



Financováno
Evropskou unií



Moravskoslezský
kraj



ZÁPIS Z 3.WORKSHOPU – AZYLOVÉ DOMY PRO RODINY S DĚTMI

Klíčová aktivita:	2 - Podpora poskytování sociálních služeb
Podaktivita:	2.A – Workshopy
Název projektu:	Projekt Podpora procesu plánování sociálních služeb na území MSK
Zkrácený název:	Plánování V
Registrační číslo projektu:	CZ.03.02.02/00/22_006/0000058
Dotační program:	Operační program Zaměstnanost plus

Téma:	VÝVOJOVÉ POTŘEBY DĚTÍ V KONTEXTU POSKYTOVÁNÍ SOCIÁLNÍCH SLUŽEB PRO RODINY S DĚTMI
Místo:	Budova DTO, Mariánské nám. 480/5, Ostrava-Mariánské hory
Datum:	21. 2. 2024
Časový rozsah:	10:00 – 14:00
Facilitátor:	Jaroslava Krömerová

Vývojové „emoční“ potřeby – PBSP teorie /Albert Pessó/

Rizika nenaplnění

MÍSTO /Nejsem tady, nejsem nikde, stále hledám, nemám sebe, nevím kdo jsem/

VÝŽIVA, PÉČE /pocity prázdnoty, nic mě nenaplnuje, nic mi nestačí, jsem bezedný/

PODPORA /nemám energii, ztrácím výdrž, jsem slabý, nevěřím si/

LIMITY /Nic mě neudrží, mám sílu zvládnout-unést vše /omnipotence/, ubližuji /sobě, druhým/

BEZPEČÍ /svět je zlo, nebezpečný, nerozpoznám rizika, přeháním, necítím/

Výběr z kapitoly Alberta Pesso z knihy: "Užitečnost doteku: průvodce terapiemi zaměřenými na tělo"

("Getting in Touch: A Guide to Body-Centered Therapies"); ed. Christine Caldwell, Theosofické nakladatelství, Wheaton, Illinois, 1999)

Pracovní materiál pro kurz pro supervizory, Remedium, říjen 2002 - překlad J.Čierná.

Několik poznámek z úvodu editorky:

- autoři tohoto terapeutického systému jsou **Albert Pesso a Diana Boyden Pesso**

- vznik 1961

- je jedním z nejranějších systémů somatické psychologie "druhé generace"

- autoři byli původně tanečníci a zajímali se o vztah pohybu a psychiky, jak u jednotlivce, tak u skupin

- pečlivě a dokonale zformulovali, jak se stane, že onemocníme a jak se můžeme uzdravit. Zaměřili se na to, že vytvářejí zážitkové "struktury" či aktivity, které léčí vývojové deficity z minulosti, jež v současném životě zapříčiňují dysfunkce.

Základní principy

Základem Pesso Boyden psychoterapie je optimistický obraz lidské bytosti. Člověk se přirozeně snaží nalézat cesty, jak se radovat ze života; s potěšením, uspokojením, smyslem a sounáležitostí. Lidé očekávají, že uskuteční svou jedinečnost a potencialitu, a směřují k integraci svých polarit, např. síly a zranitelnosti. Mají vrozené přání rozvíjet své vědomí a poznat smysl svého života.

Předpokládá se, že existuje vrozené nutkání, které zevnitř těla motivuje osobu přijmout tyto vývojové úkoly. Aby vývojový proces mohl vzkvétat, musí být splněna řada podmínek. Během vývoje dítěte musí rodiče nebo jejich zástupci konkrétně uspokojovat jeho základní potřeby, jako je sociální/fyzické místo, výživa, ochrana, podpora a hranice. Následně musejí být tyto potřeby uspokojovány na symbolické úrovni, kdy dítě má *místo* v srdci rodičů, je *živena* jeho sebedůvěra, je *podporováno* ve svém úsilí, jsou *ochraňována* jeho práva a je mu pomáháno objevovat své vlastní možnosti a *hranice*. Když je tato péče a pozornost internalizována, mohou dospělí nakonec uspokojovat své vlastní potřeby, cítit se někde doma, pečovat o sebe, nacházet podporu, ochraňovat a limitovat se ve svém vlastním zájmu a v zájmu společenství.

