

česká asociace **streetwork.cz**

25 let na ulici

Terénní a nízkoprahové programy 2022

Výsledky práce a výzvy

12.–13. 5. 2022

Na ulici se pracuje!



Konference je pořádána v rámci projektů:
Společně a odborně v Praze CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_099/0015187
Společně a odborně CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_098/0015188

Projekty jsou spolufinancovány Evropskou unií.

Dopady negativních zkušeností v dětství a podpora osob s vývojovým traumatem

Mgr. Anna Kubíčková, ČOSIV

Anna.kubickova@cosiv.cz

Na ulici se pracuje!



Konference je pořádána v rámci projektů:
Společně a odborně v Praze CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_099/0015187
Společně a odborně CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_098/0015188

Projekty jsou spolufinancovány Evropskou unií.

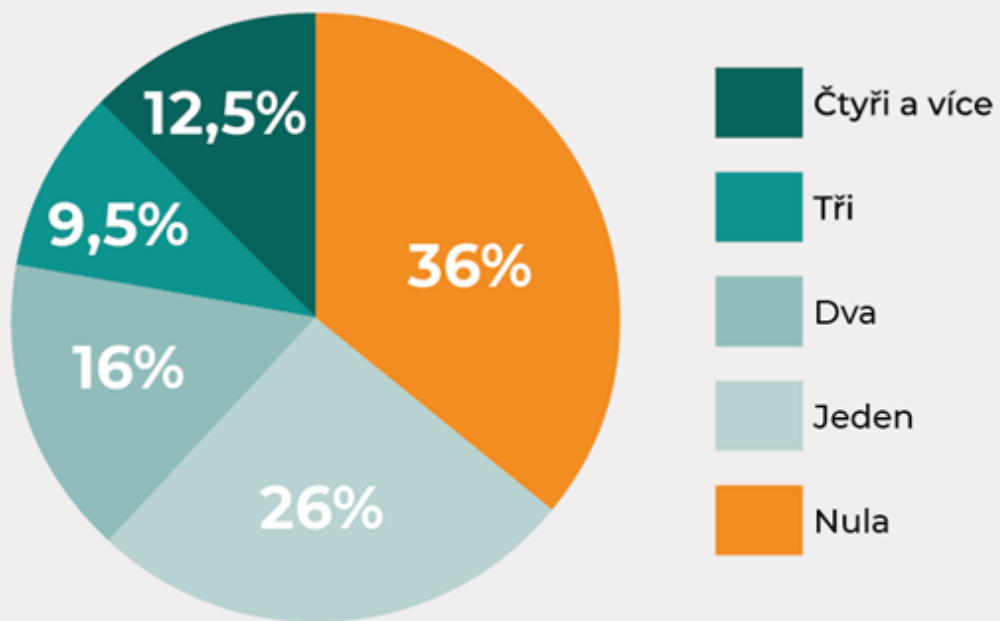
NEGATIVNÍ ZKUŠENOSTI V DĚTSTVÍ

Nevhodné zacházení	Disfunkční rodinné prostředí
psychické týrání (USA+ČR)	užívání návykových látek v rodině (USA+ČR)
fyzické týrání (USA+ČR)	duševní onemocnění v rodině (USA+ČR)
sexuální zneužívání (USA+ČR)	násilí vůči matce (USA+ČR)
<i>emocionální týrání</i> (ČR)	kriminální chování členů domácnosti (USA+ČR)
	<i>alkoholismus v rodině</i> (ČR)
	<i>pokus o sebevraždu členem rodiny</i> (ČR)
	<i>rozvod nebo odloučení rodičů</i> (ČR)

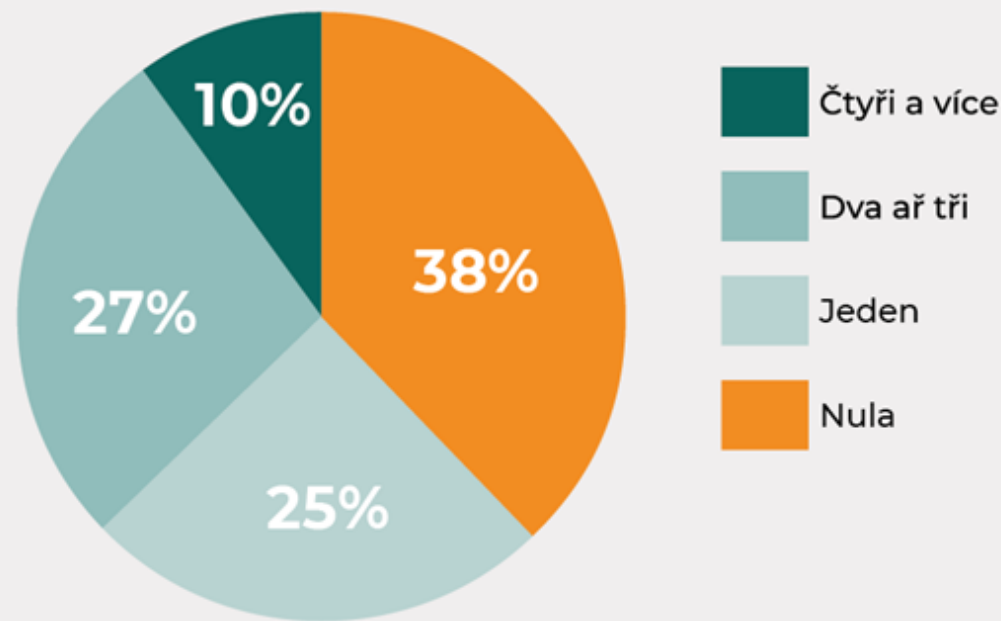
<https://cosiv.cz/cs/2021/10/14/ace-study-jak-negativni-zkusenosti-v-detstvi-ovlivnuji-nas-dalsi-zivot/>

