

# Vliv traumatu a traumatizace na vývoj dítěte

Pemová Terezie

24.11. 2022, Ostrava

NIDAR, z.s.

Co si představíte, když se řekne trauma?

# TROCHU HISTORIE

# Pojem „trauma“ a „traumatizace“

- Počátek 20. století – používán pojem „hysterie“, třeba Freud považoval sdělení pacientek o prožitém sexuálním násilí za „sexuální fantazii“
- 1917 Charles Myers zaznamenal a popsal šokové reakce vojáků v 1. světové válce („shell shock“)
- 1920 Abram Kardien definoval „bojovou neurózu“, k obtížím přistupováno z psychoanalytického pohledu
- 2. světová válka (Kardien a Spiegel) – rozvíjení psychoanalytického přístupu (využívání hypnózy a expozici situacím podobným bojovým podmínkám)
- 1970 (Vietnamská válka) Lifton a Shatan (svépomocné skupiny pro vojáky s posttraumatickým stresem)
- Feministické organizace upozorňovaly, že obdobnými problémy jako vykazují váleční veteráni vykazují ženy – oběti znásilnění
- 80. léta - definitivní opuštění psychoanalytického přístupu a rozšíření konceptu trauma na širší spektrum životních situací

A co trauma a děti

# (Skoro)zapomenutí hrdinové a hrdinky ochrany dětí

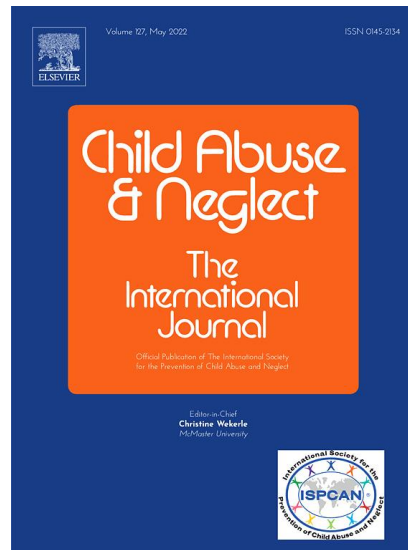
- Ambroise Tardieu (19. století, Francie, soudní lékař)
- Paul Caffey (1946, USA, radiolog)
- Elizabeth Elmer a Helen Boardman (1960 – 1962, Los Angeles, USA, *sociální pracovnice*)
- Do roku **1962!** nebyl v pediatrické/psychologické odborné literatuře publikován **JEDINÝ!** článek týkající se problematiky špatného zacházení s dětmi

# A pak to začalo...

- Medicínské (pediatrické) téma
  - 1962 – Kempe (radiolog, Colorado, USA) definoval „syndrom bitého dítěte“
  - 1963 – Fontana (pediatr) definoval „syndrom týrání, zneužívání a zanedbávání dětí“
  - 1964 – zjištění, že v USA v důsledku špatného zacházení s dětmi umírá více dětí, než na onkologická onemocnění

# ...co bylo dál

- 1974 – sociálně právní ochrana dětí se stává součástí politiky veřejného zdraví



- 1977 – vzniká specializovaný časopis Child Abuse and Neglect Journal



# Moderní pohled na trauma

- 1980 Americká psychiatrická asociace definovala „posttraumatickou stresovou poruchu“ jako diagnostickou jednotku v rámci klasifikace nemocí
- Postraumatické obtíže jsou reakcí na traumatickou událost (situace, která přesahuje naši schopnost zvládat zátěž)
- V průběhu 80. let definovány principy krizové intervence
  - Debriefing (již se opouští – prolongované obtíže)
  - Nyní „psychologická nebo psychosociální první pomoc“
- 1996 po bombových útocích v Oklahomě došlo k rozlišení
  - Akutní postraumatické reakce
  - Postraumatické stresové poruše
- 2005 van der Kolk – komplexní vývojové trauma
- Posun od traumatu jako reakci na válku (výjimečná situace výjimečné doby) k vnímání traumatu jako povětšinou civilní události z výrazným populačním výskytem, čemuž by měla odpovídat informovanost a dostupnost podpory a péče

