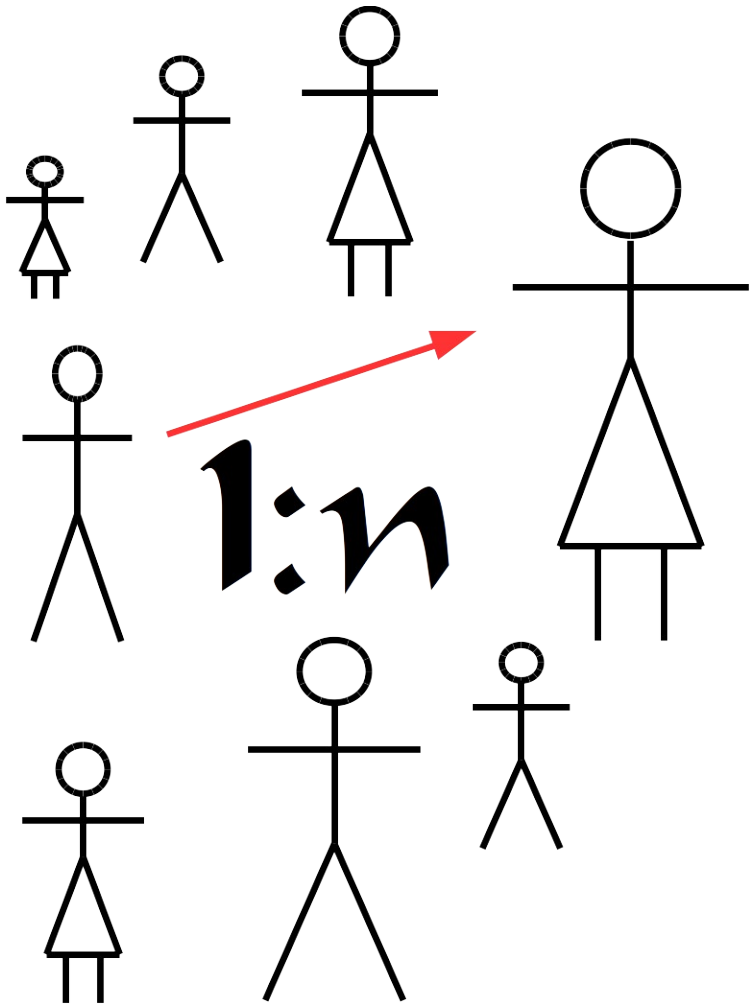
Naprosto nevhodný pro střídavou výchovu.

Změnu autority (přetržení dyadické vazby) vnímá jako osiření!

Příklad samovolné a nechtěné adopce dítěte babičkou

Jedna žena přibližně v prvním roce dítěte dostala zánět periferních nervů a několik měsíců byla paralyzována a upoutána na lůžko. Tou dobou nebydlela doma, ale starala se o ní a dítě její matka, babička dítěte. Po několika měsících se žena uzdravila, vzala dítě a nic zlého netušíc odjela domů za tátou. Cestou dítě začalo strašně vyvádět a matka s překvapením zjistila, že po dobu nemoci přestala být pro dítě matkou.

Předškolní věk - děti 3 - 6 let



Zvládají vztahy 1:n a kolektivní hry s výměnou rolí (policajt/zloděj). Uvítají školku, ale aklimatizovat se na ni musejí s překryvem tak, aby ji vnímaly jako pokračování rodinného prostředí.

Pozor, nechápou <u>týden</u>!

Vnímají části dne a časové údaje chápe stylem: "Až se vyspíš, tak mámu uvidíš. Odpoledne je po obědě."

Inteligence na úrovni dospělého imbecila až debila.

Anální fáze

Nezájem o genitální a sexuální terminologii. Vzrušují je hovínka, ne orgasmy.

Rodičovství, otcovství a mateřství vnímají výlučně citově

Nemají představu, co je to spermie, semeno, orgasmus, soulož, nevěra ap.

