



Občanské sdružení pro pomoc náhradním rodinám

Sídlo: U Sportovní Haly 1 a, OLOMOUC, 779 00

Pracoviště: Horní náměstí 21, OLOMOUC, 779 00

ADAPTACE DÍTĚTE V NOVÉ RODINĚ

(PRO PĚSTOUNY)

OBSAH

1. DEFINICE ADAPTACE	3
2. ADAPTACE V KONTEXTU NRP	3
2.1. OBECNĚ	3
2.2. PRVNÍ KONTAKT, VĚK DÍTĚTE A JEHO PŘEDCHOZÍ PROSTŘEDÍ	4
2.3. NEJEN PĚSTOUNI A DÍTĚ	4
2.4. ADAPTAČNÍ CHOVÁNÍ DÍTĚTE	5
2.5. ADAPTAČNÍ CHOVÁNÍ PĚSTOUNŮ	5
3. PODPORA DÍTĚTE V NRP	6

1. DEFINICE ADAPTACE

Pojem adaptace je ve slovnících definován obecně například jako přizpůsobení organismu jeho prostředí nebo jako obecná vlastnost organismů přizpůsobovat se podmínkám, ve kterých existují. Tento pojem je chápán v biologickém, psychologickém a sociálním kontextu. Psychologická adaptace zahrnuje schopnost přizpůsobení chování, vnímání, myšlení a postojů, sociální adaptace je procesem postupného přizpůsobování se člověka sociálním podmínkám. Jde o posun, k němuž dochází v sociálních, psychologických či kulturních rysech jedince po přechodu do nového prostředí.

Dále rozlišujeme adaptaci na objektivní a subjektivní. Objektivní adaptace je posuzována podle toho, jak zdařile je člověk „zabydlen, zakotven nebo zakořeněn“ ve světě své rodiny, ve světě lidí a práce. Subjektivní adaptace vyjadřuje, jak se člověk v uvedených vztahových oblastech života cítí spokojený či nespokojený.



**„Šťastný je ten,
kdo našel štěstí v rodině.“**

(L. N. Tolstoj)

2. ADAPTACE V KONTEXTU NRP

2.1. OBECNĚ

Pokud se pěstounům podaří uspět a převzít dítě to péče, mohou si říci, že mají vyhráno. Avšak po příchodu dítěte do rodiny začíná další běh na dlouhou trať – dítě si musí na svou novou rodinu zvyknout.

2.2. PRVNÍ KONTAKT, VĚK DÍTĚTE A JEHO PŘEDCHOZÍ PROSTŘEDÍ

Důležitý je první kontakt s dítětem, kdy by se pěstouni měli zamyslet nad tím, čím si dítě mohou získat, čím jej mohou potěšit/zaujmout. Důležité je, aby pěstouni měli dopředu informace o daném dítěti od odborníků, kteří s ním pracovali, protože právě od nich se mohou dozvědět to podstatné o svém dítěti.

Pochopitelně při adaptaci dítěte záleží na jeho věku – jinak si na nové prostředí bude zvykat kojeneček a jinak dítě v období adolescence. Při navazování kontaktu se starším dítětem je třeba mít dostatek trpělivosti, je dobré si představit, jak se asi cítí, co zrovna prožívá, kolik si toho ve svém životě již zažilo. Pokud je dítě umístěno z ústavní péče, staralo se o něj několik vychovatelů a bude si muset zvyknout, že už má vás a že se o vás nemusí dělit s dalšími dětmi v domově. Pokud dítě přichází od svých rodičů, kde zažilo špatné zacházení, jeho nedůvěra k vám je pochopitelná a bude trvat delší čas, než se vám naučí důvěřovat.

Zároveň může své biologické rodiče nesmírně milovat a truchlit pro ně, což může pěstounům připadat nepochopitelné. Tuto situaci vysvětluje také psychologka Tereza Nagy Štolbová, ve své autobiografické knize *Dcera padajícího listí*.

„Protože když vám ublíží cizí člověk, je snadné jej spolu s jeho činem zcela odmítnout. Když vám ublíží matka nebo otec nebo ti, které milujete, je nemožné odmítnout je, a tím i jejich činy. Proto mnoho týraných dětí projevuje nepochopitelnou lásku ke svým zneužívajícím rodičům [...] Vazba, která se utváří od prvního dne narození, není zrušitelná [...]“

2.3. NEJEN PĚSTOUNI A DÍTĚ

Při příchodu dítěte do nové rodiny je dobré myslet i na širší vztahy, které zahrnují další příbuzné, přátele, sousedy. Důležité je myslet také na sourozenecké vztahy, které mohou v nové rodině nastat a které změní aktuální konstelaci. Je dobré mít souhlas všech dětí, že o dalšího sourozence mají zájem.



