

Kontakty dětí v NRP s původní rodinou

Petra Pávková



SOS DĚTSKÉ
VESNÍČKY



1. Než začneme



**SOS DĚTSKÉ
VESNIČKY**

Kontakty dětí v NRP s původní rodinou

Autorka: Petra Pávková

Odborný garant: Cyril Maliňák, SOS dětské vesničky

Vydaly SOS dětské vesničky, z. s. v Praze roku 2026 v rámci projektu Pěstounství pro lepší budoucnost dětí.

Grafika: Martin Málek

Copyright © SOS dětské vesničky 2026

ISBN: 978-80-910057-0-8

PROJEKT Pěstounství pro lepší budoucnost dětí, registrační číslo projektu CZ.03.02.02/00/24_066/0004690 je spolufinancován Evropskou unií. Cílem projektu je zvýšení počtu žadatelů o pěstounskou péči prostřednictvím komunikační kampaně, tvorby vzdělávacích materiálů a videí s odborníky; komplexní podpora náhradní rodinné péče. Tento materiál je licencován pod licencí CC BY-SA 4.0.



**Spolufinancováno
Evropskou unií**

Možná to znáte. Blíží se den kontaktu a vy už několik dní předem cítíte, že se něco mění. Dítě je neklidnější, citlivější nebo naopak uzavřené. A vy víte, že přichází zase složité období.

Pro mnoho náhradních rodičů jsou dny kolem kontaktu dítěte s biologickými rodiči jedněmi z nejnáročnějších. Často už několik dní předem cítí, že je dítě neklidné, citlivější nebo více vyžaduje jejich pozornost. Po kontaktu pak bývá rozrušené, vzdoruje, zlobí se, odmítá spolupracovat, má záchvaty vzteku, špatně spí, hůře jí nebo se naopak přejídá. Někdy se vrací k chování, které už dávno překonalo. Jindy působí uzavřeně a jako by se od všech vzdálilo.

Péče o dítě s vývojovým traumatem vyžaduje mnoho energie i v běžných dnech. Období před kontaktem a po něm bývá ale často ještě složitější. Není proto překvapivé, že si řada náhradních rodičů klade otázku, zda dítěti kontakty skutečně prospívají. Uvědomují si náročnost kontaktů pro dítě a zvažují, zda by dítěti nebylo bez kontaktů lépe.

Ani pro biologické rodiče nebývají kontakty snadné. Také oni často přicházejí s vlastní bolestí, zklamáním, pocitem selhání nebo bezmoci. Jejich emoce mohou být natolik silné, že se jen obtížně dokáží naladit na potřeby dítěte. Někdy nerozumí tomu, proč je kontakt doprovázen dalšími odborníky, a mohou mít pocit, že jim nikdo nedůvěřuje.

Dítě samo se necítí dobře, na rodiče se těší a zároveň se bojí. „Opravdu přijdou? Jaké to bude? Nebudou se na mě zlobit? Jak na ně budou reagovat moji náhradní rodiče?“ Tolik otázek. Dítě nezná odpovědi a zároveň vnímá, že též pro náhradní rodiče je celá situace těžká.

CO ŘÍKAJÍ ODBORNÉ POZNATKY?

Ještě před několika lety se vedly spory o tom, zda jsou kontakty s biologickou rodinou pro děti v náhradních rodinách přínosem, nebo rizikem. Současné odborné poznatky ukazují, že důležitá není jen otázka, zda kontakt probíhá, ale především jak probíhá, jaký má pro dítě význam a zda podporuje jeho bezpečí.

Z dlouhodobého hlediska děti, které zažívají kontakty nastavené přímo dle jejich potřeb, lépe prospívají v náhradní rodině, jejich umístění je stabilnější, lépe rozumí samy sobě a své historii, jejich psychické zdraví se zlepšuje.

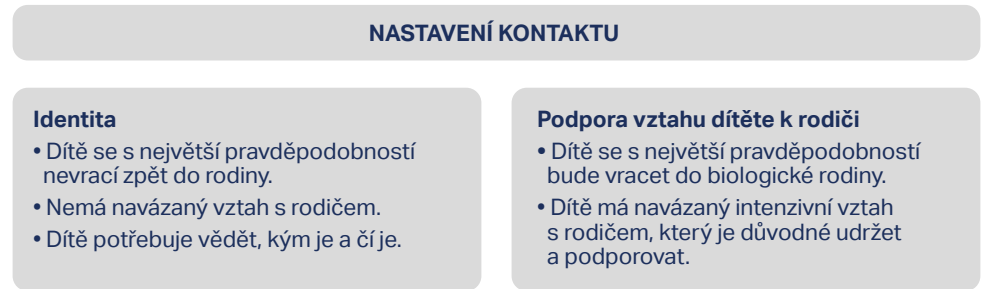
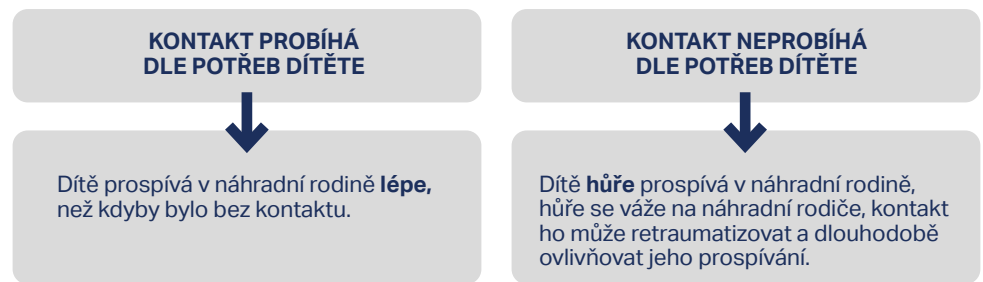
Naopak nevhodně nastavený kontakt dítě přetěžuje. Dochází k dlouhodobé destabilizaci dítěte, například k výraznému zhoršení psychického stavu, dlouhodobým poruchám spánku, opa-

kovanému sebepoškozování, silným regresivním projevům, výraznému zhoršení vztahu s náhradními rodiči nebo k přetrvávající úzkosti či strachu. V takových situacích je důležité společně s odborníky přehodnotit celou situaci dítěte a hledat, zda a jak je možné pro dítě připravit vhodný a prospěšný kontakt.

Pojďme tedy opustit otázku, zda jsou kontakty dobré či špatné, ale zabývejme se tím, jak připravit kvalitní kontakt, aby dětem prospíval. Tato brožura si klade za cíl přiblížit čtenářům možnosti kontaktu, který dítěti neublíží, ale pomáhá. Podíváme se na to, jaké benefity kontakt dítěti může přinést. Nezastíráme, že je kontakt náročný, ale zároveň může přinést mnoho dobrého.

Budeme se věnovat tomu, jak kontakt prožívají jednotliví účastníci kontaktu (dítě, náhradní rodiče, biologičtí rodiče). A především se podíváme na to, jak kvalitní kontakt připravit a realizovat a jak se vyhnout možným negativním dopadům na dítě.

✦ **Protože dobře realizovaný kontakt může dítěti pomoci i tam, kam terapie či terapeutické rodičovství nedosáhne. Cílem není kontakt za každou cenu, ale podpora a prospěch dítěte.**



Podle jedné z terapeutek, která s pěstounskými rodinami dlouhodobě spolupracuje, se stává, že na terapii přijde pěstounka s dítětem, které má mnoho potíží v životě. Po sejmutí základní anamnézy, včetně informací o probíhajících či neprobíhajících kontaktech s biologickými rodiči, se ukáže potřeba nejprve přenastavit kontakt tak, aby vyhovoval potřebám dítěte. V řadě případů to pro zlepšení potíží dítěte stačí a samotná terapie už není nutná.



2. Přínosy dobře nastaveného kontaktu

Skutečný význam kontaktu se často ukazuje až v delším časovém období. Dítě může postupně lépe rozumět samo sobě, svému příběhu a tomu, kam patří. Kvalitní kontakt je čas to prospěšný nejenom dítěti, ale i biologickým rodičům i náhradním rodičům.

CO MŮŽE DÍTĚTI PŘINĚST DOBRĚ PŘIPRAVENÝ KONTAKT?

- **Podpořit identitu dítěte**
Každé dítě si v průběhu života klade otázky: „Kdo jsem?“, „Odkud pocházím?“ a „Kam patřím?“ Pro děti vyrůstající mimo biologickou rodinu bývají tyto otázky složitější. Často jim chybějí informace o rodičích, o tom, komu jsou podobné a co po kom zdědily.

Kontakt s biologickými příbuznými může dítěti pomoci tyto informace o sobě doplnit a propojit svůj biologický původ se současným životem v náhradní rodině. Jak se děti vyvíjejí, kontakt a díky němu získané nové informace a porozumění pomáhají dítěti zpracovávat, kým je v různých vývojových fázích. Více se tématu věnujeme v kapitole 3 – Identita dítěte.
- **Doplnit životní příběh dítěte**
Dítě potřebuje rozumět tomu, co se v jeho životě stalo. Pokud v jeho životním příběhu zůstávají prázdná místa, dítě si je často samo doplňuje. Vysvětlení, která si vytvoří, však mohou být mnohem bolestivější než skutečnost.

Dobře připravený kontakt může dítěti umožnit získat informace přímo od biologického rodiče (který je připravený na sdílení historie), dítě může klást otázky a postupně si skládat vlastní historii do pravdivého a smysluplného celku.

• Vytvořit realistický obraz biologické rodiny

Pokud dítě své biologické rodiče nezná nebo o nich má jen velmi málo informací, může si o nich vytvářet vlastní představy. Někdy rodiče idealizuje, jindy je naopak vnímá negativně. Bezpečný a dobře připravený kontakt může dítěti pomoci poznávat biologické rodiče reálněji – jako lidi se silnými stránkami, omezeními i vlastním životním příběhem. Dítě tak nemusí žít pouze s představami, domněnkami nebo fantaziemi o tom, kým jeho rodiče jsou.

• Zmírňovat konflikt loajality

Mnoho dětí v náhradní rodinné péči má pocit, že si musí mezi svými rodinami vybrat. Bojí se, že láskou k biologickým rodičům zraňují pěstouny či osvojitele. Jindy mají pocit, že přijetím náhradní rodiny zrazují své biologické rodiče.

Když dítě zažívá, že dospělí dokážou respektovat jeho vztahy a nemusí o něj mezi sebou soupeřit, může postupně přijmout, že ve svém životě smí mít místo pro více důležitých lidí. Nemusí si vybírat, koho smí mít rádo.

• Pomoci zachovat důležité vztahy

Pro dítě není důležitý pouze vztah s biologickou matkou nebo otcem. Významnou roli mohou mít také sourozenci, prarodiče a další blízcí lidé z původní rodiny. Zvláště vztahy mezi sourozenci mohou být pro dítě důležitým zdrojem kontinuity, sdílené historie a pocitu sounáležitosti. Dobře nastavený kontakt může pomoci zachovat vztahy, které jsou pro dítě významné a bezpečné.

• Pomoci dítěti zbavit se pocitu viny

Děti si často vysvětlují složité životní události ve vztahu k sobě: „Maminka si mě nenechala, protože jsem zlobil.“, „Kdybych byl lepší, zůstala by se mnou.“, „Asi se mnou musí být něco špatně.“ Pokud dítě získá pravdivé informace o své historii a biologický rodič dokáže převzít odpovědnost za to, co se stalo, může dítě postupně přijmout realitu, že za selhání péče dospělých nenese vinu.

Pro některé děti může být velmi důležité slyšet přímo od biologického rodiče: „Nebyla to tvoje vina.“, „Ty jsi za to nemohl.“, „Byla to moje odpovědnost postarat se o tebe a já jsem to nedokázala.“

Tomuto typu uzdravujícího kontaktu se podrobně věnujeme v kapitole 8.

• Snížit pocit opuštění a ztráty rodiče

Pro děti, které byly čerstvě odebrány z rodiny, může kontakt pomoci snížit bolest z opuštění a ztráty rodiče. Též může zajistit kontinuitu příběhu dítěte.



CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Kontakt není cílem. Dobře připravený kontakt může podpořit identitu dítěte, doplnit jeho životní příběh a pomoci mu lépe rozumět sobě samému a svému vztahu k oběma párům rodičů. Je prostředkem, který může dítěti pomoci bezpečněji budovat svou budoucnost.
- Význam kontaktu je potřeba hodnotit v širších souvislostech a v delším časovém období.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Pokud si nejste jistí, zda kontakt dítěti prospívá, nesledujte pouze jeho chování bezprostředně po setkání. Společně s odborníky se ptejte: **Jaký má tento kontakt pro dítě smysl? Co mu přináší? Čemu díky němu lépe rozumí? A co potřebujeme změnit v kontaktu, aby pro něj byl bezpečný a užitečný?**



3. Identita dítěte a jeho životní příběh

Téměř každé dítě vyrůstající v náhradní rodinné péči se dříve či později ptá: Kdo jsem? Odkud pocházím? Kam patřím? Identita je představa, kterou o sobě člověk postupně vytváří. Nevzniká najednou, ale formuje se během celého dětství a dospívání. Vytváří ji vztahy, vlastní zkušenosti, vzpomínky i informace o rodině a původu.

Pro děti vyrůstající v náhradní rodinné péči bývá hledání vlastní identity náročnější. Jejich život spojuje dvě rodiny – biologickou a náhradní, které navíc mohou být velmi odlišné. Dítě přitom nepotřebuje jednu z nich odmítnout, aby mohlo přijmout druhou. Potřebuje postupně propojit obě části svého života do jednoho smysluplného příběhu. Může vědět: „Narodil jsem se svým biologickým rodičům. Jsou součástí mého původu. Dnes žiji ve své náhradní rodině, kde mám bezpečí, vztahy a každodenní život.“ – právě kontakty mohou dítěti pomoci, aby tyto dvě části života nemusely stát proti sobě.

K vytváření identity dítě potřebuje znát své kořeny. Chce vědět, komu je podobné, po kom zdědilo barvu očí, hudební talent nebo povahu. Pro většinu lidí jsou podobné informace samozřejmostí, děti v náhradní rodinné péči je však často neznají. Pokud nemají možnost poznat své biologické příbuzné nebo o nich získat informace, mají často pocit, že nikam úplně nepatří, zažívají pocit nedostatečnosti a osamocení, což ovlivňuje jejich sebevědomí a celkové prožívání. Ale dítěti nestačí pouze poznat oba rodiče a další příbuzné. Dítě potřebuje porozumět důvodům, proč ho rodiče opustili, proč se k němu nechovali vhodně, proč se nepokusili získat ho zpět. Pro porozumění celému příběhu je někdy potřeba jít ještě dále do historie rodičů, jejich dětství, protože tam se skrývají hlubší odpovědi na otázky dítěte.



PŘÍKLAD Z PRAXE

Prarodiče vychovávali svého vnuka, protože jejich dcera se stala závislou na drogách a nedokázala o něj pečovat. Dlouhé roky byli přesvědčeni, že za její závislost může parta lidí, se kterou se jako dospívající začala scházet.

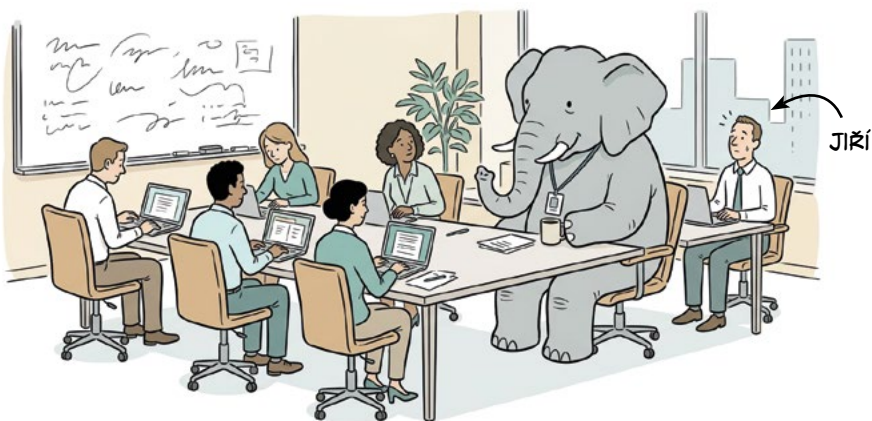
Při přípravě dopisu pro syna však vyšla najevo skutečnost, kterou nikdy neznali. Jejich dcera byla od dětství kvůli šilhání terčem posměchu a šikany. Nikdy se jim nesevěřila. Když později našla partu vrstevníků, která ji přijala, zůstala s nimi. Drogy přišly až později. Nebyly příčinou jejího příběhu, ale jeho důsledkem. Tato pravda změnila vztahy celé rodiny. Prarodiče lépe porozuměli dceři a omluvili se jí, že si jejího trápení nevšimli. Dcera se omluvila za bolest, kterou svou závislostí způsobila jim i svému synovi.

Stejnou hodnotu měla tato pravda i pro chlapce. Pomohla mu pochopit, že maminka nezačala brát drogy proto, že by ho neměla ráda. Za jejím selháním byl mnohem delší a bolestnější příběh.

Významnou roli hrají i rané zkušenosti dítěte, které mohou ovlivňovat jeho prožívání i tehdy, když si je vědomě nepamatuje. Zde mohou mít kontakty s biologickou rodinou nezastupitelnou roli. Mohou přinášet odpovědi na otázky dítěte, doplňovat chybějící informace, potvrzovat rodinné souvislosti nebo zaplnit prázdná místa v jeho historii.

Děti obvykle nepotřebují dokonalé odpovědi. Potřebují odpovědi pravdivé – přiměřené jejich věku, podané citlivě a s respektem ke všem, kteří jsou součástí jejich životního příběhu.

Kontakty by proto měly být propojeny s prací na životním příběhu – například prostřednictvím knihy života, časové osy nebo rodokmenu. Dítě si tak může svůj příběh postupně skládat jako puzzle, místo aby si chybějící části domýšlelo.



JENOM JIŘÍ JE OCHOTEN PŘIPUSTIT, ŽE V MÍSTNOSTI JE SLON

Slon v místnosti je anglické přísloví označující problém nebo bolestnou skutečnost, kterou všichni vidí, ale nikdo o ní nemluví. Děti v náhradní rodinné péči často vnímají, že se dospělí vyhýbají tématům, jako jsou jejich biologičtí rodiče, důvody odebrání nebo jejich pocity. Přestože se o „slonovi v pokoji“ mlčí, dítě jeho přítomnost velmi silně prožívá. Otevřený a citlivý rozhovor může dítěti pomoci nést jeho příběh mnohem snáze.

CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Identita dítěte se vytváří z jeho vztahů, zkušeností, původu i životního příběhu.
- Zdravá identita nevzniká vymazáním minulosti, ale jejím bezpečným začleněním do života dítěte.
- Dítě potřebuje pravdivé informace o své historii přiměřené svému věku.
- Kontakty mohou pomoci doplnit chybějící části životního příběhu a podpořit zdravý vývoj identity.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Když dítě mluví o svých biologických rodičích, hledá podobnosti nebo se ptá na svůj původ, neznamená to, že odmítá svou současnou rodinu. Jen hledá odpověď na jednu z nejdůležitějších otázek svého života: „Kdo jsem?“ Vytvářejte pro dítě bezpečný prostor, ve kterém může tuto otázku společně s vámi prozkoumávat.



4. Co dítě během kontaktů skutečně prožívá?

Kontakt s biologickou rodinou je pro dítě jednou z emočně nejnáročnějších situací v náhradní rodinné péči. Přestože se dospělým může jevit jako běžné setkání, pro dítě často představuje silný zážitek, ve kterém se setkává jeho minulost se současným životem.

Dítě může cítit radost, zvědavost, naději, lásku a zároveň smutek, strach, vztek i zmatek. Tyto emoce se nevyklučují, často existují vedle sebe. Dítě se může na kontakt těšit a zároveň se ho bát. Může si přát rodiče vidět, ale současně mít strach ze setkání. Jiné dítě působí, že ho kontakt nezajímá, ale několik dní před setkáním je neklidné, podrážděné nebo hůře spí.

Děti často nedokážou své pocity popsat slovy, a proto je vyjadřují prostřednictvím chování. Před nebo po kontaktu se může objevit regrese – dítě se začne chovat mladším způsobem, než odpovídá jeho věku. Chce častěji pochovat, mluví dětským hlasem, vrací se k dřívějším návykům nebo potřebuje větší míru péče.

U některých dětí se v období kontaktu zvýší agresivita, objevují se výbuchy vzteku, hádky nebo vzdor vůči pěstounům. Nemusí to znamenat odmítnutí náhradních rodičů. Naopak, dítě projevuje své emoce právě tam, kde se cítí nejbezpečněji. Prostřednictvím těchto projevů může uvolňovat nahromaděný stres, strach a nejistotu. Vztek a zloba nejsou „špatné“ emoce, ale přirozené reakce na náročné situace. Úkolem dospělého je dítěti pomoci jeho emoce prožít a zároveň ho vést k jejich bezpečnému vyjádření a zvládnutí. Potlačování emocí přitom dítěti zpravidla nepomáhá a může jeho prožívání ještě ztížit.

Jiné děti reagují opačně – stáhnou se do sebe, odmítají komunikovat nebo působí, jako by se jejich kontakt vůbec netýkal. Ale i tyto děti prožívají intenzivní emoce, které zatím nedokáží zpracovat.

Většina těchto reakcí není známkou neposlušnosti ani nevděčnosti. Může být způsobem, jakým dítě reaguje na emočně náročnou situaci.

Náročné reakce dítěte po kontaktu samy o sobě ještě neznamenají, že kontakt dítěti škodí. Kontakt otevírá silné emoce, připomíná dřívější zkušenosti a znovu ožívuje smutek ze ztráty, konflikt loajality nebo nenaplněnou touhu po rodiči. Dítě potřebuje čas, aby zážitek zpracovalo.

Pokud však náročné chování trvá několik dní, výrazně omezuje dítě v běžném životě – například ve škole, hře, vztazích s dalšími dětmi nebo v kontaktu s náhradními rodiči – a náhradní rodiče vnímají souvislost s probíhajícím kontaktem, je na místě kontakt přerušit, pečlivě vyhodnotit jeho průběh a hledat jinou formu, která nebude dítě tolik zatěžovat.

PŘÍKLAD Z PRAXE

Šestiletý Mireček se se svou biologickou maminkou, která byla drogově závislá, setkával dvakrát ročně. Díky citlivému vedení doprovázející pracovníce probíhaly kontakty dobře. Po jednom setkání se však Mireček výrazně změnil – několik dní špatně spal, ve školce se často dostával do konfliktů s dětmi, doma byl jak proměněný.

Pěstouni proto společně s doprovázející pracovnící celý kontakt podrobně prošli a hledali, co pro něj mohlo být tak náročné. Zjistili, že během setkání zůstal asi deset minut s maminkou sám v místnosti, kde si hrál na bicí. Pěstouni se ho opatrně zeptali, zda si s maminkou o něčem povídali. Mireček jim řekl, že mu maminka vyprávěla, jak si zařizuje byt, kde budou spolu bydlet.

Najednou jeho reakce dávala smysl. Pro šestileté dítě nebyla tato informace jen vyprávěním. Mohla v něm probudit naději, že se brzy vrátí ke své mamince, a následně velký zmatek a zklamání. Doprovázející pracovníce proto mamince znovu vysvětlila pravidla kontaktu a domluvila se s ní, že příště nebude Mireček během setkání bez podpory dospělého.

Proto je důležité sledovat dlouhodobý vliv kontaktu na dítě, na jeho vztahy, porozumění vlastnímu příběhu a celkový vývoj. A oddělovat krátkodobé emoční rozrušení dítěte z kontaktu s rodiči od dlouhodobého zatížení dítěte z kontaktu, který mu neprospívá.

CO MŮŽE DÍTĚ V SOUVISLOSTI S KONTAKTEM PROŽÍVAT?

• Strach z dalšího opuštění

Mnoho dětí si nese hlubokou obavu, že budou znovu opuštěny. Tento strach nemusí být vědomý a často se projevuje chováním. Dítě se opakovaně ujišťuje, zda si pro něj pěstoun přijde, silně reaguje na změny plánů, obtížně snáší loučení nebo po kontaktu více vyhledává blízkost. Jiné dítě může působit velmi samostatně a nezávisle. I za tímto chováním se však může skrývat strach z dalšího zranění a potřeba bezpečí.

• Smutek a ztráta

Kontakt často znovu otevírá téma ztráty. Dítě si může silněji uvědomit, že nemůže vyrůstat se svými biologickými rodiči. Může truchlit nad tím, co ztratilo, ale také nad tím, co nikdy nezažilo. Smutek nemusí být vždy viditelný. Může se projevit uzavřeností, zvýšenou citlivostí, pláčivostí, únavou nebo ztrátou zájmu o běžné aktivity. Pro dospělé bývá lákavé dítě rychle rozveselit nebo ho přesvědčit, že „všechno dobře dopadlo“. Je však užitečnější jeho smutek přijmout: „To muselo být hodně těžké.“ „Rozumím, že je ti smutno.“ „Jsem tady s tebou.“ A pomoc dítěti smutek nést.