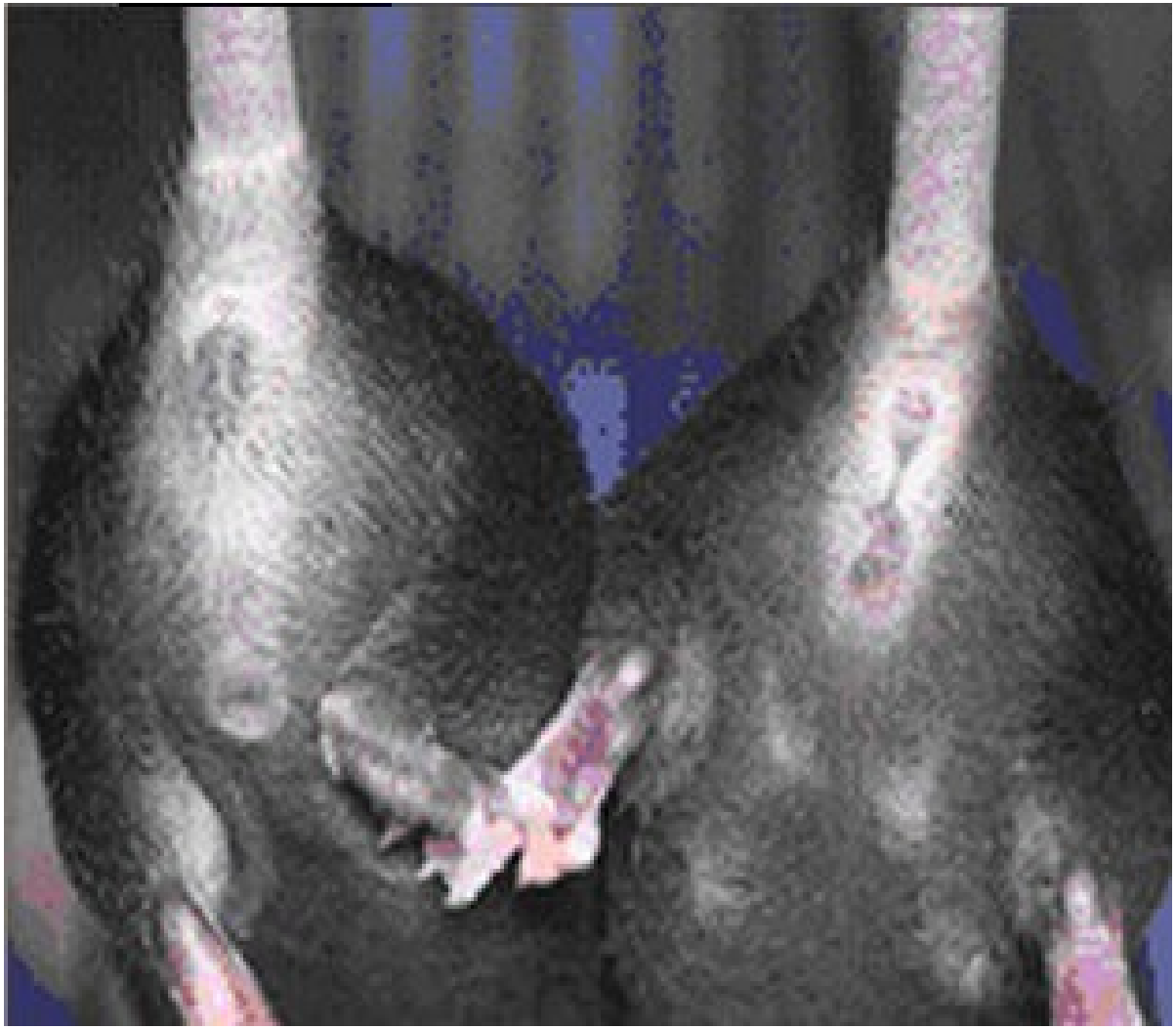
Oznamování biologického rodičovství

Táta = je ten koho volám, když je mi ouvej

Strejda Viktor = s tím občas jedu na výlet

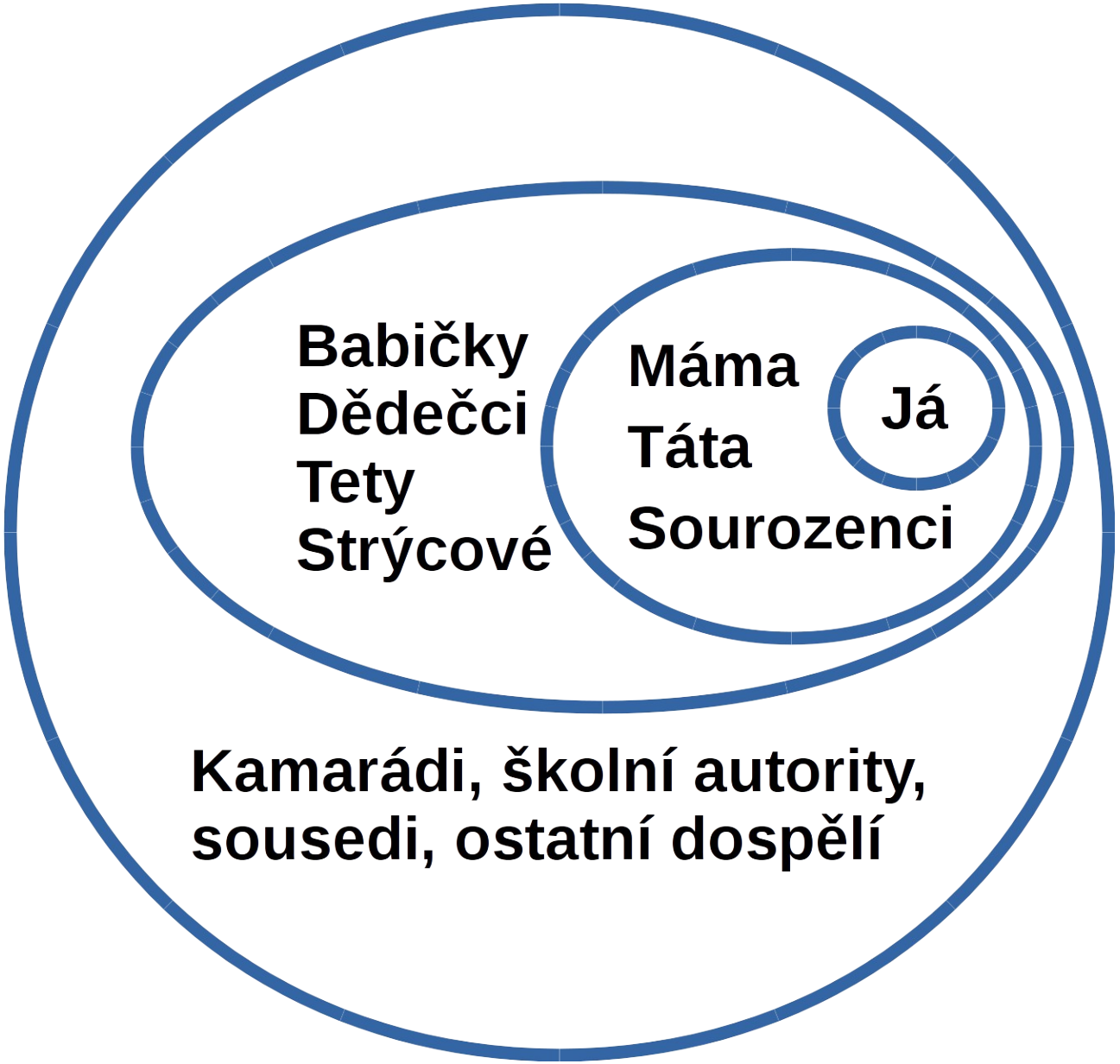
Víš, jak jsme se bavili o Aničce, že má dva táty. Tak jsem uvědomila, že vlastně máš taky dva táty. Když jsi byl malý, tak jsem ještě nežila s **tátou**, ale narodil ses mi se **strejdou** Viktorem.

