

Budování identity dítěte - nejtěžší výchovný úkol v moderní společnosti

PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, Ph.D. 2006

Náhradní rodičovství není biologické rodičovství

Profesionálové v oblasti náhradní rodinné péče (dále jen NRP), tj. sociální pracovníci, psychologové, pediatři ap., mají stále stejný problém - jak vysvětlit náhradním rodičům, že náhradní rodičovství není biologické rodičovství, že se mýlí, když jim říkají: "Pane doktore, mně nemusíte nic vysvětlovat. Já jsem vychovala tři děti." Teprve když uvidíme debakl celé řádky těchto suverénů, tak si uvědomíme, že to nebude tak jednoduché, jak se to na začátku jeví.

Důvod, proč selhávají rodiče, kteří jinak úspěšně vychovali své děti, leží v prostém faktu. Procesy, které zcela přirozeně vznikají a probíhají u biologického rodičovství, při náhradním rodičovství zkrátka přirozeně neběží. Najednou se musejí buď řídit, nebo uměle tvořit, nebo se objevují nezvyklé poruchy, o kterých laici často ani v životě neslyšeli (např. pika v dětství, desinhibovaná přítulnost).

Záhadné poruchy identity a špatná diagnostika

Mezi tyto těžko uchopitelné a neznámé poruchy patří i poruchy identity. Ty v dnešní době získávají obecně na důležitosti, a to nejen u náhradních rodin, ale i u běžné populace. U náhradních rodin je problém identity o to složitější, že děti si musejí vytvořit odlišnou identitu od primárních rodičů. To bývá zejména náročné u dětí jiné rasové¹ či etnické příslušnosti.

Identita je klíčovým slovem dvou vývojových období - puberty a adolescence (Erikson), právě proto tolik upřímných pokusů o adopci romských dětí končí neslavně právě v těchto obdobích. Bohužel protože laici tyto poruchy neznají, nejsou schopni je identifikovat a uchylují se k šablonovitému hodnocení. Pozorujeme typická selhání diagnostiky. Rodiče spolu s okolím téměř unisono připisují tato selhání "odlišným či špatným genům".

Výchova jak biologických, tak náhradních rodin selhává v období puberty ne kvůli opožděnému projevení se "špatných genů", ale proto, že selhalo budování identity dětí v předchozích obdobích. Ty totiž najednou neví, kdo jsou, jaké je jejich místo v životě či společnosti.

¹ Z hlediska čistě biologického nemají Romové jinou rasu než majoritní společnost, tj. indoevropskou. Nicméně kvůli tmavší barvě kůže jsou většinou populace považováni za "jinou rasu". Tedy v náhradní rodinné péči je užitečné se podržet tohoto intuitivního významu slova rasa, aby nedocházelo k matení jazyků.

Milý Bože,
já jsem adop-
tovaný. Je to
stejně jako
kdybch byl
opravdický?

Jinda

Je zřejmě zbytečné se pouštět do biologické argumentace, ale přesto je třeba říci, že například genetické rozdíly mezi mužem a ženou jsou minimálně tisíckrát větší než genetické rozdíly mezi dvěma muži (či dvěma ženami) jakkoli rozdílných ras. Jestliže spolu dokáží vyjít tak geneticky rozdílná pohlaví, pak neexistuje genetický důvod, proč by spolu nedokázali vyjít příslušníci různých ras. Kromě toho i sami rodiče se našli, i když mají zcela rozdílné geny, a je to naopak výhoda. Když přijdou krize, tak si také nevyčítají: "Za to mohou geny tvých biologických rodičů," nebo "nerozumíme si, protože ty nejsi můj biologický rodič, sourozenec či dítě."

Jestliže lékař špatně diagnostikuje chorobu, následuje i špatná léčba. Jestliže poruchy identity připsáme na vrub "špatným genům, se kterými se nedá nic dělat", tak se připravujeme o možnost těmto poruchám identity porozumět, preventivně předcházet, stejně jako je účinně léčit.

Prevence a předvídání poruch identity je důležité i z jiného důvodu. Puberta a adolescence představují premiéru dítěte ve hře života, jejíž režiséry byli rodiče. Podobně jako režisér při premiéře mohou být rodiče na své dítě hrdi, nebo si rvát vlasy, ale stejně jako režisér i oni jsou v té době mnohem spíše už jen pasivními diváky a jejich možnosti ovlivnit vlastní průběh dospívání jsou limitované. Jestliže ale preventivně budou budovat zdravou identitu dítěte včas, pak je pravděpodobné, že ta nepropukne v plné síle v pubertě, když už s ní rodiče nebudou moci nic dělat. K této preventivní práci by měla rodičům pomoci i tato Kniha života.

Co je to identita a jak vzniká?

Zjednodušeně se dá říci, že identita jedince vzniká nekonečným opakováním vět typu:

"Já jsem ten, který/á..."

kde na místě výpustku (elipsy) se pak objevuje jakékoli konstatování o daném jedinci.

Například: *Já* jsem ten, o kterého nestojí jeho rodiče. *Já* jsem ten, kdo má obličej plný bedárů. *Já* jsem ten nejchytřejší ve třídě. *Já* jsem vždycky kapitánem při vybíjení. *Já* jsem nejhezčí holka. Se *mnou* chce chodit každý kluk atd. Jedná se tedy především o hodnotící konstatování. Podle znaménka tohoto hodnocení se pak tvoří i pozitivní či negativní prvky identity a sebehodnocení. (V případě kolektivní, například rodinné či rodičovské identity je touto větou "*My* jsme...", "*My* máme...", ap.)

Nicméně je dobře si uvědomit, že v psychice člověka tato konstatování nejsou uložena takto čistě verbálně. Jsou to především vzpomínky na různé životní události, interakce s rodiči, učiteli, spolužáky či jinými lidmi. Tedy identita nechtěného dítěte se netvoří z toho, že by mu někdo slovně říkal: "Nikdo tě nechtěl. Jsi tu jen na obtíž." Tuto identitu a životní pocit tvoří vzpomínky na kyselý obličej rodičů. Ti totiž téměř na každou potřebu dítěte reagovali grimasou, a ta právě by se dala převyprávět slovně: "Co to dítě zase chce?! Panebože, za co mě trestáš, že zrovna já musím mít takového kretěna..." Toto nonverbální sdělení však umí děti dobře dekodovat, minimálně v rovině

pocitů. Můžeme pak slyšet otázky: "Mami, a proč má táta raději mladšího brácha než mě?" Tento životní pocit zanedbávání či naopak protežování se pak promítá třeba celý život do jiných lidí či autorit.

Poruchy identity jako důsledek opomenutí

Zatím jsme hovořili o poruchách identity, které vznikají z určitých nesprávných činů či aktivit okolních lidí. Poruchy identity však mohou vznikat paradoxně právě proto, že při výchově chybí nějaká očekávaná či zdravá reakce rodičů. Velmi často jsou to chybějící citové reakce, nedostatek tělesného kontaktu, či prostý nezáměr a ignorování dítěte a jeho života.