ČETNOST NEGATIVNÍCH ZÁŽITKŮ (NZD) V DĚTSTVÍ

Četnost NZD podle původní studie



Četnost NZD v ČR



<https://www.cdc.gov/violenceprevention>

WHO (2017). Survey of adverse childhood experiences in the Czech Republic

V ČR byla realizována ACE studie Světovou zdravotnickou organizací (WHO) **na studentech VŠ** (Ize tedy předpokládat, že by na reprezentativním vzorku populace byl výskyt NZD mnohem větší).

Studie v česku vyšla v roce 2017 a v důsledku působení pandemie (a restrikcí) **je pravděpodobné, že opět NZD přibýlo**, a navíc se již tak **vysoký počet dětí s NDZ kvůli lock-downu izolovalo v nevhodném prostředí** a dopady tedy budou horší

VÝSKYT NEGATIVNÍCH ZKUŠENOSTÍ V DĚTSTVÍ (NZD). POPULACE V ČR



NEGATIVNÍ ZKUŠENOSTI V DĚTSTVÍ

Příklady **dalších** negativních zkušeností
(nejsou v ACE studii zkoumány):

Přírodní nebo člověkem způsobené **katastrofy**

Nucené **přemístění**

Traumatický smutek a **separace**

Interpersonální **násilí**

Trauma vyvolané systémem (diskriminace)

Válka, terorismus

Politické násilí

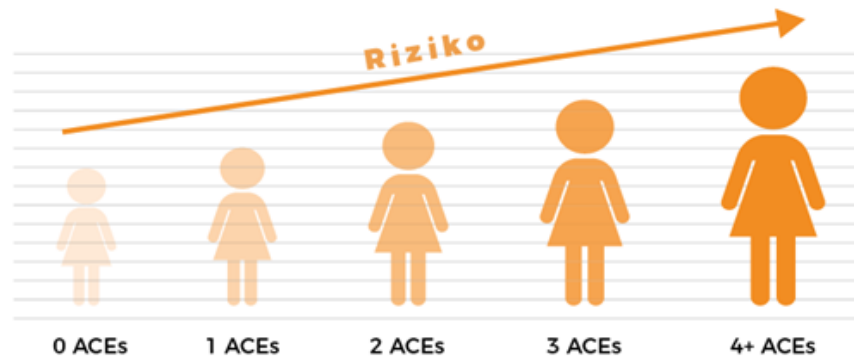
...

(Gerrity & Folcarelli, 2008)

NEGATIVNÍ ZKUŠENOSTI V DĚTSTVÍ

JAKÝ DOPAD MAJÍ NEGATIVNÍ ZKUŠENOSTI V DĚTSTVÍ (NZD)?

S počtem kategorií NZD, které dítě zažilo nebo zažívá, **vzrůstá riziko negativních dopadů.**



RIZIKA NEGATIVNÍCH DOPADŮ

Chování



Fyzické a psychické zdraví



Zdroj: Centers for Disease Control and Prevention

S ČETNOSTÍ NEGATIVNÍCH ZKUŠENOSTÍ V DĚTSTVÍ ROSTE PRAVDĚPODOBNOST RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ

	0 kategorií NZD	3 kategorie NZD	7 a více kategorií NZD
	1 ze 16 kouří	1 ze 9 kouří	1 ze 6 kouří
	1 z 69 je alkoholik	1 z 9 je alkoholik	1 ze 6 je alkoholik
	1 z 480 užívá nitrožilně drogy	1 z 43 užívá nitrožilně drogy	1 z 30 užívá nitrožilně drogy
	1 ze 14 má srdeční onemocnění	1 ze 7 má srdeční onemocnění	1 ze 6 má srdeční onemocnění
	1 z 96 se pokusí o sebevraždu	1 z 10 se pokusí o sebevraždu	1 z 5 se pokusí o sebevraždu

VYSTAVENÍ NEGATIVNÍM ZKUŠENOSTEM V DĚTSTVÍ ZVYŠUJE PRAVDĚPODOBNOST POKUSU O SEBEVRAŽDU



**1 ZE 100
OSOB**

které v dětství nezasáhla
žádná ze zkoumaných
kategorií NZD, se ve
svém životě **pokusí
o sebevraždu**