Pocit'ujeme-li bolest, frustraci, zoufalství a odcizení, něco nám chybí a růst stagnuje. Předpokládáme, že pod obtěžujícími příznaky a obtížemi se nacházejí zdravé léčivé síly, které můžeme oslovit: stačí, když na světě přivítáme to, co si říká o zrození. Terapeutickým úkolem je povolat blokovanou *energii*, nechat klienta uvést tuto energii do *akce* tím, že podpoříme jeho přirozené hledání patřičné uspokojující *interakce*.

Potřebujeme:

1. Uspokojit základní vývojové potřeby:

- místa (place)
- péče (nurture)
- podpory (support)
- ochrany (protection)
- hranic (limits)

2. Spojit a sjednotit polarity našeho biologického a psychologického bytí:

- spermie/vajíčko - tj. potvrdit a uspokojivě se identifikovat s matčíným nebo otcovým příbuzenským a genovým fondem
- neurologicky - spojení a dobrá komunikace mezi pravou a levou hemisférou
- senzomotoricky - pohotovost a dovednost ve všech kombinacích vnímání a jednání
- behaviorálně - klidné akceptování a pohodlné užívání všech tělesných otvorů, jichž se týká "vylučování" a "přijímání"
- symbolicky - snadné ztotožnění se jedince s metaforickou androgynií (spojení mužského a ženského principu - Animus a Anima), při zachování schopnosti identifikace s biologickým pohlavím.

3. Rozvíjet své vědomí - růst naší subjektivity/objektivity, s dobře rozvinutým vnitřním světem představ a pojmů spolu se silným smyslem pro individuální identitu a Já.

4. Rozvíjet svého "pilota" - silný, aktivní, sebeorganizující a sebeinicující střed. Souvisí s tím, že zaujmeme své správné místo jako "prezidenti" našich vlastních "spojených států vědomí."

5. Realizovat svou osobní jedinečnost a své možnosti - dospívat, dozrávat a nést do světa vzácné ovoce naší existence.

Nyní proberu každou potřebu poněkud podrobněji:

1. Uspokojit základní vývojové potřeby:

Základní vývojové potřeby místa, péče, podpory, ochrany a hranic můžeme poznat ve 3 stádiích (stupních).

- Za prvé - poznáváme vhodné prostředky uspokojení v konkrétní, doslovné podobě
- Za druhé - poznáváme vhodné prostředky uspokojení v metaforické nebo symbolické podobě
- A konečně tyto potřeby v nás samotných.

Pro ilustraci těchto stádií použiji jako příklad nejzákladnější potřebu, potřebu místa. Na prvním stupni znamená, že potřebujeme zažít zkušenost, abychom byli doslova *uvnitř* bezpečného místa, které nám sděluje, že jsme milováni, žádáni a kde máme pokoj nebo též prostor, v němž můžeme existovat, chráněni těmi, z nichž jsme stvořeni. Před narozením máme místo *uvnitř* dělohy a po narození máme místo *uvnitř* milujícího objetí svých rodičů.

Druhé stádium znamená, že potřebujeme zažít, že jsme metaforicky nebo symbolicky *uvnitř* milujícího, životadárného místa. Po svém narození pocítujeme radost z toho, že žijeme *uvnitř* metaforického místa srdcí, životů, upřených pohledů, a co je nejdůležitější, myslí svých rodičů. Zakoušíme - v tom, jak se na nás dívají - že existujeme v jejich představě o nás, *uvnitř* jejich mysli, obklopeni láskou. Jejich vědomí o nás nám dává schopnost být si vědomi sami sebe.