Právě u dětí romského etnika, které jsou vychovávány "bílymi" rodiči vzniká tato chyba soustavně - chybějící reakce, které by správně měly být. Rodiče, kteří si vezmou dítě jiné rasy či etnika, rozhodně nemůžeme obviňovat z rasismu. Při případném výchovném selhání se tito rodiče stále ptají: "Co jsme udělali špatně?" Odpověď zní: "Nic jste neudělali špatně, ale měli jste udělat něco navíc, například nereagovali jste, kde jste reagovat měli." Například běžně se stává, že neromští rodiče rasovou odlišnost dítěte pouze pasivně akceptují, ale nepomohou mu vybudovat identitu odpovídající jeho původu. Nicméně nestačí jenom *nereagovat negativně* na odlišnost dítěte od rodičů.

Rasistické okolí a jeho vztah k identitě dítěte

Rodiče si musejí uvědomit, že jejich dítě žije ve společnosti, která je zřetelně rasistická. Přibližně 75 % lidí odmítá mít za souseda Roma. Z šetření našeho oddělení náhradní rodinné péče při MCSSP vyplynulo, že i mezi žadateli o NRP je opět 75 % rasově vyhraněných žadatelů (odmítají dítě jiné rasy, i kdyby na něm tato odlišnost nebyla viditelná). Ale romské dítě si musí vytvořit "identitu cikána", ať chce nebo nechce. To nemá volbu, i když je vychováváno v nerasistickém prostředí. Pasivně nerasističtí rodiče tak nechávají dítě opuštěno v tomto složitém procesu budování identity. Mnohdy toto mlčení a nečinnost má charakter jakéhosi Damoklova meče: "Vzali jsme si tě i přesto, že máš černý, špatný geny, tak se snaž, abys nás nezklamal." Tento ultimativní postoj nemusí nutně vyjadřovat rodiče, ale třeba jen prarodiče, učitelé či okolí.

Bohužel přesvědčení o "špatných genech" romské populace je spíše obecně sdílené přesvědčení než vyjimečný názor. Tedy i když si náhradní rodiče instinktivně myslí, že udělali vše, co mohli, když nebyli rasisti a vzali si dítě jiné rasy, zapomněli, že nejde o to nedělat nic špatně, ale především aktivně pomoci dítěti vytvořit zdravou identitu Roma, černocho, asiata či obecně dítěte v NRP. Je třeba počítat i s tím, že jejich dítěti někdo jistě někdy řekne "černá hubo", že takové věty se mu budou opakovaně honit hlavou v těch nejméně vhodných chvílích, kdy bude unavené, smutné či osamocené, že ono samo nebude znát žádnou obranu, jak se těchto vtíravých myšlenek zbavit (viz níže symbolická hodnota identity).

Majoritní společnost si musí uvědomit, jak složité je pro romské dítě v náhradní rodinné péči vytvořit si zdravou identitu. Mezi Romy a zbytkem společnosti stojí zeď, která není ani tak vytvořena zlými úmysly, ale zato velmi důsledně žitou izolací. Neromové nemají žádné Romy mezi svými kamarády a známými. Zkuste si jen namátkou spočítat, kolik z vašich známých si kdy pozvalo do svého bytu nějakého Roma na návštěvu? Kdy naposled jsme byli na návštěvě v nějaké romské rodině?

Představme si osvojené dospívající romské dítě. Když jde na diskotéku se spolužáky ze školy, tak je vše v pořádku. Jakmile jde samo, tak jej třeba ani nepustí dovnitř. Žádná "normální" holka s ním nechce jít tancovat: "Táta by mě zabil, kdybych přitáhla domu cigoše." Nebo jde od vlaku domů známou ulicí a z ničeho nic dostane ránu do zátylku - zmlátí ho skupina neznámých chlapů - asi se jim nelíbil. Když přijde do restaurace, tak na každém stole je lístek "Reservé" V autobuse si lidi odsedávají a bezděky si kontrolují kabelky či ledviny. Hledá práci, zavolá na inzerát: "Jo, přijďte." Když přijde za dvacet minut a oni vidí, že je snědý: "Bohužel to místo je již obsazené." Když jde o okolo jiných Romů, za jejichž chování se spíše stydí, tak ti na něj pokřikují: "Na koho si hraješ? Kdo myslíš, že jsi? Seš přece cigán, tak nedělej ze sebe hogofogo. Nejsi o nic lepší než my." Ale naše dítě opravdu neví, kdo je. Neví jestli nehraje hogofogo. Když ale není jedním z těch "cikánů", kterými všichni opovrhují, tak kdo tedy je? Kam patří?

Aktivní budování identity dítěte

Mají-li náhradní rodiče pomoci svým odlišným dětem vybudovat zdravou identitu, tak to od nich předpokládá, že budou muset sami poznat svět Romů, jejich historii a kulturu. Například před

spaním číst romské pohádky, opakovaně navštěvovat Muzeum romské kultury v Brně, odebírat časopis Romano Vodi o romské kultuře, seznamovat dítě s romskou muzikou, kluby či osobnostmi, na které může být právem hrdé a které dítě může napodobovat a imitovat při budování své vlastní romské identity. Je úspěchem, když rodina má nějaké romské přátele, či romskou rodinu, která je na srovnatelné socio-kulturní úrovni. O tuto zdravou identitu a oprávněnou hrdost se pak bude moci dítě opřít při případných konfliktech s okolím.

Zde platí něco podobného jako při oznamování faktu osvojení. Dítě by tuto informaci mělo získávat od rodičů mnohonásobně, a to od samotného okamžiku osvojení až do dospělosti vždy na své úrovni chápání. Ani zde není možno to dítěti jednou říci, a pak o tom mlčet. (A to zatím nemluvíme o nezodpovědných rodičích, kteří dokonce tento fakt svému dítěti zcela zamlčí a nadělí mu to třeba jako dárek až k osmnáctým narozeninám. Takové chování hraničí s psychickým poškozováním dítěte.)

Když chceme, aby si dítě v nějaké oblasti vytvořilo zdravou identitu nemůžeme předpokládat, že tato vznikne sama - "mlčením rodičů". Naopak rodiče musí o této oblasti mluvit radostně, s nadšením a opravdovým zaujetím. Fakt přijetí dítěte do adopce byla radostná událost - ne jen zazáplatování díry, která vnikla díky neplodnosti a nemožnosti mít vlastní dítě. Stejně tak je třeba přistoupit i k etnicky či rasově odlišnému dítěti - jeho odlišnost pojmut jako dar, příležitost či výzvu poznat jiný skvělý svět, a tento skvost pak předat dítěti, aby se mohl stát základem jeho budoucí identity. Tuto zdravou romskou identitu mu musí pomoci vybudovat náhradní rodiče a ne jej v tom nechat samotného, mlčet a předpokládat, že to vše vznikne tak nějak samo jako u těch "třech vlastních dětí, které byly naprosto bez problémů".

Rodiče by si měli zřetelně uvědomit, že před nimi stojí spíše nutnost než povinnost seznámit se světem Romů. Pokud se tohoto úkolu chopí aktivně, mnohem spíše předejdou vzniku problémů svých dětí s identitou. Například mohou využít faktu, že Romové mají přirozený sklon se identifikovat s černošskou komunitou v USA. Stejně tak i připravit děti na to, že pro srovnatelný úspěch budou muset udělat více než jejich neromští vrstevníci, že budou muset čelit často nespravedlivým předsudkům či opravdu nevině pykat za hříchy jiných Romů. Tato cílevědomá příprava na obtíže spojená s citovou podporou je nejlepším očkováním vůči zátěžovým situacím, které teprve mají nastat.