**10 ZE 100
OSOB**

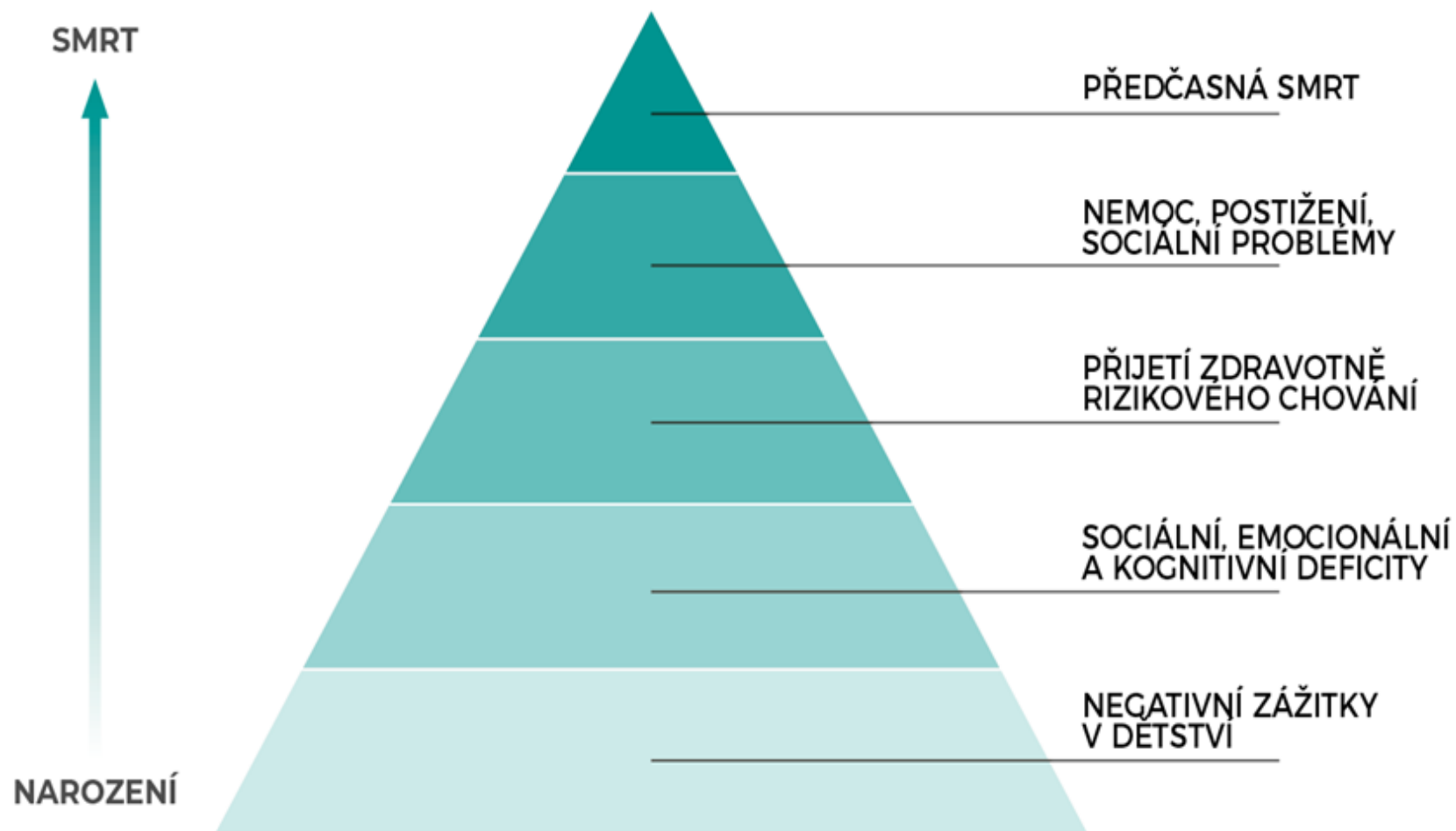
které jsou ovlivněny
3 a více různými
kategoriemi NZD, se ve
svém životě **pokusí
o sebevraždu**



**20 ZE 100
OSOB**

které jsou ovlivněny
7 různými kategoriemi
NZD, se ve svém životě
pokusí o sebevraždu

POTENCIÁLNÍ CELOŽIVOTNÍ VLIVY NEGATIVNÍCH ZKUŠENOSTÍ V DĚTSTVÍ (NZD)