Po úspěšném dovršení prvních dvou stupňů můžeme vytvářet a zvnitřňovat popsané chování a postoje rodičů, což nám umožní, že se cítíme doslova "doma" *uvnitř* svého vlastního těla. Můžeme se přeneseně cítit "doma" *uvnitř* své vlastní mysli, v níž jsme si vytvořili představu sebe sama, jak jsme obklopeni láskou svých rodičů, doplněnou o přiměřenou lásku k sobě samým. V tomto konečném stádiu jsme dosáhli stálý pocit sounáležitosti, takže se můžeme cítit "doma" kdekoli ve světě, s plným právem k existenci.

V PBSP se rozeznává 5 základních potřeb či "očekávání":

1) každý člověk očekává, že ve světě najde své **místo** - že bude mít dost prostoru v mateřském lůně, po narození v náruči rodičů, dětské postýlce, ve svém pokoji, mezi blízkými že jimi bude radostně vítán v celé své individualitě takový, jaký je. S touto potřebou úzce souvisí v pozdějším dospělém životě schopnost cítit se doma, přesvědčení, že tu "jsem správně" a nejsem "mimo".

2) každý člověk očekává od světa **ochranu**. Nejprve jej před škodlivými vlivy ochrání mateřská děloha, po narození rodičovská náruč a záštita. Získává-li člověk včas zkušenost, že je chráněn, pro jeho další život to znamená pocit bezpečí a schopnost žít aktivně, bez přehnaného pocitu ohrožení.

3) Člověk očekává péči a **výživu**. Míní se tím nejen jídlo a něžnost v doslovné podobě, ale i dostatek podnětů, kontaktů, vztahů. V pozdějším věku se k této potřebě řadí i informace, vzdělání, zájmy. Kdo je v tomto smyslu "dobře živen" má pocit plnosti, naplnění, nasycení. Netrpí přehnanými pocity prázdnoty.

4) Člověk očekává, že bude **podporován** - zcela konkrétně i symbolicky. Podpora znamená konkrétně třeba být nesen, nebo moci se opřít, abych nespádl. Kdo je podporován, necítí se být na věci sám. Být podporován znamená rovněž být povzbuzován. Žít s pocitem podpory znamená snad něco jako "žít s větrem v zádech". Lidé, kteří mají z dětství bohatou zkušenost s dostatkem podpory, si jí dokáží v dospělém životě dobře zajistit. Mají energii, elán a necítí se slabí, bezmocně vydání na pospas okolnostem.

5) Konečně, člověk instinktivně touží být "**limitován**". Být limitován znamená něco v tom smyslu jako být definován, to jest vědět, kdo jsem a kdo nejsem, odkud kam sahá můj vliv a kde začíná vliv druhých. Mít dobře zažitý limit znamená trochu paradoxně být schopen jít do věcí naplno, moci se do nich opřít beze strachu, že tím způsobím nějakou újmu sobě či druhým. Dobrý zážitek limitu mi mohou poskytnout rodiče, kteří mne zvládnou. Rodiče, kteří mají upřímnou radost z dětské živosti, rozpustilosti, z dětského zkoušení síly a experimentů, zároveň jsou ale v jednání a výchově pevní a nepovolují.

Mezery v rolích (copyright- květen, 2003)

Moje práce s jednotlivci, dvojicemi a rodinami mě za čtyřicet let dovedla k poznání, že děti přicházejí na svět s geneticky zabudovaným vnitřním vzorem (modelem), který je připravuje rozpoznat a automaticky (intuitivně) reagovat na různé příbuzné osoby, se kterými se setkají během svého vývoje. Kromě této vnitřní tendence "rozpoznat a reagovat" na tyto příbuzné, mají děti ještě základní schopnost na sebe převzít a vykonávat všechny role, podle toho, jak to vyžaduje situace v rodině, ve které vyrůstají.