• Konflikt loajality

Jak bylo již psáno v předchozí kapitole, dítě má v rámci kontaktu dilema, které rodiče smí mít rádo, což je značně vyčerpávající.

JAK MOHOU NÁHRADNÍ RODIČE POMOCI?

Úkolem dospělého je pomoci dítěti všechny emoce unést a postupně jim porozumět. Dítě potřebuje dospělého, který zůstane nablízku, nebude si jeho reakce brát osobně, pomůže mu pojmenovat, co prožívá, a nabídne mu bezpečí a přijetí. Po kontaktu se dítěte nemusíme okamžitě vyptávat. Některé děti potřebují nejprve klid a čas. Můžeme dát najevo, že jsme připraveni naslouchat: „Až budeš chtít, můžeme si o tom povídat.“

CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Kontakt může být pro dítě emočně náročný, i když je pro něj důležitý.
- Silné reakce po kontaktu samy o sobě neznamenají, že kontakt dítěti škodí.
- Je třeba rozlišovat mezi náročností kontaktu a mezi jeho škodlivostí.
- Dítě může současně prožívat lásku, radost, smutek, vztek i strach.
- Chování je často způsobem, jak dítě sděluje emoce, které zatím neumí vyjádřit slovy.
- Konflikt loajality může být pro dítě mimořádně zatěžující.
- Dítě potřebuje dospělé, kteří jeho reakce dokáží přijmout, pomohou mu jim porozumět a nabídnou mu bezpečí.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Po kontaktu není vhodné plánovat náročné aktivity. Mnoho dětí potřebuje několik hodin nebo dní na zpracování zážitku. Klidnější režim, dostatek odpočinku a dostupnost bezpečného dospělého bývají často tou nejlepší podporou.



5. Porozumění biologickým rodičům

Pro porozumění kontaktům je důležité podívat se také na příběh biologických rodičů. Mnozí z nich si nesou následky vlastních traumat a složitých životních zkušeností.

Často sami vyrůstali v prostředí zanedbávání, násilí, závislosti nebo v ústavní péči a nikdy nezažili bezpečný vztah ani citlivou péči. Tyto zkušenosti mohou zvyšovat riziko pozdějších potíží, včetně závislosti, která může zpočátku přinášet úlevu od nepříjemných pocitů a vzpomínek. Mnozí biologičtí rodiče navíc ve svém okolí nezažili kvalitní péči o dítě. Ve vlastním rodičovství se proto nemají o co opřít a náročnost mateřství může znovu otevírat jejich vlastní nepracované zkušenosti z dětství.

Porozumět jejich příběhu neznamená omlouvat situace, které byly pro dítě zraňující. Pomáhá nám však lépe chápat, jaké okolnosti vedly k tomu, že péče o dítě byla nad jejich síly.

PŘÍKLAD Z PRAXE: TRAUMA

Dana, biologická matka dvou dětí vyrůstajících v náhradní péči, sama vyrůstala na Slovensku v rodině poznamenané válkou a nuceným odchodem ze země. Její rodiče emigrovali ze Srbska, odkud utíkali před válečným konfliktem. Ani její dětství proto nebylo bezpečné a stabilní. Střídala pečující osoby, zažila týrání otcem, ztrátu babičky i pěstounskou péči. Pamatuje si především chlad a odmítání, které v dětství zažívala. V osmnácti letech odešla do Čech. Po znásilnění otěhotněla a bez zázemí a podpory nebyla schopná se o dítě postarat. Po třech měsících proto svou dceru předala do Klokánku. Později se jí narodila další dcera, o kterou také přišla, tentokrát kvůli své závislosti na drogách.

Když jsem se s Danou setkala, její první dcera byla čtrnáctiletá a vyrůstala v adopci. Toužila svou biologickou matku poznat. Dana po svých dětech velmi toužila a přála si žít „normální život“, ale sama už téměř nedokázala věřit, že se jí to podaří. Přesto pevně doufala, že její dcery budou mít jiný život než ona.

Danin příběh ukazuje, že selhání biologického rodiče často nevzniká v jediném okamžiku. Pro náhradní rodiče může být užitečné znát širší souvislosti, protože jim pomáhají lépe porozumět tomu, co biologický rodič při kontaktu prožívá a co může potřebovat, aby dokázal být pro dítě bezpečným rodičem.

PROČ SE RODIČE ČASTO NEZMĚNÍ?

Přání změnit se samo o sobě často nestačí. Pokud člověk dlouhodobě žije s následky traumatu, závislosti nebo závažných psychických obtíží, potřebuje čas, odbornou pomoc a podporu. Rodič může své dítě milovat a současně nemusí být schopen o něj bezpečně pečovat.

ZTRÁTA DÍTĚTE

Odebrání dítěte nebo jeho svěření do náhradní rodinné péče je pro biologického rodiče velmi bolestivou zkušeností. Někteří svůj smutek otevřeně prožívají, jiní jej skrývají nebo působí, jako by se jich ztráta netýkala. To však nemusí znamenat, že jim na dítěti nezáleží.

Jedna biologická matka popsala svou zkušenost takto: „*Pamatuji si odchod z nemocnice... byla to nejhorší chvíle mého života. Ostatní rodiče odcházeli se svými dětmi, ale já jsem měla prázdné ruce. Nikdo nevěděl, co říct nebo udělat.*“

Je možné současně chránit dítě, jasně pojmenovat selhání rodiče a zároveň uznat jeho bolest.

Zkušenosti a zranění, která si biologičtí rodiče nesou, mohou výrazně ovlivňovat i jejich chování při kontaktu s dítětem. Setkání v nich může vyvolat silný smutek, stud, strach nebo pocit selhání a mohou proto reagovat způsobem, kterému je pro náhradní rodiče těžké porozumět. Neznamená to, že nenesou odpovědnost za své chování. Při přípravě a vedení kontaktu je však důležité přistupovat k nim s vědomím jejich zranění a pomoci jim emoce zvládnout tak, aby kontakt byl bezpečný především pro dítě. Proto potřebují kvalitní odbornou přípravu, která jim pomůže porozumět potřebám dítěte i tomu, jak při setkání reagovat.

CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Porozumět biologickým rodičům neznamená omlouvat jejich chování.
- Trauma a životní zkušenosti mohou významně ovlivnit schopnost rodiče pečovat o dítě.
- Rodič může své dítě milovat, a přesto o něj nemusí být schopen bezpečně pečovat.
- Podpora biologického rodiče může pozitivně ovlivnit průběh kontaktů.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Když je pro vás obtížné porozumět chování biologického rodiče, zkuste si položit otázku: „**Co se asi v jeho životě stalo, že dnes reaguje právě tímto způsobem?**“ Tato otázka nepopírá odpovědnost rodiče ani bolest dítěte. Může však usnadnit spolupráci, která je v zájmu dítěte.



6. Role náhradních rodičů

Náhradní rodič je při kontaktu dítěte s biologickou rodinou klíčovou postavou. Zná dítě, jeho projevy, potřeby i způsoby, kterými dává najevo nejistotu nebo přetížení. Může mu být oporou před kontaktem, během něj i po něm. Důležitým předpokladem je přijetí skutečnosti, že biologická rodina je neoddelitelnou součástí původu a životního příběhu dítěte.

Pro mnoho pěstounů není nejtěžší samotné náročné chování dítěte související s kontaktem. Nejtěžší je pocit: „Já několik týdnů pracuji na stabilitě dítěte a jeden kontakt všechno rozbije.“ Jenže z pohledu citové vazby se často neděje to, že kontakt ničí vztah mezi dítětem a pěstounem. Spíše se během kontaktu aktivují hluboké vrstvy bolesti, které byly v dítěti přítomné už předtím. Pěstoun je pak ten, kdo dítěti pomáhá tuto bolest unést. A právě v tom může být jeho role pro uzdravování zcela zásadní.

KLÍČOVÉ ROLE NÁHRADNÍHO RODIČE PŘI KONTAKTU:

- **Otevřenost náhradního rodiče**

Otevřený a respektující postoj náhradních rodičů k biologické rodině patří k největším darům, které mohou dítěti dát. Jak bylo uvedeno v kapitole o identitě a životním příběhu, dítě potřebuje mít možnost přijmout celý svůj příběh. Pokud má pocit, že o biologických rodičích nesmí mluvit nebo že je část jeho původu nepřijatelná, může toto odmítnutí vztahovat také

na sebe. Otevřenost vůči biologickým rodičům neznamená souhlasit s tím, co dítěti způsobili, ani omlouvat jejich chování. Znamená především chránit dítě před tím, aby muselo odmítat část svého vlastního příběhu. Když dítě nemusí popírat svůj původ, má větší šanci vytvořit si zdravý a celistvý obraz sebe sama.

- **Být bezpečným přístavem**

Po kontaktu dítě potřebuje možnost vrátit se k člověku, u kterého se cítí bezpečně. Může být rozrušené, odmítavé nebo naopak vyžadovat více blízkosti. Klidná přítomnost náhradního rodiče, jeho trpělivost a dostupnost pomáhají dítěti znovu získávat pocit bezpečí.

- **Pomáhat dítěti porozumět jeho emocím**

Jak jsme popsali v předchozí kapitole, dítě může po kontaktu prožívat několik protichůdných emocí současně a často je vyjadřuje chováním. Náhradní rodič může dítěti pomoci pocity postupně pojmenovávat: „Možná se ti po mamince stýská a zároveň jsi na ni našťvaný.“ Dítě tak získává zkušenost, že i protichůdné emoce mohou existovat vedle sebe a že na ně nemusí být samo.

- **Připravovat dítě na kontakt a pomáhat mu po kontaktu**

Dítě potřebuje vědět, co ho čeká: kdo na kontakt přijde, kde bude probíhat, jak dlouho přibližně potrvá a co se bude dít potom. Předvídatelnost snižuje nejistotu a pomáhá dítěti zvládat stres. Stejně důležitý je čas po kontaktu.

- **Spolupracovat s ostatními dospělými**

Dítěti prospívá, když dospělí dokážou odložit své vzájemné neshody a soustředí se na jeho potřeby. Nemusí mít na všechno stejný názor, ale měli by usilovat o společný cíl – podporovat zdravý vývoj dítěte. Respektující komunikace mezi náhradními rodiči, biologickou rodinou a odborníky snižuje riziko, že dítě bude nuceno volit mezi lidmi, které má rádo, nebo se starat o jejich vzájemné vztahy.

- **Chránit dítě**

Úkolem náhradního rodiče je nejen podporovat kontakty, ale také vnímat, jak na ně dítě reaguje a co při nich potřebuje. Pokud je kontakt pro dítě opakovaně příliš zatěžující nebo se při něm dějí věci, které ohrožují jeho bezpečí či důstojnost, je důležité o tom mluvit s doprovázející organizací a dalšími odborníky a žádat o změnu nastavení kontaktu, aby lépe odpovídal potřebám dítěte.

- **Být hlasem dítěte**

Děti s vývojovým traumatem často neumějí své prožívání vyjádřit slovy. Náhradní rodič může pomoci ostatním dospělým porozumět tomu, co dítě svým chováním říká.

Například:

- místo „Je po kontaktu zlobivý.“
- říct: „Zdá se, že je po kontaktu přetížený a potřebuje více blízkosti a jistoty.“

Tato změna pohledu pomáhá všem dospělým přestat vnímat náročné chování jako „zlobení“ a začít ho chápat jako sdělení o tom, co dítě právě prožívá.

JAK SE STÁT OTEVŘENĚJŠÍ VŮČI BIOLOGICKÝM RODIČŮM A KONTAKTŮM DÍTĚTE S NIMI?

Pro náhradní rodiče otevřenost nemusí být jednoduchá. Vidí, jak je dítě po kontaktu rozrušené, jak se vrací k náročnému chování nebo těžce nese další zklamání. Mohou se obávat, že biologický rodič nedodrží slib nebo dítě znovu zraní. Někteří mají za sebou konfliktní a vyčerpávající zkušenosti se spoluprací s biologickou rodinou.

Osvojitelé i někteří pěstouni někdy mají pocit, že když dítěti umožní mít rádo biologické rodiče, ztratí v jeho životě své místo. Zkušenosti však ukazují opak. Dítě se může k náhradním rodičům ještě více přiblížit, když cítí, že nemusí svou biologickou rodinu skrývat ani se za své city k ní stydět.