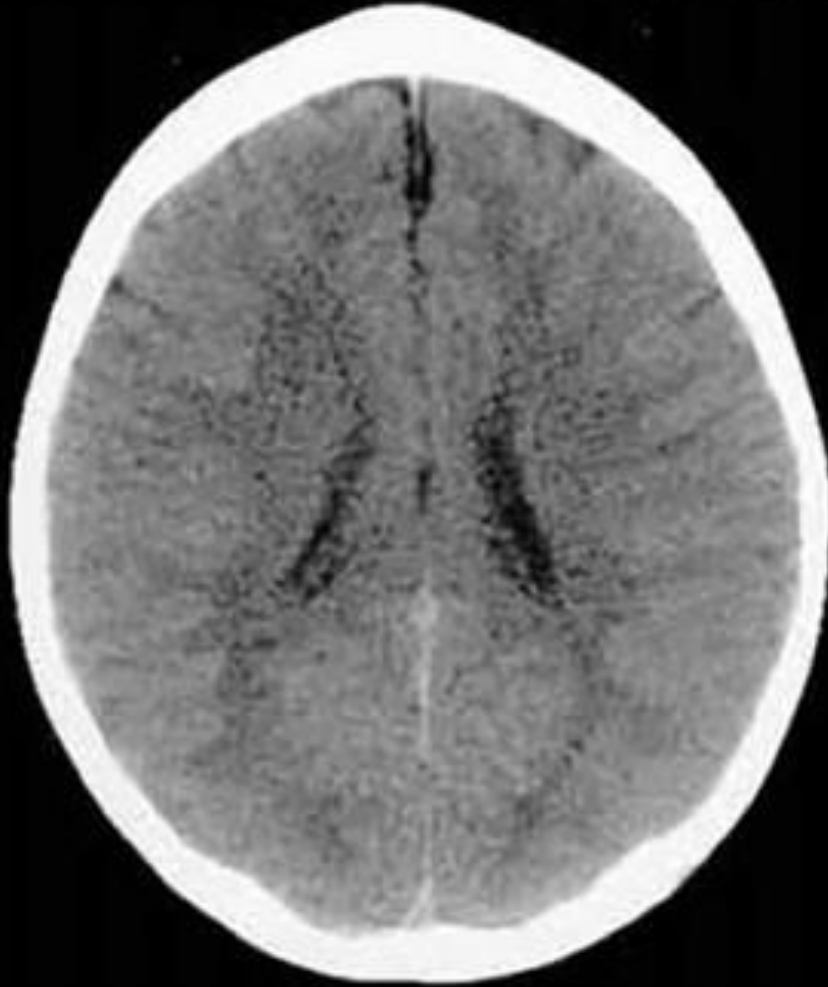


Mozek se vyvíjí v závislosti na jeho používání

Stimulované spoje se posilují a signály si vyměňují rychleji, nestimulované odumírají nebo si signály vyměňují pomaleji.



3 Year Old Children



Normal



Extreme Neglect

Bruce Perry, 2002



Traumatizované děti se často projevují náročným chováním...

vyrůstaly v takovémto prostředí...

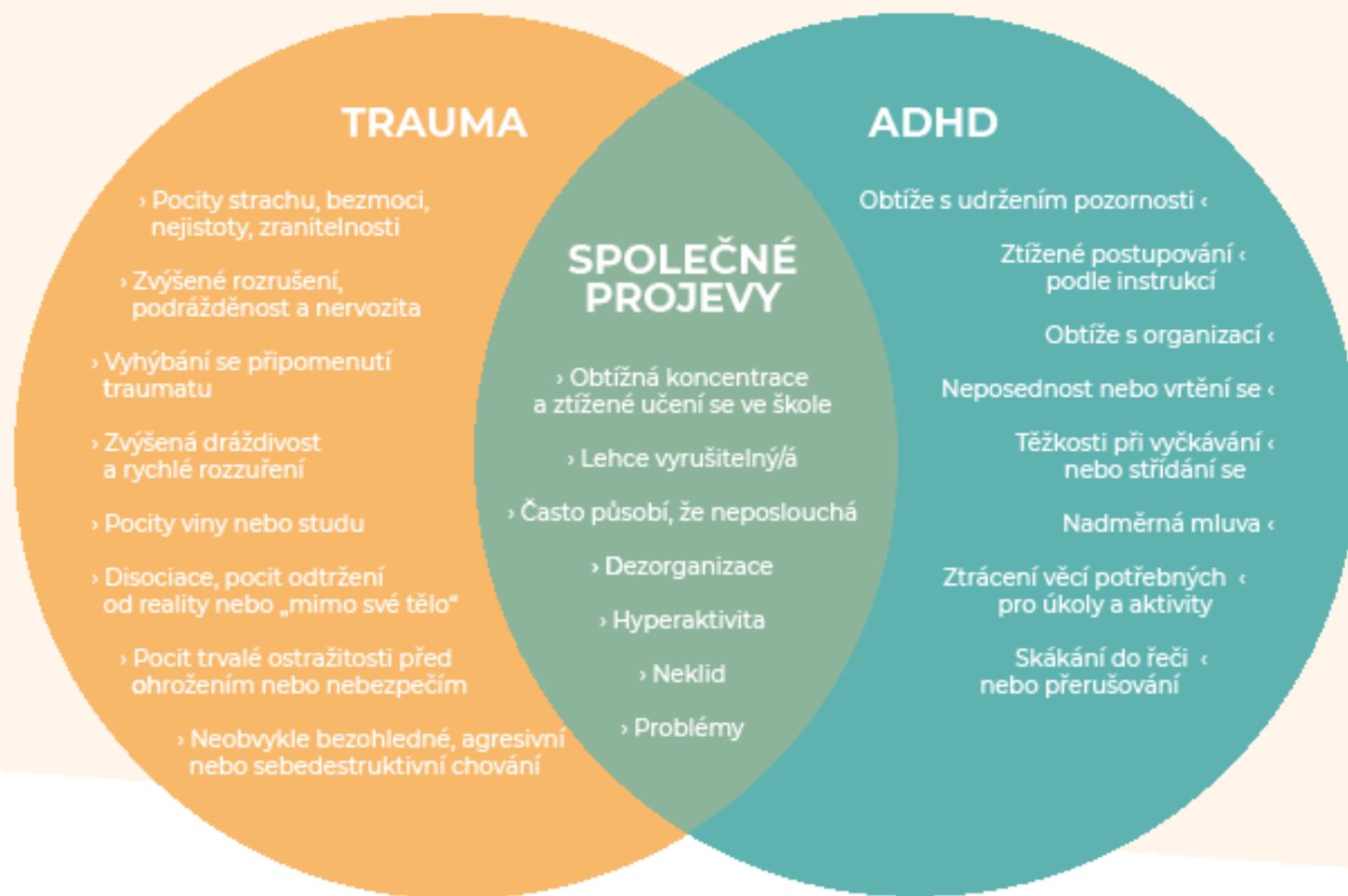


Musíme se jich přestat ptát «Jak se to chováš?»

Musíme se začít ptát jinak:

«Co se ti stalo/čím sis prošel/prošla?»