Jinak řečeno, děti přicházejí na svět s vnitřní znalostí toho, jak má vypadat role matky, otce, babičky, dědečka, strýce, tety, sourozence, partnera, spolužáka apod. Bez ohledu na své pohlaví mají také zabudovanou vnitřní schopnost se chovat (vzít na sebe roli) jako matka, otec, babička, dědeček atd. Mohli bychom tuto schopnost nazvat "stem selves" (vyplňování mezery sám sebou), která může být rozvíjena podmínkami a požadavky okolního světa.

Předpokládám, že každá z těchto rolí má vnitřní načasování své neurologické a biologické zralosti. Z hlediska evoluce je výhodné, když se někdo stane manželem nebo manželkou, až když dosáhne určitého věku dospělosti a má schopnost vstoupit na půdu smluvního společenství.

To předpokládá, že nejlepšími rodiči se můžeme stát až když jsme sexuálně a emočně zralí, plně schopni naplnit rodičovskou pečovatelskou roli a brát ji velmi vážně a zodpovědně. Všechny děti mají vnitřní předpoklad a schopnost stát se manželem nebo manželkou, a to i ve věku, který není přiměřený tomu, aby na sebe vzali tyto dospělé role a povinnosti. Děti vědí, že jejich vlastní rodiče byli jednou dětmi, a že jejich rodiče se měli o ně přiměřeně postarat.

Děti se nevyvíjejí dobře a někdy se plně ani nestanou lidskými bytostmi, když vyrůstají odděleně od lidí, jako např. takzvané "vlčí děti". Jsme sociálními bytostmi a dozráváme, jestliže máme optimální podmínky pro uspokojení našich potřeb, které jsou naplňovány v interakcích s dobře fungujícími příbuznými a ostatními členy komunity. Jelikož je naše přítomnost ovlivněna vzpomínkami z minulosti, jsme až přehnaně zvědaví na to, co se událo v rodině ještě před naším narozením. To nám pak pomáhá lépe se vypořádat s naší bezprostřední přítomností a úspěšně předpokládat naši uspokojivou budoucnost. Jsme stvořeni tak, abychom nejen rozeznali příbuzenské vazby v historii naší rodiny, ale byli si také vědomi toho, že v budoucnosti se staneme aktivními vykonavateli těchto rolí jako odrazu a návaznosti na tuto rodinnou historii.

Lingvistické výzkumy a výzkumy zaměřené na organizaci mozku prokázaly, že každé lidské mládě se rodí s vnitřní dispozicí rozeznávat slovní druhy (podstatná jména, slovesa, číslice – bez ohledu na rozdílnost jazyků a symbolických forem), stejně jako gramatickou strukturu jazyka. Předpokládám, že výzkumy v budoucnosti prokáží, že děti přicházejí na tento svět také předem připravené rozeznat a rozumět tomu, že existují příbuzenské kategorie jako např. matky, otcové, jejich prarodiče, sourozenci jejich rodičů apod. Věřím, že tato připravenost pro sociální strukturu a sociální vztahy dětem pomáhá v porozumění realitě, tak jak se s ní postupně setkávají v okolním světě. Stejně přirozeně, jako jsou děti schopny odlišit a rozumět podstatným jménům, slovesům, přídavným jménům a následně větám, které je obsahují; jsem přesvědčen, že jsou stejně tak schopny a připraveny zakoušet a jednat odpovídajícím způsobem v oblasti sociálních rolí se všemi jejich aspekty a variacemi.

Vypadá to, že děti jsou na nervové úrovni připraveny vnímat a na behaviorální úrovni jednat jako členové rodiny. Přicházejí na svět a již "vědí", že jsou něčí děti; že existují takové kategorie a role jako je otec a matka (a později jsou připraveny rozeznat, že ten první z nich je manžel a druhá manželka, s kulturně danými rozdíly v rolích). I v případě, že dítě nemá žádného staršího sourozence, "ví", že existují bratři a sestry (a s tím i rozdílná pohlaví). Okamžitě rozumí tomu, že jejich rodiče mají sourozence, a že jsou to jejich tety a strýčkové. Dítě si uvědomuje, že i jeho rodič má vlastní rodiče a je připraveno zažít ten zvláštní vztah mezi vnoučetem a prarodiči.