Sexuální výchova nemá moc smysl - chybí prožitky i motivace



urogenitální vzdálenost

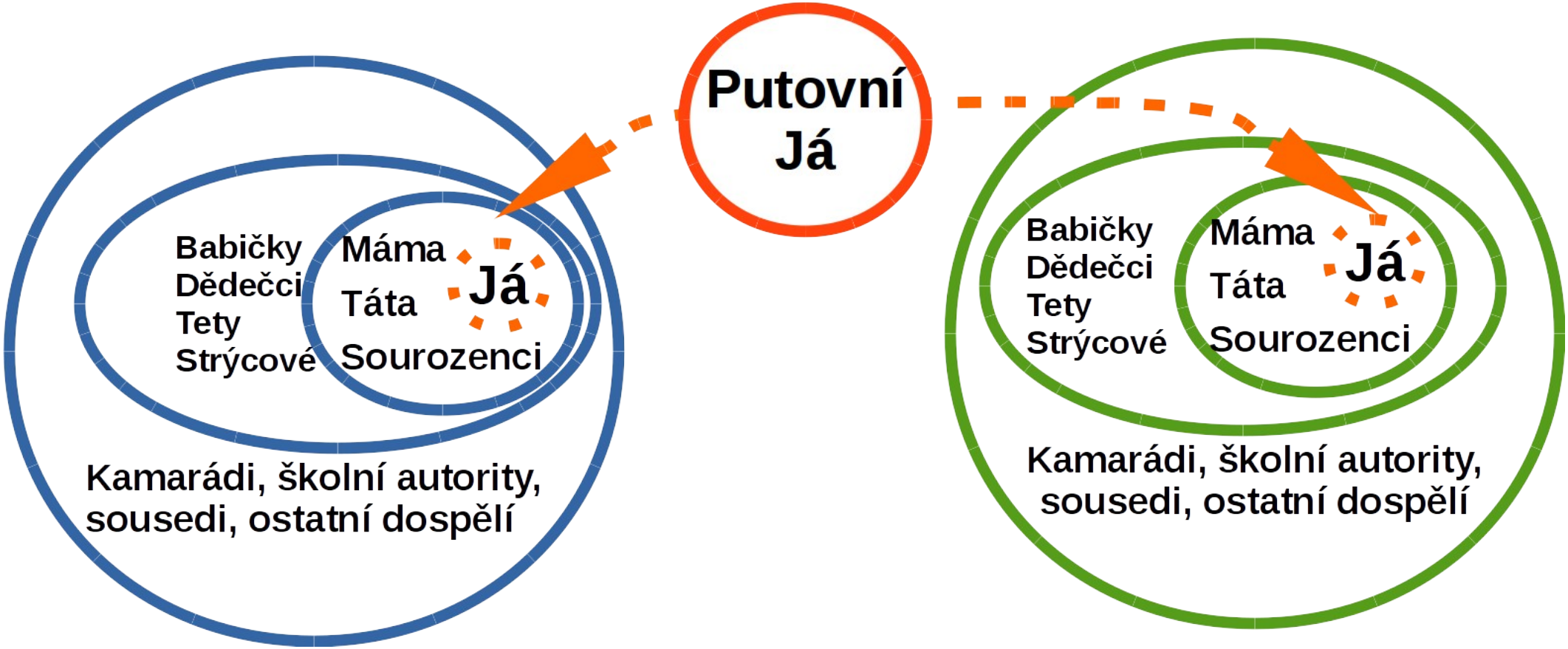
Identita dětí má charakter cibule



Odcizený rodič vstupuje do této cibule podobně jako případný adoptivní rodič, čili přes kategorii:
a) ostatní dospělé
b) strýc
c) rodinný člen

Koalice ve zdravé a narušené rodině

Střídavá identita, kterou vnucují dětem rozhádaní rodiče



Jasné a nevývratné názory dětí do 6 let

Sousedka: "Ahoj Erlánku!"
Erlánek (tři roky): "Já se s tebou nebavím."
Máma: "Ty se s paní sousedkou nebavíš?"
Erlánek: "Ne."
Máma: "Ale paní sousedka má pro tebe perník."
Erlánek: "Ahap!" otočil se na podpadku a cupital za sousedkou.