SPOLEČNÉ PROJEVY V CHOVÁNÍ U DÍTĚTE S ADHD A TRAUMATICKÝMI ZKUŠENOSTMI.



Pozitivní zkušenosti

- Chrání před mnoha negativními **zdravotními a životními následky**
- Pomáhají **překonat trauma**
- Budují **odolnost** pro budoucí zvládnání negativních zkušeností
- Podporují psychickou pohodu a **duševní zdraví**

(About Adverse Childhood Experiences, 2019)

- Společnost může ovlivňovat a budovat protektivní faktory na všech úrovních = **dítě, rodina, komunita**

Odolnost (NME)

Stres

nepředvídatelný

závažný

situace není
pod kontrolou

Dlouhodobý/častý

málo mezilidské
podpory

zranitelnost

předvídatelný

mírný

situace je pod
kontrolou

Krátkodobý/méně častý

podporující vztahy

odolnost

Chování a akutní stres



- Podporující **vztah**
- Zajišťovat **předvídatelnost** - struktura (vizualizace), pravidelnost, rituály
- Dávat dětem možnost **volby**
- **Předem** dítě/děti upozorňovat, pokud se má dít **něco neobvyklého**
- **Uvědomovat si**, že problémy s chováním mohou **souviset s traumatem**
- Poskytnout **bezpečné místo**
- Zajistit, aby dítě mohlo v bezpečí otevřeně mluvit o tom, co se mu stalo/děje
- **Sledovat a eliminovat podněty**, které mohou na traumatizované dítě negativně působit
- Předvídat **obtížná období** (např. „výročí“) dítěte a poskytovat dodatečnou podporu
- Být si vědomi **reakcí jiných dětí** na traumatické zkušenosti a na informace, které dítě sdílí
- Děti se s traumatem **vyrovnávají často tím, že se znovu účastní traumatu prostřednictvím hry nebo interakce s ostatními** – vhodnými způsoby bránit vyvolání opakování traumatu v nevhodném prostředí (přesměrovat pozornost, konverzace o samotě)
- Podporovat zdravé **způsoby seberegulace**
- Systematicky podporovat **základní životní potřeby dětí**

Co dále?

- **Mějme oči otevřené.** Včasné rozpoznání ohrožení může být rozhodující.
- **Podporujme dobrou atmosféru a wellbeing všech dětí a kolegů.** Bezpečné a podporující prostředí pomáhá (nejen) dětem s negativními zkušenostmi.
- **Podpořme rodiny v psychosociální krizi, propojme je včas s odpovídající odbornou podporou.** Zdravý vývoj dětí v jejich rodinném prostředí by měl být naší nejvyšší prioritou.
- **Rozšiřujme obecné povědomí o akutním a dlouhodobém vlivu negativních zkušeností na děti a jejich život v dospělosti.** Poučenost odborníků může zásadně zvýšit účinnost poskytované péče.
- **Pomáhejme rodičům zdravě zvládat stres a náročné životní situace,** aby děti nezažívaly toxický stres, který má negativní dopad na celý jejich pozdější život.
- **Zavádějme trauma respektující přístup.** Těžištěm je povědomí o dopadech a projevech negativních zkušeností, zvyšování pocitu bezpečí, předvídatelnosti a struktury prostředí například zprostředkováním možností volby, zřízením relaxačního místa či zavedením systemu PBIS.
- **Učme děti, jak si poradit v náročných situacích** pomocí nácviku socio-emočních a seberegulačních technik.

Zklidnění podle stresové aktivity

Infografika [Umění Zklidnění](#)

Video [Lenka Felcmanová](#)

