

Univerzita Palackého v Olomouci

Cyrlometodějská teologická

fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Bakalářská práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Cyrlometodějská teologická
fakulta
Katedra křesťanské sociální práce

Charitativní a sociální práce

Jitka Rybová

**Strategie zvládnání náročných situací u
pěstounských rodin v kontextu sociální práce**

Bakalářská práce

vedoucí práce: Mgr. Hana Štěpánková

2021

Prohlášení:

„Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.“

Jitka Rybová

Poděkování

Chtěla bych poděkovat všem, kteří se přímo i nepřímo podíleli na vzniku této bakalářské práce. Velký dík za trpělivost, ochotu a slova povzbuzení patří především vedoucí této práce Mgr. Haně Štěpánkové, cenné pro mě bylo jak odborné vedení, tak i podněty a připomínky. V neposlední řadě děkuji svým nejbližším – svému muži, dětem i rodičům; za trpělivost, za poskytnutí psychického i hmotného zázemí nejen při psaní této práce, ale i po čas mého studia.

Abstrakt

Tato bakalářská práce je zaměřena na sledování stresových situací v životě pěstounských rodin, následně pak na hledání způsobu zvládnání a jejich možná řešení. Cílem práce je zjistit, jak pěstounští rodiče i děti jim svěřené do péče reagují na každodenní rozpory ve svých rodinách, kdo jim v náročných situacích pomáhá, jak je zvládají.

V teoretické části práce jsou definovány základní pojmy spojené s náhradní rodinnou péčí, v dalších kapitolách se zaměřuji na odolnost rodiny, psychologické potřeby členů rodiny, možnosti i přístupy ke zvládnání stresu a aplikaci copingových strategií na pěstounské rodiny. Kapitola č. 6 představuje výsledky výzkumu, které obsahují oblasti náročných situací, do nichž se pěstouni v běžném životě dostávají.

V závěru jsou shrnuty hlavní přínosy této bakalářské práce a podněty, jak pracovat alespoň na zmírnění těchto náročných situací.

Klíčová slova: náhradní péče, ústavní výchova, pěstounská péče, stres, zvládnání, odolnost rodiny

Abstract

This bachelor's thesis is focused on monitoring stressful situations in the lives of foster families, then on finding ways to cope and their possible solutions. The aim of the work is to find out how foster parents and children entrusted to their care respond to everyday differences in their families, who helps them in difficult situations, how to manage them.

The theoretical part of the thesis defines the basic concepts associated with surrogate family care, in the next chapters I focus on family resilience, psychological needs of family members, options and approaches to coping with stress and the application of coping strategies to foster families. Chapter 6 presents the results of research, which include areas of difficult situations that foster parents find themselves in everyday life.

In the end, the main benefits of this bachelor thesis are summarized and suggestions on how to work at least to alleviate these challenging situations.

Keywords: substitute care, institutional education, foster care, stress, coping, family resilience

Obsah

1	Úvod.....	1
2	Ústavní výchova.....	3
3	Náhradní rodinná péče (pěstounství), typy pěstounské péče	7
4	Resilience (odolnost/schopnost vzdorovat) rodiny	13
4.1	Psychologické potřeby členů rodiny (pěstounů, dětí)	14
4.2	Zvládání stresových situací v rodině	16
4.3	Vlivy působící na zvládání stresových situací.....	17
4.4	Přístupy ke zvládání náročných situací v rodinách	18
4.5	Aplikace copingových strategií na pěstounské rodiny	19
5	Výzkum, empirická část.....	21
5.1	Cíl výzkumu, výzkumná otázka	21
5.2	Metoda a technika sběru dat	21
5.3	Otevřené kódování.....	23
5.4	Výzkumný vzorek.....	23
5.5	Analýza výzkumu	24
5.6	Závěrečné shrnutí výzkumné části, diskuse	28
6	Závěr	31
7	Seznam použité literatury.....	33
8	Přílohy.....	38
8.1	Příloha č. 1: Otázky k polo-strukturovanému rozhovoru	38
8.2	Příloha č. 2: Přepis rozhovoru	39

1 Úvod

Mohli bychom říci, že žijeme v době, která nám díky pokrokové technice dopřává více času, více odpočinku a méně stresu, ale bohužel je tomu naopak. Právě shon a stres se stali fenoménem dnešní doby a někdy bychom mohli říct, že někteří lidé tyto pocity i vyhledávají. Dobrovolně se zavalují povinnostmi, zbytečnými aktivitami, nemají čas na odpočinek, většinou ani čas na jídlo a z toho všeho, byť si toho možná ani nejsme vědomi, vzniká stres. V důsledku toho se mnozí dostávají do depresivních stavů, pociťují nedostatek energie, nervozitu, neklid, vnitřní nestabilitu, mnohdy onemocní. A to všechno proto, že stres se může zpočátku projevovat mírně, ale vlivem jeho dlouhodobého působení může vést až k takovým důsledkům, které se projeví na zdraví i psychice člověka. Člověk, který už jen uvažuje o profesi pěstouna, by měl v první řadě pomýšlet především na to, čemu všemu může být vystaven a zda je schopen takové situace zvládnout. Pro někoho může být stresující i třeba jen fakt, že svěřené dítě není jeho.

Uvažuje-li člověk v dnešní době o tom, že by se stal pěstounem – ať už dlouhodobým či pěstounem na přechodnou dobu, měl by být připraven na poměrně dlouhý proces, který může trvat rok, ale někdy i podstatně déle. Myslím si, že stejně jako je tomu i u ostatních profesí, ne úplně každý má vlohy a předpoklady ke všemu, na co si jen pomyslí; skutečně žádoucí je mít na paměti, že děti, které potřebují péči jiné osoby, zcela jistě neměly jednoduchý osud. Už jen z tohoto důvodu potřebují, aby jejich noví lidé byli maximálně trpěliví, měli tu správnou motivaci a hlavně aby věděli, co všechno pěstounská péče obnáší.

Mojí motivací pro psaní Bakalářské práce na téma vztahující se k pěstounským rodinám byl fakt, že čím dál více osob z okruhu mých známých se v průběhu několika posledních let rozhodlo stát se pěstouny a mě jejich rozhodnutí opravdu překvapilo, protože všichni tito lidé mají své rodiny, své děti. Zvědavost, jak se pěstouni připravují na příchod dítěte do rodiny, co prožívají jejich děti, jakým překážkám a náročným situacím musí čelit, na koho se se svými problémy obracejí, na koho se mohou spolehnout apod. – to všechno mě vedlo k volbě tématu závěrečné práce úzce spojeného s pěstouny, následně pak s možnostmi zvládnání náročných situací při péči o děti, které do svých rodin přijali.

Bakalářský projekt se zabývá strategií zvládnání náročných situací u pěstounských rodin v kontextu sociální práce. Většina publikovaných prací se zpravidla orientuje na situaci dětí v pěstounské péči, nicméně je nutné neopomenout ani role rodičů – pěstounů. Pěstouni se obětavě a s láskou starají o svěřené děti a je tedy podstatné položit si otázku, do jaké míry zvládají stresové situace s touto péčí spojené. Do pěstounství dospělí jedinci vstupují z různých pohnutek, s různou mírou zkušeností a s různými očekáváními. Proto se v závěrečné práci snažíme posoudit možné stresové faktory působící na pěstouny a strategie, které si pěstouni volí, aby nelehké situace byli schopni zvládnout.

Bakalářská práce je rozdělena na část teoretickou a praktickou. V teoretické části se věnujeme samotnému pojmu pěstounství v kontextu sociální práce. Dále vymezíme, do jakých stresových situací se pěstouni dostávají, definujeme pojem copingová strategie a popíšeme její využití u pěstounů. Nebudeme opomíjet ani vlivy působící na vznik stresové situace u pěstounů, včetně faktorů osobních. V závěru teoretické části přesně popíšeme různé existující metody a techniky používané v pěstounské péči ke zvládnání stresových situací a možná preventivní opatření.

V empirické části popisujeme použitou metodologii, kterou je kvalitativní výzkum vedený formou polo-strukturovaných rozhovorů. Cílem výzkumu je zjištění, do jakých stresových situací se pěstouni nejčastěji dostávají, jak tento stres prožívají a kde čerpají podporu na laické i odborné úrovni. Následuje popis samotného průběhu výzkumu, tedy popis a přepis realizovaných rozhovorů s pěstouny. V rozhovorech s pěstouny identifikujeme náročné situace, do kterých se dostali v souvislosti s péčí o nezletilé děti, a kroky, které uskutečnili ke zvládnutí stresorů. Dále zjišťujeme, jaké existující metody ke zvládnutí náročných situací v pěstounské péči v sociální práci pěstouni využili a kde přesně a jakým způsobem čerpali zdroje podpory. S analýzou zjištěných výsledků poukazujeme na nejčastější problémy pěstounů a na metodologii jejich zvládnání v praxi.

2 Ústavní výchova

Žijeme v době, kdy se bohužel občas stává, že se o čerstvě narozené dítě, nebo i o dítě staršího věku nemůže z nějakého důvodu ani jeden z biologických rodičů postarat. V takových situacích je třeba, aby těmto dětem stát zajistil jinou formu péče a výchovy; jedná se o náhradní péči o dítě, kterou můžeme rozdělit do dvou kategorií: Náhradní rodinná péče a Ústavní péče.

V této kapitole se budeme věnovat Ústavní péči, protože i ústavní výchova je vzhledem k tématu a cíli práce jednou z oblastí, která zajišťuje dítěti jeho sociální status. Obecně budeme definovat pojem Ústavní výchova, následně se pak zaměříme na její legislativní ukotvení a jednotlivá zařízení ústavní výchovy.

Ústavní péče nebo výchova je podle Občanského zákoníku jednou z forem péče o dítě. Podle Zákona č. 292/2013 Sb., o zvláštních řízeních soudních ji může soud nařídit i bez návrhu, a to v případě, že je vážně ohrožena nebo narušena výchova dítěte nebo jeho tělesný, rozumový či duševní stav, anebo jeho řádný vývoj do té míry, že je to v rozporu se zájmem dítěte. Podle Občanského zákoníku je rovněž možné k ústavní výchově přistoupit z vážných důvodů, pro které rodiče nemohou výchovu dítěte zabezpečit. Vždy se však jedná o krajní opatření; soud musí nejprve zvážit, zda není na místě dát přednost svěřeni dítěte do péče fyzické osoby, kterou může být:

- *poručník*, který má vůči dítěti veškerá práva a povinnosti jako rodič, v plném rozsahu vykonává rodičovskou odpovědnost, ale nemá vůči dítěti vyživovací povinnost (vyživovací povinnost zůstává biologickým rodičům)
- *opatrovník*, který je osobou jmenovanou soudem v případě, nehájí-li zákonný zástupce dostatečně práva svého dítěte nebo jsou-li zájmy rodiče a dítěte navzájem v rozporu
- *pěstoun* v případě, že o dítě nemůže pečovat rodič ani poručník

Ústavní výchova slouží preventivně především výchovným účelům; každému dítěti zajišťuje právo na výchovu a vzdělání, podporuje jeho sebedůvěru, rozvíjí citovou stránku jeho osobnosti a umožňuje, aby se dítě aktivně zapojovalo do dění ve společnosti. Podle Matouška musí být s dítětem zacházeno v zájmu plného a harmonického rozvoje jeho osobnosti s ohledem na potřeby osoby jeho věku a před nařízením ústavní výchovy je

soud vždy povinen zkoumat, zda nelze výchovu dítěte zajistit náhradní rodinnou péčí nebo péčí v zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc. Dále konstatuje, že ústavní výchova může, ale nemusí předcházet uložení výchovných opatření; v akutních případech může být navrženo tzv. předběžné opatření, o kterém musí soud rozhodnout do 24 hodin a které však může trvat nejdéle 3 měsíce. (Matoušek, 2016, s. 240)

V České republice je ústavní výchova legislativně upravena Občanským zákoníkem, který byl přijat Parlamentem ČR a vyhlášen ve Sbírce zákonů pod číslem 89/2012 Sb. Procesní úprava je pak obsažena v Zákoně č. 292/2013 Sb., o zvláštních řízeních soudních. Samotný výkon ústavní péče se řídí Zákonem č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů. Dle Občanského zákoníku lze ústavní výchovu nařídit nejdéle na dobu tří let. Pokud však důvody pro nařízení ústavní výchovy přetrvávají, je možné – před uplynutím tří let od jejího nařízení – opakovaně ústavní výchovu prodloužit, avšak maximálně do 19 let věku dítěte. Soud při umístění dítěte do ústavní výchovy dbá, aby jeho pobyt byl co nejbližší bydlišti jeho rodičů nebo jiných osob dítěti blízkých. Umístěním dítěte do ústavní výchovy upravuje soud rozsah vyživovací povinnosti rodičů. Podle § 973 písm. a) OZ je soud povinen nejméně jednou za šest měsíců přezkoumat, zda trvají důvody pro nařízení ústavní výchovy nebo zda není možné zajistit dítěti náhradní rodinnou péči. K tomuto zkoumání se přistupuje na základě vyžádání zprávy příslušného orgánu sociálně-právní ochrany dětí, vyjádřením dítěte a vyzváním rodičů o vyjádření jejich stanoviska. Podle § 974 se pak může po přezkoumání ústavní výchova opět prodloužit, a to až o jeden rok po dosažení zletilosti. Soud má rovněž možnost ústavní výchovu zrušit, pominou-li důvody, které vedly k jejímu nařízení, nebo pokud lze dítěti zajistit náhradní rodinnou péči. Podle § 971 zaniká ústavní výchova rovněž rozhodnutím soudu o osvojení.