Jak je subjektivně prožívána slabá identita?

Pro rodiče může být i problém si představit, jak dítě subjektivně prožívá tuto slabou identitu. Subjektivně jsou to pocity prázdna, úzkosti či jakési neexistence. Jsou to zvláštní stavy či citové propady, kdy má dotyčný pocit zbytečnosti, někdy provázené zvýšenou bdělostí (hypervigilancí), kdy upřeně pozoruje detaily předmětů a není schopen na nic myslet. Tyto stavy někdy provází i kompulzivní sociabilita - potřeba být neustále s někým a neschopnost být sám, pocit, že na něho "padají ty čtyři stěny pokoje". Objektivně mu jakoby nic nechybí - nemá potřebu před něčím utéci, ani po nikom či po ničem netouží, ale přesto se cítí mizerně. Když jej někdo lituje nebo chce podpořit, tak má pocit, že je mu to naprosto lhostejné, že mu to ani nepomáhá, ani neškodí. Například může mít pocit, že pečující matku má v tomto okamžiku "úplně na háku", je bezcenná, nemůže mu pomoci...

Není lehké se těchto stavů zbavit, proto u těchto jedinců vidíme nejrůznější obranné reakce, které jsou často spíš sebedestruktivní než prospěšné. Od zmíněného abusu drog, přes workoholismus, gamblering, sexuální závislost, úchyvky či extrémismus všeho druhu. V mírné podobě se může objevovat zvýšená touha po slávě a popularitě. (Podle zásady: "Žije jen ten, kdo je v bedně.") Mezi další nehezké dopady na psychiku dětí je to pak reaktivní egocentrismus (neustálé zabývání se sama sebou, svou vyjimečností či naopak bezcenností, které vzniká jako reakce na životní traumata), sklony k manipulaci druhými a instrumentální, odosobněný vztah k nim atd.

Společné neformální rozhovory

Další jev, který ztěžuje život nejen náhradním, ale i biologickým rodičům, je paradoxně rostoucí blahobyť. S ním výrazně klesá přirozená fyzická zátěž, pravidelný režim, množství společně stráveného času a rozhovorů. I když na první pohled by se mohlo zdát, že čím větší blahobyť, tím více zbude času na děti, výzkumy ukazují, že trend je právě opačný. Podle Hofferth (1999) za posledních přibližně třicet let klesl počet večerních společných rozhovorů o 33 %, což podle zmíněných výzkumníků, znamená jejich praktické vymizení. Obsahy rozhovorů se zřejmě zredukují na otázky či instrukce: "Co bylo ve škole? ... Kup si zítra něco k jídlu." Blahobyť též

usnadňuje rozvedy minimálně z ekonomického hlediska, vede k izolovanosti generací a jednotlivých členů rodiny v oblasti zájmů (každý poslouchá jinou muziku, sleduje jiné pořady v televizi ap.).

Těžko lze docenit hodnotu *neformálních rodinných rozhovorů*, tj. těch chvil, kdy se rodina věnuje nějaké společné činnosti, nejlépe manuální práci a při tom se probírá, co slina na jazyk přinese - od rodiny, přes politiku, školu či sousedy, až po zážitky ze společných akcí. Ideální příležitostí je příprava jídla či práce okolo domu. Tyto rozhovory jsou totiž jedním z nejsilnějších výchovných prostředků, a jak ukazují výzkumy, mají zřetelný pozitivní dopad na pozdější životní spokojenost a kariérní úspěšnost (Duke et al. 2003).

Lidé spontánně více hodnotí školu, kroužky, poučování dítěte či morální formování, protože je stojí více energie a peněz. Nicméně děti jsou více formovány bezděčnými neformálními rozhovory (třeba na výletě, při práci), než případným kázáním v autě cestou na kroužek, jak se mají chovat ve škole a že nemají nosit poznámky. Neformální rozhovory jsou podceňovány, považovány za plkání, drbání a ztrátu času. Rodiče se jich bez výčitek vzdávají ve prospěch jiných aktivit, a to je chyba. (Bohužel tato chyba ze stejného důvodu postihuje i ústavní výchovu, kde si vychovatelé málo povídají s dětmi mimo formální akce.)

Symbolická hodnota identity

Jungův pojem komplexu (např. méněcennosti) se dá ilustrovat sněhovou koulí, na kterou se neustále nabalují další a další vrstvy, až z malého jádérka je veliká a těžká koule, kterou člověk nedokáže unést. V tomto procesu pak mívá identita a původ dětí v NRP často symbolickou funkci. Vždy, když jim je zle (nepohodnou se s náhradními rodiči, dostanou košem od spolužačky atd.), tak zvykově začnou rozebírat otázku, kdo jsou jejich biologičtí rodiče, jaký mají k nim vztah, proč je taky nechtěli atd. Otázka identity se pak stává symbolickým ztvárněním celého komplexu jiných otázek a životních pocitů (od prosté únavy až po opuštění a zavržení).

Z hlediska psychologického bývá málo účinné rozebírat a analyzovat obsah těchto úvah. Důležitější je si uvědomit, že se objevují situačně a kontextově. Když se v realitě objeví nějaký problém, tak se souběžně v psychice objeví symbolické úvahy na téma, které je specifické pro daného člověka či dítě.

Ukažme to na příkladu úvah o smyslu života. Řekněme, že se objeví konkrétní problém v životě (strach ze zkoušek), tak určitý druh lidí se sklonem k filosofování místo přípravy na zkoušku začne na obecné filosofické rovině rozebírat smysl lidské existence - že je to marnost nad marnost, pomijivě bytí, relativní pravda a že realita je jen sen. I pro psychologa je těžké je odvést od těchto úvah k jejich skutečným životním propletencům, protože tyto úvahy jim přinášejí dočasnou psychickou úlevu. Nicméně jakmile problém v realitě je zmírněn či dokonce zažehnán, mizí i tato potřeba filosofování nebo je odsunuta na vedlejší kolej, aniž dotyčný najde odpovědi na své otázky. Otázky ztratí svou palčivost. U osvojených dětí se totožným mechanismem rozebírá otázka identity.

Probíhá to přibližně tímto mechanismem: Dítě se dostává do nepříjemné situace. Přírozenou reakcí dítěte je vzpomenout si na náhradní rodiče. Když se nedostaví úleva - rodiče nemohou, nechtějí pomoci, nebo vzpomínka sama nepřináší očekávanou úlevu - tak se dítě ptá, proč mu rodiče nejsou schopni pomoci. Dospívá k závěru, protože to nejsou biologičtí rodiče (opět mýtus genetické odlišnosti, nyní ze strany dítěte). Začne snít, proč asi nemá biologické rodiče, proč jej zavrhli, proč se o něj nemohli starat atd. Jinými slovy místo, aby dítě řešilo skutečný problém, který je pravým zdrojem nepříjemných stavů, symbolicky a nefunkčně rozebírá otázky svého původu. Fantazijní obraz biologických rodičů se pak vytváří jednak z obrazu náhradních rodičů, ale je též vytvořen z momentální nálady. Čím je tato nálada extrémnější, tím jsou biologičtí rodiče ve fantazii buď mnohem víc idealizováni, nebo mnohem víc zatracováni (často spolu s náhradními rodiči). Tyto vleklé pocity chronického zmaru mohou zdrojem sebenenávisti, která prohlubuje pocit ztracenosti a negativní sebepojetí.