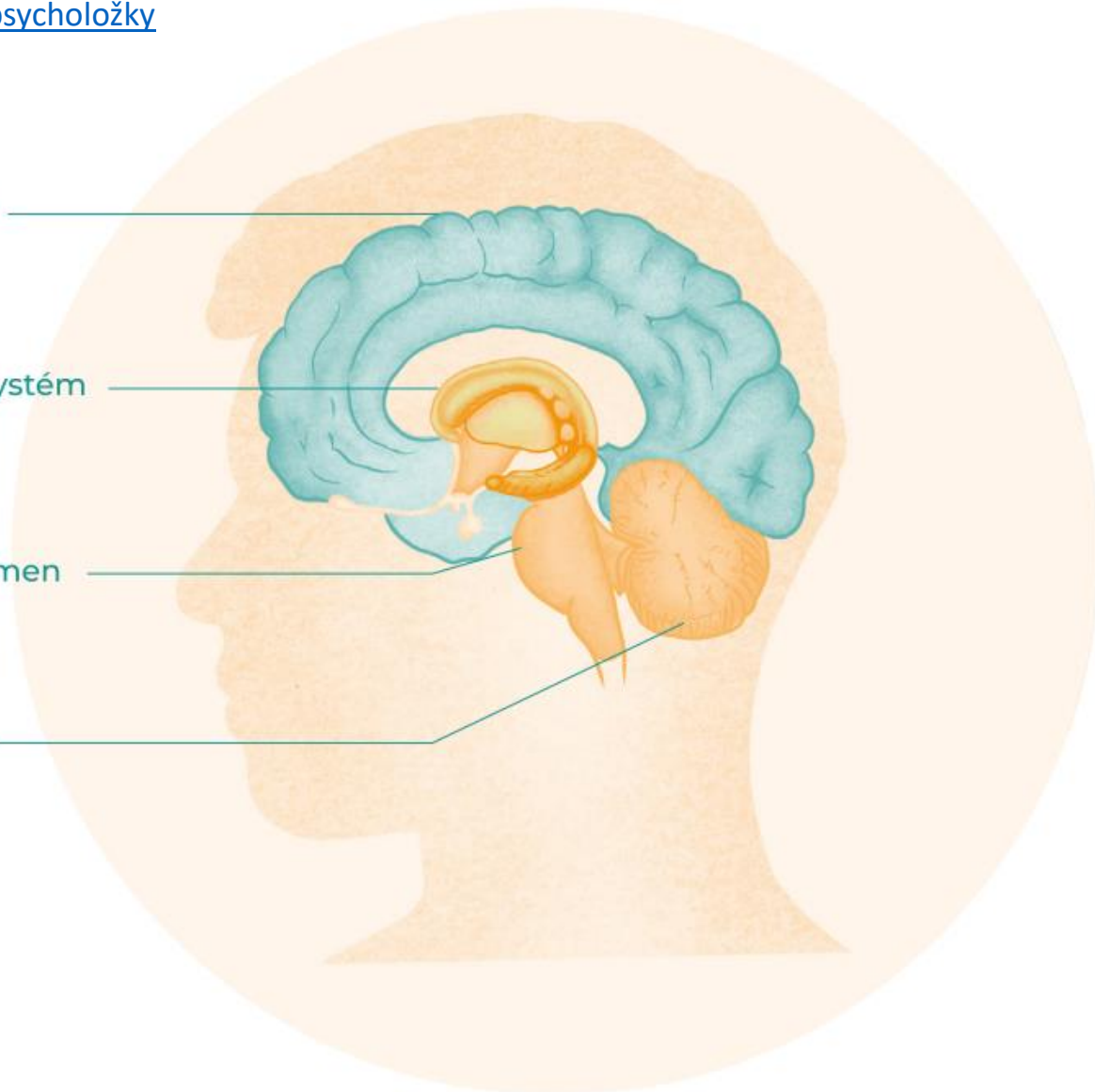
Video [Norské psycholožky](#)