Mezi instituce, které zajišťují různá kolektivní zařízení, řadíme Ministerstvo zdravotnictví, Ministerstvo školství a Ministerstvo práce a sociálních věcí.

Typy ústavní péče podle jednotlivých resortů:

- *Ministerstvo zdravotnictví*: Kojenecké ústavy, Dětské domovy pro děti do 3 let
- *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR*: Diagnostické ústavy, Dětské domovy se školou, Výchovné ústavy, Klokánky, Dětská centra (zařízení pro děti, které potřebují okamžitou pomoc)

- *Ministerstvo práce a sociálních věcí*: Domovy pro osoby se zdravotním postižením

Některé z těchto pojmů se nám zdají být na první pohled podobné a hodně lidí je často zaměňuje. Z tohoto důvodu je důležité vědět, k čemu které ze zařízení konkrétně slouží:

Diagnostický ústav je v českém školském a výchovném systému zařízení definované zákonem č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů. Jedná se o internátní výchovné zařízení, které z psychologického a pedagogického hlediska komplexně vyšetřuje děti a mládež. V současnosti působí v ČR podle analýzy sítě služeb SocioFactor s.r.o. 14 diagnostických ústavů, jejichž zřizovatelem je Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (SocioFactor, 2014)

Dětský diagnostický ústav je pro děti ve věku od 3 let do ukončení povinné školní docházky a diagnostický ústav pro mládež je určen věkové kategorii od ukončení povinné školní docházky do 18 let, popř. zletilých osob do 19 let věku. Děti jsou zde umístovány na základě předběžného opatření soudu, na základě rozhodnutí soudu o nařízení ústavní nebo ochranné výchovy. Diagnostický ústav rovněž poskytuje na přechodnou dobu výchovnou péči i dětem zadrženým na útěku od rodičů nebo z jiných institucí odpovědných za jejich výchovu. Vlastní pobyt dětí je pak zpravidla realizován na dobu dvou měsíců nebo do doby, kdy proběhne soudní řízení, které pobyt mění či ruší. V průběhu pobytu jsou děti či mládež podrobeny komplexnímu vyšetření, na jehož základě je dále vypracováván individuální program pomoci. Podle potřeb dítěte plní diagnostický ústav tyto úkoly:

- a) *diagnostické* – spočívající ve vyšetření úrovně dítěte formou pedagogických a psychologických činností
- b) *vzdělávací* – zjišťuje se úroveň dosažených znalostí a dovedností, stanovují se a realizují specifické vzdělávací potřeby v zájmu rozvoje osobnosti dítěte přiměřeně jeho věku, předpokladům a možnostem
- c) *terapeutické* – směřují k nápravě poruch v sociálních vztazích a v chování dítěte
- d) *výchovné a sociální* – vztahují se k osobnosti dítěte, jeho rodinné situaci a nezbytné sociálně-právní ochraně dětí
- e) *organizační* – související s umístováním dětí do zařízení v územním obvodu vymezeném ministerstvem, popř. i mimo tento obvod

f) *koordinační* – směřující k prohloubení a sjednocení odborných postupů ostatních zařízení v rámci územního obvodu ústavu, k ověřování jejich účelnosti a sjednocení součinnosti s orgány státní správy a osobami, které se zabývají péčí o děti

Dětský domov je druh školského zařízení pro výkon ústavní výchovy, kde mohou být umístěny děti ve věku od 3 do 18 let; mohou zde zůstat do doby ukončení školní docházky, nejdéle však do věku 26 let. Podle Zákona č. 190/2002 zde mohou být i nezletilé matky se svými dětmi. Děti umístěné v dětských domovech navštěvují školy, které však nejsou součástí dětských domovů. (Sodomková, 2018)

Zásadní funkcí dětských domovů je příprava dětí na samostatný život po jejich odchodu; Matějček zastává názor, že cílem dětského domova je vytvořit co nejpřirozenější podmínky pro všestranný rozvoj dětí od raného dětství až do dospělosti. (Matějček, 2000) Oproti tomu Szabová specifikuje úkol vychovatelů ještě konkrétněji – podle ní by měli děti vést ke snadnému zapojení se do pracovního, společenského i rodinného života. Děti se tak učí praktickým věcem a dovednostem, které by jim po odchodu měli pomoci úspěšně zvládnout samostatný start do života. (Szabová, 2011)

K nejčastějším důvodům umístění dětí do dětského domova patří nevládní výchovy, zanedbávání dítěte, zneužívání či týrání dítěte, smrt rodičů, odnětí svobody u rodičů, nízká sociální úroveň rodiny, dlouhodobá nemoc rodičů dítěte, závislost na alkoholu či jiných návykových látkách u rodičů a mnohé další. Děti tak končí v dětských domovech a vychovatel se stává pro dítě zpravidla nejbližší osobou. Je mu oporou v těžkých životních situacích a v mnohém mu nahrazuje rodiče. Vztah mezi dítětem a vychovatelem je nejdůležitější; jeho úkolem je vytvářet dítěti pocit bezpečí a jistoty. I když není možné, aby ústavní výchova plně nahradila přirozené rodinné prostředí, snaží se mu alespoň přiblížit. (Vocilka, 2000, 16-18)

Výchova dětí v dětských domovech však není ni jednoduchého. Naopak. Je obtížná už jen pro to, že dítě nevychovává jen jeden konkrétní vychovatel; důsledkem zmíněné situace je bohužel i fakt, že u osob vyrůstajících v ústavní péči byla prokázána nižší životní úroveň, vyšší nezaměstnanost a převaha méně kvalifikovaných zaměstnání než u osob vyrůstajících ve svých původních rodinách. (Myšková a kol., 2015)

Dětský domov se školou zajišťuje péči dětem s nařízenou ústavní výchovou, dětem s uloženou ochranou výchovou a nezletilým matkám, které mají nařízenou ústavní či uloženou ochranou výchovu a jejich děti, které nemohou být vzdělávány mimo dětský domov se školou. Podle Zákona č. 109/2002 Sb. jsou do dětského domova se školou umísťovány děti ve věku od 6 let do ukončení povinné školní docházky. Je určen dětem s velkými výchovnými problémy a oproti dětskému domovu je zde přece jen méně volnosti a více pravidel.

Výchovný ústav je určen dětem starším 15 let se závažnými poruchami chování; jedná se o děti, jejichž chování je považováno za rizikové. Závažným rizikovým chováním je myšleno užívání návykových látek, předčasný sexuální život, záškoláctví, agresivní chování vůči ostatním, kriminalita. (Vavrysová a kol., 2016, 282-291)

Výchovné ústavy jsou určeny dětem:

- kterým byla nařízena ústavní výchova
- kterým byla uložena ochranná výchova
- pro nezletilé matky a jejich děti – zařízení klade důraz na vztah matka – dítě; kladné přijetí role matky je důležitou motivací pro korekci rizikového chování rodičky
- pro jedince, kteří potřebují výchovně léčebnou péči

3 Náhradní rodinná péče (pěstounství), typy pěstounské péče

Ačkoli by se mohlo na první pohled zdát, že definovat rodinu je velice jednoduché, opak je pravdou. Vždy jsem zastávala názor, že rodina je ten nejdůležitější a největší dar, který ve svém životě člověk má. Každý z nás se do nějaké rodiny narodil, naprostá většina z nás bere rodinu jako samozřejmost. Uvědomujeme si, co pro nás znamená a provází nás celým životem. Je to jakési prostředí, na kterém jsme svým způsobem od prvního nadechnutí závislí; prostředí, které nám dodává pocit jistoty a bezpečí. Prostor, kde se od nejútlejšího věku díky rodičům učíme základním návykům, slušnému chování, získáváme zkušenosti a připravujeme se na samostatný budoucí život. Všichni však takové štěstí nemají. Jsou mezi námi i lidé, jež jsou skutečně sami a nikoho okolo sebe

nemají. Je to o to smutnější, jedná-li se o děti. Děti žijící v nevyhovujících podmínkách, které pro svůj vývoj potřebují zdravé prostředí, a mnohdy se jim ho nedostává. V takových případech je přistupováno k náhradní rodinné péči. A to je v pořádku, protože děti si zaslouží mít rodinu.

Tato kapitola je vzhledem k tématu a cíli práce důležitá, protože fungující rodina zajišťuje dítěti od narození základní potřeby jako je pocit jistoty a bezpečí, citové zázemí, rozvoj osobnosti, potřebu společenského uznání i uplatnění a potřebu otevření se budoucnosti. Rodina určuje dítěti jeho sociální status. Dítě si prostřednictvím rodiny (ať už své biologické rodiny nebo náhradní) osvojuje základní návyky a uvědomuje své místo i svoji roli ve společnosti.

Petrusek vymezuje rodinu obecně jako původní a zároveň nejdůležitější společenskou skupinu a instituci. Jedná se o skupinu osob, které jsou vzájemně spjaty pokrevními svazky, manželstvím, v průběhu několika posledních let i jiným podobným právním vztahem, ale i adopcí a její dospělí členové jsou plně odpovědní za výchovu dětí. (Petrusek a kol., 1996, II. 940)

Právní řád České republiky rodinu ani její členy obecně neurčuje. Ani všeobecný zákoník občanský; nový občanský zákoník rodinu rovněž vůbec nedefinuje.

Umístování dětí do náhradní rodinné péče bylo v Československu upraveno ve druhé polovině 20. století, kdy byl vydán zákon č. 94/1963 Sb., o rodině. Tímto krokem se náhradní rodinná péče znovu dostala do popředí příček všech výchovných institucí. Pěstounská péče je jedním z institutů náhradní – konkrétně rodinné – péče a její problematika je již po několik let velmi aktuálním tématem, a to právě především díky legislativním změnám celého systému náhradní péče. Samotná pěstounská péče je zakotvena v zákoně č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku a v zákoně č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně. Předchůdcem obou zmíněných zákonů byl výše jmenovaný zákon č. 94/1963 Sb., o rodině a jeho novelizaci z roku 1998 a 2013. Tyto novelizace přinesly „změny v oblasti náhradní rodinné péče, k nimž došlo uvedenou velkou novelou zákona o rodině, na nichž lze dokumentovat poměrně radikální změnu přístupu k náhradní rodinné péči započatou právě uvedenou novelou.“ (Vyskočil, 2014, 2-8)

V současné době je dětem náhradní rodinná péče poskytována na základě občanského zákoníku formou adopce, pěstounství nebo poručenství a dle zákona č. 359/1999 Sb., o

sociálně-právní ochraně dětí má náhradní rodinná péče jednoznačně přednost před ústavní výchovou. Tím nejdůležitějším aspektem sociálně-právní ochrany je právě zájem a blaho dítěte.