K větší otevřenosti může pomoci připomínat si několik jednoduchých myšlenek:

- **Oddělujte člověka od jeho chování.** Je možné nesouhlasit s tím, co rodič udělal, a přitom uznávat, že v životě dítěte bude vždy jeho rodičem.
- **Dívejte se na situaci očima dítěte.** Dítě potřebuje rozumět tomu, odkud pochází, a mít dovoleno mluvit o důležitých lidech svého života.
- **Vnímejte potřeby dítěte.** Dítě nepotřebuje dokonalé rodiče. Potřebuje porozumět tomu, odkud pochází, a mít dovoleno mluvit o obou svých rodinách.
- **Nevnímejte biologické rodiče jako konkurenci.** Láska k biologickým rodičům neznamená odmítnutí náhradní rodiny.
- **Zajímejte se o příběh biologických rodičů.** Porozumění souvislostem jejich života neomlouvá jejich chování, ale může pomoci pochopit chování rodiče a usnadnit spolupráci.
- **Mluvte o biologických rodičích pravdivě a s respektem.** Dítě velmi citlivě vnímá nejen slova, ale také tón, výraz a napětí dospělých.
- **Přijímejte vlastní emoce.** Je v pořádku cítit strach, bezmoc nebo vztek. Tyto pocity z vás nedělají špatného náhradního rodiče. Důležité je hledat způsoby, jak s nimi pracovat, aby je dítě nemuselo nést spolu s vámi.
- **Nebojte se požádat o podporu.** Otevřenost se často nerodí sama od sebe. Pomoci může rozhovor s doprovázejícím pracovníkem, psychologem nebo zkušeným pěstounem.

Otevřenost není jednorázové rozhodnutí, ale proces. Každá zkušenost, při které dítě zjistí, že může bezpečně mluvit o svém původu a biologické rodině, mu pomáhá propojovat jednotlivé části svého života.



CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Náhradní rodič je pro dítě důležitou oporou před kontaktem, během něj i po něm.
- Otevřenost náhradních rodičů vůči biologickým rodičům otevírá cestu k většině benefitů, které kontakt může přinést.
- Dítě potřebuje mít dovoleno mluvit o biologických rodičích a prožívat k nim vlastní emoce.
- Náhradní rodič může pomáhat dítěti porozumět jeho reakcím a zprostředkovat jeho potřeby ostatním dospělým.
- Podporovat kontakt znamená také vnímat jeho průběh a upozorňovat na situace, které dítě přetěžují nebo ohrožují.
- Spolupráce dospělých pomáhá chránit dítě před konfliktem loajality.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Péče o dítě s vývojovým traumatem je dlouhodobě náročná a období kolem kontaktů bývá často jedním z nejtěžších. Abyste mohli být dítěti oporou, potřebujete **pečovat také o sebe**. Není to sobectví ani známka slabosti – je to součást dobré péče o dítě.

Dopřejte si odpočinek, sdílejte své starosti s blízkými nebo s doprovázejícím pracovníkem, využijte odbornou podporu a dělejte věci, které vám pomáhají načerpat síly.

Dítě nejvíce potřebuje klidného, dostupného a emočně naladěného dospělého. Takového, který dokáže zůstat nablízku i ve chvíli, kdy jsou jeho emoce a chování náročné. Péče o vlastní kapacitu je proto také součástí péče o dítě.



7. Plánování a realizace průběžných kontaktů

Kontakt s biologickými rodiči je třeba u každého dítěte posuzovat individuálně a průběžně jej přehodnocovat podle toho, jak dítě roste a mění se. Pokusíme se vám ukázat, že je možné s trochou přemýšlení, času a plánování zprostředkovat kontakt, který může být pro všechny zúčastněné přínosný, dítě posiluje a také ostatní může posouvat vpřed.

Vždy je nejprve potřeba pečlivě vyhodnotit celou situaci dítěte, předchází kontakty a jejich přínos, vztahy dítěte s biologickými rodiči a další důležité okolnosti.

Komplexní posouzení kontaktu obsahuje:

- Jaký je účel kontaktu.
- Historie kontaktu, jak probíhal, co kontakt přinášel dítěti.
- Posouzení vazby mezi biologickou matkou, otcem, či jiným příbuzným a dítětem.
- Posouzení možných přínosů a rizik kontaktu a toho, jak se dítě cítí před kontaktem, během něj a po něm.
- Nepřímý kontakt, zda probíhal a jak (dopis, telefonát, video hovor).
- Vhodnost místa konání.
- Prání dítěte.
- Informovanost náhradních rodičů o významu kontaktu, jak pěstouni vnímají biologické rodiče.
- Obavy náhradních rodičů.
- Kompetence biologického rodiče při kontaktu spolupracovat a respektovat náhradní rodiče a případně sociálního pracovníka/pracovnici.
- Je zajištěna příležitost pro dítě a pěstouny hovořit o kontaktu se sociálními pracovníky.

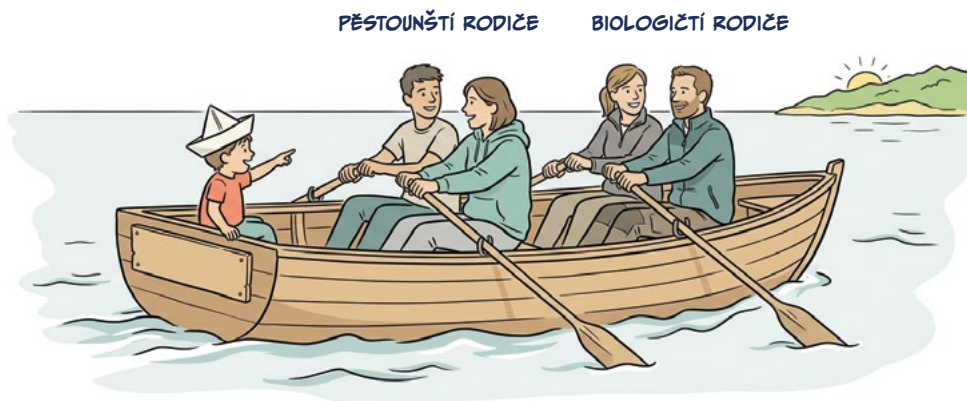
Potřeba flexibility v nastavování kontaktu

Kontakty nemohou být nastaveny jednou provždy. Potřeby dítěte se mění s věkem, zkušenostmi i vývojovou úrovní. Pravidelně je proto vhodné společně přemýšlet, jak kontakt dítě ovlivňuje, co mu přináší, co je pro něj náročné a zda současné nastavení potřebuje změnu. Někdy může být potřeba změnit jeho formu, četnost nebo míru podpory.

Principy kontaktu, který podporuje zdravý vývoj dítěte:

1. **Vychází z potřeb dítěte** (respektuje věk, vývojové a vztahové potřeby dítěte). Každé dítě potřebuje něco jiného. Drží se tzv. nejlepšího zájmu dítěte (právní termín).
2. Mezi náhradními i biologickými rodiči panuje **soulad, respekt a snaha o spolupráci**. To je klíčový princip pro kontakt. Pokud jsou toho obě strany schopny, je to pro dítě velmi uzdravující. V případě výrazného nesouladu mezi dospělými může být dítě plně zaměřeno na jejich napětí, snaží se situaci zachránit a prožívá velkou vnitřní úzkost. V takové situaci je potřeba pečlivě zvážit nastavení kontaktu.

Spolupráci může napomoci společná schůzka dospělých bez dítěte před kontaktem, kde facilitující odborný pracovník (nejčastěji doprovázející pracovník) pomůže oběma stranám vzájemně si porozumět a sjednotit se na společném cíli – prospěchu dítěte. Používáme metaforu „**nalodění se na společnou loď**“.



3. Je pro dítě **bezpečný** po stránce fyzické i psychické. Pokud biologický rodič není schopen zabezpečit fyzické zdraví dítěte, např. kvůli vlastní indispozici, zvažujeme, zda je kontakt na místě, a pokud ano, vždy za účasti facilitující osoby. Psychické bezpečí pro dítě znamená například to, že biologický rodič neslibuje nic, co není domluveno, nemluví o budoucnosti způsobem, který dítě mate, a nedohaduje se na místě s náhradními rodiči. Samozřejmě totéž platí i pro náhradního rodiče.
4. Kontakt má jasný účel, tedy je **smysluplný**. Víme, proč kontakt probíhá a jak zapadá do celkového procesu podpory dítěte. Když zvažujeme účel kontaktu, objevují se dvě hlavní oblasti: a) identita, b) vztah. Část dětí své rodiče nezná a pokud se s nimi má sejit, jde především o to, aby skrze rodiče děti lépe poznaly samy sebe. Jiné děti mají s rodičem navázaný vztah, nějakou dobu pobývaly v jeho péči, stýská se jim po něm nebo se o něj bojí. V takovém případě jde o kontakt, který pomáhá vztah udržovat.
5. Kontakt probíhá **pozitivně a interaktivně**. Dopředu všichni účastníci vědí, co se bude během kontaktu dít, zda si rodič bude s dítětem hrát, nebo si budou povídat. Někteří biologičtí rodiče si neumějí s dítětem hrát, například proto, že nikdy o dítě nepečovali. Proto mohou při kontaktu potřebovat podporu náhradního rodiče či facilitující osoby. Kontakt, kde si rodič povídá s náhradními rodiči a dítě si vedle samo hraje, nedává většinou smysl.

Takto připravený a realizovaný kontakt pomáhá dítěti porozumět vlastní historii, podporuje realistický obraz biologické rodiny a nevede k dlouhodobé destabilizaci či ohrožení. Naopak může posilovat vztah dítěte k náhradním rodičům.

Co může dítěti přinášet pravidelné setkávání s rodiči, když nerozumí tomu, proč u nich nemohlo zůstat?

Někdy je potřeba nejprve pracovat s historií dítěte a pomoci mu porozumět tomu, co se v jeho životě stalo. Bez porozumění vlastnímu příběhu může kontakt spíše prohlubovat zmatek dítěte, nejistotu, může se bát, že si ho rodič odvede nebo naopak doufá, že už s ním zůstane.

JAK KONTAKT PLÁNOVAT A ORGANIZOVAT

• Příprava dítěte na kontakt

Nezbytný krok před kontaktem je příprava účastníků, zvláště dítěte. Mnoho dospělých věnuje velkou pozornost samotnému setkání, ale méně prostoru přípravě dítěte. Přestože kontakt probíhá pravidelně, je důležité před každým kontaktem znovu s dítětem mluvit o tom, jak bude kontakt probíhat. Právě příprava významně ovlivňuje, jak bude dítě kontakt prožívat. Nejistota bývá pro děti často náročnější než samotný kontakt. Dítě, které zažilo trauma, potřebuje velkou míru předvídatelnosti, tedy co nejpodrobněji vědět, co se bude dít:

- proč se kontakt uskuteční (v návaznosti na porozumění dítěte vlastní situaci),
- kdy se kontakt uskuteční,
- jak bude probíhat,
- kdo bude přítomen,
- kde bude probíhat,
- jak dlouho bude trvat,
- co se bude dít v průběhu kontaktu,
- co se bude dít po jeho skončení,
- co by si dítě přálo.

Pokud dítě nějakou dobu rodiče nevidělo, může si samo nebo s pomocí náhradních rodičů připravit otázky na své biologické rodiče. Mohou se objevovat například tyto otázky: „Proč jsme se tak dlouho neviděli?“ „Myslela jsi na mě?“

Zvláště u menších dětí mohou pomoci různé názorné materiály a metody:

- kalendáře,
- obrázkové plány,
- odpočítávání dnů,
- fotografie osob, které se kontaktu zúčastní,
- možnost mluvit o svých očekáváních, otázkách a obavách.

• Příprava biologického rodiče na kontakt

Klíčem k vytvoření podporujícího a bezpečného setkání dítěte s biologickým rodičem je kvalitní příprava biologického rodiče odborným pracovníkem, která probíhá nejenom před prvním kontaktem, ale průběžně dle potřeb.

Když odborný pracovník přistupuje k biologickému rodiči s porozuměním, empatií a s přijetím a současně jasně vysvětluje potřeby dítěte a smysl kontaktu, může tím významně podpořit ochotu rodiče spolupracovat.

• Četnost kontaktů

Jak často má probíhat kontakt konkrétního dítěte se svým biologickým rodičem, patří k nej-složitějším otázkám při nastavování kontaktu. To, co prospívá jednomu dítěti, může být pro jiné příliš zatěžující. Pečlivé vyhodnocení situace dítěte, jeho vztahu k biologickým rodičům a dosavadních kontaktů pomáhá určit **účel kontaktu** a podle něj nastavit jeho četnost.