CO JE TRAUMA A TRAUMATIZACE

# TRAUMA A TRAUMATIZACE

- Traumatická událost je situace, u které hrozí zranění, smrt nebo poškození integrity sebe či jiných osob (ponížení, ztráta důstojnosti), a/nebo způsobuje, že oběti **trpí hrůzou nebo bezmocností** v době, kdy k ní dojde
- Případně situace, která může být takto subjektivně vnímána
- Traumatizace je proces, jak reagujeme (tělo i mysl) na traumatickou událost/události

# Formy traumát

- Izolované traumatické události (např. autonehoda)
  - Potenciálně nejlepší prognóza
  - Výrazně protektivním faktorem jsou funkční blízké vztahy
- Multitraumatizující události
  - V případě dětí ACE's (adversity childhood experience)
  - Retraumatizace (zejména v blízkých vztazích)
  - Válečná traumatizace
- Komplexní vývojové trauma (děti traumatizované blízkými osobami v raném věku)
- Posttraumatická stresová porucha – trauma nemusí vyústit v psychiatrickou poruchu, typičtější jsou posttraumatické reakce (netypické reakce na netypický životní událost)
- Dopady traumatu zhoršuje faktická nebo symbolická bezmoc

# Co se děje v průběhu traumatizace v těle

- Traumatizace je všeprostupující a zpětnovazebná
  - Např. změna hormonálního ladění jako reakce na ohrožení (může být chronická až trvalá)
    - Ovlivňuje spánek (čím hůře spíme, tím méně regenerujeme)
    - Stravování (čím hůře jíme – nejen množstvím, tak nutričním složením stravy, tím méně máme energie pro zvládnutí situace/myšlení)
    - Změna v napětí v těle (svalový tonus) – bolesti, peristaltika, dýchání
- Posttraumatická reakce (nikoliv porucha) běží jakoby na pozadí našich tělesných a emočních procesů, bez možnosti ovlivnění vůlí (nebo jen minimálně, či po tréninku nebo s podporou druhých lidí)

# Jak trauma mění naše chování, myšlení a prožívání

- Trauma není samotná událost, ale její otisk v našem těle, mysli, duši
- Událost, která se odehrála „venku“ a třeba už skončila, je stále přítomna v těle, mysli, duši a někdy dochází k jejímu opakovanému „přehrávání“
- Trauma je preverbální (proto může být obtížné někdy formulovat co se stalo, co teď cítíme – nelze mlčet, ale ani slovy vyjádřit)
  - může se projevat „flashbacky“, nočními můrami, pocity disociace (odpojení od tělesných prožitků, či situací)
- Pod vlivem zátěže „ztrácíme“ rozum a/nebo máme „dlouhé“ vedení (ve smyslu racionálního řešení)
- Ovlivňuje naši paměť, pozornost, schopnost porozumět mluvenému slovu, schopnost plánovat /pracovat s časem/, rozložit si logicky úkoly na menší a vzájemně navazující činnosti
- Ovlivňuje naši schopnost udržovat a navazovat vztahy - může nás vzdalovat od blízkých osob i pomáhajících

Co se stane v mozku v důsledku traumatizace

## Agresivita x Pasivita

konflikt, nevděk, nesympatie, nedostatek vůle, nemotivovanost, prázdnota, osamělost