V České republice je pěstounská péče neboli pěstounství jednou z forem náhradní rodinné výchovy. Jedná se o zvláštní formu státem řízené a kontrolované náhradní rodinné výchovy, ze strany státu zabezpečované hmotnou podporou. V naprosté většině případů se jedná o děti, jejichž rodiče se o ně z nějakého důvodu nemohou nebo dokonce nechťejí postarat nebo se může jednat o děti s rizikovou anamnézou, nejistou prognózou, o děti postižené, psychicky nemocné nebo děti s různými poruchami. (Sobotková a kol., 2013, s. 11)

Pěstounská péče umožňuje život v rodinách těm, kteří by se z různých důvodů nemohli dostat do adopce, anebo by dokonce hrozilo jejich setrvání v ústavní péči. (Sobotková a kol., 2013, s. 11)

Každá pěstounská péče vzniká podle § 970, občanského zákoníku rozhodnutím příslušného soudu a zaniká nejpozději nabytím zletilosti nebo svéprávnosti dítěte. Příslušný soud rozhoduje o pěstounské péči na dobu, po kterou trvá překážka bránící biologickým rodičům dítěte v osobní péči o ně. Jedná se o institut, který má těmto dětem pomoci překlenout v životě zpravidla dlouhodobější složitá období, kdy jejich vlastní rodina nemůže z nějakého důvodu plnit svou základní roli. Některé z těchto dětí pobývají v péči pěstounů několik let, jiné zůstávají v této formě péče až do své zletilosti. Většina dětí svěřených do pěstounské péče zpravidla své biologické rodiče zná. Z tohoto důvodu je povinností pěstounů udržovat, rozvíjet a prohlubovat sounáležitost dítěte a jeho biologických rodičů, osob blízkých dítěti a ostatních příbuzných. Konkrétní náplň této povinnosti může být upravena soudem; rodiče mohou své děti požadovat i zpět. Takovému návrhu soud vyhoví, je-li v souladu se zájmy dítěte. Pěstouni mají rovněž povinnost umožňovat styk rodičů s dítětem v pěstounské péči, povinnost zaniká jedine v případě, že to soud stanoví jinak. Soud je také jediný institut, který může o zrušení pěstounské péče rozhodnout. Může tak ovšem učinit jen ze závažných důvodů, ale také vždy, když o zrušení pěstounské péče požádá sám pěstoun. (Bubleová a kol. 2018, 6-9)

V současné době můžeme rozdělit pěstounskou péči do tří kategorií; záleží na tom, jak o ní uvažujeme:

- *dle příbuznosti*
- *dle počtu dětí*
- *dle délky pobytu v pěstounské rodině*

Pěstounská péče dle příbuznosti může být zprostředkovaná (poskytovaná v nepříbuzenské rodině svěřeného dítěte, někdy označovaná také jako klasická) nebo příbuzenská (poskytovaná v širší rodině svěřeného dítěte), kdy se zpravidla jedná o prarodiče nebo osoby dítěti blízké. Pěstounství dle počtu dětí dělíme na individuální (jedno až dvě děti v pěstounské péči) a skupinové, při němž je rodině do pěstounské péče svěřeno více dětí, může se jednat o sourozeneckou skupinu. Poslední kategorie pěstounství dle délky pobytu v pěstounské rodině je rozdělena na dlouhodobou pěstounskou péči a krátkodobou neboli pěstounskou péči na přechodnou dobu. (Matějček, 1999, 26-30)

Všichni pěstouni mají při výkonu pěstounské péče určitá práva a povinnosti, na které je třeba brát zřetel. Rozsah těchto práv a povinností pěstouna ke vztahu k dítěti upravuje Občanský zákoník.

Práva pěstounů zahrnují:

- právo rozhodovat o běžných záležitostech a v těchto záležitostech dítě zastupovat a spravovat jeho jmění
- právo na odměnu pěstouna
- právo na pomoc se zajištěním osobní péče o dítě za situace, kdy je pěstoun nemocný či musí vyřizovat nezbytně nutné osobní záležitosti
- právo na odlehčovací péči, a to v rozsahu minimálně 14 kalendářních dnů v roce, jedná-li se o dítě ve věku 2 a více let
- právo na zprostředkování odborné pomoci v rozsahu minimálně 1x za půl roku (např. návštěva psychologa, terapeuta apod.)

- právo na bezplatné vzdělávání, které obnáší možnost znalostního a dovednostního růstu v oblasti výchovy péče o dítě
- právo na podporu při udržování vztahu dítěte s jeho biologickou rodinou

Povinnosti pěstounů zahrnují:

- povinnost osobně o dítě pečovat
- povinnost informovat rodiče dítěte o jeho podstatných záležitostech
- udržování, rozvíjení a prohlubování sounáležitosti dítěte s jeho rodiči, dalšími příbuznými a osobami dítěti blízkými
- povinnost umožnit styk rodičům s dítětem v pěstounské péči
- povinnost vzdělávat se
- povinnost umožnit sledování toho, zda je naplňována uzavřená dohoda

V současné době od roku 2006, kdy byl uzákoněn nový institut pěstounské péče, existují dva typy pěstounské péče; pěstounská péče dlouhodobá a pěstounská péče na přechodnou dobu. V poněkud odlišném režimu jsou vedeni pěstouni, kteří jsou příbuznými dítěte svěřeného do péče. Dítě může být svěřeno do pěstounské péče jednotlivci (fyzické osobě) nebo do společné pěstounské péče manželů. Pěstounská péče má přednost před péčí o dítě v ústavní výchově a osoba, jež se má stát pěstounem, musí podle občanského zákoníku skýtat záruku řádné péče, mít bydliště na území ČR a musí souhlasit se svěřením dítěte do pěstounské péče. Vzhledem k tomu, že se práce zaměřuje právě na tuto formu náhradní rodinné péče, budeme se nyní blíže věnovat jednotlivým typům pěstounské péče, které se od sebe liší už jen samotnou přípravou k výkonu činnosti. Dlouhodobí pěstouni musí splňovat 48 přípravných hodin, časový rozsah příprav pěstounů na přechodnou dobu je větší, celkem 72 hodin.

Pěstounská péče dlouhodobá je koncipována jako dlouhodobé a především stabilní opatření. Tato péče končí oficiálně dosažením zletilosti dítěte, ale ve funkčních pěstounských rodinách mají přijaté děti pozici opravdu velmi podobnou vlastním dětem a zůstávají často tak dlouho, dokud nedostudují nebo si nenajdou práci a neosamostatní se. V těchto případech je možné dětem propůjčit příjmení pěstounů, ovšem za předpokladu, že s tím souhlasí biologičtí rodiče. U dětí v dlouhodobé pěstounské péči se

předpokládá, že jejich biologičtí rodiče k nim nemají vůbec žádnou rodičovskou odpovědnost, nebo ji mají velmi omezenou. V některých případech se může jednat i o sourozenecké skupiny. (kolektiv autorů; Novotná, 2018, 21-24)

Úplně idylické ale toto soužití nebývá; objevují se důvody, které vedou i k ukončení pěstounské péče. Může se jednat o problémové vztahy v náhradní rodině, může jít o nezvládnutí chování přijatého dítěte, značné potíže se školou, násilné chování či kriminalita, hluboká traumata dětí z důvodu dřívějšího zanedbávání či týrání, nereálné nároky pěstounů, náročná spolupráce s biologickou rodinou apod. Podle výzkumu organizace na ochranu dětí Lumos selhává dlouhodobá pěstounská péče v Česku zhruba u desetiny dětí. Není to moc, ale není to ani málo. Na vině je podle výzkumu, i nedostatečná příprava a podpora pěstounů a chybějící párování vhodných pečujících s dětmi. (Lumos, 2020)

Pěstounská péče na přechodnou dobu je poměrně nový institut, který bývá někdy označován jako „profesionální pěstounská péče“, oba pojmy ale značí totéž. Jedná se o státem podporovanou rodinnou individuální formu péče, která by měla být nezletilým dětem poskytována jen na nezbytně nutnou a relativně krátkou dobu, a to jak v domácnostech pěstounů, tak i v zařízeních pro výkon pěstounské péče. Pěstounská péče na přechodnou dobu je dočasná péče o děti po dobu maximálně 1 roku; u těchto dětí je vysoká pravděpodobnost rychlého a trvalého řešení v podobě jiné formy náhradní péče, nebo návratem do původní biologické rodiny. Pěstounská rodina je od samého začátku připravována na brzký odchod dítěte z jejich rodiny. (Zezulová, 2012, s. 174)

V přechodné pěstounské péči mohou být umístěny i děti, které z náhlých a nepředvídatelných důvodů nemohou zůstat ve své rodině, ale jejich situace bohužel neodpovídá ani možnosti osvojení ani dlouhodobé pěstounské péči. Největší výhodou pěstounské péče na přechodnou dobu je fakt, že dítě nemusí trávit vůbec žádný čas ani v ústavech ani v dětských domovech. Jedním z hlavních cílů pěstounské péče na přechodnou dobu je snaha dosáhnout pobytu dítěte v rodinném prostředí, a to od co nejnižšího věku dítěte, aby byl co nejméně zasažen psychický vývoj dítěte. (Vágnerová, 2012, s. 26)

Podle Pazlarové je pěstounská péče na přechodnou dobu poskytována tzv. profesionálním pěstounem. Tato osoba má být vyzrálou osobností mezi 28-65 roky a nabídnout dítěti po předchozí důkladné přípravě trpělivost, vřelost, navázání vztahu a naplnění jeho potřeb

podle vývojové fáze dítěte. Pěstoun je připraven na předání dítěte do trvalé péče a neočekává vděk, přičemž ale vnímá svoji práci jako službu dítěti a jeho rodině. Dítě je svěřeno do této péče na dobu nezbytně nutnou a pobírá od státu odměnu pěstouna na přechodnou dobu, a to i v době, kdy o žádné dítě nepečuje, ale je připraven nějaké dítě přijmout okamžitě. (Pazlarová, 2016, 158-159)

4 Resilience (odolnost/schopnost vzdorovat) rodiny

Resilienci můžeme obecně vnímat z hlediska psychologického a sociologického, ale popsat konkrétně nějakým způsobem tematiku resilience není možné, protože pro ni neexistuje ani jednota v definicích, ani jednota v terminologii. Z pohledu psychologie by se dalo říci, že se jedná o jakousi odolnost a schopnost vzdorovat nepříznivým vlivům, zvládat nepříznivé situace a překonávat krize. Jak uvádí Helus, je to schopnost vyrovnat se s „ranami osudu“, dobře žít a jednat navzdory biologickým, psychologickým a psychosociálním vývojovým rizikům. Každý jedinec má nastavenou jinou míru resilience, tedy míru schopnosti řešit nepříznivé životní situace. (Helus, 2018, s. 178)

Sociologové vnímají resilienci jako schopnost sociálního systému vstřebat rušivé podněty nebo jim také čelit; znamená to odolávat stresu tak, aby systém zůstal ve stejném stavu a zachoval si jak svoji strukturu, tak i funkce. V podstatě nám udává míru schopnosti se přizpůsobit a učit, udává nám míru sebe-organizace. Zvýšená míra resilience se projevuje schopností systému lépe snášet náročné situace s menší újmou. (Holling, 1973, 1-23)

Vzhledem k tématu a cíli práce je tedy možné na resilienci pohlížet tak, že i pěstouni dokáží v náročných a mnohdy vypjatých situacích odolávat stresu a pracovat na své nezranitelnosti. Z tohoto důvodu se zaměříme na rodinnou resilienci, která rovněž nemá ustálenou definici; manželé McCubbinovi ji označují za vlastnosti, které pomáhají odolávat rodinám změnám a adaptovat se v krizových situacích. (McCubbin a kol., 1983)

National Network for Family Resilience ji definuje jako „dovednost rodiny upevňovat svou schopnost úspěšně čelit výzvám života“, kterou je v rodině možné rozvíjet dle čtyř strategií:

- *zaměření se na riziko* - principem je ovlivnit pravděpodobnost, že bude rodina vystavena riziku a krizovým situacím
- *zaměření se na zdroje* – čerpá ze silných stránek rodiny a její schopnosti snížit dopad negativních faktorů
- *zaměření se na proces* – zabezpečuje plnění funkcí rodiny i přes působení stresu
- *zaměření se na kritický bod* – překonání rizika směřuje k posílení odolnosti rodiny

4.1 Psychologické potřeby členů rodiny (pěstounů, dětí)

S příchodem dítěte do rodiny (ať už biologické či v našem případě pěstounské) se zcela mění životní styl i cyklus rodiny a vyvstávají nám nové potřeby jednotlivých členů rodiny. Utvářejí se nové vztahy, dochází ke konkrétním činnostem s dítětem/děťmi, mění se režim prací v domácnosti a být si toho nemusíme být vůbec vědomi, nastavují se tak nová nepsaná pravidla o provozu celé domácnosti.