V praxi to znamená, že ne vždy, když tyto děti rozebírají otázku původu, tak řeší problém identity. Velmi často se za těmito otázkami mohou skrývat problémy zcela jiného druhu. Ani pro psychologa není jednoduché odlišit, kdy dítě řeší otázku identity a kdy tyto otázky jsou jen průvodním příznakem jiných problémů. Rodiče se rozhodně nemají za co stydět, když své případné pochyby jdou konzultovat s nějakou autoritou.

Oznamování původu dítěti

I když bylo napsáno nesčetně pojednání od nejlepších odborníků u nás i v cizině, přesto stále potkáváme žadatelé, kteří mají pokušení zkusit dítěti neřici pravdu o jeho původu. Důvodem je opět vcelku přirozená tendence - pokus zjednodušit dítěti vstup do života. Velice často tedy můžeme slyšet rétoriku: "Nač to vše komplikovat? Když nebude vědět, že je adoptované, tak to má všechno jednodušší. Vždyť dětem zjednodušujeme skoro vše - od obrázkových knihy, přes matematiku až po náboženství. Proč jim nezjednodušit otázku původu? Až bude dospělý, tak se s tím vyrovná mnohem lépe, než teď jako dítě."

Odpověď je ale prostá. Samozřejmě, že dítěti podáváme fakta tak jednoduše, aby to bylo schopno pochopit, ale lež není zjednodušení - naopak. Otázku identity není možno zamlčovat a překrucovat, protože to nefunguje v praxi. Je třeba se seznámit s praxí, s konkrétními příběhy lidí, abychom pochopili, proč je takové teoretizování mylné.

Jestliže takto teoretizují žadatelé o NRP, pak je to známkou, že na přijetí dítěte nejsou dostatečně připraveni, že potřebují více studovat. Tato teoretická nepřipravenost se totiž pak kombinuje a násobí co celých řetězců provázaných problémů. Jeden otec mi říkal: "Já jsem byl rozhodnut mu to nikdy neřici, ale řekla mu to sousedka v šesti letech..." Pak dítě neustále přesvědčoval, že není "cikán". Když si kluk chodil hrát k jedné cikánské rodině, tak mu rodiče zakazovali se i dívat na tento dům, když šly společně okolo, místo aby s tou rodinou navázali přátelské vztahy. Když výchovu přestal zvládat, tak dítě začal přemrštěně bít. Nakonec dali dítě zpět do ústavu. Z toho zase utíkal pryč... To není jedna chyba, to je celý řetěz vzájemně provázaných chyb.

I v optimálním případě jsou to minimálně rodiče, kteří vědí o odlišném původu dítěte. Na ty klade zamlčování velké nároky a tento dvojí život zvětšuje vnitřní odstup od dítěte. Bohužel v praxi se dítě dozvídá pravdu o svém zatajovaném osvojení zpravidla v těch nejméně vhodných situacích - v hádce s rodiči, jako výsměch od třetích osob, vyslechne hovor, který nemělo slyšet, informace je použita v konfliktu, aby jej odzbrojila, vzala vítr z plachet a tak dala převahu protivníkovi ap. Znal jsem případy, kdy se matka prořekla v hádce, když už dítěti bylo téměř třicet let. Došlo k těžké krizi, která vcelku trvale narušila jejich vztahy.

Jestě jako studentovi hydrogeologie se mi kamarád svěřil, že jeho táta asi není jeho biologickým otcem. Naivně jsem mu řekl, ať nevyšiluje, že mně je úplně jedno, jestli můj táta je mým biologickým otcem nebo ne, že jeho výchova se do mě obtiskla tak nesmazatelně, že by žádný případný biologický otec neměl šanci mu konkurovat ani v malém. Kamarád mi řekl: "Ty tomu nerozumíš. Prostě celý dětství si říkáš, že modré oči máš po tátovi, a vlnité vlasy po mámě. Najednou se na tátu koukáš jako na cizího člověka. Najednou je to všechno jinak." Bohužel měl pravdu. Dítě pak musí bořit či minimálně přehodnotit všechny představy, které o rodičích si vytvářelo. Každou musí vzít znova do mysli a vyhodnotit ji.

Ať toto přehodnocování dopadne jakkoli, je mnohem jednodušší a bezbolestné od začátku budovat přímočaře identitu osvojeného dítěte než v nějakém beztak krizovém období začít předělávat identitu normálního dítěte na "nenormální" - ze svých rodičů udělat cizí lidi a místo nich si vymyslet nějaké jiné biologické. Pro srovnání je to mnohem složitější než obnovit důvěru v člověka, na kterého jste naprosto spoléhali, že Vám nebude nevěrný nebo že vás nepodrazí.

Jeden z důvodů, proč rodiče neoznamují dítěti jeho původ, je z části i jejich přání - mít už konečně klid. Mnoho rodičů začíná uvažovat o NRP jen kvůli neplodnosti a nemožnosti mít vlastní děti. Nechtěná neplodnost je po psychické stránce těžší postižení, než se nezasvěceným lidem na první pohled zdá. Je to jakési subjektivně prožívané prokletí, které na páru leží celá léta jako černý mrak. Od adopce očekávají, že toto období definitivně skončí a oni budou moci zapomenout. Z toho důvodu mají pocit úlevy, když dítěti "nemusejí nic říkat". Nechtějí mu říci: "Viš máme tě, protože jsme nemohli mít vlastní." Když ale mu nechtějí říci tuto pravdu, jakou pravdu mu mají říci? Tak mlčí a opět se objeví přirozená, nicméně přesto škodlivá tendence udělat za minulostí tlustou čáru.

Kromě toho minulost rodičů bývá někdy opředena nevyřešenými pocity viny: "V sedmnácti jsem šla na potrat, pak jsme třináct let s manželem usilovali o dítě. Marně. Nemohu si odpustit, že jsem si zabila vlastní dítě." Tyto pocity viny ani tak nevyplývají z případné skutečné morální viny, jako z aktuální životní frustrace - nemožnosti mít nyní dítě. Mají opět symbolický charakter a objevují se situačně podle nálady a stavu nositelky. Tak je třeba s nimi i zacházet - je to jakýsi teploměr momentálního stavu. Jde však o to, aby nevytvářely tabu a nebránily hovořit před adoptivním dítětem o jeho původu a identitě.

Podobně nefunkční obrannou může být strach z případné reakce dítěte: "Jak to vezme?" Ta vzniká, pokud rodiče mají sklon říci dítěti tuto pravdu jen jednou "až z toho bude mít rozum". I zde je třeba zdůraznit, že informaci o původu říkáme dítěti opakovaně od malička a prezentujeme ji jako něco, na co můžeme být hrdí. Můžeme být hrdí na to, že jsme se všichni tři našli. Vždyť i rodiče se museli "najít" a před tím se neznali. U zdravě fungujících párů vidíme, že si čas od času připomínají chvíle, kdy se seznámili, kdy se do sebe zamilovali ap. Stejně tak si musejí rodiče opakovat s dítětem v NRP příběh jeho příchodu do rodiny a věnovat jej stále stejnými i stále jinými detaily. Pro dítě to musí být asi tak triviální informace, jako že má dvě ruce.

