

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Teologická fakulta  
Katedra etiky, psychologie a charitativní práce

Bakalářská práce

# **RANÉ CITOVÉ VAZBY**

Vedoucí práce: PhDr. Ing. Marie Lhotová, PhD.

Autor: Martina Jiráňová, DiS.

Studijní obor: Pedagogika volného času

Ročník: 3.

2015

Já, Martina Jiráňová prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Rané citové vazby vypracovala samostatně a použila všech pramenů, které uvádím v seznamu literatury. Prohlašuji, že, v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Dobříši dne 28.2. 2015

.....  
podpis

Velice děkuji paní PhDr. Ing. Marii Lhotové, PhD. za odborné vedení mé práce,  
vstřícný přístup a cenné rady.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>5</b>
<b>1. VYSVĚTLENÍ POJMŮ</b> .....	<b>6</b>
1.1. VÝVOJ DÍTĚTE .....	6
1.2. CITOVÁ VAZBA (ATTACHMENT) .....	9
<b>2. HISTORIE VZTAHOVÉ VAZBY</b> .....	<b>12</b>
2.1. VÝVOJ – IMPRINTING U ČLOVĚKA.....	12
2.2. DĚDIČNOST .....	15
<b>3. PRVKY VAZEBNÉHO CHOVÁNÍ</b> .....	<b>17</b>
3.1. TYPY VAZEB V DĚTSTVÍ A DOSPĚLOSTI .....	17
3.2. BEZPEČNÁ VAZBA .....	21
3.3. PORUCHY VZTAHOVÉ VAZBY .....	25
3.4. RODIČE A JEJICH VLIV NA PODOBU VYTVÁŘENÝCH VAZEB .....	27
<b>4. KVALITA VZÁJEMNÉHO VZTAHU MEZI DOMINANTNÍM PEČOVATELEM A DÍTĚTEM</b> .....	<b>31</b>
<b>5. VNITŘNÍ RIZIKOVÉ FAKTORY</b> .....	<b>35</b>
5.1. VNITŘNÍ PRACOVNÍ MODEL .....	35
5.2. EMOČNÍ CHOVÁNÍ .....	36
<b>6. VNĚJŠÍ RIZIKOVÉ FAKTORY</b> .....	<b>39</b>
6.1. VZTAHY RODINNÉ A RODIČOVSKÉ.....	39
6.2. VÝCHOVA .....	40
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>42</b>
<b>SEZNAM LITERATURY</b> .....	<b>44</b>

# ÚVOD

*„Jsme formováni a přetvářeni těmi, kteří nás milují; a přestože láska může pominout, jsme stále jejich dílem, ať dobrým nebo špatným.“*

*FRANÇOIS MAURIAC*

Téma „Rané citové vazby“ jsem si vybrala, jelikož mě vztahové vazby a jejich souvislosti zajímají. Jsem matkou dvou dětí a zároveň pedagogický pracovník v mateřské škole. Jsem v každodenním styku s dětmi a ráda bych blíže porozuměla jejich chování v určitých situacích a reakcím na podněty. Každý jedinec má samozřejmě své osobité individuální jednání, ale zajímá mě, do jaké míry je jeho chování ovlivněno vztahovými vazbami z dětství. Ve své bakalářské práci se zaměřím na jejich vznik a vývoj.

Velice mě zaujal anglický psychoanalytik **John Bowlby**, který je považován za zakladatele teorie attachmentu, a právě z jeho poznatků budu ve své práci často čerpat. Teorie citové vazby zkoumá, co vede lidi k vytváření úzkých emocionálních vztahů a jak souvisí omezená schopnost regulace emocí s určitými vztahovými zkušenostmi.

Cílem mé práce je získat bližší informace o tom, jaký **vliv má raná citová vazba na vývoj dítěte a jak se odráží v chování dospělého jedince**. Stanoveného cíle bude dosaženo prostřednictvím analýzy odborné literatury.

Bakalářská práce je členěna do šesti kapitol, první z nich se věnuje vysvětlení základních pojmů, které se vztahují k problematice rané citové vazby. V další kapitole se věnuji historii pojetí vztahové vazby. Třetí, stěžejní kapitola, je zaměřena na prvky vazebného chování – charakterizuje bezpečnou vazbu, poruchy vztahové vazby a vliv rodičů na podobu vytvářených vazeb. Následující kapitola popisuje vzájemný vztah mezi dítětem a dominantním pečovatelem. Předposlední a poslední kapitola se věnuje vnitřním a vnějším rizikovým faktorům.