Přijetí dítěte do pěstounské péče nám přináší nejenom radosti, ale objevuje se i spousta náročných, zátěžových a stresových situací, které nemusí nastávat – jak by si mnozí mohli myslet - jen v případě přijetí dítěte se zdravotním či mentálním postižením. Nastane-li výše uvedená situace, péče o takové dítě a jeho výchova je mnohem obtížnější.

Uspokojování potřeb pěstounů je velice důležité už jen z pohledu prevence proti syndromu vyhoření. Zezulová poukazuje na to, že samotný výkon pěstounské péče je činnost stresující a dojde-li pěstoun do stavu vyčerpání, pak nenaplní své poslání dobře vychovat svěřené dítě. (Zezulová, 2012, s. 151)

Matějček ve své publikaci konstatuje, že náhradní rodiče mají stejné potřeby jako rodiče biologičtí a vyjmenovává pět základních potřeb, které jim dítě naplňuje:

- *potřeba stimulace* – každý pěstoun potřebuje k výkonu náhradní rodinné péče zaměstnání a rozptýlení; dítě dává pěstounům podněty, ovlivňuje ho a je předmětem výchovného působení pěstouna → nejen, že pěstoun vychovává dítě, ale i naopak → dítě díky pěstounům zraje k dospělosti a pěstoun zraje k životní moudrosti → podněty, které dítě přináší, jsou jedinečné a neopakovatelné a není možné je nikde jinde získat
- *potřeba smysluplného světa* – díky soužití s dítětem se stává pěstoun zkušenější, dává svému životu smysl → vztah svěřeného dítěte a pěstouna ukazuje pěstounům směr a cíl

jejich snažení → pěstouni dítěti zpravidla vše přizpůsobují a znamená to, že je dítě smyslem jednání pěstouna a jeho plánování budoucnosti

➤ *potřeba životní jistoty* – uspokojení této potřeby zbavuje pěstouna pocitu úzkosti a umožňuje mu cílevědomou aktivitu; dítě získává svou životní jistotu v blízkosti náhradního rodiče a ten naopak ve svěřeném dítěti → i když je pěstounská péče založena v ideálním případě na návratu svěřeného dítěte do jeho biologické rodiny, u pěstounů zůstávají jeho citová pouta i vzpomínky a pro pěstouna to znamená totéž

➤ *potřeba pozitivní identity* – přijetí vlastního já a své společenské hodnoty → pěstoun už není anonymní osobou, stává se předmětem státní legislativy → to, že je pěstounem se dotýká celého okolí, od prarodičů, přes přátele a známé až po zaměstnavatele → pěstoun dává dítěti rady, předává mu zkušenosti a svou společenskou hodnotu si uvědomuje až ve chvíli, kdy se cítí pro dítě potřebným

➤ *potřeba otevřené budoucnosti* (potřeba naděje a životní perspektivy) – pěstoun z důvodu péče o svěřené dítě zažívá strach, starosti i radosti z úspěchu a plánuje s dítětem následující dny; dalo by se říct, že nevědomky plánuje svou budoucnost s dítětem a je to správné → i přes přechodnost pěstounské péče je tato potřeba pro pěstouna velmi důležitá a nemůže být opomíjena

Tyto potřeby je však možné označovat jako vzájemné, protože je mohou pociťovat obě strany a vzájemně si je uspokojují. (Matějček, 2002, 56-58)

Pěstouni bývají označováni jako vysoce riziková skupina pro vznik syndromu vyhoření, a to právě z důvodu náročnosti pěstounské péče; příčiny mohou být různé: přílišná očekávání, konflikty rolí, dlouhotrvající stres atd. Od pěstounů se očekává, že budou empatičtí, spolehliví, pozorní; je třeba si ale uvědomit, že i pěstouni jsou jen obyčejní lidé mající také své potřeby a cíle. (Zezulová, 2012, s. 129)

Psychologické potřeby dětí jsou obdobné jako u pěstounů a Matějček na ně pohlíží z pěti stejných úhlů potřeb, stejně jako tomu bylo u náhradního rodiče. Aby mohlo dítě vyrůstat a bezproblémově se vyvíjet, je nutné mu zajistit přísun určitých psychologických podnětů. Nejzásadnější je dítěti už od útlého dětství vštěpovat sociální návyky. Aby z dítěte vyrostla silná sebevědomá a soběstačná osobnost, musí být uspokojeny jeho základní psychické potřeby. (Matějček, 2002, s. 59)

Potřeba stimulace – nejpřirozenějším zdrojem smyslové stimulace je každodenní kontakt dítěte s rodičem, a to tělesný, zrakový i řečový. Pravidelné a srozumitelné podněty pomáhají dítěti lépe porozumět okolnímu světu. Dítě pro svůj rozvoj ani nepotřebuje tolik hraček, jako lásku, pozornost, úsměv a laskavost osob, které o něj pečují.

Potřeba smysluplného světa – určitá pravidelnost a stálost ve fungování rodiny umožňuje dítěti lépe se učit, přizpůsobovat se životním podmínkám, osvojovat si vhodné společenské chování či pracovní postupy. Pro dítě je potřebné mít okolo sebe smysluplný svět, který poznává především díky matce.

Potřeba životní jistoty – každé dítě potřebuje mít citové pouto k člověku, který ho vychovává. Tato osoba se stává majoritní pro tvorbu a udržení sociální jistoty dítěte. Dítě potřebuje kladný a opěťovaný vztah především k mateřské osobě, ale i k ostatním členům rodiny, později i k vrstevníkům.

Potřeba pozitivní identity – je třeba, aby dítě vědělo, kam patří, odkud pochází a jaké je jeho místo ve společnosti. Při vzájemném kontaktu s okolím si dítě postupně uvědomuje svou vlastní osobnost, vytváří si svoje sebevědomí a identitu, kterou si pak postupně dotváří v průběhu dospívání. Každé dítě má přirozenou potřebu někam patřit a být chtěné, a to s odehrává především v rodině a mezi vrstevníky, kde má dítě svoji specifickou roli.

Potřeba otevřené budoucnosti – naděje a životní perspektivy umožňují dítěti naplno prožívat současnost. Velmi důležitá je pro dítě potřeba společně sdílet otevřenou budoucnost, což pro něj znamená jistotu budoucnosti ve své rodině.

4.2 Zvládání stresových situací v rodině

Slovo stres je do češtiny převzato z angličtiny (stress = zátěž, napětí), přičemž do angličtiny proniklo z latinského slovesa stringo, stringere, strinxi, strictum, kde v překladu znamenalo stav, který bychom mohli vyjádřit jako: utahovat, zadržovat, stahovat, svírat, zadržovat, přepínat, přetěžovat apod. Křivohlavý charakterizuje stres jako vnitřní stav člověka, který je buď něčím přímo ohrožován, nebo takové ohrožení teprve očekává a přitom se domnívá, že jeho obrana proti nepříznivým vlivům není dostatečně silná. (Křivohlavý, 1994)

Stres je však podle něj možné definovat i „jako vztah mezi dvěma silami, které působí protikladně. Na jedné straně této dvojice protikladných sil je soubor nás zatěžujících

faktorů, tzv. stresorů. Ty na nás negativně působí. Na druhé straně je soubor tzv. salutorů, tj. našich obranných schopností zvládat těžkosti.“ (Křivohlavý, 1998, s. 27) Pokud nejsou stresory a salutory v rovnováze a stresory nad salutory převažují, dostáváme se do stresu.

V průběhu života čelí každý člověk různým stresovým situacím a často je schopen řešit je a vyrovnat se s výsledkem situace sám. V ostatních případech bývá zapotřebí využít pomoci odborníka, v případě rodiny to dokonce bývá i žádoucí. Zřídka kdy se dostane pěstounům do péče zcela bezproblémové dítě a se stresovými situacemi, do kterých se dostává pěstoun v průběhu péče o dítě, se musí umět sám či za pomoci druhé osoby vypořádat. Existují ale i situace, ve kterých stres nemusí mít na člověka negativní dopad, ba naopak – dokáže člověka aktivizovat, nutí ho hledat nová funkční řešení a pomáhá tím rozvíjet jeho kompetence a schopnosti.

Každý člověk má nastavenou svou míru odolnosti vůči stresu; přístup ke stresu je individuální, reakce jsou různé. Stres je v podstatě přirozená reakce na změny a ohrožení organismu a slouží člověku ke znovuzískání ztracené rovnováhy. Projevuje se na různých úrovních – v rovině psychické, fyzické i sociální. Podle Švingalové se v psychické oblasti projevuje stres zvýšenou angažovaností, agresivitou, pasivitou, různými poruchami osobnosti a chování, zhoršenou pozorností, jiným myšlením apod. Z fyzických projevů stresu poukazuje na svalový třes nebo ochablost, nutkání močení, průjem, pocení a spoustu dalších metabolických poruch. Po stránce sociální dochází bohužel k narušení vztahů a komunikace jak v zaměstnání, tak i v osobním životě. (Švingalová, 2006)

4.3 Vlivy působící na zvládání stresových situací

Existuje spousta faktorů, které mohou předurčovat, zda bude daná situace vnímána jako ohrožující či nikoli. Při samotném utváření resilience je uplatňován vliv mnoha vzájemně podmíněných vnitřních a vnějších faktorů, které jsou primárně založeny osobností člověka a dotvářeny interakčními vazbami s faktory prostředí. Obecně by se dalo podle Kebzy říct, že rozlišujeme tzv. *skutečnou odolnost* založenou na skutečných vnitřních a sociálních předpokladech, a *zdánlivou odolnost*, která je pouhou stylizací spojenou s účelovým chováním a demonstrací vnějších projevů, které jsou vlivem zdánlivých či skutečných požadavků prostředí chápány jako žádoucí. Badatelé zabývající se otázkami odolnosti vůči zátěži, se zaměřují na popsání jevů, které lze považovat za faktory ovlivňující přímo či nepřímo zvládání zátěžových situací. Mezi tyto faktory řadíme: LOC

(vnější a vnitřní vlivy → locus of control = místo kontroly), SOC (pocit soudržnosti = sence of coherence), sebeuplatnění (self-efficacy), nebo hardiness (odolnost). (Kebza, 2005)

K dalším faktorům, které mají rozhodující vliv na to, zda se potenciální stresory stanou reálnými, patří zejména subjektivní hodnocení, individuální charakteristika osobnosti, způsob vyrovnání se se zátěží, frustrační tolerance, kompetence, přítomnost i nepřítomnost nepříznivých životních situací a drobných denních nepříjemností, dosavadní zkušenosti dotyčného se stresem, zdravotní stav, sociální opora i sociální status jedince. Z dalších pojmů, které hrají velkou roli při zvládnání zátěže, musíme zmínit životní optimismus, pozitivní myšlení, sebedůvěra, neuropsychická stabilita, smysl pro humor, spiritualita, zdravá životospráva a další.