Změny identity

Rodiče by též měli znát mechanismy, kterými se člověk vypořádává se změnou identity či životní cesty, zejména ty bolestné či konfliktní případy. Je dost pravděpodobné, že se s nějakým z nich setkají u dětí v NRP.

Když nezačali oznamovat dítěti fakt o jeho osvojení, když bylo malé, bylo by lépe tento krok konzultovat s psychologem či jinými odborníky. Každopádně informovat dítě by měli sami rodiče a ne cizí lidi. Mělo by se tak dít v klidném období a prostředí, tedy:

- spíše o prázdninách než na konci školního roku
- spíše doma než v cizím prostředí či o dovolené
- spíše v běžném dni než o nějakém výročí (narozeninách)
- raději to oznámit cíleně než nechat napospas osudu - hádce či jinému nekontrolovanému procesu. Při tom vždy je nutno přihlídnout k vývojovým hlediskům - nástup puberty či jiné vztahové problémy dítěte (rozchody, první lásky ap.).

Oznámením se spustí poněkud nezvyklé procesy, které je dobré monitorovat. Je dobré si uvědomit, že se jedná o přírodní procesy, které mají určitou přirozenou dobu trvání (cca půl roku v různé intenzitě a podobách). Tuto dobu není možno nějakým psychologickým trikem zkrátit. Spíš naopak necitlivé zásahy ji spíše prodlužují.

Řízený proces oznámení adopce probíhá dobře, když na jeho konci mají rodiče pocit, že "psychologové jen zbytečně plašili". Ve většině případů (a zvláště v menším věku) vezmou děti tento fakt vcelku klidně. Rodiče si často uvědomí, že z oznámení měli větší strach, než jak to nakonec proběhlo. S nejtěžšími případy se setkáváme u neřízeného oznamování adopce, u řízených bývá průběh zpravidla mnohem mírnější. Cílem je být připraven na více možností, které naštěstí většinou nenastanou.

Dítě bude procházet vnucenou změnou identity prostřednictvím fází, které popsala E. Kübler-Ross na konkrétních příkladech nevyléčitelně nemocných lidech. Nicméně my je zde zmíníme v obecném tvaru, který je vhodný i pro NRP.

1) Akutní šok (popření či ignorování informace). Náš život provází řada rizik, které si lidově řečeno nepřipouštíme, například můžeme se zabít při jízdě autem, může nás někdo přepadnout v parku, můžeme dostat lymfom, můžeme přijít o rodiče, o děti ap. Naši mysl chrání před těmito riziky psychické obrany, a tak ji udržují v klidu.

Oznámení o adopci pak představuje jakousi "smrt rodičů". Najednou před dítětem stojí nebiologičtí, ale adoptivní rodiče - jsou to stejní, ale zároveň cizí lidi. Kromě popření či ignorování informace se může objevit i derealizační či depersonalizační syndromy - pocit změněné reality, pocit, že se na svět dívají zpoza záclony, pocit, že vše děje ne jemu, ale nějakému jinému dítěti, že se na sebe jakoby dívá zvenčí ap. Zmíněné obrany se stávají součástí obecných šokových reakcí a mohou naopak i dočasně vypínat citové prožívání (tzv. stav kognitivního přežití).

2) Nespecifické obrany (nárůst aktivity organismu, agrese). Dříve než je dítě schopno vymyslet něco smysluplného, tak se jeho organismus připraví na boj či útěk masivním nárůstem energie. Ta se může projevit jako necílená agrese, která se vybije na tom prvním, kdo se mu připléče do cesty. Nespecifické obrany se objevují jako první, ale ne nutně musejí stejně rychle vymizet. Jsou mimo jiné i průvodní reakcí na frustraci, tedy nespecifické obtíže se mohou prolínat s následující fází.

3) Specifické obrany (cílevědomé hledání řešení, vyjednávání, uplácení, hledání odborníků ap.) Čím je dítě starší, tím musí přebudovat větší část své, již existující identity. To je zákonitě dlouhodobý proces. Do tohoto procesu dítě investuje všechny své schopnosti (inteligenci, znalosti, náboženství ap.), tedy nejen sílu a energii z předchozí fáze.

Pro rodiče dávno známý fakt je ale pro dítě naprostou novinkou. Ono netuší, co z něj vyplývá - bude se muset odstěhovat, znamená to, že už ho nemají rádi, je to za to, že minulý týden víc zlobilo, dají ho teď do děčáku atd. Všechny možné iracionální nápady a pověrečné souvislosti mohou dítě najednou napadat. Když se hrouťí jeden pilíř života, je důležité, aby ostatní stály a dítě se o ně mohlo opřít. Proto je důležité, aby se rodiče k němu chovali stejně dobře jako dříve. Je to pak každodenní, dávno známá rodinná praxe, která dává dítěti jasně najevo, kam patří, a že jeho adoptivní rodiče jsou jeho skutečnými rodiči, i když ne zrovna biologickými. Mezi specifické obrany patří i pokusy vyhledat své biologické rodiče, vejít s nimi v kontakt a pochopit důvody, proč je odložili, z jaké sociální vrstvy jsou, zda se dá adoptivním rodičům důvěřovat v jiných věcech, když v této jim celý život lhali atd.

V této fázi také rodiče musejí s dítětem procházet v neformálních rozhovorech svou dříve zatajovanou minulost. Jak se připravovali na NRP, jak chodili na vyšetření, jak nemohli mít vlastní dítě, co dělali dobře, v čem se mýlili atd. I tato zamlčovaná minulost se musí stát identitou adoptovaného dítěte.

4) Reaktivní deprese (Ta se označuje za reaktivní, protože je reakcí na bezmoc.) Ať dítě již své biologické rodiče najde, nebo ne, přesto musí oplakat jejich ztrátu. Tento fakt se může propojit s jinými staršími pocity - například s pocity prázdna, životní nudy, tušením, že jim něco uniklo, nebo mu něco chronicky schází.

Reaktivní deprese má jednu sympatickou vlastnost. Sama odezní do šesti měsíců. Na druhou stranu ji nejde moc urychlit či zkrátit. Prostě člověk se jí nemůže zbavit silou vůle. Necitlivé pokusy ji spíše prodlouží. Během ní však běží velmi důležité procesy, které odsunují na vedlejší kolej všechny ostatní aktivity a zájmy - přebudovává se totiž identita, a to má jednu z nejvyšších priorit. Například osvojené dítě se dozvědělo, že jeho rodiče nejsou biologičtí. Tak škrtná všechny úvahy, které si doposud vytvářelo: "Modré oči mám po mámě - blbost. Po tátovi jsem šikovná - blbost. Děda z Konopiště není můj děda. Takže všichni na mě hráli komedii. To mi udělali naschvál..." Je to podobné, jako když člověk si plánuje zbytek života na třicet let, poté, co zjistí svou nemoc, jej musí zkrátit na pouhé dva roky, a to ještě jen když to dobře půjde. To vše je velmi psychicky náročné a člověk má pocit, že "nemá žádnou energii, i když vlastně nic nedělá".

U dětí tato fáze nemusí být takto dlouhá, ale rodiče by si měli uvědomit, že okamžikem oznámení nevzniká nová identita, ale teprve se začíná tvořit. Toto tvoření je dlouhodobý proces, kde měsíc není žádná doba. Ne vždy, když se dítěti nechce nic dělat, tak za to může přebudování identity, ale je třeba být připraven na to, že tyto procesy se mohou takto nečekaně vynořit i pár měsíců po oznámení.

