

Citová deprivácia

POPIS

Deprivácia znamená stratu niečoho, strádanie nedostatočným uspokojením nejakej dôležitej potreby. K zdravému psychickému vývinu dieťa potrebuje predovšetkým primerané množstvo podnetov, ktoré budú dieťa rozvíjať.

Tieto podnety nesmú byť jednotvárne. Môžeme si všimnúť, že aj niektoré hračky v dojčenskom období dieťa rýchlo omrzia a treba ich striedať. Taktiež podnety, ktoré zvonka prichádzajú a vďaka ktorým sa dieťa učí, musia zapadať do jeho vytvorenej štruktúry, inak povedané, dieťa potrebuje zmysluplný svet, a teda rozumieť prostrediu. Naň dieťa reaguje napríklad tým, že keď niečo urobí, dočká sa rovnakej reakcie (usmeje sa a matka mu úsmev opätuje).

Ďalšou nenahraditeľnou potrebou je samozrejme potreba lásky (úzky citový vzťah a pozitívne interakcie medzi matkou a dieťaťom). Postupne ako dieťa rastie, tak rastie aj potreba oddeliť sa od matky a získať pocit vlastnej identity a vlastného „ja“, čo sa prejaví aj v jeho správaní a rodičia často popisujú svoje dieťa ako vzdorovité.

Dôležitou potrebou je potreba životnej perspektívy (vyhliadky do budúcnosti), ktorá sa objavuje oveľa neskôr, ale ako také si plynutie času uvedomuje už aj malé dieťa, keď sa napríklad teší, že onedlho oslávi narodeniny alebo Vianoce.

Podľa typu strádania rozlišujeme depriváciu biologických potrieb s presahom na duševné zdravie (napr. dlhodobý nedostatok spánku ovplyvní psychické funkcie); senzorickú depriváciu spôsobenú nedostatkom množstva a variability podnetov (napr. aj u detí so zrakovou vadou); kognitívnu depriváciu so strádaním v oblasti výchovy a vzdelania (napríklad šesťročné dieťa, ktoré nemá skúsenosť s kreslením, držaním ceruzky); sociálnu depriváciu následkom sociálnej izolácie (napr. dlhodobo choré dieťa pripútané na lôžko) a emocionálnu depriváciu (najmä ak chýba matka).

Citová (emocionálna) deprivácia je teda citové strádanie. Súvisí s chýbaním stabilného a spoľahlivého vzťahu (pozri aj vzťahová väzba). Dieťa nemá dostatok citových podnetov a teda jeho potreba lásky a istoty je dlhodobo neuspokojená. Hovoríme aj o psychickej deprivácii, prípadne emočnej zanedbanosti, pretože nejde o fyzické strádanie, ale o psychický stav, ktorý vzniká následkom dlhodobého neuspokojenia základných duševných potrieb. Citová deprivácia, vzhľadom k veku dieťaťa a dĺžke trvania neuspokojovania potreby, dokáže napáchať v emocionálnom a sociálnom vývine najviac škody. Dieťa ku svojmu zdravému vývinu potrebuje predovšetkým citovú vrelosť, lásku. Uspokojená potreba lásky dokáže niekedy vynahradiť aj nedostatok iných psychických prvkov (napr. nedostatok podnetov, vzdelania, hračiek..), ale nedostatočné uspokojenie citových potrieb sa nedá ničím nahradiť. Je najvýznamnejším a najdramatickejším faktorom, ktorý má za následok poruchy vývinu a charakteru.

MOŽNÉ PRÍČINY VZNIKU A PROBLÉMY

Najviac ohrozené citovou depriváciou sú deti v detských domovoch, ale aj niektoré deti, ktoré majú výrazne neempatické, citovo chladné a odmietavé matky alebo príliš tvrdých otcov.