Při zjišťování názoru dítěte je třeba přihlížet k tomu, že do dítě 6 let má jasný nevývratný názor, který trvá dvě hodiny. Pak má jiný jasný a nevývratný názor.

Pokud dítě stabilně preferuje některého z rodičů,
projevuje se to chováním a ne řečmi.

Například objevuje se asymetrie při předávání. Když jde od otce k matce, tak pláče a má separační reakci, když jde od matky k otci, tak ji nikdy nemá. (Pozor ale na situační manipulaci se separační reakcí.)

Výchovně poddajné - dá se sanovat odcizený rodič

Střídavá výchova (3 - 6 let) připustitelná (ale stále spíš nevhodná) jen s co nejkratší periodou. Maximálně tolerovatelný styl je 223:

2	**2**	**3**
Pondělí - Úterý	Středa - Čtvrtek	Pátek - Sobota - Neděle
Táta	Máma	Táta
Máma	Táta	Máma

Kooperace rodičů pro případnou střídavou výchovu je naprosto nutná. Prubířský kámen - vydrží spolu jít s dětmi na procházku a nezhádat se.

Jak se dělí majetek po rozvodu aneb který VŮL řekl manželům, že se dělí půl na půl!?

Před rozvodem:

Oba dohromady vydělávali 45000 Kč – slušná střední třída
-20000 hypotéka na 20 let
-10000 na domácnost a děti
za zbývajících 15000 si žili, tzn. 500 Kč na den

Po rozvodu

Oba dohromady vydělávají 45000 Kč – slušná střední třída
-20000 hypotéka na 20 let
-10000 domácnost ženy a děti
-12000 jeho nájem a poplatky
Za zbývající 3000 Kč si žijou, tzn. 100 Kč na den, tzn. **50 kč na jednoho**

Welcome mezi socky!

Před a po rozvodová geometrie

Když žijí spolu v 80m2 bytě, tak každý má 80 m2 čili dohromady 160 m2.
Když se rozhádají, tak se rvou o 80 m2, čili každý má 40 m2.

Fáze separační reakce

prší prší

Matka s dítětem přichází do nemocnice. Lékaři konstatují, že dítě musí v nemocnici zůstat. Dítě musí být odloučeno od matky. Následují tyto fáze:

a) Dítě je od matky odebráno více méně násilím.
b) Silně emocionálně reaguje, úzkost, pláč, stres.
c) Unavené a vyčerpané dítě upadá do apatie, rezignace či deprese. Nereaguje na ostatní lidi, nehraje si s jinými dětmi. (reaktivní deprese)
d) Postupem času dítě začíná akceptovat ostatní dospělé a začíná si vytvářet nové vztahy k sestřičkám a jiným dospělým jako k náhradním rodičovským postavám.
e) Pokud se v této chvíli matka vrátí. Dítě ji poznává, ale ignoruje.
f) Pak vůči ní vyjádří agresi či hněv.
g) Nakonec ji přijme, pevně k ní přilne, a tak se znovu obnoví strach z opuštění.

Dítě při separační reakci je ve stresu

Dospělá optika většinou spojuje stres s přítomností nebezpečného objektu. Tomu odpovídá i okřídlená definice: Stres je příprava organismu na boj, útěk či inhibici. To ovšem není optika malých dětí. U nich nejčastější stresor není přítomnost nebezpečného objektu, ale naopak absence pečující osoby. Definici stresu bychom měli správně rozšířit:

Stres je příprava organismu na boj, útěk, inhibici či separaci.

Separační reakce je definovaná jako dvě scény jedna při zvětšení vzdálenosti a druhá při zmenšení

Pouhé čtyři dny po předání formou osiření, se děly následující věci:

Musela jsem jít vyřídit nějaké záležitosti do práce. ***Už večer před tím k sobě Mimi nikoho nepustilo, odmítalo jakýkoliv kontakt s někým dalším a hlídalo si mě.*** *<Zřetelný projev osiření, separační reakce. Zbytečná chyba.> Bylo mi jasné, že ho nemůžu nechat doma s manželem, a tak jsem ho vzala s sebou. Dopoledne bylo milionové, hrálo si a dalo se pracovat. Pak se prospalo v sedačce v autě, ale odpoledne už chtělo hodně chovat a nastal problém, jak pracovat, takže ji* ***kolegyně musela vždy odnést na chvíli mimo můj dosah a byl řev****. Bylo to zkrátka na něj už dlouhé. Večer se ke mě hodně tulilo a usnulo v náručí.*

Rodiče na separační reakci vůbec nejsou připraveni

Dnes odpoledne jsem potřebovala uvařit, ale ono mě nechtělo nechat, věšelo se mi na nohy a to byl vedle manžel a pořád ji na něco lákal, ale ono stále stupňovalo dožadování. Tak jsem ho oblékla a šli s manželem ven. Nejprve pobrekávalo a u rybníka pak chytlo amok, nedalo se utišit, tak manžel musel zpátky domů, a když mě vidělo, ječelo jako pominuté. Vzala jsem ho do nosítka a vařila s ním, a ono se uklidnilo. S tímhle nevíme, jak pracovat.

Neexistuje jiný způsob, jak se zbavit separační reakce, než ji nechat vychladnout. Tedy obejmout dítě, hrát si s ním, až ho to pustí.