5) Nová identita. Po odeznění reaktivní deprese sice přichází fáze nové identity, ale to neznamená, že nutně bez psychických následků. Dítě musí v předchozích fázích znova přijmout adoptivní rodiče, nevlastní sourozence, prarodiče, jejich hodnoty a svět atd. To provází zákonité dočasné odcizení, které může provázet pocit nepřekonatelnosti: "Už jim nikdy nebudu moci důvěřovat, už nikdy se tady nebudu cítit doma atd." Tento pocit nepřekonatelnosti je v zásadě dočasná iluze. Do půl roku by měla vymizet. Pokud ale přetrvává dále, pak se pravděpodobně se symbolicky provázala s jinými, mladšími procesy. V takových případech je lepší kontaktovat odborníky, aby se zjistilo, z jakých důvodů nepohoda dlouhodobě přetrvává.

Souběh krize identity rodičů a dětí v adolescenci

Problém adolescentní krize identity dětí spočívá v tom, že přichází ve stejnou chvíli, kdy sami rodiče se dostávají do krize rodičovské identity - odcházejí jim děti z domova, musejí se od nich odpoutat, oprostít se od svých pečovatelských sklonů, začít přistupovat k dětem jako k relativně autonomním dospělým, najít náhradní aktivity a naplnění života, aby se zaplnilo prázdno vzniklé odchodem dětí. Zákonitý souběh těchto dvou krizí identit, které jsou vzájemně provázané, je zátěžovou zkouškou pro obě strany. Navíc jedna strana porůznu čeká oporu v té druhé, nebo se od ní naopak odpoutává.

Mnoho adoptivních rodičů si alespoň zčásti budovalo svou identitu na svém rodičovství. Když pak dochází k výchovným krizím, nebo když jejich děti prochází existenciální krizí, pak tyto obtíže strhávají rodiče do jejich vlastní krize rodičovské identity. Pak například slyšíme, že náhradní rodiče říkají, že je chyba mít "krok adopce založený na romantických představách o tom, jak někoho zachraňujeme." (Tereza Boučková) To je výpověď o rodičovské identitě, která nebyla v zásadě špatná, ale možná jen nepřiměřená, přehnaná či málo flexibilní.

Období nevděku na prahu dospělosti

S hledáním identity souvisí jev, na který by rodiče také měli být připraveni. Je to období na prahu mladší dospělosti (cca 24 let), které by se dalo popsat jako jakási fáze nevděku. Pokud použijeme vzletné přirovnání, je to, jako když Honza vyrazil do světa. Za rodnou vískou se posadí na pařez. Otevře si svůj raneček, který dostal od rodičů na cestu, a přemítá nad ním, zda opravdu dostal buchet dost či ty "správné buchty". Najednou si uvědomí, že pořádně neumí jazyky, že jej rodiče měli více honit do hodin klavíru, že doma bylo citové prázdno nebo naopak citové vydírání, že vystudoval školy, které jsou mu k ničemu, že rodiče měli tu a tu špatnou vlastnost, kterou jej trvale poznamenali, kdyby jej nechali v děčáku, tak se mu nestalo to či ono atd. Když rodiče slyší tyto výtky, tak je to bolí a mají pocit, jejich děti jsou nevděčné, že oni pro ně udělali, co mohli nejlepšího.

Je třeba si uvědomit, že tato fáze je dočasná a provází náročné období dítěte, kdy se musí postavit na vlastní nohy a definitivně se odpoutat od rodičovského servisu. Časem si uvědomí, že již definitivně musí žít samo za sebe. Ohlžení se zpět mu sice může pomoci pochopit sama sebe, ale jeho cesta vede jen dopředu a k dispozici je jen to, co má nyní. Agrese vůči rodičům je jen jinou formou agrese vůči vlastní minulosti, tedy forma sebenenávisti. S přijetím vlastní omezenosti přichází i přijetí rodičů.

Pochopení pro tuto fázi zraní pomáhá rodičům na ni i adekvátně reagovat. Je totiž nebezpečí, že se nechají zatahnout do nekonečné manipulativní hádky stylu - obvinění a obhajoba: "Mé dětství bylo hrozné." "Ne, tvé dětství bylo dobré. Mnoho jiných je na tom mnohem hůř." atd.

Nejrychleji tyto existenciální pocity dětí zastaví upřímně míněná omluva či podmíněná omluva ze strany rodičů: "Jestliže jsem ti tímto opravdu ublížil, tak se ti omlouvám. Nikdy jsem nechtěl svému dítěti ublížit." A pak nechat dítěti čas, aby se smířilo se svými obtížemi.

Pokud s výtkami dítě opakovaně přichází, pak je to známka, že tyto pocity jsou symbolicky navázány na jinou oblast jeho životního selhání. V těchto případech si rodiče musejí dát pozor, aby se nestali obětí citového vydírání: "Co tě trápí, proč se k tomu pořád vracíš. Vždyť vidíš, že s tím dnes už nemohu nic dělat." "Ale mohli byste to částečně napravit, kdybyste mi koupili byt." Je zbytečné dodávat, že na tuto manipulativní hru se nepřistupuje i za cenu naštvání a dočasného uražení dítěte. Je totiž třeba si být vědom, že od jistého věku dítěte je třeba chránit spíš rodiče před dětmi, než děti před rodiči, protože s věkem se rodiče stávají slabšími než děti.

Toto období však není jediná možnost, kdy se objevuje desinhibovaná agrese vůči rodičům. V tomto období na prahu dospělosti je ale navázaná na vznikající identitu dospělého člověka.

Neočerňovat biologické rodiče

Další přirozeným, i když velmi škodlivým sklonem náhradních rodičů je očerňování biologických. Ať biologičtí rodiče byli jakýkoli, přesto dítěti se snažíme vštípit obraz, který je pozitivní, při nejhorším nezaujatě neutrální: "Víš, oni museli mít hodně zlé dětství, protože normálně se rodiče ke svým dětem takto nechovají. Život je prostě složitý. To poznáš sám, až budeš velký." Jinými slovy můžeme odsoudit jejich činy, poukázat na jejich omezené schopnosti, ale neočerňujeme je jako lidi. Jinak v dobré víře v dítěti budujeme identitu *dítě zlých rodičů*. Velmi nebezpečné jsou vazby, kdy dítě nutíme do volby "buď náhradní, nebo biologičtí rodiče, ale nemůžeš mít rádo obě strany."

K tomu je třeba poznamenat ještě jeden důležitý fakt. Dítě biologické rodiče třeba nikdy nevidělo, proto si musí vytvořit jejich obraz, tzv. mentální reprezentaci, na základě zkušeností s fyzicky přítomnými náhradními rodiči. To nejsou dva nezávislé obrazy, ale naopak oba tvoří v hlavě dítěte jeden systém, který je navíc provázaný i s vlastní identitou. Jakýkoli útok na biologické rodiče je tedy zároveň útokem na charakteristiky náhradních rodičů a i své sebepojetí.