4.4 Přístupy ke zvládnání náročných situací v rodinách

Lze říci, že mozek je ústředním místem jedince, které se se stresem musí vyrovnávat. Kognitivní funkce mozku vycházejí z toho, jak vnímáme svět a jak jednáme v prostředí, které nás dlouhodobě a aktuálně obklopuje. Jsou nezbytné k vykonání a splnění jakéhokoli úkolu; od toho nejjednoduššího až po ten nejsložitější. Existuje celá řada mentálních cvičení, kterými lze mozek posilovat a cvičit a tím mobilizovat celý organismus proti stresu. Naopak při uplatňování relaxačních technik, strategií zvládnání a pozitivního přetváření stresu, můžeme získat ve srovnání s okolím nebývalou sílu, impozantní výkonnost, rovnováhu a nadhled. (Praško, 2003)

Zvládnání stresu je možné rozdělit do dvou kategorií: na úspěšné a neúspěšné. Úspěšně zvládnuté si blíže popíšeme v následující podkapitole a k těm neúspěšně zvládnutým patří způsoby na principu obranných reakcí. Každý jedinec preferuje v zátěžových situacích různé obranné mechanismy. Patří mezi ně:

- *vytěsnění* – jde o základní obranný mechanismus, který spočívá ve vědomém odvrácení představy či afektu
- *projekce* – odděluje vlastní JÁ od vnějšího světa a tím nás chrání před vlastními nežádoucími vlastnostmi nebo city, o které člověk nestojí (např. lakota, hamižnost)
- *regrese* – je popisována jako návrat z vyšší úrovně na úroveň nižší, kde se dařilo uspokojovat pudová přání

- *popření* – snaha odstranit a vyjmout z vědomí to, co způsobuje stres
- *reaktivní výtvor* – výsledkem tohoto obranného mechanismu je protikladný postoj k původně nepřijatelnému impulsu (např. sourozenecká láska)
- *obrácení v opak nebo proti sobě* – příkladem je změna náklonnosti či lásky k jistému člověku v nenávist
- *introjekce* – opak projekce – osvojení si vlastností a chování rodičů či jiných blízkých, které se nám nelíbilo
- *sublimace* – velmi úspěšný obranný mechanismu, při němž se vzdáváme cílů pro jiné
- *identifikace s agresorem* – člověk se ztotožní s osobou, které se bojí
- *altruistické vzdání se* – díky tomu si dokáže člověk vážit sám sebe a získat si úctu jiných lidí

4.5 Aplikace copingových strategií na pěstounské rodiny

Poměrně široká oblast úspěšného zvládnání stresu a zátěžových situací je dnes již běžně v literatuře nazývána jako coping. Jedná se o vědomé zvolení si určité strategie pro zvládnutí zátěže; je nutné si ale uvědomit, že samotná strategie je závislá na zhodnocení dané situace a na posouzení vlastních možností.

Richard S. Lazarus je autorem nejrozšířenější a obecně respektované definice copingu: „Coping je kognitivní a behaviorální úsilí zvládnout specifické vnitřní a vnější požadavky (a konflikty mezi nimi), které jsou hodnoceny jako překračující možnosti jedince.“ (Lazarus, 1991, s. 113)

Lazarus rovněž vytypoval několik pozitivních věcí, které nám mohou být v boji se stresem nápomocny. Jedná se o: dobrý zdravotní stav a dostatek síly; pozitivní postoj daného člověka k možnosti úspěšného zvládnutí situace; dobré znalosti a dovednosti při zvládnání těžkostí; kladný vliv sociální opory. (Rutter dle Lazarus, 1988)

Řada odborníků dělí zvládnání stresu do dvou skupin:

- *coping zaměřený na problém* (spočívá v přímé reakci a v úsilí získat a využít potřebné informace a uplatnit je při změnách vlastního chování → otevřený rozhovor s nadřízeným v případě, že nesouhlasíme s jeho rozhodnutím)

- *coping zaměřený na emoce* (snaha o regulaci emocí ve stresových situacích, které přinášejí škodu nebo jejich riziko → je dobré se jít pro uklidnění projít).

Z pohledu efektivnosti copingových strategií je vhodné si hlavní problémy rozčlenit na řadu zvládnutelných částí, stanovení priorit řešení a dalších dílčích postupných cílů. Křivohlavý vnímá strategie jako pečlivě vypracovaný plán k dosažení vytyčeného cíle a zdůrazňuje, že je důležité si uvědomovat, že zvládání zátěžových situací není jednorázovou záležitostí, není ani automatickou reakcí a vyžaduje určitou vědomou námahu jednajících osoby. (Křivohlavý, 2009)

Vzhledem k tématu a cíli práce lze konstatovat, že bychom se mohli dohledat spousty dalších strategií. Nabízí se říci – co autor, to nové druhy a typy, ale ne jinak je tomu i s lidmi. Každý člověk je jiný a každého stresuje a znepokojuje něco jiného. V pěstounských rodinách se neocitají v těžkých situacích jen náhradní rodiče; ve stresu se jistě cítí i svěřené děti a pro mnohé z nás jsou tyto situace nepředstavitelné. Sobotková ve své publikaci v porovnání s ostatními zmiňuje poměrně novou oblast výzkumu, týkající se zvládání zátěže v rodinách (family coping), které však v literatuře nacházíme zejména v kontextu zvládání nějakého postižení či nemoci v rodině. To ale neznamená, že se to pěstounských rodin netýká. Je řada pěstounů, kteří se starají o děti s postižením nebo i nemocné. Mezi strategie zvládání zahrnuje Sobotková to, co rodina dělá, aby využila či získala zdroje odolnosti rodiny; jedná se o proces dosahování rovnováhy v rodině. Ve vhodných copingových strategiích je zahrnuto: využívání nejbližší sociální podpůrné sítě, hledání duchovní podpory, redefinice (přerámování) stresující situace či události, hledání zdrojů ve společnosti (svépomocné organizace, občanská sdružení, poradenské, sociální a zdravotní služby). Za úplně neefektivní, ale bohužel častou využívanou copingovou strategií, považuje Sobotková únik před samotným problémem a pasivitu. (Sobotková, 2004)

5 Výzkum, empirická část

V předchozích kapitolách své práce jsem se ve stručnosti zabývala pojmy souvisejícími s cílem mé práce. V této kapitole nejdříve představím cíl výzkumu a výzkumnou otázku, dále pak uvedu, jakou výzkumnou metodu a techniku sběru dat jsem využila pro svůj výzkum a představím výzkumný vzorek. Závěr kapitoly bude věnován shrnutí výsledků výzkumu a jejich zhodnocení.

5.1 Cíl výzkumu, výzkumná otázka

Hlavní výzkumná otázka vychází z teze, že pěstounskou péčí můžeme považovat za náročnou z hlediska stresových situací. Hlavní výzkumná otázka tedy je:

„Do jakých stresových situací se pěstouni nejčastěji dostávali?“

Výzkumem tohoto jevu se dostaneme k popisu stresových situací, které je třeba určitým způsobem zvládat pomocí copingových strategií. Z toho vyplývá druhá výzkumná otázka:

„Kde čerpali pěstouni podporu, pokud se dostali do stresových situací?“

Celkový seznam výzkumných otázek je uveden v příloze.

5.2 Metoda a technika sběru dat

Jako techniku sběru dat jsem si zvolila metodu kvalitativního výzkumu, polostrukturovaný rozhovor. Pro použití výběru kvalitativního výzkumu přispěla skutečnost, že jsou při něm shromažďovány informace jak od jedince, tak o jedinci, a charakter výzkumu je na rozdíl od kvantitativního výzkumu zjišťující; kvantitativní výzkum pracuje s vybranými informacemi o velkém vzorku skupiny, která je předmětem jeho zkoumání, a charakter tohoto výzkumu je vysvětlující. (Vojtíšek, 2012, s. 8)

Kvalitativní výzkum je charakteristický minimálním používáním standardizovaných metod získávání dat; základním nástrojem je sám výzkumník, který se snaží pochopit dění a vytvořit popis toho, co zaznamenal. Kvalitativní výzkum začíná zpravidla stanovením

tématu a základních výzkumných otázek. Někdy bývá označován za pružný typ výzkumu z toho důvodu, že výzkumník může během procesu výzkumu upravovat výzkumné otázky, nebo je i doplňovat o další. Lze tak činit na základě průběžných zjištění výzkumu, sběru dat a jejich analýzy. Z pohledu času je kvalitativní výzkum označován za déletrvající; výzkumník by se měl během získávání dat pohybovat přímo v terénu, tedy v přirozeném prostředí. (Hendl, 2005, 50-51)

Kvalitativní výzkum je možné uskutečňovat různými technikami nebo jejich spojením. Bývá využíváno případové studie, životního příběhu, osobní zkušenosti, rozhovoru či vizuálních textů. Výzkumník pak skrze tyto techniky popisuje problematické momenty a významy v životech jednotlivců. (Newman a kol., 1998, s. 16)

Metoda kvalitativního výzkumu má své výhody i nevýhody. K výhodám lze řadit skutečnost, že může navrhovat teorie, díky kterým se zjišťuje v přirozeném prostředí a zároveň zkoumání je jedinečné vzhledem k neopakovatelnosti. Lze ho využívat v oblastech, které ještě nebyly dostatečně prozkoumány, a pomáhá nám sestavovat důležité informace pro popis nových fenoménů. Kvalitativní výzkum umožňuje hluboký vhled do dané problematiky a získávání více detailů. Rovněž by se dalo říci, že dobře reaguje na okolnosti a podmínky výzkumu v terénu. Nevýhodou kvalitativního výzkumu je možné subjektivní zbarvení a zkreslenost výsledků, protože mohou být upraveny na základě osobních preferencí jednotlivých výzkumníků. K dalším nevýhodám řadíme těžkou zobecnitelnost, která je zapříčiněna malým počtem respondentů ve výzkumném vzorku. (Hendl, 2005, 49-55)

Vzhledem k současné epidemiologické situaci neumožňující přímý kontakt s respondenty jsem využila formu e-mailové komunikace, kde jsem položila respondentům otázky, na které mi pak obratem odpověděli. Kontakty na respondenty jsem získala v okruhu svých známých i skrze své zaměstnání. Výzkumných otázek jsem použila osm. V příloze práce je k dispozici přepis jednoho rozhovoru. S otázkami jsem respondenty předem neseznamovala, takže jejich výpovědi jsou zcela autentické. Z důvodu zachování osobních a citlivých údajů neuvádím jména respondentů, jejich vzdělání, ani místo bydliště. Výzkumné otázky cílí jak na samotné stresové situace, tak i na strategie, které respondenti použili k jejich zvládnutí. V poslední části se v otázkách zaměřuji na specifikaci odborných a laických přístupů využitých copingových strategií. E-mailová komunikace s respondenty pak probíhala v měsíci březnu roku 2021.

5.3 Otevřené kódování

Kvalitativní výzkum probíhal formou otevřeného kódování. „Kódování je v sociologii termín, kterým se nejčastěji rozumí postu přiřazování kódu kvalitativním údajům získaným při empirickém výzkumu.“ (Wikipedie) Účelem kódování je transformace kvalitativních dat do takové podoby, aby mohla být zpracována obvykle za použití výpočetní techniky.“ (Wikipedie) „Daty jsou v tomto případě rozuměny odpovědi na uzavřené a otevřené otázky.“ (Wikipedie) „Nashromážděné údaje jsou rozebrány a konceptualizovány, načež jsou přeskládány novým způsobem. Po skončení získáme úplný seznam kódů a můžeme začít se systematickou kategorizací kódů podle podobnosti či jiné vnitřní souvislosti.“ (Švaříček; Šedřová, 2007, s. 34)

5.4 Výzkumný vzorek

Respondenty mého výzkumu jsou pěstouni (ženy, muži, manželé), kteří měli v náhradní péči nejméně jedno nezletilé dítě a dostali se v průběhu pěstounské péče do náročných životních situací. Výzkumný vzorek je složen z pěti osob. Z důvodu zachování anonymity jsou respondenti označeni čísly 1-5.