## Trauma

tělesný prožitek, emoce, exekutivní funkce, vztahy



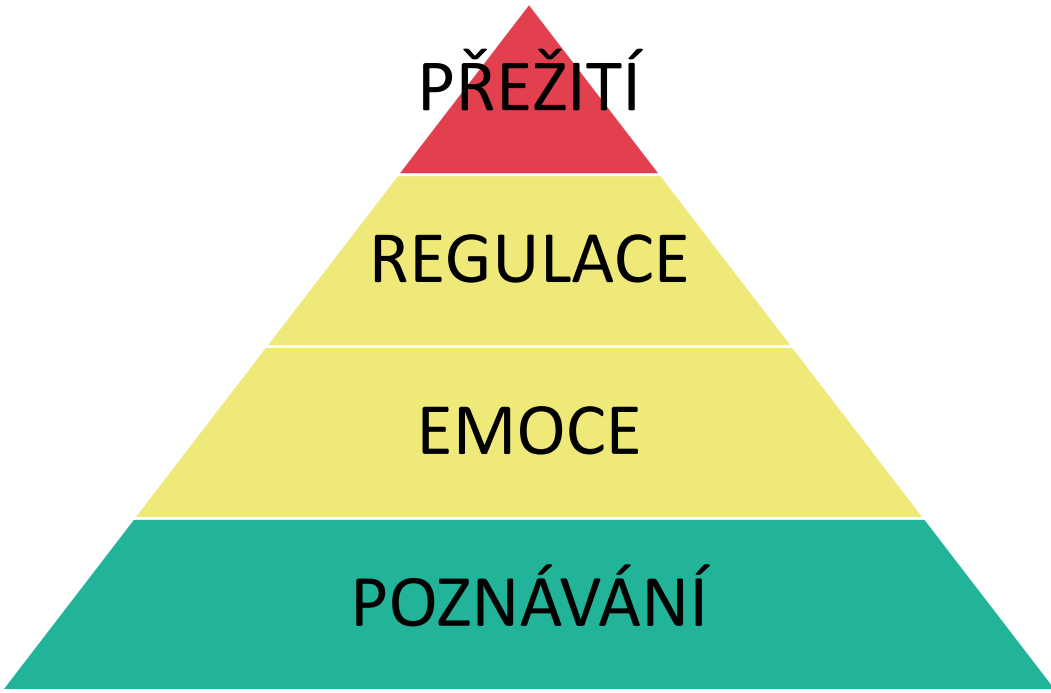
Lidský

Savčí

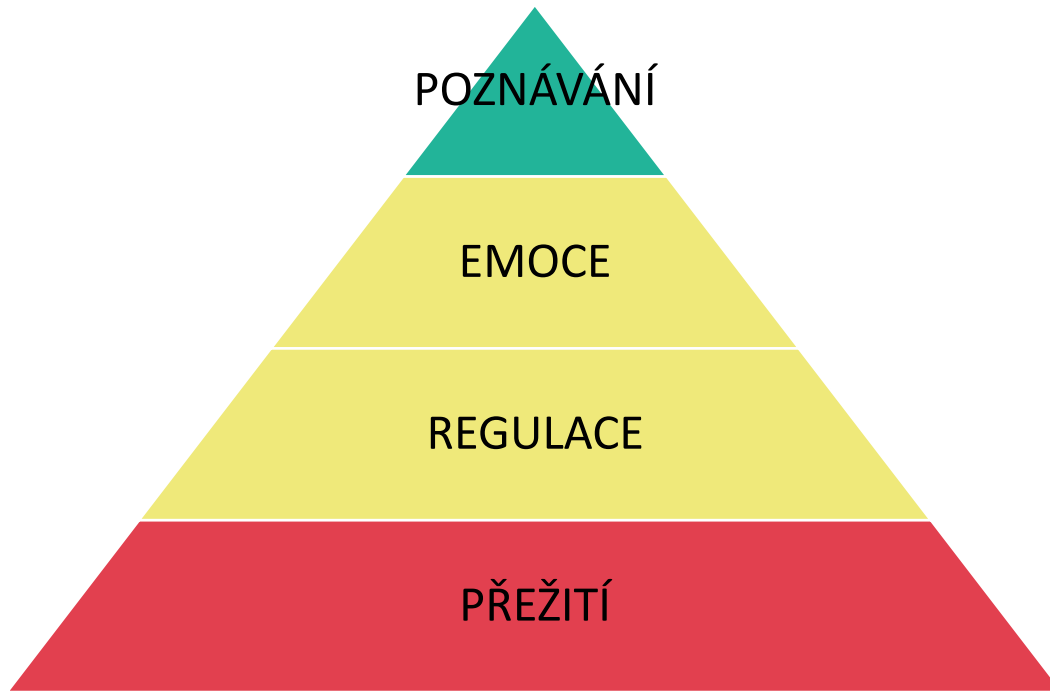
Plazí



**NORMÁLNÍ MOZEK**



**TRAUMATIZOVANÝ MOZEK**





Psychické trauma je utrpení bezmocných. Trauma činí člověka bezmocným kvůli ohromné destruktivní síle traumatické události. Mění víru jednotlivce ve spravedlnost a spravedlivý svět. Traumatická událost ničí individuální pocit kontroly (autonomie) a smysluplnosti lidského života.

TRAUMA JE CHARATERISTICKÉ POCITY  
OSAMĚLOSTI, BEZMOCI, ZTRÁTY  
AUTONOMIE A BEZNADĚJE



# TRAUMA A DĚTI

# TOXICKÝ STRES A KUMULOVANÉ TRAUMA

Základním rysem toxického stresu je **kumulace stresorů** a **absence konzistentních a podpůrných** vztahů, které by pomohly dítěti stres zvládat.

## ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCES

Domácí násilí  
Rozpad rodiny

Fyzické zanedbání

Nevhodné zacházení vůči matce  
Návykové látky v rodině

Sexuální zneužívání

Emocionální zneužívání

Fyzické násilí

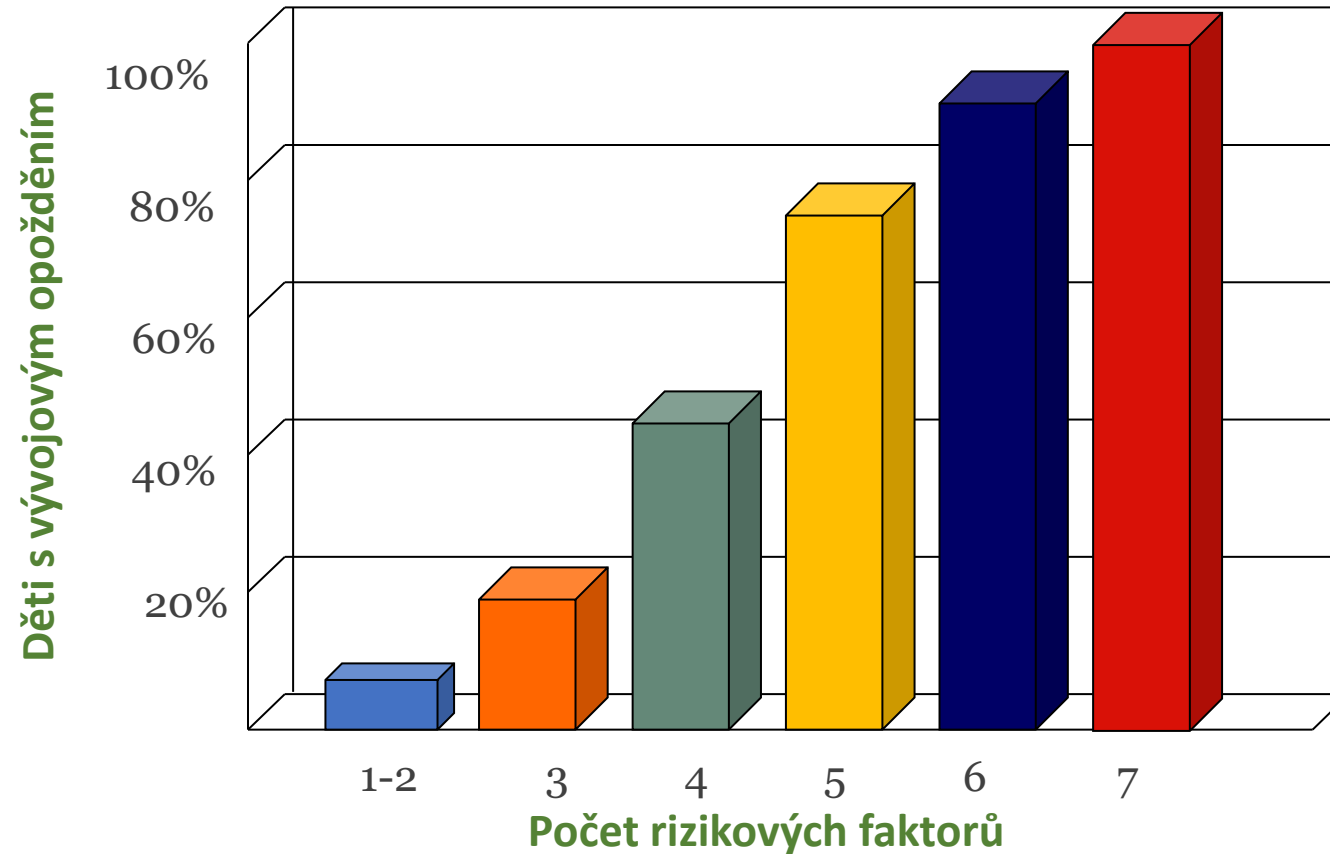


Duševní choroby v rodině

Uvěznění člena rodiny

**Podstatou toxického stresu je osamělost.**

# NEGATIVNÍ ZKUŠENOSTI V DĚTSTVÍ