JAK UŽ BYLO VÝŠE UVEDENO, KONTAKTY MŮŽEME ROZDĚLIT NA DVA ZÁKLADNÍ TYPY:

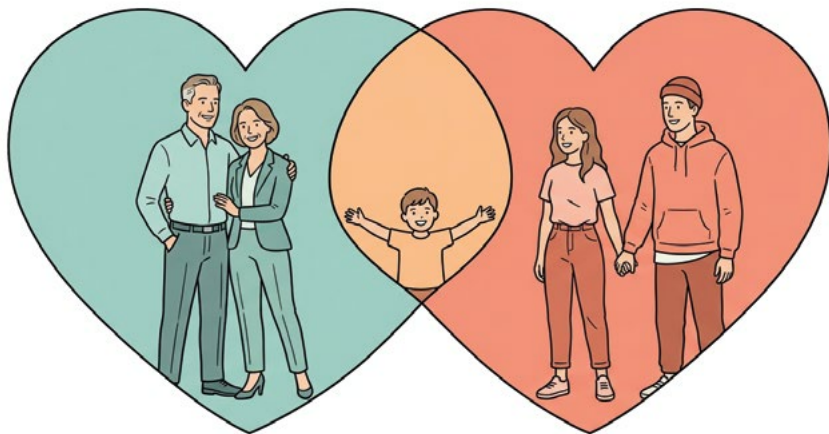
1. Kontakt, který probíhá za účelem podpory identity dítěte

Dítě nemá s rodičem vytvořený vztah, ale potřebuje ho poznat, aby lépe rozumělo samo sobě a svému původu. U tohoto typu kontaktu se nejprve pečlivě připraví první setkání, viz kapitola 8. O dalším kontaktu se pak znovu rozhoduje podle toho, zda a kdy dítě potřebuje biologického rodiče opět vidět. V některých rodinách si nastaví kontakt pravidelný, například kolem narozenin dítěte. Jsou však i děti, které po takovém setkání v nejbližších letech další kontakt nepotřebují a potřeba se objeví až později, například v období puberty nebo rané dospělosti. I zde je proto důležité řídit se především aktuálními potřebami dítěte.

2. Kontakt z důvodu budování či udržování vztahu mezi dítětem a rodičem

Jde o děti, které rodiče znají, mají s nimi vztah. Zde zvažujeme také vztahové a vývojové potřeby dítěte. Zvláště u velmi malých dětí je důležité citlivě chránit navazování vztahu k hlavní pečující osobě a pečlivě vyhodnocovat, jak dítě kontakt zvládá. U dětí zhruba do 5 let, tedy v období, kdy se vztahová vazba intenzivně buduje, je vhodnější četnost kontaktu omezit, protože i kontakt 1 x za 2 měsíce by mohl rozvoj vztahu s náhradním pečovatelem narušovat. Čím lépe se dítě na svého nového rodiče naváže, tím kvalitnější vztahy s druhými bude v budoucnosti mít. Samozřejmě toto platí u dětí, kde návrat do biologické rodiny není zatím možný. Vždy platí pravidlo individuálního přístupu.

U dětí školního věku může být kontakt častější, nicméně i tam může být častý kontakt pro dítě zatěžující. Opět vyhodnocujeme kontakt individuálně a zjišťujeme si názor dítěte. Pouze v případě přípravy na návrat dítěte k biologickým rodičům je tento kontakt častější. Příprava na návrat by měla začít probíhat až po rozhodnutí soudu, protože není nikdy předem jasné, jak soud rozhodne.



Pěstounští rodiče:

- Chceme tě.
- Pečujeme o tebe.
- Jsi tu doma.
- Neopustíme tě.
- Máme tě rádi.

Biologičtí rodiče:

- Byla to naše chyba.
- Jsme rádi, že jsi v této rodině.
- Máme tě rádi.

JAK KONTAKT PROBÍHÁ

Centrem průběžného kontaktu by měla být společná aktivita dítěte s biologickým rodičem, případně i s náhradním rodičem. Podle věku dítěte si spolu mohou hrát, číst knížku, malovat, vyrábět, starší děti mohou s biologickými rodiči hrát různé hry nebo si s nimi jen povídat. Je dobré aktivitu předem domluvit a připravit se na ni s biologickým rodičem. Někteří biologičtí rodiče potřebují podporu, protože nemusí mít dostatek zkušeností s interakcí s dítětem, zvláště pokud o něj nikdy nepečovali.

Velmi důležitou částí kontaktu je však také jeho začátek – pozdravení a první chvíle setkání. Dítě často s napětím čeká, jak na sebe budou náhradní a biologičtí rodiče reagovat. Když mezi nimi zaznamená vřelost a respekt, může se cítit bezpečněji a lépe se soustředit na společný čas s biologickým rodičem.

Pokud je kontakt facilitován, vede ho odborný pracovník, většinou doprovázející pracovník náhradní rodiny. Pokud facilitován není, měli by se náhradní a biologičtí rodiče dopředu domluvit, případně za pomoci doprovázejícího pracovníka, jak bude setkání probíhat, a podle této dohody ho společně vést.

• Délka kontaktu

Délka kontaktu by měla vycházet z potřeb a možností konkrétního dítěte. Zároveň si musíme uvědomit, že setkání s biologickými rodiči je pro většinu dětí emočně velmi náročné. Proto u některých dětí může být vhodnější kratší setkání, ale jsou děti, u kterých může být v jejich zájmu kontakt delší. Samozřejmě i zde se rozhodujeme na základě zhodnocení celé situace dítěte a jeho potřeb.

• Přítomnost náhradního rodiče

Náhradní rodič by měl být u kontaktu, pokud ho dítě potřebuje, protože je jeho základní vztahovou osobou, se kterou se cítí bezpečně, nebo si jeho přítomnost u kontaktu přeje. U předškolních dětí a dětí mladšího školního věku bývá přítomnost náhradního rodiče u kontaktu zpravidla velmi důležitá.

• Přítomnost facilitátora kontaktu

Při nově nastavovaném kontaktu je facilitátor (nejčastěji doprovázející pracovníce/pracovník náhradních rodičů) téměř vždy potřebný. Měl by být schopen připravit všechny účastníky, nastavit s nimi pravidla kontaktu a pomoci jim při prvním kontaktu. Při souladu mezi rodiči nemusí být facilitátor již dále třeba, ale při složitější situaci může pomoci nastavit kontakt tak, aby byl ku prospěchu dítěte.

• Loučení a návrat po kontaktu

Pro mnoho dětí je právě loučení a návrat domů k náhradním rodičům nejnáročnější částí celého kontaktu. Loučení může znovu otevírat zkušenosti se ztrátou, odloučením nebo odmítnutím. Při prvním setkání je proto většinou vhodné, aby se biologický rodič při loučení dítěte zeptal, zda ho může obejmout. Dítě je na tuto možnost předem připraveno a ví, že může objektivně odmítnout a že je to v pořádku. Ze zkušenosti víme, že většina dětí o objetí stojí.

Po kontaktu dítě často potřebuje klid, blízkost známých lidí a čas na zpracování zážitků. Někteří děti chtějí mluvit okamžitě. Jiné potřebují několik hodin nebo dní. Je užitečné respektovat individuální způsob zpracování zážitku ze setkání. Pro dítě je přínosné, když již v rámci přípravy na kontakt ví, co se bude dít po něm. Např. „Po kontaktu si zajdeme na zmrzlinku, co máš rád a pak pojedeme domů a budeme si hrát.“ U některých dětí takové sdělení snižuje úzkost z toho, že by si je chtěl rodič odvést.

• Soudně nastavený kontakt

O kontaktu může rozhodnout soud na základě návrhu některého z účastníků. Soud si vyžádá zprávy od odborníků a dle toho rozhoduje. Nicméně pevně nastavený kontakt nemůže plně reagovat na potřeby dítěte a na různé další změny.

Téměř vždy je vhodnější pečlivě vyhodnocení situace a následné nastavení kontaktu bez soudního rozhodnutí. To umožňuje větší flexibilitu a možnost průběžně kontakt měnit s ohledem na potřeby dítěte. I zde však platí zásadní pravidlo: kontakt je třeba nastavovat podle potřeb dítěte. V některých situacích k tomu může pomoci i soudní rozhodnutí.

• Vícedenní pobyty dítěte u rodičů

Vícedenní pobyty dítěte u biologických rodičů přinášejí některé vážné otázky k prozkoumání. Pokud jsou rodiče schopni pečovat o dítě několik dní, proč se dítě nevrátí do jejich péče? U starších dětí může být důležitým vodítkem jejich vlastní přání a porozumění situaci. Dítě může mít své důvody, proč nechce s biologickými rodiči žít, přestože s nimi chce trávit čas a udržovat s nimi vztah.

Vícedenní pobyt zároveň znamená, že se dítě musí přizpůsobit jinému způsobu péče, pravidlům a rytmu domácnosti a následně se vrátit ke způsobu života u náhradních rodičů. Pro mladší děti může být toto střídání náročnější. Proto by vícedenní pobyty měly mít jasný důvod a být vždy posuzovány podle konkrétní situace a potřeb dítěte, nikoli pouze podle přání biologického rodiče.

• Reflexe kontaktu

Každý kontakt je potřeba po několika dnech vyhodnotit a probrat, co dítěti přinesl, jak ho vnímali jednotliví účastníci, a zda je příště potřeba něco změnit. Na základě těchto informací je možné plánovat další kontakt.

PŘÍKLAD Z PRAXE

Patnáctiletý Tomáš vyrůstal v pěstounské rodině od prvního roku života. Společně s ním v rodině žily další dvě děti. Pěstouni se o něj snažili pečovat, jak nejlépe uměli, ale v posledním roce už několikrát zvažovali ukončení péče. V té době Tomáš projevil přání poznat svou biologickou matku. Ukázalo se, že matka žije stabilně se svými dvěma dcerami, má partnera a s pěstouny si velmi dobře rozumí.

Pěstouni byli kontaktu otevření a během měsíce se podařilo uskutečnit první setkání Tomáše s matkou. Tomáš si rychle porozuměl s oběma mladšími sestrami, matkou i jejím partnerem. Dospěl se nakonec rozhodli vyzkoušet uspořádání, kdy Tomáš trávil všední dny na internátu a víkendy střídavě u pěstounů a v biologické rodině. Ukázalo se, že toto řešení mu vyhovuje a přineslo do jeho života mnoho pozitivního. Fungovalo až do jeho dospělosti a obě rodiny spolu dále spolupracovaly při jeho podpoře během vstupu do dospělého života.

SPECIFICKÉ A NÁROČNÉ SITUACE

Když dítě o kontaktu nemluví

Pokud dítě kontakt s rodičem nemá a neptá se na něj, nemusí to znamenat, že o setkání nemá zájem. Může potřebovat čas nebo se obávat, jak na jeho otázky či přání náhradní rodiče zareagují. Znat své kořeny je přirozená lidská potřeba. Náhradní rodiče proto mohou vytvářet příležitosti k rozhovoru a dávat dítěti najevo, že jeho otázky a přání jsou vítané a že mu rádi pomohou. Dítě potřebuje vědět, že dveře k rozhovoru jsou otevřené, ale nemusí jimi projít hned.

Neschopnost biologických rodičů přijmout zodpovědnost za opuštění dítěte

Někteří biologičtí rodiče nejsou schopni převzít odpovědnost za to, co se v jejich rodičovství v raných letech života dítěte nepodařilo, což se v kontaktu téměř vždy projeví. Sociální pracovníci se setkávají s tragickými příběhy dětí, které jsou vlastní biologickou rodinou vtaženy do konfliktu. Někdy slyší, že jsou „špatné“, jindy naopak, že rodiče udělali vše správně a dítě jim bylo systémem bezdůvodně odebráno. Taková sdělení mohou být pro dítě velmi škodlivá a významně ovlivňovat jeho prožívání i vztah k sobě samému.

V těchto případech je proto nezbytné věnovat zvýšenou pozornost tomu, zda a za jakých podmínek je kontakt s biologickou rodinou pro dítě skutečně prospěšný a bezpečný.

Dítě v přechodu z biologické rodiny do náhradní rodinné péče

Přechod do náhradní rodiny je pro dítě jednou z největších životních změn. Přestože mu přináší větší bezpečí, současně znamená ztrátu známého prostředí, blízkých lidí i dosavadního způsobu života. Dítě proto potřebuje čas, aby si vytvořilo vztah k novým pečujícím osobám, získalo pocit bezpečí a zároveň mohlo zpracovávat ztrátu své původní rodiny.