Neokortex

Limbický systém

Mozkový kmen

Mozeček



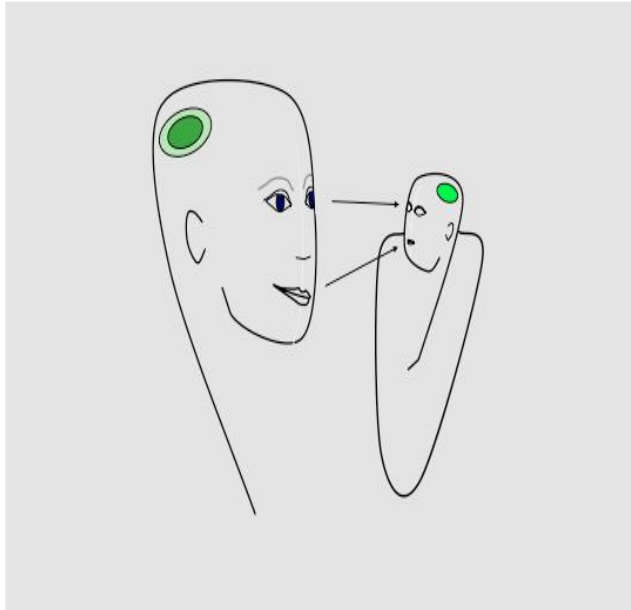
Regulace
rozumem

Regulace
vztahem

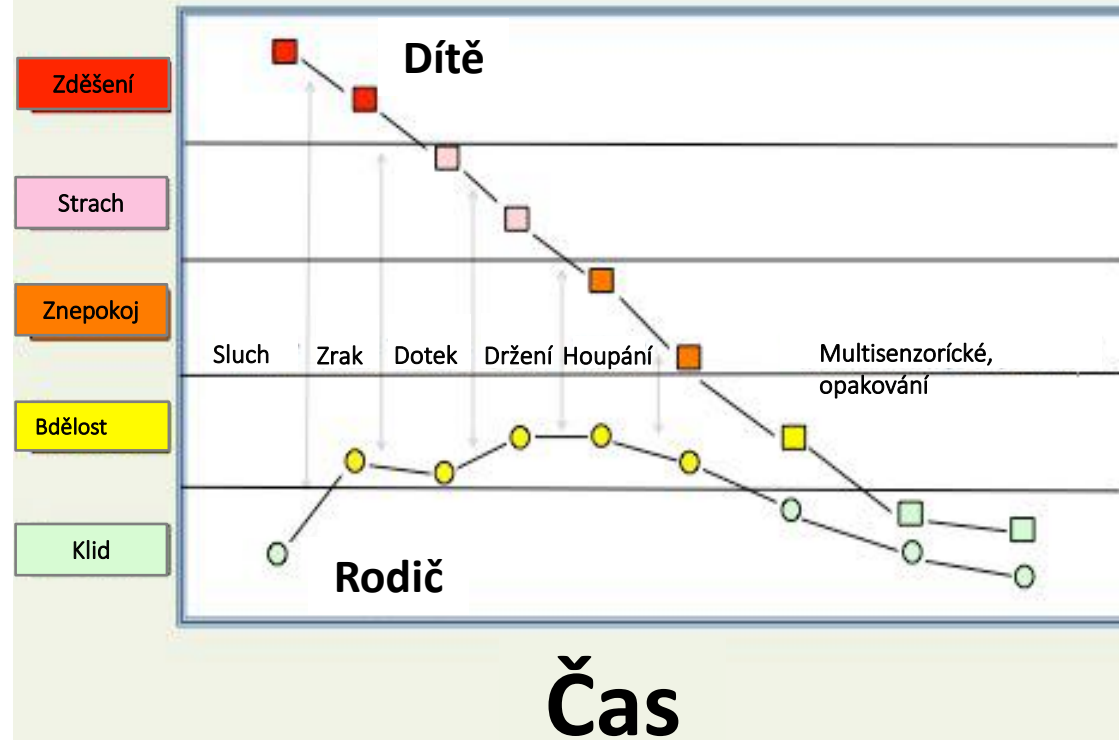
Senzomotorická
regulace



Vzájemné zklidnění

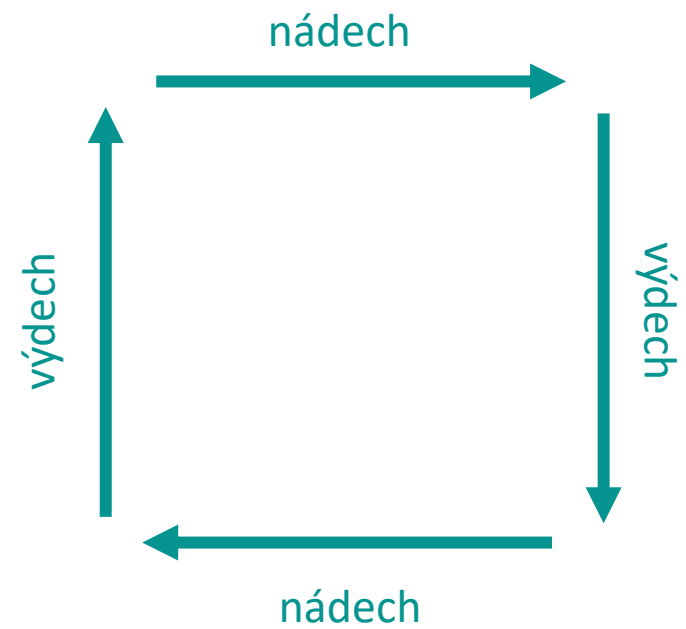
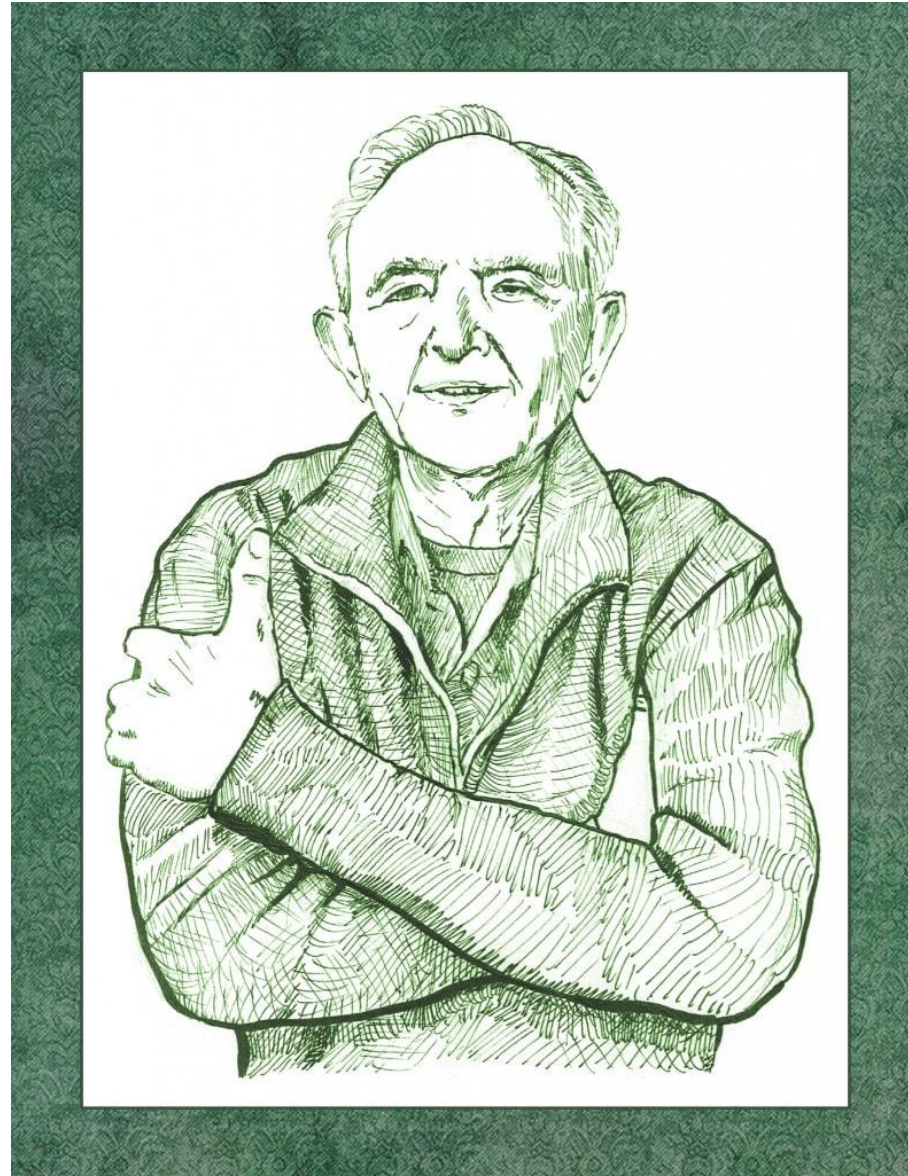