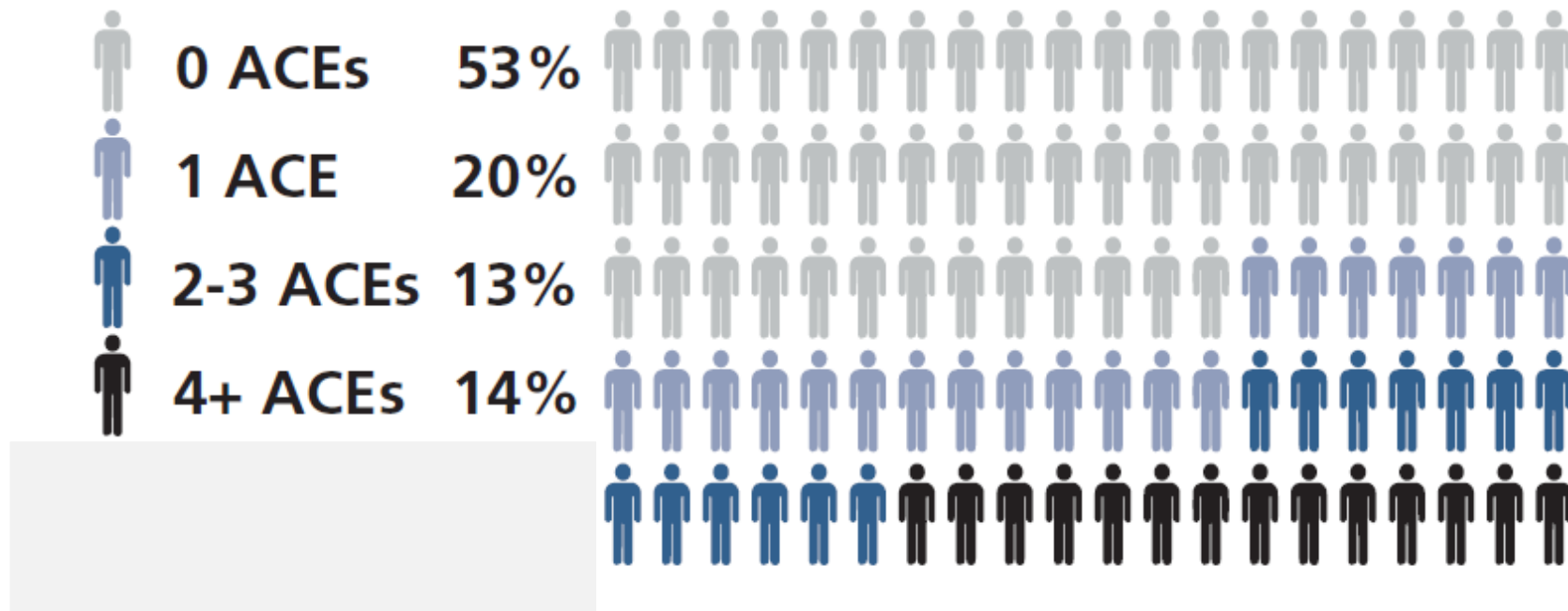


Data Source: Barth, et al. (2008)

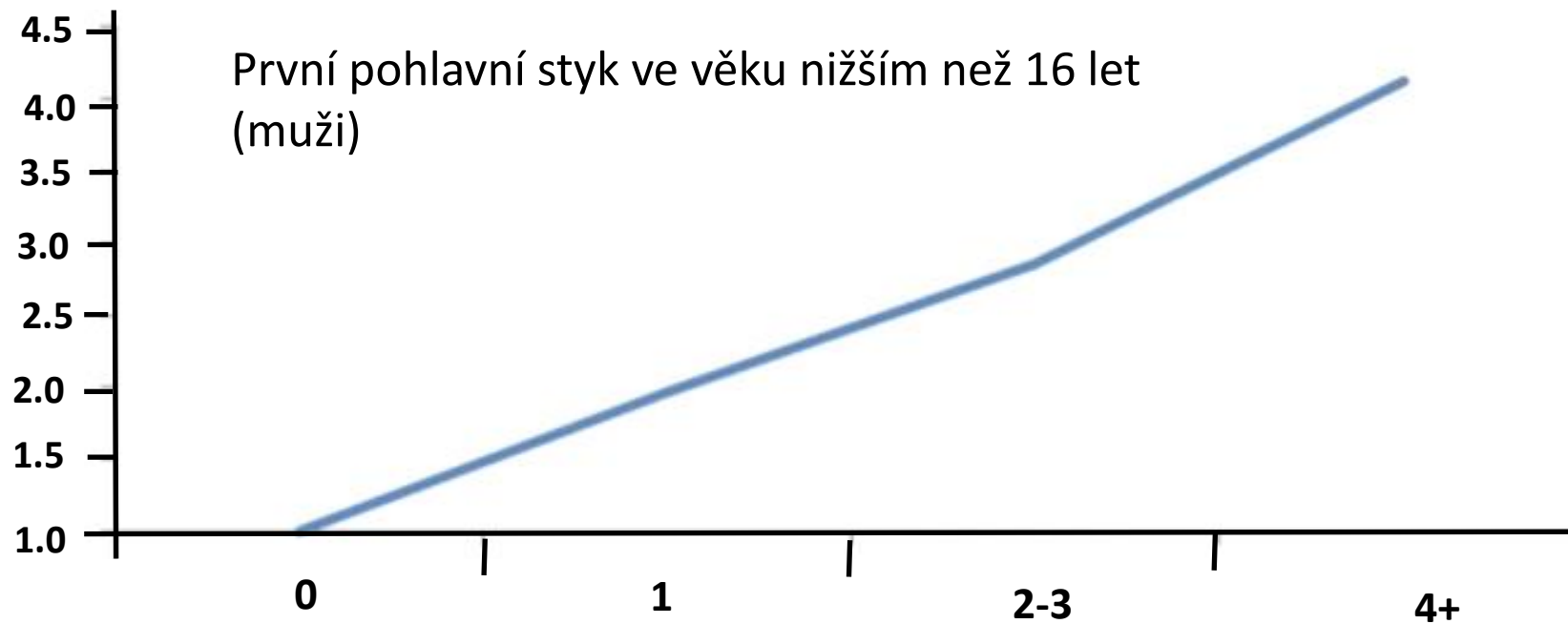
Graphic adapted from 2011, Center on the Developing Child at Harvard University