Právě v tomto období je důležité citlivě plánovat kontakty s biologickou rodinou. Příliš časté kontakty mohou u některých dětí narušovat vytváření nového pocitu bezpečí, naopak jejich úplné přerušení může prohlubovat úzkost, nejistotu a obavy o blízké. Dítěti se stýská po rodičích, neví, co s nimi je. **Dříve využívané období dvou až šesti měsíců určené k adaptaci dítěte v nové rodině bez kontaktu s biologickými rodiči proto z pohledu potřeb a prožívání dítěte není automaticky vhodným řešením a je vhodné jej individuálně posuzovat.**

V JAKÉ SITUACI KONTAKT URČITĚ NEMÁ PROBĚHNOUT

Zcela jistě není kontakt vhodný v situaci, kdy si ho dítě nepřeje, přání dítěte je při plánování kontaktu velmi důležité. Nutit děti do kontaktu s biologickými rodiči může mít těžké dopady na jejich psychiku, vztahy k oběma pářům rodičům i na vztah k sobě samým. Nicméně je potřeba rozumět tomu, co za jejich odmítáním stojí. U některých dětí může být odmítnutí skutečným přáním kontakt neuskutečnit, u jiných může vyjadřovat strach, nejistotu nebo konflikt loajality.

Pokud jsou biologičtí rodiče, včetně širší rodiny pro děti vysoce riziková a budou jimi i nadále (ať už kvůli sexuálnímu zneužívání, extrémnímu násilí nebo z jiných důvodů), může být vhodnější od samého začátku náhradní péče dítěte velmi jasně uvést, že kontakt pro něj nemůže být bezpečný. Jedná se o velmi „konečné“ rozhodnutí, mnohdy potvrzené soudním zákazem kontaktu, ale děti někdy potřebují pomoc v pochopení, že jejich biologická rodina je nebezpečná. Samozřejmě bude důležité pracovat na tom, aby to děti zpracovaly a postupem času se s tím smířily.

CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Neexistuje jedno správné nastavení kontaktů pro všechny děti.
- Hlavním kritériem je vždy prospěch dítěte.
- Důležité principy kvalitního kontaktu jsou tyto: bezpečí dítěte, soulad mezi rodiči, smysluplnost kontaktu.
- Příprava dítěte je stejně důležitá jako samotný kontakt.
- Četnost kontaktu se nejvíce odvíjí od jeho účelu, zda jde o kontakt kvůli identitě nebo kvůli podpoře vztahu.
- Návrat po kontaktu bývá často nejnáročnější částí celého procesu.
- Potřeby dítěte se v čase mění.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Po každém kontaktu si zkuste poznamenat několik postřehů: Jak se dítě chovalo před kontaktem? Jak reagovalo bezprostředně po něm? Jaké změny jste pozorovali během následujících dnů?

Po čase se často objeví vzorce, které vám pomohou lépe porozumět potřebám dítěte.



8. Uzdravující jednorázový kontakt

Jde o cílené, strukturovaně vedené setkání dítěte s biologickým rodičem, při kterém má dítě možnost přímo od biologického rodiče slyšet, proč se o něj nemohl postarat, přijmout jeho omluvu za to, že jej opustil a také jeho požehnání do života v nové rodině. Setkání může být důležitou součástí zpracování historie dítěte.

Většinou se připravuje pro dítě, které svého rodiče nikdy nevidělo nebo si ho už nepamatuje. Velmi užitečné však může být i pro dítě, které s rodičem kontakt má, ale své historii dobře nerozumí. Taková setkání jsou vhodná jak pro děti v adopci, tak pro děti v pěstounské péči.

Cílem tohoto konkrétního kontaktu není primárně budování vztahu mezi dítětem a biologickým rodičem, ale podpora identity dítěte a porozumění jeho vlastnímu příběhu.

Dříve se podobný kontakt doporučoval až v dospělosti, tedy po dosažení 18 let. Výzkumy i zkušenosti lidí, kteří prošli zejména adopcí, však ukazují, že neznalost biologických rodičů může být pro dítě zdrojem významných otázek a nejistoty. Mnozí dospělí, kteří prošli adopcí či pěstounskou péčí, aniž poznali své biologické rodiče, popisují, že na ně velmi často mysleli, v některých obdobích dokonce denně, a tyto myšlenky jim ztěžovaly klidné prožívání dětství.

Pokud je kontakt pro dítě bezpečný a smysluplný, může být velmi přínosné uskutečnit první setkání ještě před nástupem do školy nebo v mladším školním věku. Dítě v tomto období už většinou rozumí tomu, že se nenarodilo náhradním rodičům a že má biologické rodiče, se kterými nemůže žít. Může tak svou historii začít poznávat prostřednictvím skutečného setkání.

Děti staršího školního věku si už často vytvořily vlastní představu o svých biologických rodičích. Roky nezodpovězených otázek mohou vést k idealizaci, obavám i strachu z toho, co skutečné setkání přinese. Proto mohou mít starší děti ze setkání větší obavy než mladší děti, i když si ho zároveň velmi přejí.

KDYŽ BIOLOGICKÝ RODIČ NEMŮŽE PŘIJÍT

Někdy biologická matka nebo otec nejsou kontaktu schopni. Mohou mít obavu, že setkání psychicky nezvládnou, nebo se bojí znovu otevřít bolest spojenou se ztrátou dítěte. V takové situaci není vhodné je do kontaktu nutit. Pokud je to možné, lze od nich získat alespoň dopis, fotografii nebo jiné informace.

Zároveň je možné vyhledat jiného biologického příbuzného, který zná historii dítěte a rodiny a může dítěti pomoci porozumět jeho původu. I takové setkání může zaplnit některá prázdná místa v životním příběhu dítěte a pomoci mu vytvořit si konkrétnější představu o své biologické rodině.

U mnoha dětí bývá první potřeba poznat biologickou matku, která pro ně může představovat důležitou součást jejich nejranějšího příběhu. Stejně významné však mohou být otázky týkající se otce.

Mnoho otců není zapsáno v rodném listu. To ale neznamená, že se dítě musí smířit s tím, že ho nikdy nepozná. Dopátrat biologického otce nemusí být jednoduché, ale pokud je jeho vyhledání pro dítě bezpečné a smysluplné, může být užitečné pokusit se zjistit, kdo jeho otcem je a co je možné se o něm dozvědět.

JAK SE TAKOVÉ SETKÁNÍ PŘIPRAVUJE

Pro tento typ kontaktu je nezbytný facilitátor – odborník, který dítě, biologického rodiče i náhradní rodiče kontaktem bezpečně provede. Pečlivá příprava všech účastníků setkání – dítěte, biologického rodiče či rodičů a náhradních rodičů – je nezbytná. Je potřeba postupovat po malých krocích a průběžně zjišťovat, zda se všichni cítí bezpečně a jsou připraveni pokračovat.

Facilitátor se nejprve setká s biologickým rodičem, vysvětlí mu, co dítě potřebuje a jak může k dobrému průběhu setkání přispět. Zároveň zjistí další důležité informace z historie dítěte. Ty mohou vést k novým otázkám dítěte a někdy je potřeba dát dítěti i náhradním rodičům čas, aby je mohli vstřebat. Mohou se objevit otázky jako: „Myslela jsi na mě někdy?“ „Jak ses cítila, když jsi mě měla v bříšku?“ „Měl jsi raději alkohol než mě?“ „Jaké to pro tebe bylo, když jsi mě opustila?“ „Vím o mně můj táta nebo sourozenci?“ „Máš mě ráda?“ Tyto otázky pak může biologický rodič během setkání dítěti zodpovědět.

Před samotným setkáním je vhodná také schůzka dospělých bez dítěte. Náhradní a biologičtí rodiče se zde mohou poznat, vzájemně se doptat a za pomoci facilitátora domluvit podrobnosti setkání – kdo bude přítomen, jak se budou oslovovat, jaký bude průběh nebo jak dlouho setkání potrvá. Taková příprava pomáhá dospělým naladit se na společný cíl: **aby setkání bylo bezpečné a přínosné především pro dítě.**

PŘÍKLAD Z PRAXE

Osobní zkušenost adoptivní maminky Hanky: Jak jsme prožili první setkání

„Já jsem měla strach snad od začátku, co jsme si Domíka přivezli, že některá z těch blondatých žen okolo, a ještě navíc se dvěma dětmi může být ona. Co si o nás myslí? Sleduje nás, chce nás vydírat? Sebere nám ho? Co si Domík od ní nese? Co když Domík bude chtít zůstat s ní, protože nejsme dost dobří rodiče? Jsem moc vděčná naší doprovázející pracovníci, že nás dobře připravila, vysvětlila, jak to bude probíhat a asi dvakrát před tím volala, vyslechla mé obavy a uklidnila mě.

Předali jsme mámě květiny a za Domíka jsme jí poděkovali. Celou dobu jsme jí byli vděční, že můžeme mít tak skvělého kluka a jsem ráda, že jsme jí to mohli říct. Zjistili jsme, že je to fajn žena, po které Domík umí šplhat do výšek a má smysl pro hudbu. Byli jsme rádi, že nám svěřila důvody svého těžkého rozhodnutí. Domíkovi řekla, že je ráda, že je u nás, že má takové rodiče. A že mě vnímá jako laskavou a že mám Domíka moc ráda. To mě moc potěšilo. Vnímám se víc jako Domíkova plnohodnotná máma. Spadl ze mě velký balvan nejistoty. Mohli jsme si všichni promluvit z očí do očí, a hlavně zahodit předsudky, které jsme předtím měli. Najednou jsme na životní příběh Domíkovy maminky nahlíželi úplně jinak. Mohli jsme se doptat i na podrobnosti, které jsme potřebovali vědět. Pochopili jsme také některé Domíkovy návyky a zdroje některých jeho talentů.

Vidíme, jak setkání pomohlo Domíkovi. Už žádné fantazie, už žádné pochybnosti. Slyšel opravdový příběh a viděl svoji opravdovou maminku. Slyšel její omluvu za to, co se stalo a ujištění, že on za to nemůže. Slyšel i její díky nám, že se o něj staráme a že je vidět, že se u nás má dobře. Slyšel zkrátka přesně to, co slyšet potřeboval, aby se zahojilo vše, co se zahojit má. Pár dní po setkání s biologickou maminkou nakreslil Domík velké opeřované srdce a vysvětlil, že některé kusy chyběly, ale díky setkání s mámou se srdce mohlo zahojit.“

HLAVNÍ CÍLE UZDRAVUJÍCÍHO KONTAKTU

- Bezpečné setkání dítěte s biologickým rodičem a otevřená, věku přiměřená komunikace o jeho historii.
- Sdělení důležitých informací přímo od biologického rodiče, včetně důvodů, proč se o dítě nemohl postarat.
- Omluva biologického rodiče a přijetí odpovědnosti za jeho jednání, které vedlo k umístění dítěte do náhradní rodinné péče.
- Ujistění dítěte, že za situaci nenese vinu.
- „Požehnání“ biologického rodiče do života dítěte v nové rodině.

Vlastní setkání je vedené facilitátorem, který pomáhá, aby vše proběhlo ve prospěch dítěte. Jde o specifický kontakt, jehož příprava a vedení vyžaduje, pokud je to možné, zkušeného facilitátora, který prošel výcvikem na tento typ kontaktu.

Takto připravený a vedený kontakt může dítěti přinést významný posun v porozumění vlastní historii a vnímání sebe sama. I když biologický rodič kvůli vlastním emocím nedokáže vše říct tak, jak bylo plánováno, zkušený facilitátor může pomoci setkání bezpečně provést a zachytit to nejdůležitější.

Zajímavé je, že tento kontakt může posílit také vztah mezi dítětem a náhradním rodičem. Zejména v adopci se rodiče někdy obávají, že si dítě při setkání s biologickým rodičem vytvoří silnější vztah k němu a přestane mít rádo své adoptivní rodiče. Zkušenosti však často ukazují opak. Dítě získává zkušenost, že je přijímáno i se svou minulostí, což mu může umožnit ještě větší blízkost k náhradním rodičům. Náhradní rodiče často překvapeně říkají, že jejich obavy se nenaplnily a po setkání naopak pocítili velkou úlevu. Úlevu mohou zažívat i biologičtí rodiče, když vidí, že o dítě je dobře postaráno a že se na ně dítě ani náhradní rodiče nezlobí.