Respondent R1 - pěstounem je žena 39 let, má 2 děti svěřené do pěstounské péče (věk 8 a 6 let)

Respondent R2 – pěstouny jsou manželé (žena 53 let, muž 59 let), mají 1 dítě svěřené do pěstounské péče, jedná se o chlapce ve věku 7 let

Respondent R3 – pěstouny jsou manželé (žena 38 let, muž 40 let), mají 1 dítě svěřené do pěstounské péče, jedná se o chlapce ve věku 5 let

Respondent R4 – pěstounem je svobodná žena 40 let, má 1 dítě svěřené do PP (věk při předání dítěte do péče byl 5,5 měsíce, nyní má dítě 13 měsíců)

Respondent R5 – pěstounem je žena 47 let, má 3 děti svěřené do pěstounské péče (věk 10, 6 a 3 roky)

5.5 Analýza výzkumu

V analytické části popíšu, jaké stresové situace pro respondenty vyplynuly z pěstounské péče, jak se tyto situace projeví v jejich chování a prožívání, a kde a jak konkrétně pěstouni čerpali podporu ke zvládnutí stresových situací. Pro větší přehlednost jsem položené výzkumné otázky rozdělila do několika kategorií.

Kategorie otázek číslo 1 - Stresové situace u pěstounů

Jedním z častých problémů, se kterým se pěstouni při přijetí dítěte do náhradní péče setkávají, je nucený styk dítěte s biologickou rodinou. Pěstouni jsou ze strany Orgánu sociálně právní ochrany dětí často postaveni před hotovou věc, ze zákona jsou povinni dítěti poskytnout styk s biologickými rodiči, což je mnohdy zdrojem stresu pro dítě i pro samotné pěstouny, kteří s dítětem pracují, jak uvádí i respondentka číslo 1: *„Nechci bránit kontaktu dítěte s otcem, ale v momentě, kdy se dítě kontaktu brání, má z něho strach, má strach i z toho, že až bude otec propuštěn z výkonu trestu, bude si ho moci vzít k sobě, myslím si, že by pro OSPOD mělo být prvořadé to dítě, které navíc prochází adaptační fází.“* Stejný názor sdílí i respondentka číslo 3: *„Trvalým stresem v péči o dítě je jednání s OSPODem, soudy a biologickou rodinou.“* Respondenti právem poukazují i na často nevhodně fungující podmínky původních rodin, které jsou pro děti stresující, mají-li se do nich vrátit: *„Druhá stresová situace byla, když jsme děti museli vrátit jejich matce do špíny a do bytu bez jídla. Hnus.“* (respondentka č. 5). Z výše uvedeného vyplývá, že by tedy zřejmě pěstounům pomohlo, kdyby byla provedena legislativní úprava styku svěřených dětí s biologickými rodiči a byl tak vyvíjen menší tlak na děti a pěstouny ze strany OSPODu na jejich kontakt s původní rodinou.

Jak vyplynulo z rozhovorů, další náročnou situací, s níž se pěstouni opakovaně setkávají, je adaptační stres dětí i samotných pečovatelů. Jak uvádí respondentka číslo 1: *„Nikdo vás nikdy nepřipraví na to, že vás dítě bude odmítat, bude usínat s pláčem, ale vy budete muset být v jiné místnosti, protože Vás u sebe nesnese, že odejde kdykoliv, s kýmkoli, protože nemá vytvořenou žádnou vazbu na nikoho, natož na Vás.“* Respondentka číslo 3 rovněž u dítěte vyzorovala adaptační problémy projevující se poruchami v chování: *„Myslím, že stresové situace spočívají v tom, že se jednotlivé nevhodné chování opakuje“*

stále dokola (agresivita, manipulace, nerozhodnost, pokoušení zvířat aj.) a vy musíte vymýšlet různé strategie, jak tomu zamezit.“ Samotní pečovatelé se však dostávají do stresu nejen kvůli chování svěřených dětí, ale často i kvůli nutnosti adaptovat se na novou situaci příliš rychle, jak uvádí i respondentka číslo 4: „Stresová situace byla hned na začátku, kdy jsem dostala dítě, dalo by se říct trochu neplánovaně a neměla jsem připravenou ani postýlku.“ Řešením adaptačního stresu by tak zřejmě mohla být dlouhodobější spolupráce pěstounské rodiny s odborníky v době před osvojením a celkové prodloužení doby na sžívání se dětí s novými pečovateli.

Právě spolupráci s odborníky ale jedna z respondentek vnímala jako stresující: *„Mezi první stresovou situací, na kterou jsme nebyli připraveni, byly různé dotazníky a psychologické testy. Všechno se odehrávalo v neznámém prostředí během jednoho dne. Na jeden den to bylo příliš velké množství testů, což jsme považovali za hodně stresující, protože se člověk musel celý den soustředit.“* V uvedeném případě by bylo možné stres snížit rozložením testování do více dní, což by na druhou stranu celý proces svěřením dítěte do pěstounské péče prodloužilo. Celkově respondenti poukazovali na špatnou organizaci celého procesu svěřování dítěte do péče, která byla mnohdy zdrojem jejich stresu, jak uvádí i respondenti číslo 2: *„Tyto situace nás asi hodně zklamaly, naivně jsme doufali, že pro nás jakožto obecně i pro všechny budoucí pěstouny, bude organizace odborně připravená. Mysleli jsme, že organizace, která nám předává formálně dítě, má jasně daný a profesionálně připravený postup k soudu.“*

Závěrem tedy lze říci, že lepší propracovanost a organizovanost svěřování dítěte do pěstounské péče, dostupnější odborná podpora pěstounských rodin a úprava styku dítěte s jeho biologickými rodiči by mohla eliminovat mnoho stresových faktorů, do nichž se pěstounské rodiny dostávají.

Kategorie otázek číslo 2 - projevy stresu v chování a prožívání pěstounů

Jak vyplynulo z analýzy rozhovorů, projevy stresu v chování a prožívání pěstounů kopírují běžné symptomy nepohody u jedince:

„Mívám křeče v břiše, nechutenství, bolest hlavy, nespavost“ (respondentka č. 1) *„vnitřní neklid, žaludeční neuróza, nespavost“* (respondenti č. 2), *„nemohla jsem spávat, byla*

jsem zbytečně nervní, podrážděná“ (respondentka číslo 3), *„bije mi srdce, potím se“* (respondentka č. 4), *„hádali jsme se s manželem“* (respondentka č. 5).

Stres lze definovat jako „soubor nepříznivých krátkodobých nebo dlouhodobých vlivů na organismus, které významně ovlivňují jeho celkové reakce a vyvolávají stresový syndrom. Určujícím faktorem je stresor vyvolávající příslušnou stresovou reakci, ovšem s výraznou individuální variabilitou. Stresorem mohou být vlivy fyzikální, chemické, biologické, psychosociální, podobně jako příčiny nemocí, ale zpravidla bývají kombinací několika druhů. Každý jedinec má jinou schopnost reakce vůči stresorům“ (<https://www.fsps.muni.cz/inovace-RVS/kurzy/patofyziologie/stres.html>)

Pěstouni se většinou dostávají do psychosociálního stresu a snaží se často náročné situace zvládat tak, aby svěřené děti nic nepoznaly, což může být zdrojem další nepohody pro ně. Respondentky číslo 1 a 4 k tomu uvádí: *„Přestože jsem ve vnitřním napětí, snažím se chovat normálně, aby to děti nepocítovaly“*. *„V dané situaci se snažím k Romům přistupovat co nejzodpovědněji až možná s přehnanou péčí, více mluvím a potom - po skončení jsem smutná a unavená.“*

Závěrem lze říci, že pěstouni se dostávají do stresových situací velmi často, projevy stresu jsou u nich stejné, jako u většinové populace, ale možnost jejich ventilace je snížena. Řešením by mohla být například svépomocná pěstounská skupina, kde by pěstouni mohli své pocity ventilovat a sdílet s ostatními pečovateli.

Kategorie číslo 3 - Zdroje podpory pro pěstouny (laické)

Pěstounská péče je velmi psychicky náročná, proto pěstouni hledají různé zdroje podpory ve svém okolí, které využívají dle aktuální situace. Z našeho výzkumu vyplývá, že mezi nejčastější laické zdroje podpory patří rodina, kontakt s ostatními pěstouny a svépomocné aktivity zahrnující i dobrovolný kontakt s jinými rodinami.: *„Pro mě je to vždy rodina, ve které mám velkou podporu, oporu a pomoc“* (respondentka č. 1) *„Pomáhá nám výměna názorů mezi sebou, pěstouny“* (respondentka č. 2). *„Komunikace mezi pěstouny navzájem, to nám taky dost pomáhá.“* (respondentka č. 3) *„Svoje rodina, a taky Youtube a Netflix filmy“* (respondentka č. 4). *„Pomocť jsme si museli vždy sami, v rámci rodiny“* (respondentka č. 5).

Shrneme-li, jakých laických zdrojů podpory pěstouni využívali nejčastěji, byla to především vlastní rodina, na druhém místě komunikace s ostatními pěstouny a na třetím svépomocné aktivity (relaxace u hudby a filmů, apod.).

Kategorie číslo 4 - Zdroje podpory pro pěstouny (odborné)

Jak bylo uvedeno výše, pěstouni se dostávají velmi často do složitých situací, ve kterých potřebují podporu svého okolí. Zmínili jsme laické možnosti podpory využívané pěstouny. Jako dobrý krok se ale jeví i odborná podpora, jestliže laické zdroje nejsou dostatečné nebo selhávají. Nejčastěji se pěstouni obrací přímo na organizace pomáhající této skupině a na psychology: *„Existuje pomoc doprovodných organizací, ta je velmi přínosná, je možné požádat o pomoc psychologa“* (respondentka č. 1).

„Odbornou možností je kvalitní dětský psycholog, zkušená sociální pracovníce z OSPOD, doprovázející organizace (respondenti č. 2). *„My teď čerstvě zahájili psychoterapii o terapeutickém rodičovství a je to super“* (respondentka č. 3).

Dvě respondentky potom odborných možností z různých důvodů nevyužívají: *„Nevím, nepátrám“* (respondentka č. 4), *„My se snažíme vystačit si sami, už několikrát jsme se zklamali“* (respondentka č. 5).

Z výzkumu vyplývá, že odborné možnosti pomoci pěstouni k dispozici mají, nejčastěji v rámci doprovodných pěstounských organizací. Ne všichni ale jejich pomoc využívají. Někteří dávají přednost vlastním zdrojům podpory v rámci rodiny a blízkých vztahů. Na druhou stranu mnoha pěstounům chybí odlehčovací služby a možnost sdílení v rámci svépomocných skupin: *„Chybí odlehčovací služby a supervize“* (respondentka č. 5). *„Hodila by se mi paní, která by jezdila s kočárkem, stále pracuji a do toho jsem pěstounem“* (respondentka č. 4).