Náhradní rodiče sice od malička chtěli v dětech vybudovat schéma: "Biologičtí rodiče byli zlí, ale my náhradní jsme hodní," ale tato schémata jsou psychicky vratká. Snadno se překlápí do opačného schématu: "Biologičtí rodiče jsou idealizováni, ale náhradní jsou zlí a unesli mě." Případné krize se lehce překlápí do agrese a nenávisti vůči náhradním rodičům. Tedy náhradní rodiče by se měli vystříhat jakéhokoliv pokušení začít soupeřit s nepřítomnými biologickými rodiči stylem "buď my a nebo oni".

Hledání identity jako celoživotní úkol

Je třeba konstatovat, že ne všechny výchovné problémy je možno převést na problémy identity. Nepřímou známkou, že se jedná o poruchy související identitou, je koincidence problému

s určitým věkem dítěte, zejména s pozdní pubertou a adolescencí. Nicméně problémy identity jsou podceňované, rodiče jim málo rozumí a bývají často i špatně diagnostikované (mýtus špatných genů). Především pro normální lidi jsou záhadné a nepochopitelné existenciální stavy, ve kterých se často potácejí děti s ranou deprivací z ústavů či nefunkčních rodin. Energie rodičů se pak upíná na boj s vedlejšími negativními příznaky (extrémismus, krádeže, toulání ap.), aniž jsou schopni nahlédnout úzkosti, prázdnotu či pocit ztracenosti, který to vše vyvolává.

Moderní společnost mnohem méně než dříve určuje jedinci místo v životě. Tato svoboda volby však často spíše hraničí s blouděním a pocitem ztracenosti, než že by byla zdrojem nějakého psychického naplnění a uspokojení. Je zcela pochopitelné, že toto nové životní prostředí klade specifické nároky na každého z nás. Problém je v tom, že čím méně máme jakýkoli problém zvládnutý sami, tím méně jsme schopni s ním pomoci druhým či našim dětem.

Konflikty dětí s jejich identitou tak mohou být jen zrcadlem našich neřešených existenciálních pochyb. Bohudík i touto bolestnou cestou nás mohou děti obohatit - přivedou nás k lepšímu pochopení nás samotných. Zkrátka hledání vlastní identity a životní cesty je náš celoživotní a zároveň každodenní úkol. Nezbyvá nám než popřát všem šťastnou cestu...

Literatura

Hofferth, S. (1999) Changes in American children's time. 1981-1997. University of Michigan, Institute for Social Research, Center Survey.

Duke Marshall P., Fivush Robyn, Lazarus Amber, Bohanek Jennifer (2003?): Of Ketchup and Kin: Dinnertime conversations as a major source of family knowledge, family adjustment and family resilience. Sloan Center for the Study of Myth and Ritual in American Life. Emory University

Test "víte?"

Rodinné neformální rozhovory jsou nejsilnější výchovný nástroj, který rodiče mají. Jejich účinnost je doložena výzkumy od vyšší akademické úspěšnosti až po citovou stabilitu. Naopak jejich přítomnost dramaticky klesá v rozvodovém období, kdy rodiče mají jiné starosti než vyprávět dětem o svém mládí a dětství.

Marshall et al. (2003) přináší testovací škálu "Víte?", která zjišťuje fungování těchto rozhovorů. Tato škála má nejenom vědecký význam, ale může posloužit jako inspirativní seznam témat, které je vhodné s dětmi příležitostně procházet při společných aktivitách.

Test "Víte?"

Odpovězte prosím následující otázky zakroužkováním odpovědi Ano či Ne. I když znáte odpověď na otázky, na které se vás ptáme, nepište je na formulář. Nás pouze zajímá, zda ji znáte.

1. Víte, jak se vaši rodiče seznámili?
2. Víte, kde vyrůstala vaše matka?
3. Víte, kde vyrůstal váš otec?
4. Víte, kde někdo z vašich prarodičů vyrůstal?
5. Víte, kde se seznámili alespoň jedni z vašich prarodičů?
6. Víte, kde se ženili vaši rodiče?
7. Víte, co se dělo, když jste se měl právě narodit (okolo cesty do porodnice ap.)?
8. Víte, jaký je původ vašeho jména?
9. Víte, co se dělo, když se narodili vaši sourozenci?
10. Víte, komu z vaší rodiny se nejvíce podobáte?
11. Víte, kdo z vaší rodiny má nejpodobnější povahu jako vy?
12. Víte, jaké choroby či zranění prodělali vaši rodiče, než jste se narodili?
13. Víte, jaké poučení si vaši rodiče vzali z jejich dobrých či špatných zážitků?
14. Víte, co se přihodilo vašim rodičům, když chodili do školy?
15. Víte, z jakého národa pochází vaše rodina? (např. česká, romská, německá ap.)?
16. Víte, kde zamlada pracovali vaši rodiče?
17. Víte, jaká ocenění získali vaši rodiče zamlada?
18. Znáte jména škol, do kterých chodila vaše matka?
19. Znáte jména škol, do kterých chodil váš otec?
20. Znáte nějakou historku o příbuzném, který nepochopil vtip? (Do you know about a relative whose face "froze" in a grumpy position because he or she did not smile enough?***)

Identita a "Kniha života"?

Příručka "Kniha života" je jen jedním z mnoha nástrojů, po kterých mohou náhradní rodiče sáhnout. Existuje nebezpečí přeceňování i nedoceňování této výchovné pomůcky. Podceňovat ji budou zpravidla ti rodiče, kteří zároveň podceňují nutnost aktivního budování svébytné identity svého dítěte. Přeceňovat ji budou ti, kteří neznají jiné způsoby budování osobní identity. Osobně se domnívám, že by se všichni rodiče měli opakovaně pokusit tuto knihu se svými dětmi v náhradní rodinné péči projít v různém věku dítěte. Pokud dítěti nebude vyhovovat práce nad papírem, tak by si rodiče měli do hlavy vštípit tématické okruhy, která kniha pokrývá, a tyto okruhy s dětmi v neformálních rozhovorech při vhodných situacích procházet.

Originální manuál obsahuje řadu relevantních rad pro rodiče, které je zbytečné opakovat, ale je nutno je doporučit pozornosti rodičů. Především je užitečné pochopit úmysly a cíle, které autoři manuálu sledovali.

Celková koncepce

Kniha je koncipována jako přehled základních témat, které by rodiče neměli opominout, to však zároveň znamená, že by se měla rozvinout a obohatit o mnohá jiná témata, která jsou pro dané dítě důležitá. K jednou vytvořeným či vyplněným tématům je vhodné se opakovaně vracet, eventuálně je doplňovat a aktualizovat.

Základní představa je, že dítě ve věku, kdy už umí číst a psát, začíná dokumentovat fakta z minulosti, která by už mělo rámcově znát z vyprávění rodičů. Vrací se zpět - od každodenních skutečností, které důvěrně zná, k minulosti o svém původu, kterou zná jen mlhavě, nepřesně, jen z vyprávění. Po té, co se projde tento blok vzpomínkový, retrospektivní, měla by následovat práce, která se týká nových událostí v přítomnosti a pohledy do budoucna. Tím práce na knize života získává postupně deníkovou formu.