✦ **Cílený kontakt zaměřený na podporu identity může být přínosný pro děti v adopci, pěstounské i ústavní péči.**



9. Další formy kontaktu

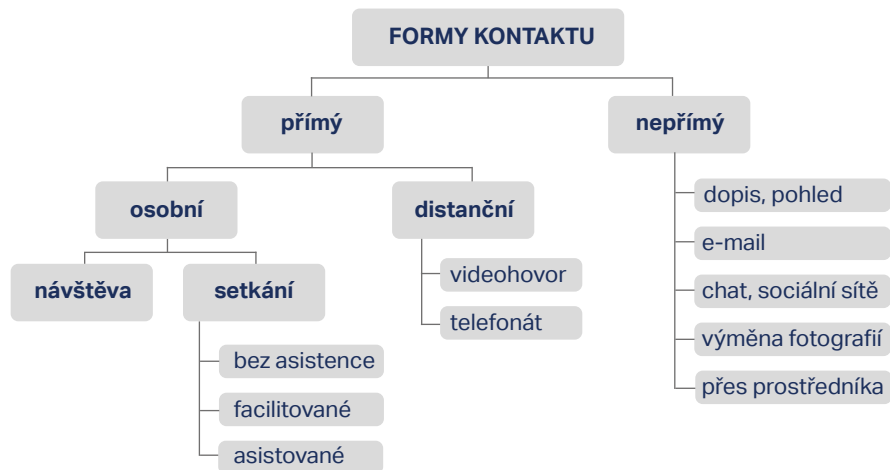
Osobní setkání není jediným způsobem, jak dítě může udržovat vztah se svou biologickou rodinou nebo dalšími významnými osobami. V některých situacích může být vhodnější nebo bezpečnější využít jiné formy kontaktu, například dopis, telefon, videohovor, fotografii, kresbu nebo drobné dárky.

U starších dětí může být součástí kontaktu také komunikace prostřednictvím sociálních sítí nebo dalších elektronických aplikací. I tyto formy by měly být přiměřené věku dítěte, jeho potřebám a měly by být součástí promyšleného plánu kontaktů. U některých předškolních dětí mohou být telefonní nebo videohovory náročné. Děti nevědí, o čem mluvit, rodiče většinou nikdo nepřipraví a také nevědí, o čem mluvit, a tak se tyto hovory mohou postupně stát dětem nepříjemnými a ovlivňovat jejich vztah k rodiči.

✦ **Pro některé děti může mít velký význam třeba pravidelný dopis jednou za několik měsíců, fotografie z významných událostí nebo krátké narozeninové přání. I takové maličkosti mohou pomáhat udržovat pocit propojení s vlastním příběhem.**

Nepřímý kontakt může pomoci zachovat vztahy v době, kdy osobní setkávání není možné nebo není v nejlepším zájmu dítěte. Zároveň může dítěti poskytovat pocit kontinuity, zájmu a spojení s jeho životním příběhem. Stejně jako u osobních kontaktů je důležité sledovat, jak dítě jednotlivé formy komunikace prožívá, a podle jeho potřeb je upravovat.

I zde je důležitá příprava biologického rodiče. Doprovázející pracovník může před plánovaným telefonátem nebo videohovorem s rodičem probrat, o čem by si s dítětem mohl povídat, co by mu mohl vyprávět a jak může dítě na jeho slova reagovat. Vhodné je, aby rodič na začátku hovoru nejprve krátce pozdravil a promluvil s náhradním rodičem. V případě dopisního kontaktu může doprovázející pracovník rodiči zprostředkovat, co dítě zajímá, na co se ptá a co potřebuje objasnit. Též je vhodné, aby byl dopis adresovaný společně náhradním rodičům a dítěti.



CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Kontakt nemusí probíhat pouze osobním setkáním.
- Nepřímé formy kontaktu mohou být vhodným doplněním nebo dočasnou alternativou osobních návštěv.
- Každá forma kontaktu by měla odpovídat věku, potřebám a bezpečí dítěte.
- Důležitější, než četnost kontaktu je jeho kvalita a přínos pro dítě.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Při plánování kontaktů přemýšlejte společně s dítětem, jaká forma komunikace je pro něj v dané situaci nejvhodnější. Někdy může mít větší význam krátký dopis nebo pravidelný videohovor než osobní setkání, které dítě zatěžuje. Cílem není využít všechny možnosti, ale najít takové, které dítěti pomohou udržovat vztahy bezpečným a podporujícím způsobem.



10. Kontakt v příbuzenské péči

Základní principy plánování a realizace kontaktů jsou v příbuzenské péstounské péči stejné jako u ostatních dětí v náhradní rodinné péči. Specifická je však situace dospělých. Prarodiče nebo jiní příbuzní bývají zároveň pěstouny i rodiči biologického rodiče dítěte. Do kontaktů proto vstupuje dlouhodobá rodinná historie, nevyřešené konflikty, pocity viny, zklamání i obavy o vlastní dítě.

V příbuzenské péči je přitom důležité dbát také na to, aby kontakty nebyly ponechány pouze na neformální domluvě mezi dospělými. Právě blízkost a rodinné vazby mohou vést k tomu, že rodič přichází za dítětem podle své aktuální situace a kontakt probíhá nahodile, bez jasně nastavených pravidel.

Pro dítě však může být taková nepředvídatelnost zatěžující. Potřebuje vědět, kdy se s rodičem uvidí, jak bude kontakt probíhat a co může očekávat. I v příbuzenské péči proto doporučujeme nastavovat kontakty pravidelně, předvídatelně a srozumitelně pro dítě, přičemž jejich konkrétní podoba by měla vycházet především z jeho potřeb a možností.

Proto kontakty v příbuzenské péči obvykle vyžadují více plánování, podpory a otevřené komunikace mezi všemi zúčastněnými. Cílem není řešit rodinné konflikty dospělých, ale vytvářet podmínky, které budou podporovat bezpečí dítěte, jeho vztahy i zdravý vývoj.



11. Kontakt sourozenců

Sourozenský vztah bývá nejdelším vztahem, který člověka provází po celý život. Sourozenci mohou být zdrojem podpory, pocitu sounáležitosti, společných vzpomínek i důležitou součástí vlastní identity. Pro děti vyrůstající v náhradní rodinné péči představují často také významné spojení s jejich původní rodinou a životním příběhem.

Odborné poznatky ukazují, že pokud je to pro děti bezpečné, společné umístění sourozenců nebo jejich pravidelný kontakt bývá spojen s lepší adaptací a příznivějšími dlouhodobými výsledky. Sourozenské vztahy však nelze automaticky považovat za ochranný faktor. Děti, které vyrůstaly v prostředí zanedbávání, domácího násilí, závislosti nebo jiných traumatických zkušeností, často nezažily pouze narušený vztah s rodiči, ale také složité vztahy mezi sebou navzájem.

Každý sourozenec mohl mít v rodině jinou roli, odlišné zkušenosti i jinou míru ohrožení. V některých rodinách docházelo mezi sourozenci k násilí, zneužívání nebo k tomu, že starší dítě přebíralo rodičovskou roli. Setkávání pak může znovu otevírat traumatické zkušenosti nebo obnovovat nezdravé vztahové vzorce. Proto je vždy potřeba individuálně posoudit, zda je kontakt pro všechny děti skutečně bezpečný a přínosný. Někdy může být vhodná přítomnost terapeuta dítěte, případně se může kontakt odložit a nejprve pracovat s dětmi individuálně, než budou nachystané na společný kontakt.

Potřeba kontaktu se sourozenci se navíc v průběhu života mění. Některé děti o kontakt velmi stojí, jiné potřebují více času nebo jej odmítají. Proto je vždy důležité hledat motivaci dítěte a porozumět tomu, co od setkání očekává nebo čeho se obává.

PŘÍKLAD Z PRAXE

Desetiletá Janička vyrůstala se svými dalšími třemi mladšími sourozenci v péči závislých rodičů. Jak už to bývá, musela částečně převzít roli maminky, krmila sourozence, hrála si s nimi, přebalovala nejmladšího. Situace se stále zhoršovala, až bylo potřeba děti z rodiny odebrat. Přestože děti měly k sobě navzájem velmi silné vztahy, rozhodlo se o umístění Janičky samostatně a ostatních tří sourozenců společně.

Janička se dostala do péče zkušené pěstounky, která ji denně ujišťovala, že je o její sourozence dobře postaráno. První společné setkání Janičky se sourozenci proběhlo brzy a Janička hned naskočila do role maminky. Přestože ji obě pěstounky přesvědčovaly, že nemusí, nedala se odradit.

Pěstounky pak kontakt konzultovaly s doprovázející pracovníci a společně vyhodnotily, že se v kontaktu bude pokračovat, ale nebude tak častý, jak se počítalo, aby Janička mohla zažít delší období jako jediné dítě v rodině. A vlastní kontakt bude mít hlavní cíl: učit Janičku, že nemusí pečovat a může se sourozenci jen být. Zhruba po roce už dokázala Janička pustit obavy, zda jsou sourozenci v pořádku a též v kontaktu to bylo zřejmé. Poté se kontakty zintenzivnily.

CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Sourozenský vztah může být významným zdrojem podpory, identity a kontinuity života dítěte.
- Sourozenské vztahy nejsou automaticky vždy bezpečné nebo prospěšné a je potřeba je posuzovat individuálně.
- Společná traumatická zkušenost může vztahy mezi sourozenci posílit, ale také narušit.
- Kontakty sourozenců by měly být plánované, bezpečné a odpovídat potřebám všech zúčastněných dětí.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Když dítě mluví o svém sourozenci nebo si přeje společné setkání, zkuste nejprve porozumět tomu, co pro něj tento vztah znamená. Za přání kontaktu se může skrývat potřeba blízkosti, společných vzpomínek, hledání vlastní identity nebo obava o druhého sourozence. Stejně důležité je však vnímat i situace, kdy dítě kontakt odmítá nebo se jej obává. I tehdy je potřeba jeho prožívání respektovat a společně hledat řešení, které bude podporovat jeho bezpečí a zdravý vývoj.



12. Spolupráce s odborníky

Náhradní rodiče někdy mají pocit, že musí všechno zvládnout sami. Podpora dítěte v náhradní rodinné péči je natolik komplexní, že ji zpravidla nelze zajistit pouze v rámci jedné rodiny. Dítě potřebuje síť dospělých, kteří spolu dokážou komunikovat, sdílet informace a společně hledat řešení v jeho nejlepším zájmu.

Do této sítě často patří:

- pěstouni nebo osvojitelé,
- pracovníci OSPOD,
- doprovázející organizace,
- terapeuti,
- učitelé,
- biologičtí rodiče,
- další blízké osoby dítěte.

Každý z nich vidí dítě z jiného úhlu pohledu. Teprve propojením těchto pohledů vzniká ucelený obraz jeho potřeb.

DÍTĚ POTŘEBUJE TÝM, NE JEDNOTLIVCE

Role náhradních rodičů

Právě oni často jako první zaznamenají změny v chování dítěte, vidí jeho reakce na kontakty, nové otázky týkající se identity i známky přetížení nebo stresu. Jejich zkušenost je pro odborníky velmi cenná. Současně je důležité si uvědomit, že pěstouni nemusí nést veškerou odpovědnost sami. Mohou a mají využívat odbornou podporu.

Orgán sociálně-právní ochrany dětí

OSPOD má odpovědnost za ochranu zájmů dítěte a za dohled nad jeho situací v náhradní péči. V oblasti kontaktů s původní rodinou bývá jeho úkolem zejména sledovat, zda kontakty odpovídají potřebám dítěte, a koordinovat spolupráci jednotlivých subjektů.

Doprovázející organizace

Doprovázející organizace poskytují podporu při kontaktech, odborné poradenství, vzdělávání, krizovou pomoc a zprostředkování odborných služeb. Mohou být také důležitým mostem mezi náhradními a biologickými rodiči.

Terapeutická podpora

Terapie může být užitečná zejména tehdy, když se u dítěte objevují projevy, které mohou souviset s nezpracovanými zraněními nebo náročnými zkušenostmi z období života s biologickou rodinou. Dítě může mít také potíže zvládat kontakty a někdy je potřeba odborně posoudit, zda je kontakt pro něj vhodný a jak má probíhat.

Terapeut však není někdo, kdo dítě „opraví“ nebo kdo všechno ví. Jeho úkolem je vytvářet prostor, ve kterém může dítě porozumět svým zkušenostem, emocím a vztahům. Důležitá je také spolupráce terapeuta s náhradními rodiči. Pokud při své práci zjistí, že kontakt dítě výrazně zatěžuje, může doporučit jeho přehodnocení nebo změnu.