Separační reakci vidíme i u dospělých

Manželka dělá mužovi dvě scény. Jednu ráno při odchodu z práce, druhou při příchodu. Pak se zklidní, večer si vleze k mužovi do postele, chce po něm, aby ji hladil a říká mu: Sice jsi kurva, ale stejně tě mám ráda.

Separační reakce při manipulaci rodičů

Viz video kontaktní předávání

U dětí mívá separace někdy atypickou podobu

U separační reakce se jedná ne fyzickou vzdálenost, ale o psychickou.

Psychickou vzdálenost zvýšil sen

Večerní spaní zpočátku bez pláče, pak se ale malé najednou probralo a začalo plakat a pak vřískat. Beru ho do náručí, nejdřív se brání a přetlačuje se, pak se ale přitulí a v náručí na mě usíná. Ukládám Mimi do postýlky už tvrdě spící.

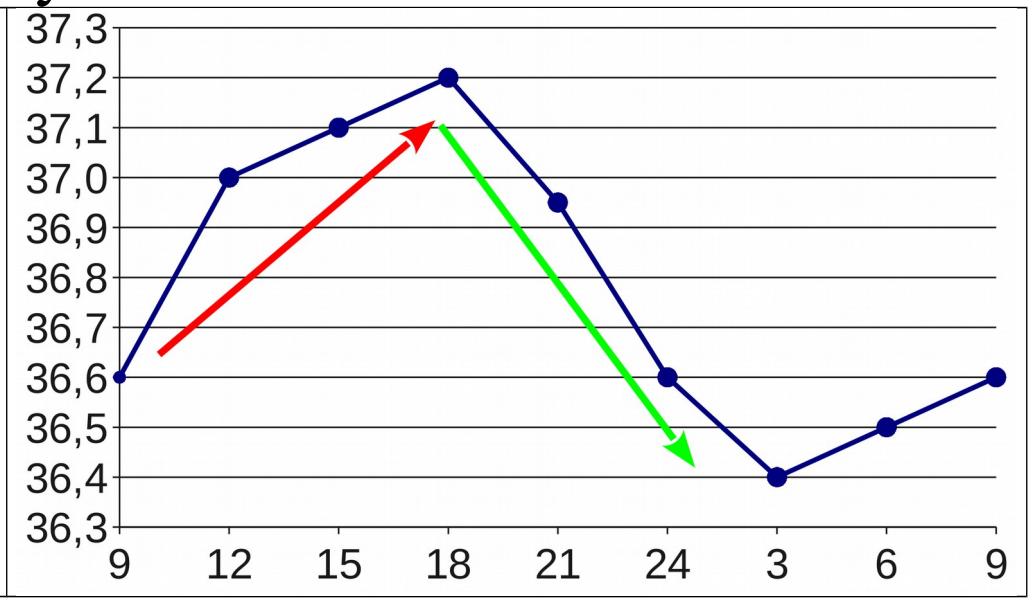
Psychickou vzdálenost zvýšila choroba

Dnes ve čtvrtek volala osvojitelka s prosbou o konzultaci. Mimi má po očkování velmi prudkou reakci, teploty již 3 dny neklesají pod 40°C. Probrali jsme, jak jsme horečky řešili my a zkusili doporučit, jak mohou dítěti zkusit ulevit. V úterý na to volala osvojitelka s prosbou o další konzultaci. Zdravotní stav dítěte se již zlepšil. Místo toho se dítě začalo chovat negativně, odmítá spolupracovat, ***zkouší objevit, kde má hranice****.*

I školení rodiče absolutně nerozumí podstatě separační reakce.

Citová vazba je dobře pozorovatelná navečer

Ráno se rozcházíme, abychom se navečer slezli.



Večerní separační reakci mají dospělí i děti

Pivo nebo večerní únava jako zkrášňovač?

beer_goggles_622180a.swf

homer_hvezda_1x11-Kysele_hrozny_sladke_Francie.avi.wmv

Ty děti, které byly na dosah, přežily noční hrůzy

Citová labilita

Nestabilita hlavní rodičovské figury do tří let je hlavním faktorem, který doslova psychicky mrzačí děti v ústavech.

Jejich prožívání si normální lidé (žadatelé o NRP) nedokáží představit.

Děti jsou nošenci, tedy mají v genech držet se jedné primární pečující osoby. Její absence v nich vyvolává pocit existenciálního ohrožení – dřív se to rovnalo smrt.

Děti se rodí s převahou aktivační mechanismů. Jsou lehce podrážditelné. **Jedním z hlavních úkolů matky je naučit dítě se systematicky samo sebe zklidňovat**. Když se nenaučí v raném věku, nese se to s nimi celý život v podobně neschopnosti zvládat zátěžové situace.

Všechny tyto jevy se často shrnují pod jeden termín citové deprivace a mají dopad na celý život dítěte. Je jen otázka náhody, zda přerostou jen v neurotismus nebo až v získanou psychopatii (sociopatii, poruchy osobnosti).

Rané poruchy jsou nespecifické a projevují se prakticky ve všech oblastech života.