Jestliže dítě zažívá a cítí, že jeho rodiče byli velmi zraněni, tím, že je vlastní rodiče odmítali, v jeho maličkém srdci a soucitné duši se probudí nevyslovené a možná také nevědomé přání, aby se jeho rodičům bylo dostalo lepší péče. Dítě "ví", že každé malé dítě potřebuje a očekává dobrou péči.

Děti si také velmi rychle uvědomí, že nenaplnění jejich vývojových potřeb je spojeno s deficitem, který utrpěli jejich rodiče během svého dětství tím, že nedostali to, co potřebovali od "správných" lidí a ve správném věku. Tato situace nastartuje proces "rodičování" během dětství, který má dva zdroje. Jedním ze zdrojů je soucit, který dítě cítí se svým zraněným rodičem. Tento soucit přetrvává často i celý život. Dalším zdrojem (často těžce selhávajícím) je víra, že výsledkem dětského úsilí o zaplnění mezery v roli bude i to, že rodiče se konečně budou schopni dobře postarat i o dítě samotné.

Děti žene soucit k tomu, že se pokoušejí zaplnit místo po nějaké chybějící osobě částí sebe sama. Moje teorie je, že budují "stem self" (vyplňují mezeru sami sebou), založenou na jejich vnitřní znalosti toho, jak má která příbuzenská role vypadat, např. stanou se virtuální matkou své matce. Mateřská "entita" se pak nachází uvnitř dítěte a využívá část jeho životní energie (ať už ji nazýváme – libidem, životní silou – jakkoliv). Tato "entita" je úplně oddělená od celého energetického systému dítěte, protože je ve službách jiného hostitele. Přirozený hostitel dítěte je jeho vlastní duše-ta část nás, která je hodnotná, cenná, zasluhující si respekt a mající právo na své vlastní zájmy v souladu s okolním světem. Tato "entita" zrozená ze soucitu bere dítěti energii, která má normálně náležet do pravomoci duše dítěte. Tak ji neužívá ve službě *self*, ale ve prospěch někoho druhého, matky nebo otce, kteří ji potřebují.

Tak vznikají dva "páni" žijící v jedné osobě. Jedním je duše, která má před sebou zrání a je plná životních očekávání a slouží sama sobě a druhým je "entita", která stahuje energii od zdroje svého zákonného majitele, kterým je dítě.

Takto těžce pracující dítě však neztrácí naději, že i jeho vlastní potřeby dojdou jednou naplnění. Dítě se dobrovolně vydává na tuto předlouhou cestu a stává se podporou pro zmrzačeného rodiče se stálou nadějí, že tento rodič jednoho dne "vyroste" a bude moci tuto laskavost opětovat a stane se takovým, jakého si ho dítě původně přálo a vysnilo.

Viděl jsem během psychoterapeutických sezeních mnoho dospělých, kteří byli zaplaveni empatií, lítostí a soucitem v přítomnosti někoho, kdo reprezentoval zraněnou, ale hluboce milovanou část jejich reálného rodiče. Vidět to, je hřejivé a zároveň srdceryvné. Hřejivé, protože to je obvykle v příkrém kontrastu s rozhořčením, které takový klient pocítuje na nějakou jinou část svého reálného rodiče. Je krásné vidět, jak může být lidská bytost hluboce dojata a motivována pomocí jinému člověku. Srdceryvné proto, že dospělí pláčou a pláčou jako malé děti, které jsou těžce přetíženy úkolem léčit rány dospělého, který měl správně pečovat o ně.

Není divu, že úcta k předkům a vzpomínky na ně existují vlastně ve všech společnostech na světě. Pozitivní a negativní detaily z historie členů rodiny hluboce ovlivňují (automaticky a nevědomě), které role budeme během naplňování našeho vlastního osudu hrát a s kým.