Ve specifických případech může být terapeut ke kontaktu přizván jako podpora dítěte nebo odborný pozorovatel. Jeho přítomnost však nenahrazuje facilitátora, který kontakt organizačně a bezpečnostně vede.

KDYŽ SE DOSPĚLÍ NESHODNOU

Ne vždy musí mít všichni na situaci stejný názor. Mohou se týkat četnosti kontaktů, způsobu práce s historií dítěte, hodnocení biologických rodičů, interpretace chování dítěte. Přestože jednotliví odborníci mohou používat odlišné postupy a pohledy, společným cílem by mělo být bezpečí dítěte, podpora identity, stabilita vztahů a dobrá kvalita života. Pokud se podaří udržet tento společný směr, mohou rozdílné pohledy obohacovat místo toho, aby rozdělovaly.



CO JE DŮLEŽITÉ SI ZAPAMATOVAT

- Dítě potřebuje spolupracující tým dospělých.
- Pěstouni a osvojitelé jsou klíčovým zdrojem informací o potřebách dítěte.
- OSPOD a doprovázející organizace mají důležitou podpůrnou a koordinační roli v kontaktech.
- Terapeutická podpora může pomoci při zpracování traumatu, identity i kontaktů.
- Společným cílem všech zúčastněných by měl být nejlepší zájem dítěte.

PRO PRAXI PĚSTOUNA A OSVOJITELE

Nebojte se sdílet své pozorování a zkušenosti. Vy jste odborníky na konkrétní dítě, které žije ve vaší rodině.



13. Praktická doporučení pro každodenní praxi

V předchozích kapitolách je popsáno, proč jsou původ, životní příběh a kvalitně připravený kontakt pro dítě důležité. V každodenním životě však často rozhodují zdánlivě malé chvíle – způsob, jakým o biologické rodině mluvíme, jak reagujeme na emoce dítěte a zda dokážeme zůstat nablízku i tehdy, když je chování dítěte náročné.

Mluvte o původu dítěte průběžně

Téma biologické rodiny by nemělo přicházet pouze před kontakty nebo ve chvílích krize. Dítě potřebuje zažívat, že o svém původu může mluvit kdykoli. Přirozené příležitosti vznikají často při prohlížení fotografií, při tvorbě knihy života, během oslav narozenin, při otázkách na podobnost, při významných životních událostech. Čím přirozenější toto téma je, tím méně bývá spojeno s úzkostí.

Pomáhejte dítěti vytvářet pravdivý, smysluplný osobní příběh

Děti často nerozumějí propojení mezi minulostí a současností. Můžeme jim pomáhat například větami: „Možná je pro tebe těžké čekat, protože jsi v minulosti často nevěděl, co se bude dít.“ „Možná tě loučení rozesmutňuje, protože jsi zažil hodně odloučení.“ Takové souvislosti pomáhají dítěti lépe rozumět sobě samému. Bezpečí, pravda a vztah jsou základem zdravého vývoje. O původu dítěte je vhodné mluvit průběžně a přirozeně hned od přijetí dítěte.

Připravujte dítě na kontakt a dopřejte mu čas po něm

Dítě potřebuje co nejpřesněji vědět, co ho čeká: kdo přijde, kde se setkání uskuteční, jak dlouho bude trvat a co se bude dít potom. Po kontaktu může potřebovat klid, více blízkosti nebo naopak prostor. Nevypávejte se hned. Můžete jen říci: „Jsem tady. Až budeš chtít, můžeme si o tom povídat.“

Dívejte se za chování dítěte

Po kontaktu může být dítě vzteklé, odmítavé, úzkostné, unavené nebo se může chovat jako mladší. Než jeho chování vyhodnotíte jako zlobení, zkuste si položit otázku: „Co mi tímto chováním možná sděluje?“ Chování dítěte je často způsobem, jak vyjadřuje emoce, pro které ještě nemá slova.

Dovolte dítěti mít rádo obě rodiny

Dítě by nemělo mít pocit, že si musí vybrat mezi biologickou a náhradní rodinou. Pomáhá jednoduché ujištění: „Je v pořádku, že máš maminku rád.“ „Nemusíš si mezi námi vybírat.“ Dítě tak nemusí chránit pocity dospělých ani skrývat vlastní vztahy.

Více dítěti naslouchajte, než mu vysvětlujte

Dospělí mají často tendenci rychle odpovídat. Někdy však dítě nepotřebuje vysvětlení, ale prostor. Když se ptá: „Proč si mě maminka nenechala?“ možná se současně ptá: „Byl jsem dost důležitý?“ „Jsem hodný lásky?“ Naslouchání nám pomáhá slyšet otázku, která se skrývá pod slovy. Chování dítěte často vyjadřuje emoce, které neumí pojmenovat.

Popisujte konkrétně, nehodnoťte

Pokud máte po kontaktu obavy, zapisujte si konkrétní projevy dítěte. Místo „Po kontaktu vždy zlobí“ je užitečnější říci: „Po posledních třech kontaktech se dvě noci budil, byl výrazně neklidný a potřeboval více blízkosti.“ Takový popis pomáhá při společném vyhodnocování kontaktu.

Když si nejste jistí, požádejte o pomoc

Nemusíte sami rozhodovat, zda je kontakt nastaven správně ani jak zvládnout všechny reakce dítěte. Sdílejte svá pozorování s doprovázejícím pracovníkem a dalšími odborníky. Pokud kontakt dítě dlouhodobě destabilizuje nebo máte obavy o jeho bezpečí, je potřeba společně hledat jiné nastavení kontaktu.

Pečujte také o sebe

Období kolem kontaktů může být náročné i pro náhradní rodiče. Vlastní strach, vztek, bezmoc nebo obavy o dítě jsou pochopitelné. Potřebují však bezpečný prostor mezi dospělými, aby je nemuselo nést dítě. Péče o vlastní síly a využití odborné podpory jsou součástí dobré péče o dítě.

Nebojte se chyb

Mnoho pěstounů a osvojitelů se obává, že udělají chybu. Ve skutečnosti však děti nepotřebují dokonalé rodiče. Potřebují rodiče, kteří jsou ochotni naslouchat, učit se, omluvit se, zůstat ve vztahu. Právě vztah bývá tím nejdůležitějším léčivým faktorem. Dokonalost není cílem. Důležitý je vztah.

Kontakt s biologickými rodiči má sílu bud'podpořit cestu dítěte k uzdravení, nebo ji brzdit.
(Sydney L., Price, E.: *Facilitating Meaningful Contact in Adoption and Fostering*, 2014)



14. Závěr a zdroje

Kontakt dítěte s biologickou rodinou má význam nejen pro vztah dítěte k rodičům, ale také pro utváření jeho identity a porozumění vlastnímu životnímu příběhu. Děti vyrůstající v pěstounské péči nebo osvojení si s sebou nesou jedinečný životní příběh. Podpora jejich identity neznamená vybírat mezi minulostí a současnou rodinou, ale pomáhat dítěti obě části jeho života propojit.

Pro náhradní rodiče nemusí být cesta k takovému propojení jednoduchá. Kontakt s biologickou rodinou v nich může vyvolávat obavy. Zároveň však může být příležitostí lépe poznat dítě, porozumět jeho otázkám, reakcím i potřebám.

Právě proto není cílem hledat jeden správný způsob kontaktu, ale takovou podobu, která bude odpovídat konkrétnímu dítěti v daném období, která respektuje potřeby a bezpečí dítěte a zároveň mu umožňuje postupně poznávat a přijímat celý svůj příběh.

PODĚKOVÁNÍ ČTENÁŘŮM

Milí pěstouni a osvojitelé, děkujeme vám za čas, energii a lásku, kterou dětem každý den věnujete. Provázet dítě na cestě k porozumění samu sobě není jednoduchý úkol. Vyžaduje odvahu, trpělivost i ochotu zůstat s dítětem v tématech, která jsou někdy bolestná.

Právě díky takovým dospělým mohou děti postupně poznávat, že jejich minulost nemusí určovat jejich budoucnost a že všechny části jejich příběhu mohou mít své místo.

ZDROJE A DOPORUČENÁ LITERATURA:

Botulová S.: Manuál služby asistovaný kontakt, Nadace Syrius, 2013.

Černá R., Kocourková J., Příběhy z praxe – Kontakt dítěte v NRP s biologickou rodinou, Amalthea 2021.

Hudson J., Hughes D., Golding K.: Léčení vývojového traumatu, 65. pole, 2024.

Golding K.: Terapeutické rodičovství, 65. pole 2022.

Kocourková J., Černá R.: Kontakt dětí v náhradní rodinné péči s biologickou rodinou, Amalthea 2018.

Pávková P.: Metodika Facilitované restorativní setkání dítěte v adopci s biologickým rodičem, SEFAM, 2026.

Semerádová M.: Metodika Zprostředkování kontaktu dítěte s vlastní rodinou, Amalthea 2012.

Sydney L., Price, E.: Facilitating Meaningful Contact in Adoption and Fostering, Jessica Kingsley Publishers 2014.

Výzkumy a zdroje v anglickém jazyce:

1. Boyle, C. (2017). What is the impact of birth family contact on children in adoption and long-term foster care? A systematic review. *Child & Family Social Work*, 22, 22–33. DOI: 10.1111/cfs.12236.

2. McWey, L. M., Acock, A., & Porter, B. E. (2010). The Impact of Continued Contact with Biological Parents upon the Mental Health of Children in Foster Care. *Children and Youth Services Review*, 32(10), 1338–1345. DOI: 10.1016/j.childyouth.2010.05.003.

3. Moyers, S., Farmer, E., & Lipscombe, J. (2006). Contact with Family Members and Its Impact on Adolescents and Their Foster Placements. *British Journal of Social Work*, 36(4), 541–559. DOI: 10.1093/bjsw/bch270.

4. Lo, A. Y. H., Grotevant, H. D., & Wrobel, G. M. (2023). Birth Family Contact from Childhood to Adulthood: Adjustment and Adoption Outcomes in Adopted Young Adults. *International Journal of Behavioral Development*, 47(4), 283–293. DOI: 10.1177/01650254231165839.

O AUTORCE PETŘE PÁVKOVÉ

Vystudovala jsem etopedii na Univerzitě Karlově v Praze. Absolvovala jsem výcvik v dyadické vývojové psychoterapii (DDP) a řadu dalších odborných kurzů a workshopů zaměřených na práci s dětmi, které si nesou trauma nebo potíže v oblasti attachmentu.

Celý svůj profesní život se věnuji pěstounským a adoptivním rodinám. Dlouhodobě se specializuji především na kontakt dětí v náhradní rodinné péči s jejich biologickými příbuznými a na práci s historií dítěte.

Založila jsem organizaci SEFAM z. s., která podporuje adoptované děti i dospělé na cestě k poznání vlastních kořenů. Postupně jsem stále víc chápala, jak důležité je, aby na této cestě člověk nezůstal sám. Je to často křehký, citlivý a zároveň velmi intenzivní proces – a podporu v něm potřebují nejen děti, ale i jejich biologičtí a adoptivní rodiče a další lidé, kteří je provázejí.

Mám radost, že se o tomto tématu dnes mluví stále víc a že stále více dětí vyrůstajících v adopci dostává možnost poznat své biologické rodiče a dozvídat se o své minulosti. Věřím, že právě poznání vlastního příběhu může člověku pomoci lépe porozumět tomu, kým je.

A pak je tu moje nejdůležitější životní zkušenost – moje vlastní rodina. Vychovala jsem čtyři děti, tři syny a nejmladší dceru, kterou jsme si přivezli z kojeneckého ústavu. V dospělosti se k naší rodině připojil i její biologický bratr a stal se naším čtvrtým synem.

O VYDAVATELI

SOS dětské vesničky jsou nejstarší neziskovou organizací pomáhající dětem, fungují už téměř šedesát let. Původně byly vybudovány jako zázemí pro pěstounské rodiny pečující o větší množství přijatých dětí, počátkem sedmdesátých let minulého století tak představovaly alternativu pro velkokapacitní dětské domovy. Dnes se jedná o moderní neziskovou organizaci, pomáhající ohroženým dětem, kterým hrozí odebrání z vlastní rodiny, dětem, které v rodině zůstat nemohou, i těm, které vyrůstají v náhradní rodinné péči. V oblasti doprovázení pěstounských a dalších náhradních rodin vychází organizace z principů terapeutického rodčovství, v němž poskytuje také řadu vzdělávacích aktivit.

www.sos-vesnicky.cz • www.sos-pestounstvi.cz



SOS DĚTSKÉ
VESNÍČKY