# Negativní dětské zkušenosti – prevalence v populaci

Na 100 dospělých zažilo 47 jedinců alespoň jednu negativní zkušenost v dětství, 14 zažilo v dětství 4 nebo ještě více negativních zkušeností (ACEs)



# Negativní dětské zkušenosti – děti mají děti



Počet negativních dětských zkušeností



# Negativní dětské zkušenosti – jejich dopad

Ve srovnání s dospělými bez negativních zkušeností z dětství mají jedinci se 4 a více negativními zážitky z dětství:

- **4 x vyšší riziko** stát se rizikovým konzumentem alkoholu
- **6x vyšší riziko** neplánovaného otěhotnění
- **6x vyšší riziko** kouření
- **6x vyšší riziko** prvního pohlavního styku ve věku nižším než 16 let
- **11x vyšší riziko** zkoušení marihuany
- **14x vyšší riziko** být obětí trestního činu během posledního roku
- **15x vyšší riziko** spáchání násilného jednání vůči okolí během posledního roku
- **16x vyšší riziko** užívání pervitinu nebo heroinu
- **20x vyšší riziko** uvěznění

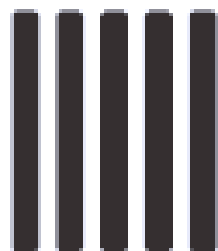


# Prevence negativních zkušeností z dětství

## PREVENCE MŮŽE VÉST KE SNÍŽENÍ



Užívání heroinu  
a pervitinu o  
66%



Uvěznění o  
65%



Páchání násilí  
o 60%



Viktimizace  
násilí o 57%



Užívání  
marihuany  
o 42%



Neplánovaného  
těhotenství o  
41%



Rizikové  
konzumace  
alkoholu o 35%



Pohlavního styku  
před dosažením  
16ti let o 31%



Kouření o 24%



Špatné stravy  
o 16%

CO DĚLAT



Uklidnit hada  
(postačí ho nedráždit)

Hýčkat savce



# Probudit umlčenou tvořivost



....a lidskost

Trauma nelze příliš „léčit“

Trauma je potřeba „hojit“

# Edukativní spoty k traumatu a traumatizaci

- [www.jaknatrauma.eu](http://www.jaknatrauma.eu)
- Verze v českém jazyce
- Titulkované verze v ukrajinštině a ruštině

# Akreditovaný kurz (MPSV)

**Název:** Trauma, traumatizace a trauma zohledňující přístup v intervenci  
**Číslo akreditace** A2022/0252-SP/PC  
**Rozsah:** 8 hodin

## Anotace

Předkládaný kurz seznamuje účastníky s moderním pohledem na trauma (včetně komplexního vývojového traumatu) a procesu traumatizace u dětí. Účastníci jsou seznámeni s projevy akutního a chronického traumatu, jakožto i dlouhodobými následky na život, zdraví a vývoj dítěte. Frekventanti kurzu jsou seznámeni i se základními principy trauma zohledňujícího v přístupu v intervenci a podpůrných službách.

**Nejbližší termín:** **10. ledna 2023, 8:00-14:00 (online platforma zoom)**

**Cena:** 1.800,-Kč/osoba

**Přihlášení:** Přihlášení je možné přes e-mail: [info@nidar.cz](mailto:info@nidar.cz)

Kurz je možné v prezenční i online formě připravit i na vyžádání.



Děkuji za pozornost  
[info@nidar.cz](mailto:info@nidar.cz)