# 1. Vysvětlení pojmů

## 1.1. Vývoj dítěte

Vývoj dítěte začíná už v prenatálním období, z embrya se vyvíjí nový jedinec. Novější pozorování poukazují na to, že plod je již v posledních dvou měsících schopen se učit. Plod už si vytváří podvědomé spojení mezi dotykem a zvukem. Tímto vnímáním se připravuje na svět mimo matčino tělo. Podle Langmeiera a Krejčířové<sup>1</sup> je základem psychiky dítěte dobrý psychický stav matky.

Stres matky v těhotenství má na dítě velký vliv. Hormon kortizol jej přenáší přes pupečník od matky k dítěti už od počátku těhotenství. Teprve v poslední třetině těhotenství si dítě dokáže vytvořit vlastní systém stresové regulace. Stres, který matka prožívala v těhotenství, se tedy může projevit i u dítěte v raném věku, respektive zvládnání stresu.

Emocionální vazba k dítěti dle Brische<sup>2</sup> vzniká ještě před jeho narozením. Zhruba v osmnáctém až dvacátém týdnu těhotenství dochází k jejímu prohlubování díky rozpoznatelným pohybům dítěte. Mluvení na nenarozené dítě a prožívání jeho fázi bdění i spánku je pro vztahovou vazbu velice důležité. Tyto činnosti pomáhají už při prvním kontaktu dítěte s rodiči po porodu.

Za zmínění stojí termín „**bonding**“, který popisuje hluboký citový proces v prvních minutách po porodu, kdy si rodiče, a především matka, budují vazby k novorozenci. Ten je v ideálním případě ihned po porodu položen nahý na nahé břicho matky, což mu navíc pomáhá s regulací teploty. Díky tělesnému kontaktu se snižuje hladina stresových hormonů, která se vytvořila během porodu. Dochází i k tvorbě oxytocinu, tzv. hormonu lásky, kdy se matka a dítě naprosto zklidní a mohou se poprvé pořádně seznámit. Po nějaké době novorozenec aktivně hledá bradavku a saje z ní. Každá matka si vytváří vazbu s dítětem vlastním tempem.<sup>3</sup>

Ihned po porodu rostou schopnosti novorozence ovládat prostředí aktivně. Nejedná se tedy o nemohoucí období, novorozenec není pouze závislým, ale zapojuje se do sociální interakce.<sup>4</sup>

---

1 LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, str. 23-25.

2 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 69.

3 MASARACCHIOVÁ, R.; TASCHNEROVÁ, U. *Maminčino břicho*, str. 36.

4 LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, str. 29.

Zpočátku dokáže zaostřit zrak pouze na dvacet centimetrů, ale hlas matky, někdy i otce poznává hned. Už v prvních týdnech života dokáže imitovat mimiku osob, které se o něj starají. Například při krmení, při přebalování atd. přibližně od šestého týdne už se dítě projevuje jako společenský tvor opětováním úsměvu. U rodičů se nezdá objevuje intuitivní chování v podobě tzv. „maminkovské řeči“. Ta se projevuje zvýšením tóniny hlasu a mluvě v krátkých, obměňujících se větách. Toto chování se projevuje nejen u rodičů, ale i u dětí, když si hrají s panenkami a vlastně skoro u všech osob, které se sklání k miminku. Tuto řeč používají lidé ve svých jazycích ve všech kulturách.<sup>5</sup>

Do kontaktu dítěte s rodiči již od prvních okamžiků dochází pomocí hry. V průběhu prvního roku života mohou rodiče podněcovat smysly dítěte najednou, sluch, hmat i zrak zároveň. V prvních měsících jeho života se však doporučuje podněty věnovat vždy pouze jednomu ze smyslů. Dítě se na ně zaměří intenzivněji. Brisch<sup>6</sup> uvádí: *„Děti jsou nadšené vždycky, když zjistí, že mezi určitou jejich aktivitou a následným děním, reakcí, existuje souvislost.“*