Vhodné je, aby rodiče s dětmi prováděli periodické bilance. Například večerní: "Tak co jsme dělali dneska celý den?". Děti žijí v školním cyklu, tedy o letních prázdninách by bylo dobré napsat neformální **výroční zprávu**, co se stalo a nestalo za tento rok. Ke knize je možno připojit i dočasné deníky z cest ap. Svým způsobem je to časový i nadčasový výtvar. Vypovídá o aktuálním okamžiku, kdy se tvoří, ale i o skutečnostech, které jsou neměnné po celou dobu života dítěte.

Na rozdíl od rodinných alb patří kniha života zcela dítěti. S tímto vědomím by měli rodiče k práci na této příručce přistupovat - je to služba dítěti. Jejím cílem je, aby dítě ve představách o své minulosti nemělo výraznější díru či nesrovnalosti, která by je mohla nepříjemně překvapit.

Poznámky k vyplňování

Vyplnění je vcelku přímočaré. Vyjma první strany, kterou bychom měli začínat, není pořadí vyplňování závazné. Informace je možno přidávat postupně, jak je postupně budete s dítětem získávat. Stejně tak se můžete domluvit, které informace jsou pro vás důležité a které necháte na později. K vypsáním tématům je dobré přidat další životní příběhy, které lemují příchod dítěte do rodiny. V dospělosti dítě možná uvítá zapsané svědectví rodičů, jak se rozhodovali pro NRP, a vyprávění, jak jim volali z úřadu, jak si pro dítě jeli ap.

Při vyplňování je třeba respektovat kapacitu a tempo dítěte. Není práce na výkon, na předvedení se před okolím, není to příručka na cvičení v pravopisu či krasopisu. Její vytváření by proto mělo být prosto jakéhokoliv moralizování, i když přiměřené povzbuzování je na místě. Není možné a ni není cílem knihu života vyplnit naráz. Předpokládá se, že se k ní bude vracet, jak bude mít dítě chuť, eventuálně na nabídku rodičů.

V zahraničí často tuto knihu s dítětem probírá odborník, nejčastěji sociální pracovníce či psycholog. Proto zahraniční varianty této knihy se více zaměřují na psychologické aspekty aktuálního prožívání. Vzhledem k tomu, že se počítá, že v Čechách budou průvodci především rodiče, tyto psychologizující oblasti se z této první tištěné verze knihy vypustily. To však neznamená, že by je nemohli rodiče s dětmi probírat, pokud k tomu mají předpoklady. Pak ovšem doporučujeme seznámit se zahraničními verzemi této knihy, jakož i doprovodnou odbornou literaturou.

Při tvorbě této knihy není žádný důvod omezit se pouze na psané slovo, obrázky a fotografie. Je možno archivovat audio a video nahrávky, tu vložit zajímavý kámen či rostlinu, jindy na památku schovat ucho od hrníčku, dárek od přítele či jen zapsat jeho vtipnou hlášku. Tyto věci

vytvářejí identitu nejen v okamžiku archivování, ale pokaždé, kdy se k nim dítě vrátí - v dětství i pak později v dospělosti. Tyto předměty pak budou svědky nejen osobní historie, ale i rodičovské investice a vztahu, který někdy bývá v krizových obdobích vratký.

Možné obtíže s zneužíváním

Při otvírání minulosti mohou vyplynout na povrch různá traumata, například zneužívání. Přirozenou obrannou rodičů je tyto myšlenky umlčovat: "Už na to nemysli. Zapomeň na to." Bohužel je to nefunkční obrana. Naopak cílem je tyto myšlenky opakovaně vytáhnout, jak mají sklon se přirozeně vracet, a nechat dítě je spontánně vyprávět. Mnohonásobným převyšprávěním se totiž ztrácejí detaily a podrobnosti. Navíc aktuální stav dítěte kontaminuje vzpomínky tak, že postupně ztrácí na intenzitě a palčivosti, stávají se plochými a schématickými. Vyprávěním ze vzpomínek prostě vyprchají emoce jako bublinky z limonády.

Velké události a stěhování

V minulosti nebo již v průběhu vytváření knihy života může dojít k velkým událostem. Stěhování, změny náhradních, například pěstounských rodičů, ani dočasným pobytům v ústavech či nemocnicích se nedá vždy zabránit. Tyto události je lepší pečlivě naplánovat, než je nechat náhodě. Je lepší, když pěstounští rodiče naplánují kontakt s biologickými, než když si biologický otec potajmu odchytává dítě za školou a společně kují pikle.

Tyto velké události je dobré zaznamenat v knize života pomocí časových os, eventuálně mapky republiky, na které vyznačíme trasu stěhování z jednoho města do druhého s tím, že u každého města napíšeme datum příchodu.

Úvodní slovo

Milé děti a vážení rodiče,

kmen každého stromu tvoří letokruhy. Každý rok, léto a zima vepsaly do jeho dřevěného těla jeden světlý a jeden temný proužek. Stejně tak i čas do našich srdcí kreslí nejen každý rok, ale dokonce i každý den nějaký ten černý a světlý proužek. Stejně jako tělo stromu je tvořeno tmavými a světlými proužky, stejně tak i náš život se skládá z radostných, obyčejných, ale i bolestných okamžiků.

Když se při bouři skácí strom, který žil tisíc let, můžeme se v jeho letokruzích dočíst, čím vším prošel, a promiňte, tedy spíše prostál, protože stromy, jak známo, moc nechodí. Jeho letokruhy nám totiž přesně poví, jestli ten rok hodně svítlo Slunce, jestli přšelo nebo bylo sucho, nebo zda strom netrápili kůrovci či jiná havěť. Stejně jako stromy mohou vyprávět své životy, tak ani náš život by neměl uplynout, aniž bychom měli památku na vše, co jsme zažili, co jsme viděli a slyšeli, o čem všem může podat svědectví těm, kteří přijdou po nás a budou chtít si počíst v našich letokruzích či letopisech.

Stejně jako u stromů v lese se proplétají větve i kořeny, tak i události našeho života jsou složitě spleteny s osudy lidí kolem nás. Možná, že se stromy na sebe tlačí, možná, že se i tísní a zastiňují, ale přesto jen díky tomu, že žijí vedle sebe, dokáží vyrůst do takové výše. Zároveň tím vytváří les, který je nejen domovem pro nejrůznější zvěř, ale je i zdrojem kyslíku, který neustále dýcháme. Tedy nezapomínejme, že jen díky lidem kolem nás můžeme vyrůst do takové výše, že se až téměř hvězd dotýkáme. A že stačí málo - jen tím, že rosteme, můžeme být zdrojem radosti pro ty, kteří žijí okolo nás.

Právě jste otevřeli knihu života. Vypadá jako to jako velká kniha, ale přesto jen to jen sešítek ve srovnání s tou velkou, skutečnou knihou života, která se vám každý den vepisuje do srdcí. Tato psaná kniha je tedy něco jako tahák ve škole - má nám připomenout to, co již nosíme v hlavě či srdci, abychom si dokázali lépe vzpomenout na to, co jsme, odkud jsme přišli a kam směřujeme.

Za pár let budete tak velcí, jako jsou dnes vaši rodiče či prarodiče, a pak bude těžké si vzpomenout, co jste dělali, kde jste byli a koho jste potkali. Nejsme ve škole, a tak je dovoleno mít taháky. Vytvářejte si tedy postupně takový tahák, který vám připomene vše, čím jste již prošli a čím dnes procházíte, ať je to světlé, nebo tmavé...

Na této cestě Vám přejeme hodně zdarů.