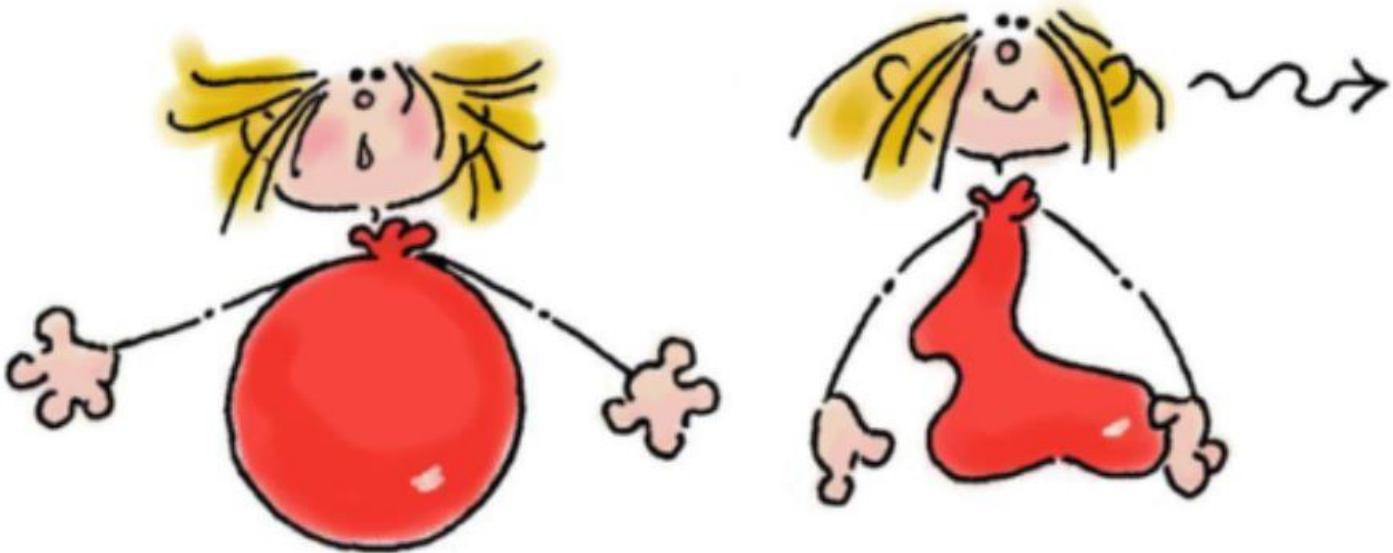
Společné zklidnění: Rozrušené dítě a vyrovnaný rodič



Dechové cvičení

Vložte pravou dlaň pod levou paži a levou dlaň křížem na (nebo pod) rameno pravé. Začněte dýchat pomalu a pravidelně.





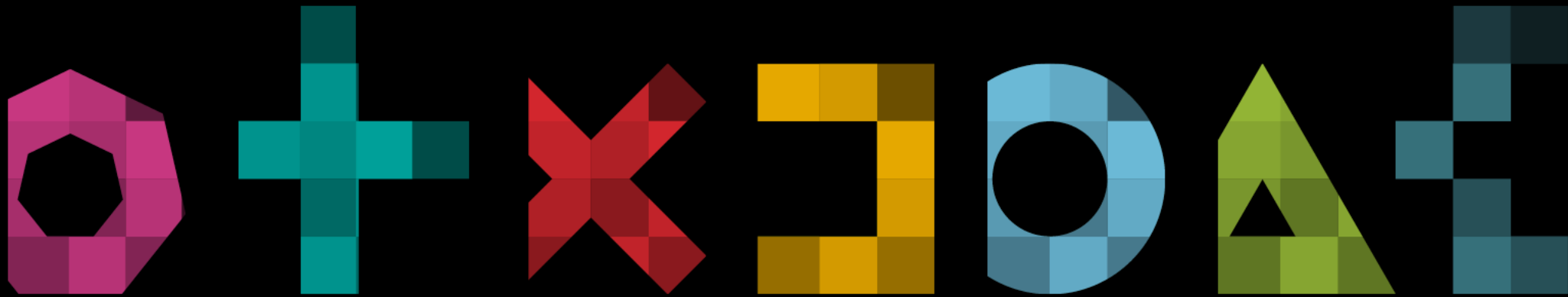
https://www.youtube.com/watch?v=HHgAl0M44RE&ab_channel=Mrs.Chojnowski

Subtitles + Nastavení: Auto-translate Czech

Další zdroje:

- Bruce Perry – Chlapec, kterého chovali jako psa
- Steven Porges – Polyvagální teorie
- Peter Levine – Somatické prožívání (somatic experiencing)
- Bessel van der Kolk – vývojové trama
- Steve Goodman – PBIS

- <https://cosiv.cz/cs/2022/03/25/sdilimeua/>



1997–2022



Konference je pořádána v rámci projektů:
Společně a odborně v Praze CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_099/0015187
Společně a odborně CZ.03.2.63/0.0/0.0/19_098/0015188

Projekty jsou spolufinancovány Evropskou unií.