2.4. ADAPTAČNÍ CHOVÁNÍ DÍTĚTE

Je dobré vědět, že každé dítě bude mít jiné adaptační chování. Může se stát, že pro pěstouny může být chování dítěte nepochopitelné, je proto důležité, aby se s ním napřed teoreticky seznámili.

Existují tři formy:

1. Apatie a pasivita – dítě nemá zájem o cokoli. Důvodem může být zahlcení množstvím podnětů, které neumí zpracovat, proto se doporučuje postupovat pomalu.
2. Zvýšené úsilí a získání podnětů – dítě dokáže vynaložit velké úsilí na získání toho, co chce, často však volí neúčinné prostředky – provokuje, vynucuje si zájem dospělých, má problém s vrstevníky – jako důraz zájmu mu postačuje pokárání nebo rozzlobení pěstounů. Opakovaně potřebuje vědět, že o něj rodiče stojí a že jej neopustí.
3. Setrvávání na úrovni povrchních kontaktů – dítě nerozlišuje náhodnou interakci od hlubšího vztahu – je to důsledek rané citové deprivace. Toto dítě má velký strach z opuštění, z cizích lidí.

2.5. ADAPTAČNÍ CHOVÁNÍ PĚSTOUNŮ

Ovšem úspěšná adaptace je velkou měrou ovlivněna adaptací samotných pěstounů.

Zezulová popisuje jednotlivé fáze adaptace pěstounů:

1. Fáze nadšení – přichází po oznámení, že byli vybráni pro pěstounské dítě, po dlouhém čekání. Těší se, že pomohou dítěti být šťastným.
2. Fáze rozčarování – přímo souvisí s adaptačními fázemi dítěte.
3. Fáze smíření – poznávání se, bez nereálných očekávání, bezpodmínečné přijetí.

„Zjistilo se, že za války rodiče, kteří měli při bombardování strach, nakazili strachem i své děti. Zatímco děti, jejichž rodiče se snažili vyzařovat odvahu a důvěru, se nebály a zážitky zpracovaly lépe [...] To, co vytváří problémy, jsou víc pocity rodičů než pocity dětí.“

3. PODPORA DÍTĚTE V NRP

Vazba mezi pěstounem a dítětem je velice důležitá a vzniká ze zdravého dávání a přijímání, kdy dítě rozvíjí sebe sama. Je třeba zaměřit se na následující faktory, podpora:

- sebeuvědomění dítěte,
- dotyku (pozor u týraných dětí),
- očního kontaktu,
- vnímání zvuku (tichého a klidného),
- čichového vnímání (vůně),
- hmatového vnímání (oblečení, povlečení),
- bezpečí a klidu, zabránění agrese,
- poznávání vlastního těla,
- zrcadlení dítěte, vyjadřování pocitů,
- pevného objetí,
- utišení bolesti,
- klidného spánku,
- regulace záchvatu vzteku,
- zdravé stravy a pitného režimu.



**VÍCE SE O TÉTO PROBLEMATICE MŮŽETE DOZVĚDĚT
Z NÍŽE UVEDENÝCH ZDROJŮ:**

ARCHEROVÁ, C. *Dítě v náhradní rodině*. Praha: Portál, 2001.

BUBLEOVÁ V., VÁVROVÁ A., FRANTÍKOVÁ J., VANČÁKOVÁ M. *Průvodce náhradní rodinnou péčí*. Praha: OPS při nadaci Terezy Maxové, 2008.

HARTL, P., HARTLOVÁ H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál. 2000.

KOLEKTIV AUTORŮ. *Zvykáme si jeden na druhého aneb nová náhradní rodina v procesu adaptace*. Návrat. 2006

SCHOLEROVÁ, J. *Adopce vztah založený na slibu*. Praha: Návrat domů, 2002.

SILLAMY, N. *Psychologický slovník*. Olomouc: Univerzita Palackého. 2001.

SMÉKAL, V. *Pozvání do psychologie osobosti*. Barrister a Principal. 2007.

ŠTOLBOVÁ, T. *Dcera padajícího listí. Příběh o duši, která přežila díky lásce*. Praha: Triton. 2014.

VÁGNEROVÁ, M. *Psychický vývoj dítěte v NRP*. 1.vyd. Praha: Středisko NRP, o. s.

2012. VÁGNEROVÁ, M. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál. 2012.

ZEZULOVÁ, D. *Pěstounská péče a adopce*. 1.vyd. Praha: Portál. 2012.