Během tohoto workshopu znovu přezkoumáme pojem *mezery v rolích*. Uvidíme, jak klienti, kteří spontánně zaplnili mezery v rolích a stali se tak dodavateli potřeb pro své rodiče, pokrývali své vlastní osobnosti. Důsledkem toho jsou pak dysfunkční vzorce ovlivňující jejich dospělé volby a výběr partnerů. Co je ale nejdůležitější, budeme se učit, jak klienta od takových zatěžujících úkolů osvobodit a otevřít mu možnost být více spokojen v partnerském životě a uvnitř své současné rodiny.

Albert Pesso copyright May, 2003

Pracovní překlad: Zora Vančurová, listopad 2004

Vývojové „emoční“ potřeby – PBSP teorie /Albert Pesso/



Rizika nenaplnění

- **MÍSTO** /Nejsem tady, nejsem nikde, stále hledám, nemám sebe, nevím kdo jsem/
- **VÝŽIVA, PÉČE** /pocity prázdnoty, nic mě nenaplnuje, nic mi nestačí, jsem bezedný/
- **PODPORA** /nemám energii, ztrácím výdrž, jsem slabý, nevěřím si/
- **LIMITY** /Nic mě neudrží, mám sílu zvládnout-unést vše /omnipotence/, ubližuji /sobě, druhým/
- **BEZPEČÍ** /svět je zlo, nebezpečný, nerozpoznám rizika, přeháním, necítím/

I. MÍSTO

- děloha, náruč rodičů, domov, místo v myslích srdcích...konkrétně mítsvé /místa, lidi, hračky/ a být s nimi
- schopnost cítit se doma, uzemnění, cítím že „jsem dobře v sobě-ve svém těle-na svém místě-tady a teď“, dobrý kontakt se světem, s realitou
- tento pocit je uvnitř ve mně, nezmizí, nemohou mi ho vzít

II. VÝŽIVA

- výživa jak potravou /pupeční šňura, mateřské mléko, jídlo/ ale také zájmem, péčí, podněty, láskou, pozorností, informacemi
- cítíme se pak naplněni, vyživeni, dosyceni /opět ve správné míře, správné době, správnými osobami/....
- syčení probíhá ve správném věku správnými lidmi na správných místech

III. PODPORA

- nošení v bříšku, chování v náruči, na rukou, podpora o rodiče, mít podporu-gravitační síly /hlava, šíje, záda, chůze/, mít oporu proti pádu, podporu v našich zkouškách-experimentech-snažení, cílích, být povzbuzeni
- cítíme se „podpořeni“ a také se máme o koho a o co opřít, i o sobe uvnitř, cítíme pevnost, umíme zajistit podporu druhým, umíme organizovat, jsme si jistí, v rovnováze v průběhu života

Internetové odkazy: <https://naserovnovaha.cz/pro-rodiny/cestou-pohadek/>

<http://www.pbsp.cz/>

IV. OCHRANA, PÉČE

- opět děloha, rodičovská náruč, ochrana proti silám zvenčí, štít proti nebezpečí, jsem-li bezbranný chrání mě, mít štít proti nebezpečí, naučit se aktivně proti nebezpečí chránit ne násilným způsobem, ale umím se postavit za sebe i za druhé
- jak jsem se naučil chránit a rozpoznat nebezpečí, umím to použít k sobě i k druhým, necítím bezmoc a cítí i svou zranitelnost, umí dávkovat vše sobě i druhým nenásilným způsobem, reaguji s rozvahou, klidně.

V. LIMITY, HRANICE

- rodiče dávají limit, limitována je moje energie /v děloze – limit nejít dříve, než jsem zralý a přežiju/, dále i limity pro život – nenechám dítě jít po schodech než to bude umět, jít na ulici – než....., mít sex než..... pít, dostat drogu, kouřit.....ubližovat sobě, ubližovat druhým.....
- jsou to limity vnitřní pudové energie
- neučím se pracovat se svou energií bezpečně /ve správném věku, správnými lidmi, na správných místech/, jsem v kontaktu se sebou- se svou energií a umím ji použít, umění pak držet limity bezpečně pro druhé