U detí psychický vývin súvisí s tým, akým skúsenostiam sú vystavené, najmä v akom sociálnom prostredí žijú a ako sa k nim najbližší ľudia správajú. Málo citových väzieb majú deti v detských domovoch, ale aj výchovných ústavoch či ústavoch sociálnej starostlivosti a dôsledkom je, že zaostávajú v rôznych oblastiach vývinu, napríklad reči a myslenia. V budúcnosti často vyhľadávajú životných partnerov v patologickom prostredí, príp. starších partnerov a často sa dostávajú do rôznych problémov. Vďaka zisteniam, ktoré potvrdzujú zhubný vplyv citovej deprivácie v osobnostnom vývine detí, boli u nás zrušené dojčenské ústavy, v ktorých sa o niekoľko detí mechanickým spôsobom starala jedna zdravotná sestra a samozrejme nedokázala uspokojiť citové potreby všetkých detí (napr. dieťa dlho plakalo v postieľke, nebrala deti do náručia, neusmievala sa, nenadväzovala očný kontakt apod.).

Podmienky, za ktorých prichádza k deprivácii v rodine sú napríklad : neprítomnosť jedného z rodičov v rodine, neschopnosť nadviazať s dieťaťom citový vzťah, psychické ochorenia rodičov alebo môže ísť aj o ženy - matky, ktoré táto rola neuspokojuje a venujú sa výlučne kariére. K citovej deprivácii môže dôjsť aj v rodine v dôsledku nepriaznivých okolností, napr. keď v dôsledku nejakej tragickej udalosti matka upadne do dlhodobej depresie a nedokáže svojmu dieťaťu poskytovať citovú odozvu, ale aj v rodinách úplných a spoločensky dobre postavených, kde rodičia sú citovo neúčastní, nemajú k dieťaťu vzťah, nevenujú mu žiadnu pozornosť a prístupujú k nemu mechanicky. Niekedy sa hovorí aj o psychickej subdeprivácii, ktorá je variantom deprivačnej skúsenosti a týka sa najmä detí z nechcených tehotenstiev. Rodičia nie sú ochotní dostatočne napĺňať citové potreby dieťaťa, správajú sa k dieťaťu príliš kriticky, nenachádzajú na ňom nič dobré, nie sú schopní rozumieť jeho pocitom a potrebám, netravia s ním voľný čas a málo s ním komunikujú. Dôsledky sú však obdobné ako v prípade deprivácie, ale prejavy môžu byť nenápadnejšie. Alebo môže ísť o vonkajšie okolnosti a vnútorné (psychologické) zároveň, keď napríklad slobodná matka, ktorá venuje všetok čas svojmu povolaniu, chýba jej partner a svoje pocity trpkosti a sklamaní prenáša na dieťa, v dôsledku čoho nevie s dieťaťom nadviazať vrúcny vzťah.

PREJAVY A NÁSLEDKY

Následky citovej deprivácie závisia od intenzity a spôsobu nevhodného zaobchádzania, dĺžky trvania nevhodného zaobchádzania a osoby, ktorá sa nevhodne správala, ako aj veku dieťaťa.

Rané detstvo prináša najväčšie riziko a poznamená človeka na celý život, i keď v optimálnych neskorších podmienkach sa jej negatívny vplyv čiastočne zmenšuje. Aj keď sa dostanú do lepšieho prostredia, môžu mať problémy v partnerských vzťahoch a ako rodičia sú si neistí vo výchove svojich detí. Avšak mnoho asociálnych jedincov, pochádza práve z detí, ktoré boli citovo deprivované. V dôsledku dlhodobého neuspokojenia potrieb nie sú schopní sa prispôbiť situáciám, ktoré sú v danej spoločnosti bežné a žiaduce. Zotrvávanie v problematickom prostredí následky deprivácie ešte viac zväčšuje.

Prejavy psychickej deprivácie môžu byť od ľahkých nápadností až po veľmi výrazné poškodenie intelektového a osobnostného vývinu. Zo širokej škály prejavov, môže ísť napr. o oneskorenie vývinu reči, povrchnosť v emocionalite, nezrelosť pre školu, delikvencia starších detí a mladistvých bez pocitu ľútosti apod. U citovo deprivovaných detí často dochádza k vývinu nežiaducich vlastností a postojov osobnosti a zvlášť k zníženému sebavedomiu, pocitov nedostatočnosti, k poklesu uspokojovania vyšších potrieb (napr. sebauplatnenia), k predčasnému nadväzovaniu sexuálnych vzťahov, emotívnej labilite, urážlivosti, popudlivosti, žiarlivosti, závislosti, citovej nevyzretosti, úzkostlivosti atď.