Typické následky rané deprivace

- citová nestálost – za jeden den projdou takovými citovými stavy jako normální lidé neprojdou za měsíc
- převažující pocity prázdna či ztracenosti
- anhedonie (ztráta potěšení z běžných aktivit)
- derealizační a depresonalizační syndromy (pocit, že neexistuji, že se mi vše jen zdá)
- neschopnost prožitku flow, tzn. neschopnost ponořit se do práce či do studia
- velice časté návaly úzkosti se střídají s pocity nudy. Obé je neustále pudí unikat z místa, kde právě jsou.
- subdeprivace – chronické rozlady
- neschopnost relaxace a zároveň neumějí pozorovat napětí v těle
- fantazijní bestiárium – neustálé hostilní debaty v rámci denního snění s fantazijními postavami blízkých lidí
- chronická sebenenávist

Snížená citová kapacita

Do vyčerpání citové kapacity fungují zamilované SMS.
Po vyčerpání se na ně člověk kouká a nic mu to neříká.

Normální člověk vydrží bez partnera v klidu i tři dny
zde pociťují propad už po půl hodině

Trvalý objekt

Absence trvalého citového objektu

Po sexu s manželkou vyjde muž před ulici a ihned pocítí úzkost, tak nabízí svou vizitku první hezké dívce, kterou uvidí.

Nefungování záchytné osoby

werich_bez_titulku.wmv

Tranzitorní ad hoc postavy

ráno matka
řidič autobusu
šéfová
terapeut
řidič autobusu
matka

Ritualizovaná samomluva

Klientka jako malé dítě používala ke zklidnění rituál. Ten spočíval v tom, že šla do kuchyně, kde si stoupla k ledničce, a velmi pomalou, ale důraznou dikcí opakovala následující věty:

Budeš tady ráno?

Když tak v krámě...

Škvoři nelítaj‘.

Ona je pomalu opakovala sama, převážně bez fyzické přítomnosti matky, proto například druhá věta je jakási odpověď matky, kterou si však dcera říkala sama sobě. Tento rituál sloužil původně pouze ke zklidnění před spánkem, ale pak byl používán ke zklidnění obecně.

Terapeutická varianta:

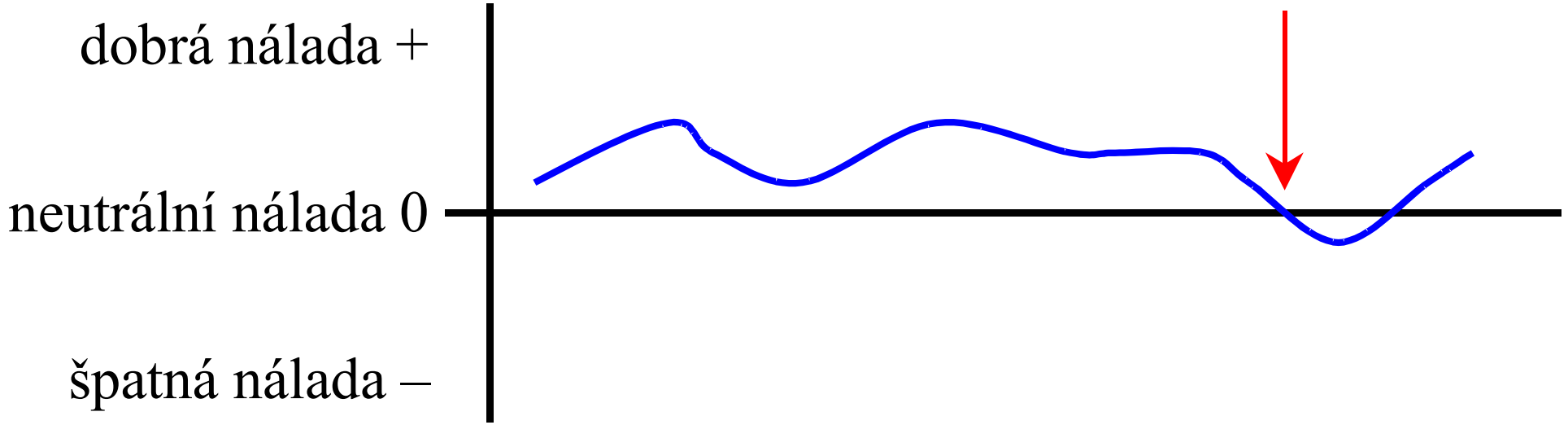
konejšivá samomluva

Další příklady: http://disertace.klimes.us

Dopady na kolektivní život

- Excesy - buď žádný (sociální fobie) nebo exesivní (dítě ulice, parta)
- kompulsivní sociabilita (nevydrží chvilku sám)
- promiskuita
- u žen - netvoří typické dvojice, ale spíš shluky
- u mužů - netvoří přátelství ale spíš narcistně se nechá obdivovat (Zeman, Klaus)