Pěstounům by tedy kromě výpomoci psychologů a doprovázejících organizací pomohly i terénní a odlehčovací služby a možnost terapeutické skupiny vedené supervizorem. Jen jedna z pěstounek již této možnosti využívá: *„Každý rok se účastníme námi vybraných školení, kterých se účastní také dětský psycholog, se kterým můžeme vše konzultovat.“* (respondentka č. 1). Je tedy reálné využít supervize, ale tato služba by zřejmě měla být dostupnější, aby jí mohlo využít více pěstounů. Odlehčovací služby pak téměř úplně chybí. Odlehčovací službu však jasně definuje zákon 108/2006 Sb. „V zákonné

definici je uvedeno, že odlehčovací služba má terénní, ambulantní nebo pobytovou formu, že je poskytována osobám, které mají sníženu soběstačnost z důvodu věku, chronického onemocnění nebo zdravotního postižení, a o které je jinak pečováno v jejich přirozeném sociálním prostředí. Cílem služby je umožnit pečující fyzické osobě nezbytný odpočinek. Popis služby nehovoří o tom, jak často ani v jakém časovém rozsahu má být služba poskytována. Přesto je služba chápána jako služba, která může být využívána opakovaně, ale zároveň nepravidelně a určitě ne několikrát denně po dobu celého kalendářního roku. Odlehčovací služba má být v takovém rozsahu, aby pečující osoba znovu nabyla své síly.“ (<https://www.mpsv.cz/pobytove-sluzby#d4>).

Důležité tedy je vymezit, do jaké míry musí být soběstačnost svěřeného dítěte snížena, aby tato služba mohla být nabídnuta i pěstounským rodinám, nebo zda-li je tato služba pro pěstouny vůbec vhodná, nepečují-li zrovna o zdravotně postižené dítě.

5.6 Závěrečné shrnutí výzkumné části, diskuse

Na začátku empirické části jsme si položili dvě výzkumné otázky: „**Do jakých stresových situací se pěstouni nejčastěji dostávali?**“ „**Kde čerpali pěstouni podporu, pokud se dostali do stresových situací?**“ Na tyto otázky jsme se pokusili najít odpovědi v polo-strukturovaném rozhovoru. Z výzkumného šetření vyplynulo několik závěrů.

Nejčastější stresovou situací, do které se pěstouni dostávali, byla nutnost kontaktu svěřeného dítěte s biologickou rodinou, která by evidentně měla být lépe legislativně a organizačně ošetřena, aby se eliminovaly stresory působící při tomto kontaktu na dítě a pěstouny.

Jako významný se ukázal i adaptační stres působící na pěstouny i svěřené děti. Nutnost adaptace dítěte a pěstouna na nové podmínky je pro obě strany náročná. Zde se jeví jako možné řešení lepší připravenost pěstouna na osvojení ve spolupráci s odborníky a delší časový úsek na oboustrannou adaptaci. Jako významný stresor se jevil i kontakt s Orgánem sociálně právní ochrany dětí. Zde se uplatňoval především lidský faktor. Pracovnice tohoto orgánu by proto měly být lépe odborně připraveny na práci s pěstounskými rodinami, zejména po psychologické stránce.

Položíme-li si druhou otázku, kde pěstouni nejčastěji čerpali podporu ve své situaci v laické rovině, pak to byla především rodina a kontakt s ostatními pěstouny, které jim v jejich situaci pomáhaly. V odborné rovině je pěstouny ceněna především práce doprovodných organizací a psychologů, ačkoli se v jednom případě objevil i názor, že tato forma pomoci pěstouny zklamala. Jako chybějící se ukázaly odlehčovací služby a možnosti supervize pro pěstouny. Řešením by mohla být existence většího počtu svépomocných skupin pro pěstouny a zpřístupnění možnosti supervize a odlehčovacích služeb všem pěstounům, jež o ně mají zájem.

Z hlediska resilience můžeme říci, že v zaměření se na zdroje, pěstouni čerpali podporu uvnitř rodiny a mezi jinými pěstouny a tím snižovali dopad negativních vlivů (stresorů). V bodě zaměření se na proces, rodiny využívaly především péče doprovodných organizací a psychologické pomoci, což pomohlo se zabezpečením plnění funkcí rodiny i přes působení stresu. Z hlediska zaměření se na riziko, můžeme říci, že pomohla včasná psychodiagnostika budoucích pěstounů, ale připravenost pěstounů nebyla vždy dostačující například ve formě připravenosti materiální (jak jsme uvedli ve výsledcích výzkumu, kdy respondentka uváděla, že se stala pěstounkou příliš rychle a neměla připravenou postel pro dítě). V úrovni zaměření se na kritický bod, můžeme říci, že z výzkumu vyplynulo, že rodiny stresory zvládly ať už svépomocí nebo s pomocí odborníků překonat tak, aby se posílila jejich odolnost, ale někdy jim chyběla dílčí podpora například v podobě odlehčovací služby.

V závěrečné diskusi bych ráda odpověděla na některé možné doplňující otázky. Uvědomuji si, že v této práci nebylo možné obsáhnout problém stresových situací u pěstounů v celé jeho šíři. Tuto skutečnost zdůvodňuji tím, že komunikace probíhala elektronicky a také některé otázky ve výzkumu byly velmi citlivé a pro respondenty bylo obtížné na ně odpovídat ze subjektivních i časových důvodů. Rovněž současná situace s distanční výukou se ukázala náročná pro pěstouny, což jsem však do celkového hodnocení stresorů nezahrnula, protože se jedná o jev spíše přechodného charakteru. Snažila jsem se postihnout ty jevy, které působí na pěstouny dlouhodobě. Přechodné jevy jsem tedy ze svého popisu vynechala.

V odpovědích pěstounů nacházím určitou shodu a provázanost, například v tom, jak prožívají stres, jaké stresory na ně působí, a jaké zdroje podpory využívají, což reflektuji právě rozdělením výzkumu do tří tematických okruhů a redukuji tak jednotlivé otázky a

odpovědi na společné charakteristiky a styčné body. Zajímavou otázkou do závěrečné diskuse zůstává, jak by počet svěřených dětí do péče a jejich zdravotní stav případně zdravotní handicap mohl ovlivňovat stres prožívaný pěstounskými rodinami.

6 Závěr

Práce je zaměřena na sledování náročných situací v pěstounských rodinách, následně na hledání způsobu, jak se s těmito stresovými situacemi vypořádat. Cílem práce je zjistit, jak pěstounští rodiče i děti svěřené jim do péče reagují na možné každodenní rozpory ve svých rodinách.

V teoretické části definuji pojmy ústavní výchovy, náhradní rodinné péče, pěstounství a jednotlivé typy pěstounské péče. V další kapitole se zaměřuji na odolnost rodiny, popisuji psychologické potřeby členů rodiny, jisté možnosti zvládnání stresu i přístupy ke zvládnání náročných situací v rodinách. Na závěr čtenáře seznamuji s copingovými strategiemi a jejich možnou aplikací na pěstounské rodiny.

Dále následuje výzkumná část práce, která začíná představením výzkumné metody, konkrétně kvalitativního výzkumu s jednotlivými prvky zakotvené teorie. Výběr výzkumného souboru byl z mé strany účelový, s pěstouny byly vedeny výzkumné rozhovory a byly uskutečněny formou e-mailové komunikace z důvodu stále trvajících nouzového stavu a nepříznivé epidemiologické situace, která mi znemožňovala přímý kontakt s respondenty. Získaná data jsem pak analyzovala na základě otevřeného kódování.

V závěrečné části práce jsou prezentovány výsledky výzkumu, ze kterých vyplývá, že se pěstouni do stresových a pro ně náročných situací dostávají poměrně často; nejčastěji v důsledku nutnosti kontaktu svěřeného dítěte s biologickou rodinou, dále pak se jeví významně i adaptační stres působící jak na pěstouny, tak i na svěřené děti. Za významný stresor lze označit i kontakt s Orgánem sociálněprávní ochrany dětí, kde se uplatňoval především lidský faktor. Takřka všichni klienti čerpají potřebnou sílu ke zvládnání náročných situací ve svých rodinách, nebo také při kontaktu s ostatními pěstouny. Ceněna je i práce doprovodných organizací a psychologů; co však pěstounům schází, jsou odlehčovací služby a možnosti supervize.

Tato bakalářská práce poskytla, alespoň na malém vzorku respondentů, obrázek a vhled do práce, jak to běžně v pěstounských rodinách chodí a že to není profese vůbec jednoduchá. Vědomí, jakým tlakům zvenčí i uvnitř rodiny, musejí pěstouni odolávat, by

mohlo být impulsem pro vznik existence většího počtu svépomocných skupin pro pěstouny nebo i zpřístupnění možnosti supervize.

7 Seznam použité literatury

- BUBLEOVÁ, Věduna a kol., 2018. *Základní informace o pěstounské péči a péči poručníka*. Praha: Středisko náhradní rodinné péče, spolek. ISBN 978-80-87455-30-2
- HELUS, Zdeněk, 2018. *Úvod do psychologie*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4675-3
- HENDL, Jan, 2005. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-485-4
- HOLLING, Crawford Stanley, 1973. *Resilience and stability of ecological systems*. *Annual Review of Ecology and Systematics*. roč. 4, s. 1-23
- KEBZA, Vladimír, 2005. *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia. ISBN 80-200-1307-5
- Kolektiv autorů, 2018. *Dobry pěstoun. Náhradní rodinná péče v ČR*. Praha: Asociace poskytovatelů sociálních služeb. ISBN 978-80-907053-2-6
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro, 1994. *Jak zvládat stres*. Praha: Grada. ISBN 80-7169-121-6
- KŘIVOHLAVÝ Jaro, 1998. *Jak neztratit nadšení*. Praha: Grada. ISBN 80-7169-551-3
- LAZARUS, Richard S., 1991. *Emotion and adaptation*. 1sted. New York [u.a.]: Oxford University Press. ISBN 01-950-9266-X
- LUMOS, 2020. *Výzkumná zpráva: Předčasně ukončená pěstounská péče. Selhává pěstounská péče v České republice?* Dostupné [online]
- MATOUŠEK, Oldřich, 2016. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1154-9
- MATĚJČEK, Zdeněk, 1999. *Náhradní rodinná péče: Průvodce pro odborníky, osvojitele a pěstouny*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-304-8
- MATĚJČEK, Zdeněk, 2002. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0332-7
- McCubbin, H. I. and Patterson, J. M., 1983. *The family stress proces: The Double ABCX model of adjustment and adaptation*. In H. I. McCubbin, M. Sussman, & J. M. Patterson

(eds.), *Social stress and the family: Advances in family stress theory and research*. New York: Haworth Press.

MYŠKOVÁ, Lucie; SMETÁČKOVÁ, Irena; NOVOTNÁ, Hana, 2015. *Vzdělání u osob se zkušeností s náhradní formou péče v dětství*. Pedagogická orientace. roč. 25, čís. 1, s. 63-83. ISSN 1805-9511

National Network for Family Resiliency, Children, Youth and Families Network, CSREES-USDA, 1995. *Family resiliency: Building strengths to meet life's challenges*. Iowa State University Extension: Ames, Iowa.

NEWMAN, I.; BENZ, C. R., 1998. *Qualitative – quantitative research methodology: exploring the interactive continuum*. United States of America: Southern Illinois University.

PAZLAROVÁ, Hana, 2016. *Pěstounská péče*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-1020-7

PETRUSEK Miloslav a kol., 1996. *Velký sociologický slovník II*. Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-310-5

PRAŠKO, Ján, 2003. *Jak se zbavit napětí, stresu a úzkosti*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0185-5

RUTTER, Michael, 1988. *Stress, coping and development some issues and some questions*. In N. Garnezy & M. Rutter (Eds.). *Stress, coping and development in children*. Baltimore. The Johns Hopkins University Press.

SOBOTKOVÁ, Irena, 2004. *Rodinná resilience*. *Československá psychologie: Časopis pro psychologickou teorii a praxi*. roč. 48, č. 3. ISSN 0009-062X

SOBOTKOVÁ, Irena; OČENÁŠKOVÁ, Veronika, 2013. *Pěstounská péče očima dospělých, kteří v ní vyrostli: trendy vs. zkušenosti*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 978-80-244-3821-4

SocioFaktor s.r.o., 2014. *Analýza sítě služeb pro práci s rodinami a dětmi*. Dostupné [online]

SODOMKOVÁ, Lucie, 2018. *Časopis Sociální práce: Občanské postoje a participace u adolescentů žijících v dětských domovech*. Brno: Asociace vzdělavatelů v sociální práci. [cit. 18.3.2018]. Dostupné [online].