Dieťa sa môže prejavovať ako skleslé, ľahostajné, apatické. Krajným obranným mechanizmom je rezignácia, kedy dieťa stráca záujem o nadviazanie bližšieho vzťahu. U niektorých detí možno pozorovať vo zvýšenej miere prejavy agresivity voči vlastnej osobe – v extrémnych prípadoch si trhajú vlasy, okusujú nechty, častejšie sa domáhajú pozornosti. Deti „provokatívneho“ typu, ktoré sa domáhajú pozornosti za každú cenu, sú na rozdiel od apatických detí pripravené vytvoriť si k nejakej osobe vzťah. Niektoré deti sa snažia uspokojenie potreby dosiahnuť náhradným spôsobom, napr. zameraním sa na jedlo, hromadením vecí alebo sa zamerajú na inú telesnú potrebu; neskôr v adolescencii vandalizmom, sexuálnou aktivitou alebo závislosťou na droge.

VÝCHOVNÉ CHYBY, NÁPRAVA A RIEŠENIA

Psychologické príčiny nedostatočnej citovej náklonnosti k dieťaťu môžu byť rôzneho druhu, stupňa i kvality. Niekedy môže ísť naozaj o nevedomosť alebo prílišnú pracovnú či spoločenskú ctižiadosť, ktorá odvádza rodiča od dieťaťa. Môže však ísť o vážnejšie príčiny, napr. o psychotické ochorenie matky, výrazne zníženú inteligenciu, psychopatické sklony rodiča apod.

Terapia deprivovaných detí by mala byť vždy komplexná a mala by sa týkať úpravy prostredia. Môže sa stať, že citovo deprivované dieťa môže byť zanedbávané aj iným spôsobom a môže mať zážitok aj nejakej traumy. Situácie, ktorým je dieťa dlhodobo vystavené môžu byť rôzne, ako aj nápravný postup bude odlišný. Napríklad, pre dieťa tyranských rodičov, bude vždy lepšie umiestnenie do ústavnej starostlivosti, akoby malo zotrvať v takej rodine. Bezpečnosť dieťaťa je na prvom mieste. Pri troške šťastia sa bude o neho starať aspoň jedna vychovávateľka, ktorá mu čiastočne nahradí neuspokojenú potrebu lásky. V iných prípadoch zasa pôjde o úpravu doterajšieho prostredia pod dlhodobým dohľadom sociálnej kurately, využitím poradenských služieb, psychologickú starostlivosti, najlepšie rodinnej terapie.

Psychoterapeutická práca s dieťaťom, ktoré si našlo „náhradné uspokojenie“ býva náročnejšia, pretože závislosť na náhradnom zdroji uspokojenia býva silná, dlhotrvajúca a v mnohých prípadoch i na biologickej úrovni. Zasa u detí „relatívne dobre prispôbených“ (s nenápadnými prejavmi), je úlohou pomôcť im v osobnostnom raste, prijímaní rolí a plnení náročnejších úloh, pretože v týchto oblastiach neskôr zlyhávajú. U detí, ktoré svojím správaním provokujú okolie, je potrebná vysoká dávka trpezlivosti a vyvarovanie sa agresívnych reakcií na provokáciu, ktorú dieťa používa ako obranný štít pri pokusoch o emočné zblíženie. A potom sú tu deti, ktoré naopak nadväzujú kontakt až príliš ľahko s každým, i cudzím človekom, ale tieto vzťahy nie sú skutočné, sú veľmi povrchné. Cieľom teda

bude navodiť užšie a trvalejšie vzťahy a pocit istoty v stálejšom vzťahu. Náprava bude prebiehať pravdepodobne u každého dieťaťa inak, musíme prihliadať k veku a jeho doterajšej histórii.