Prožívání normálního zdravého člověka

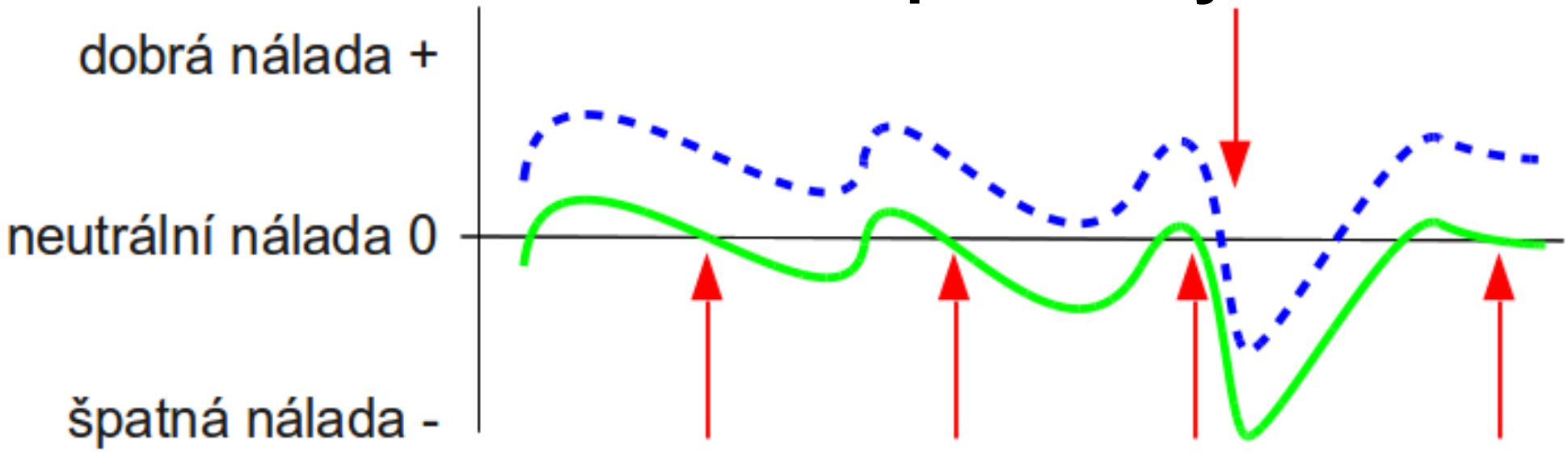


Teorie well-being ukazují, že lidé mají nastavený emocionální systém tak, aby bez ohledu na absolutní stav člověka **kolísal mírně nad nulou**.

Takto člověk je pozitivně laděn po většinu doby, ale občas se propadne pod nulu (červená šipka). Objevuje se **přirozená emocionální indikace** – *„Děláš to dobře, máš dobré pocity. Děláš to špatně, máš špatné pocity.“*

Člověk svými úvahami („savčím mozkem“) je schopen si v omezené míře navodit jak pocit štěstí, tak neštěstí

Normální versus citově deprivovaný člověk



Zatímco normální člověk má jeden propad do špatné nálady, většinou důvodný, tak subdepresivní lidé mají takové propady čtyři jen proto, že jsou na hraně prožitkové nuly. **Tři plané poplachy, jen jeden důvodný.**

<u>Plané poplachy:</u>

- vyžadují zvýšenou pozornost okolí
- když okolí nefunguje, tak se raději upíná na věci
- vedou k chaotickým obranným reakcím – impulzivní výbuchy
- neschopnost flow – práce studia, protože v tom brání citové propady

Sebenenávist a fantazijní bestiárium

Sebenenávist je uložena do anticipovaného chování druhých lidí, do fantazijních postav. Zde Garfield očekával úplně jinou reakci člověka.

Sebenenávist je většinou inhibovaná, tzn. člověk až na nejtěžší chvilky neřekne: *"Já se nenávidím.* To pak je **desinhibovaná sebenenávist**.

Inhibovaná rétorika vypadá: *"Já netrpím sebenenávistí. Naopak já se mám rád až příliš. Jsem spíš egoista."*

Příklad desinhibované sebenenávisti

Podiveně jsem se zeptal jedné holky: "A vy se nebojíte sama stopovat po Evropě?"
Ona: "Proč bych se měla bát?"
JK: "Že by vás někdo znásilnil, či vám jinak ublížil?"
Ona: "Něco tak hnusnýho, jako jsem já, nemůže přece nikdo znásilnit."

Podíval jsem se na ni, jestli to myslí vážně, ale vypadala, že to opravdu není vtip. Byla to hezká holka, kde by nikdo na první pohled neřekl, že může trpět takovou nenávistí k sobě.

Zrcadlový test nespokojenosti sama se sebou

Sledujte, jak se Vám líbí Váš vlastní obličej v zrcadle.

Neznám tě, ale zuby ti vyčistím.

Fantazijní bestiárium

Pro lidi trpící sebenenávistí nejsou nejhorší hektické, stresující okamžiky. Tam se naopak cítí nejlépe. Opravdové peklo zažívají, když je klid a když jsou sami se sebou. Do čtvrthodiny se spouští denní snění. V hlavě se jim to začne hemžit fantazijními postavičkami, které jim neustále něco vyčítají a předhazují. Čím je jim hůř, tím jsou tyto postavičky neodbytnější a hnusnější. Člověk na ně instinktivně použije spontánní obrannou reakci. Zkusí je podobně jako reálné lidi vyhnat. Fantazijní postavy, ale z hlavy vyhnat nejde, takže tím se to vše ještě zhoršuje.

Na fantazijní bestiárium je třeba znát speciální triky – viz Partneři a rozchody

S fantazijním bestiáriem je třeba počítat, když se snažíme pochopit nelogické chování lidí.

Jak vypadají pocity prázdna?