SZABOVÁ, Eva, 2011. *Ako vnímajú bývalí klienti detských domovov svoju pripravenosť na reálny život. Vychovávateľ.* roč. 59, čís. 3-4, s. 25-31. ISSN 0139-6919

ŠVAŘÍČEK, Roman; ŠEĐOVÁ, Klára, 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách.* Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0644-6

VOCILKA, Miroslav, 2000. *Příčiny umístění dětí do dětských domovů. Vychovávateľ.* roč. 44, čís. 5-6, s. 16-18. ISSN 0139-6119

ŠVINGALOVÁ, Dana, 2006. *Stres a vyhoření u profesionálů pracujících s lidmi.* 1. vyd. Liberec: Technická univerzita. ISBN 80-7372-105-8

VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. *Psychický vývoj dítěte v náhradní rodinné péči.* Praha: Středisko náhradní rodinné péče. ISBN 978-80-87455-14-2

VAVRYSOVÁ, Lucie; CHARVÁT, Miroslav, 2016. *Osobnostní rysy adolescentů v ústavní výchově dle dotazníku HSPQ ve srovnání s normou populace.* Adiktologie. roč. 16, čís. 4, s. 282-291.

VOCILKA, Miroslav, 2000. *Příčiny umístění dětí do dětských domovů. Vychovávateľ.* roč. 44, čís. 5-6, s. 16-18. ISSN 0139-6119

VOJTÍŠEK, Petr, 2012. *Výzkumné metody.* Praha: Vyšší odborná škola sociálně právní v Praze. ISBN 978-80-905109-3-7

VYSKOČIL Filip, 2014. *Právní úprava náhradní rodinné péče v České republice.* Praha: Středisko náhradní rodinné péče, spolek.

ZEZULOVÁ, Dagmar, 2012. *Pěstounská péče a adopce.* Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0065-9

Zákony

Zákon o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů. [online]. Poslední legislativní změna 29.3.2002 [cit.17.3.2021] Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-109>

Zákon o zvláštních řízeních soudních. [online]. Poslední legislativní změna 27.9.2013 [cit. 17.3.2021] Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2013-292>

Zákon o rodině. [online]. Poslední legislativní změna 13.12.1963 [cit. 15.12.2020]. Dostupné z:<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1963-94>

Zákon nový občanský zákoník. [online]. Poslední legislativní změna 22.3.2012 [cit. 15.12.2020]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89>

Zákon o sociálně právní ochraně dětí.[online]. Poslední legislativní změna 30.12.1999 [Cit. 15.12.2020]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1999-359>

Internetové zdroje:

Patofyziologie stresu. [online]. 2012 [cit. dne 07.04.2021]. Dostupné z:
<https://www.fsps.muni.cz/inovace-RVS/kurzy/patofyziologie/stres.html>

Pobytové služby pro seniory. [online]. 2012 [cit. dne 07.04.2021]. Dostupné z:
<https://www.mpsv.cz/pobytove-sluzby#d4>

8 Přílohy

8.1 Příloha č. 1: Otázky k polo-strukturovanému rozhovoru

Otázka č. 1: Které situace z těch, které jste sami zažívali, byste nazvali stresovými situacemi? Zkuste popsat 2 konkrétní.

Otázka č. 2: Projevily se tyto situace nějakým způsobem ve Vašem chování?

Otázka č. 3: Pociťovali jste nějaké jiné symptomy při prožívání stresových situací? Buďte, prosím, konkrétní...

Otázka č. 4: Kde jste jako pěstouni čerpali podporu, pokud jste se dostali do stresových situací?

Otázka č. 5: Existují podle Vás odborné možnosti, jak pěstounům v náročných situacích pomoci? Jaké?

Otázka č. 6: Jakých konkrétních laických možností pěstouni v náročných situacích využívají?

Otázka č. 7: Jakých konkrétních odborných služeb pěstouni v náročných situacích využívají?

Otázka č. 8: Které osoby vám byly coby pěstounům nejvíce nápomocné při zvládnání náročných situací?

8.2 Příloha č. 2: Přepis rozhovoru

1) Které situace z těch, které jste sami zažívali, byste nazvali stresovými situacemi? Zkuste popsat 2 konkrétní.

1/A Velmi stresující pro mě bylo při přijímání druhého dítěte to, jakým způsobem se bude řešit kontakt dítěte s otcem. Dítě s otcem nechťelo mít kontakt, otec ho bil, nehrál si s ním, neměl na něho čas, stejně tak nezabránili tomu, aby ho netýrali starší sourozenci. Ze strany OSPODu jsme byli nuceni k tomu, abychom s otcem navázali skypový nebo telefonický kontakt alespoň jednou za měsíc. Nechci bránit styku dítěte s otcem, ale v momentě, kdy se dítě kontaktu brání, má z něho strach, má strach z toho, že až bude otec propuštěn z výkonu trestu, bude si ho moci vzít k sobě, myslím si, že by pro mě mělo být prvořadé to dítě, které navíc prochází adaptační fází. A odvolávání se na vyjádření veřejného ochránce práv, který staví kontakt s biologickým rodičem nade vše, mi připadá zcestné. V těchto případech nelze postupovat jako podle šablony, ale je nutné se zabývat každým případem individuálně.

1/B Co se týká přijetí dítěte, i toto je samo o sobě velmi složitou, komplikovanou a stresovou situací. Nikdo vás nikdy nepřipraví na to, že vás dítě bude odmítat, že bude usínat s pláčem, ale vy budete muset být v jiné místnosti, protože vás u sebe nesnese a vy ho nemůžete uklidnit; že dítě odejde kdykoliv s kýmkoliv, protože nemá vytvořenou žádnou vazbu na nikoho, natož tak na vás. Že se bude snažit být s každým, jenom ne s vámi. Že vám bude dělat scény, když se mu nebude něco líbit a vy ho potáhnete z návštěvy s řevem, ale v momentě, kdy se dostanete před dům, bude dítě samý smích a legrace. A vy vypadáte jako totální pitomec před ostatními lidmi, protože nedopřejete dítěti to, co si přeje. Také je těžké nastavování hranic a ještě těžší je udržet je, protože mnohým člověk vytrestává sám sebe.

2) Projevily se tyto situace nějakým způsobem ve Vašem chování?

To by asi lépe posoudily děti. Přestože jsem ve vnitřním napětí, snažím se chovat normálně, aby to děti nepocítovaly, ale asi jsem nervóznější a vznětlivější. Samozřejmě, že si blízkým stěžuji i na minimální podporu od lidí, kteří mají dítě chránit, ne ho zbytečně stresovat. S dětmi se o těchto věcech snažím bavit na rovinu, aby věděli, co řeším, protože potřebuji znát i jejich názor a ubezpečit je o tom, že vždy budu jednat v jejich zájmu. A

když jsem nervózní, tak jim řeknu pravý důvod toho, proč taková jsem a třeba je poprosím, jestli by mohly být chvíli zticha, anebo mi dát trošku prostor pro sebe.

3) *Pocívali jste nějaké jiné symptomy při prožívání stresových situací? Bud'te, prosím, konkrétní...*

Mívám křeče v břiše, nechutenství, bolest hlavy, nespavost.

4) *Kde jste jako pěstouni čerpali podporu, pokud jste se dostali do stresových situací?*

Podporu čerpám v rodině. Stresových situací je spousta, nejen ta, kterou jsem popsala nahoře. Ale člověk o sobě neustále pochybuje, jestli dělá vše, tak jak má, jestli je to pro děti správné. Jenomže potom poslouchá řeči vzdálenějších příbuzných a občanů, že jsem ve výchově přísná a měla bych dětem více povolovat. Jenomže výchova dětí, které zažily ústavní výchovu, je odlišná od výchovy biologických dětí. Ano, jsem přísná, ale současně se snažím být milující a dětem to také často říkám a zdůrazňuji jim to.

Další stresovou situací je třeba online výuka, doučováním toho, co děti během výuky nezvládnou (moje dítě se na online výuku nesoustředí), frustrace z vlastní neschopnosti vysvětlit látku (na druhou stranu vím, že nejsem učitel, tak to ani nemohu být schopná vysvětlit, kdybych to uměla, asi bych učila...). S dětmi neustále řeším problém lhaní. Dokážou lhát bez uzardění do očí a několikrát po sobě, snažím se jim neustále vysvětlovat, že lhaní je velmi špatné. Za pravdu je nikdy nepotrestám, i když bude nepříjemná a asi mě nazlobí, ale pořád je to lepší než lež. Ale nejsme schopní se domluvit. Dále se jedná o situace běžného dne, nebo potíže ve vztahu s přítelem či v práci, toto všechno se na člověku podepisuje.

Další stresovou situací bylo třeba to, kdy nám bylo netradiční cestou (přes OSPOD) nabídnuté dítě, které ale nebylo pro naši rodinu vhodné (malý věkový rozdíl, dítě, které si velmi vynucovalo pozornost, utlačovalo by starší dítě, pěstouni se rozhodli vzdát po třech letech, kdy si na sebe nezvykli) a já jsem cítila tlak OSPODu i pěstounské rodiny, abych si dítě vzala, ale současně jsem cítila, že to není úplně správné. Člověk je potom v obrovském presu a rozhodování je pro něho velmi těžké a náročné. Tato situace trvala asi tři nebo čtyři týdny. Možnost konzultace s psychologem byla až poté, kdy byla celá záležitost uzavřená, navíc byla nepřínosná. Nebýt velké podpory z rodiny, nevím, jak bych to zvládla.

Stejně tak mám třeba nahlášené, že bych chtěla dítě starší 3 let a byla jsem krajem oslovená, abych si vzala 6-ti měsíční miminko. Byl to sice sourozenec dítěte, které už mám v pěstounské péči, ale vysloveně jsem říkala, že potřebuji chodit do práce. Bylo mi sděleno, že když si miminko nevezmu, bude muset být od přechodných pěstounů umístěné do ústavní péče. Tenkrát jsem si volala na OSPOD dítěte a zjistila, že to tak vůbec není. Během těch několika let jsem se přesvědčila, že člověk musí spoléhat sám na sebe a na svoje nejbližší, protože systém nikdy nejedná v zájmu pěstouna, není mu nápomocen a už vůbec ho nezajímá dítě, bohužel. Takže ještě jednou, nejvíce podpory mám od rodiny.

5) *Existují podle Vás odborné možnosti, jak pěstounům v náročných situacích pomoci? Jaké?*

Existuje pomoc doprovodných organizací, ta je velmi přínosná, je možné požádat o pomoc psychologa, ale pro nás je to třeba někdy náročné, protože naše doprovodná organizace sídlí v Brně, kam musíme i k psychologovi, který je hodně vytížený...

6) *Jakých konkrétních laických možností pěstouni v náročných situacích využívají?*

Intuici, kontakty s ostatními pěstouny, povídání s jinými rodiči o běžných výchovných problémech.

7) *Jakých konkrétních odborných služeb pěstouni v náročných situacích využívají?*

Zejména pomoc psychologa, někdy i právníka, doprovodné organizace, v případě, že jsou dobré i kontakty s pracovníci OSPOD, obracím se i na ně.

8) *Které osoby vám byly coby pěstounům nejvíce nápomocné při zvládnutí náročných situací?*

Pro mě je to vždy rodina, ve které mám velkou podporu, oporu a pomoc. Víím, že když se na ně obrátím, vždy se mi budou snažit pomoci a stát za mnou. Dvakrát jsme využili i pomoc psychologa, ale naprosto upřímně – pro mě nebyla přínosná. Naopak, vůbec jsem si nepřipadala tak, že by mi pomohl, naopak jsem se spíše cítila nepříjemně.