Väčšina detí však vyrastá v milujúcom v prostredí. Najmä matky dokážu pristupovať za bežných okolností k dieťaťu intuitívne a napĺňať všetky jeho potreby, no niekedy môže byť dieťa z rôznych dôvodov vystavené dlhodobej deprivačnej skúsenosti, napr. pri výchove, ktorá neberie ohľad na potreby dieťaťa. Samé príkazy a zákazy bez empatickej komunikácie nemôžu dostatočne napĺňať citové potreby. Dôležité je zaujímať sa o dieťa, poskytnúť mu priestor, ale aj hranice, akceptovať dieťa a jeho názory, podporovať v záľubách, tráviť s ním voľný čas, hrať sa s ním apod.

ODPORÚČANIA, ODKAZY A KONTAKTY

Základom pre zdravý vývin dieťaťa je úplná, funkčná rodina. Rodina poskytuje zázemie, uspokojuje všetky potreby a sprostredkováva jedinečné skúsenosti. Ak chýba rodine niektorý základný člen (ani význam súrodencov nemožno prehliadať), dochádza ľahko k ohrozeniu dieťaťa depriváciou, pretože nemožno vždy zastúpiť rolu, ktorú mal plniť voči dieťaťu a celej rodine. Dieťa bude nejakým spôsobom niečo strádať, napríklad otcovskú lásku v prípade úplnej absencie otca v rodine. Ale najväčšie nebezpečenstvo pre vývin dieťaťa, najmä v ranom veku, nastáva vtedy, keď chýba matka. Vždy je lepšie, ak napríklad starý rodič alebo iná blízka osoba, si dokáže s dieťaťom vytvoriť úzky citový vzťah a predchádzať tak neprimeranému osobnostnému rozvoju.

Práve nedostatočne uspokojená potreba lásky stojí za mnohými neskoršími problémami vo vzťahoch s inými ľuďmi, ale aj vo vzťahu k sebe samému. A ešte oveľa horšie následky narobí úplné chýbanie lásky, často spojené so situáciami vyvolávajúce strach a celkovým zanedbávaním. Tieto deti nielenže nedokážu neskôr nadviazať normálny partnerský vzťah, ale sú často páchatelmi trestných činov s chýbajúcim pocitom viny. Aby sa v čo najväčšej miere zabránilo podobnému osudu odobratých detí z rodín do ústavnej starostlivosti, sú tieto deti umiestňované do profesionálnych rodín, miesto toho, aby zotrvali v detskom domove.

Veľmi dlho pretrvával názor, že rané skúsenosti majú trvalý a nezvratný vplyv na vývin dieťaťa. Dnes už vieme, že dlhodobým a intenzívnym terapeutickým pôsobením sú tieto zmeny korigovateľné a v závislosti od určitých podmienok a možností do istej miery aj napravitelné.

Dôležitú funkciu pritom preberá tzv. terapeutické rodičovstvo, či už v biologickej alebo náhradnej rodine. Často však unikajú pozornosti deti, ktoré síce vyrastajú vo vlastnej rodine, ale citovo v nej strárajú. Tieto rodiny nebudú sami vyhľadávať pomoc, preto je niekedy na nás, ostatných, najmä v naliehavých prípadoch, upozorniť príslušné orgány (UPSVaR, Políciu). Pri podozrení na depriváciu dieťaťa v rodine, by sa mali mať na pozore aj inštitúcie (škola, lekár), ktoré dieťa navštevuje, príp. odporúčať psychologickú starostlivosť (napr. mladistvým rodičov). Prvým kontaktom môže byť aj príslušné Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie.

Literatúra:

Langmeier, J., Matějček, Z. 2011. *Psychická deprivace v dětství*. 4. vyd. Praha: Karolinum. 2011. 400 s. ISBN 978-80-246-1983-5

Langmeier, J., Balcar, K., Špitz, J. 2000. *Dětská psychoterapie*. 2.vyd. Praha: Portál. 2000. 432 s. ISBN 80-7178-381-1

Pugnerová, M., Kvintová, J. 2016. Přehled poruch psychického vývoje. Praha: Grada. 2016. 296 s. ISBN 978-80-247-5452-9
Dubayová, T. 2016. Patopsycholgia detí so psychosociálnym narušením pre pedagógov. Prešov: Vydavateľstvo Prešovskej univerzity. 2016. 84. s. ISBN 978-80-555-1621-9
Vymětal, J. 1979. Úzkostné děti a jejich výchova. Praha: SPN. 1979. 167 s. ISBN 14-285-79