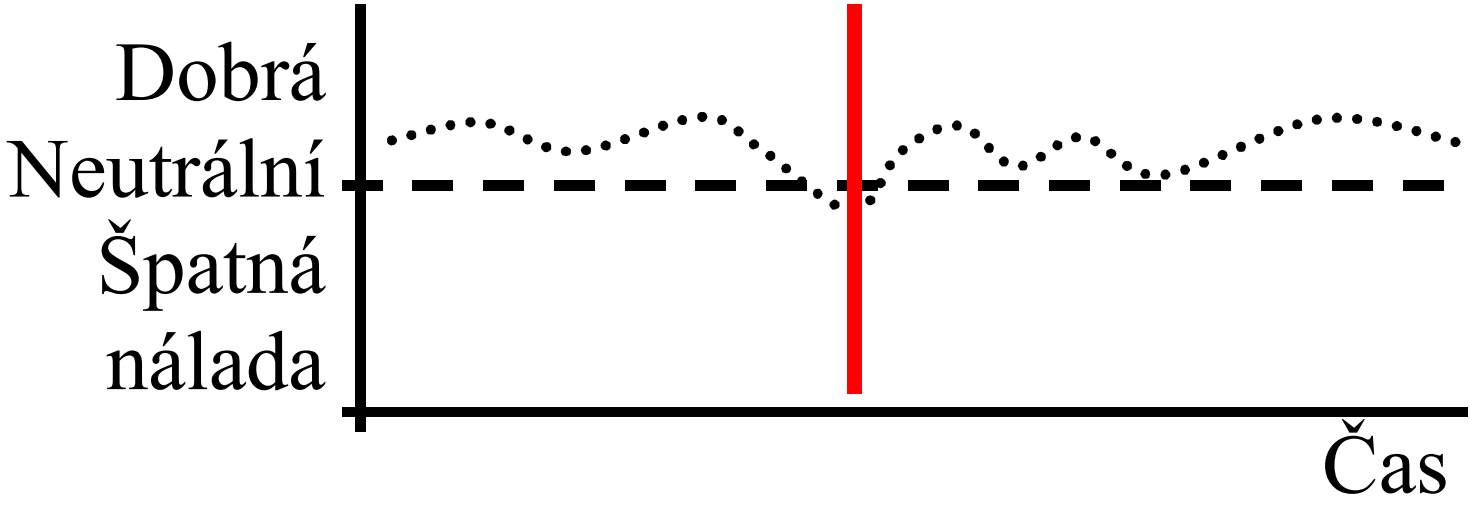
"Je to jako když hraješ počítačovou hru. Jsi tam, chvílemi to prožíváš jako opravdické, ale přitom víš, že to je jenom hra, jen zabíjení času. Že na tom nikomu nezáleží, jestli vyhraješ nebo padneš, vlastně ani tobě ne. A taky je celkem jedno, že při tom občas někoho sejmeš."

Vančáková Martina: Romské dítě v náhradní rodině

Derealizační syndrom
Pocit chronického životního prázdna
Záplatování života, zabíjení času
Bezcennost života vlastního i cizího

Záchytná osoba

Po reprodukci je funkcí partnerství vzájemná pomoc a citová podpora.



pec nám spadla

Během dne se nám občas překlopí nálada z pozitivní do negativní a v tomto okamžiku má každý z nás nějakou záchytnou osobu, od které očekává pomoc.

Kdo je záchytná osoba, se nedá ovlivnit silou vůle.

Viz video Werich - královna

U dětí je to samozřejmě rodič: "Mamíí, Tatíí".

U dospělých je to partner, ten, do koho je zamilován, eventuálně jiné osoby: Bůh, fantazijní postava psychologa ap.

Nekonečné přehrávání - příklad

Klientka byla zvyklá zavolat mužovi vždy před odchodem z práce ve čtyři hodiny. Když odhalila jeho nevěru, tak mu samozřejmě nezavolá, ale to nijak neoslabí její odpolední potřebu sblížení. Místo reálného rozhovoru každé odpoledne pákovým efektem do její hlavy napochoduje nejprve proradný manžel a v za ním v těsném sledu šťastná milenka. (Záchytná osoba a vysvětlení, proč se mnou není.)

Následuje fantazijní samomluva, při které se tisíckrát dokola přehrávají urážky z minula, a ona má pocit, že se jen vysmívají její bolesti. Fantazijní hádka končí naprostým vyčerpáním klientky, eventuálně telefonátem - buď nic netušícímu manželovi, kterému je z čistého nebe vynadáno, nebo někdy též psychologovi, aby něco na manžela vymyslel.

Proto první věta je: "Co jste si v hlavě přehrávala půl hodiny před tím, než jste mi zavolala."Pak je třeba zastavit tyto marné a škodlivé pokusy manipulovat s fantazijními postavami.

Stejným mechanismem vzniká fantazijní bestiárium u dětí v NRP

Po rozvodové dvojCD: *The very worst of...*

Víme, kdo nahrál, ale kdo je největší fanoušek těchto cd?
Kdo je nejčastěji přehrává?

Děkuji Vám za pozornost

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D.
http://www.klimes.us

Literatura JK

http://domeny.klimes.us

http://rozchody.klimes.us

http://stridavavychova.klimes.us

http://predterapii.klimes.us

http://prechozenevztahy.klimes.us/

http://nevera.klimes.us

http://klimes.mysteria.cz/clanky/psychologie/prosazovani_styku.pdf

http://klimes.mysteria.cz/clanky/psychologie/dite_obet_konfliktu.htm

http://klimes.mysteria.cz/clanky/psychologie/predavani_deti_a_exklusivita_vztahu.htm

http://identita.klimes.us

http://nemocapsychika.klimes.us/

http://disertace.klimes.us