Přibližně od dvanácti týdnů věku se dítě začíná aktivně zajímat o podněty z okolí, snaží se s okolím komunikovat. Kdokoli se skloní nad jeho postýlkou, bude obdařen usměvavým pozdravem. V tomto období se začíná vyskytovat nebezpečí přehnané stimulace. Při extrémním přehlcení podněty, kdy dítě už v jednom roce navštěvuje v kolektivu např. kojenecké plavání, cvičení a spoustu jiných kroužků, může být večer mrzuté, unavené a přetížené. Stres nahromaděný přes den dítě odbourává pláčem. Nedostatečně stimulované děti nevidáme tak často. Tyto děti bývají zanedbávané, nemají dostatečný kontakt s rodiči, jsou přespříliš klidné až apatické.

*„Emocionální dostupnost a připravenost rodičů k dialogu, očnímu a tělesnému kontaktu a emocionální výměně s dítětem jsou pro jeho rozvoj a růst naprosto nezbytné.“<sup>7</sup>*

**Krmení dítěte** je důležitým prvkem k vytváření vztahové vazby. Pro dítě neuspokojení potřeby a hlad vede k velkému stresu, cítí se bezmocně a situaci nechápe. K vytvoření bezpečné vazby tato situace tedy nepřispívá. Kojení je pro dítě bezpochyby nejpřirozenějším způsobem přijímání potravy a vztahové vazby se tak posilují. K rozvoji těchto vazeb však může docházet i při citlivém krmení z láhve či lžičkou. Při

---

5 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 79-80.

6 Tamtéž, str. 81-82.

7 Tamtéž, str. 86.

krmení dochází mezi dítětem a matkou k dialogu. Vzájemně se pozorují, dítě dělá přestávky, brouká si.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 87-88.



## 1.2. Citová vazba (attachment)

Termín attachment (vazba, přilnutí, připoutání) označuje vazbu dítěte na osobu blízkou, zpravidla na rodiče. Dítě v nich cítí oporu a obrací se na ně, pokud se cítí nejisté, nebo pokud je v nebezpečí.

Autoři Hartl, Hartlová<sup>9</sup> ve Velkém psychologickém slovníku definují attachment takto: „připoutání, přimknutí; sklon dítěte držet se v blízkosti osob, které o ně pečují; pocit bezpečí v raném věku je podmínkou schopnosti udržovat blízké vztahy v dospělosti“.

Teorie citové vazby byla formulována v roce 1969 anglickým psychoanalytikem **Johnem Bowlbym**. Za její spoluautorku je považována **Mary Ainsworthová**. Tato teorie studuje citové přilnutí malého dítěte k matce a dalším blízkým osobám. Dodnes patří mezi nevlivnější teorie ve vývojové psychologii.<sup>10</sup>

*„Bowlby se při koncipování pilířů své teorie opíral především o psychoanalýzu a o etologii. Za nejprínosnější metodu považoval přímé pozorování, tedy metodu etologickou. Zastával názor, že přímé pozorování malých dětí a jejich chování k matce jak v její přítomnosti, tak především v její nepřítomnosti, může významně přispět k našemu porozumění osobnostního vývoje.“<sup>11</sup>*

Bowlby dle Kulíska<sup>12</sup> definuje citovou vazbu (attachment) jako hypotetický konstrukt vyjadřující „trvalé emoční pouto, charakterizované potřebou vyhledávat a udržovat blízkost s určitou osobou, zejména v podmínkách stresu“. Touto osobou bývá nejčastěji matka, která se o dítě stará. Tato osoba bývá vnímána jako moudřejší a silnější a nedá se jednoduše nahradit jinou. Za jednu ze základních biologických funkcí vazby je považována ochrana, její zformování je jedním z předpokladů přežití a zdravého vývoje jedince. Jak efektivní je ochrana a emoční podpora, závisí na kvalitě vazbových interakcí, potažmo na citové vazbě.

---

9 HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*, str. 457.

10 KULÍSEK, P. Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). *Československá psychologie*, 2000, str. 404-406.

11 Tamtéž, str. 404.

12 Tamtéž, str. 406.

Jak již bylo zmíněno, druhou významnou osobností, průkopnicí v oblasti formulování teorie připoutání byla **Mary Ainsworthová**, která začátkem šedesátých let 20. století vedla výzkum na batolatech na Univerzitě Johna Hopkinse. Zdálo se, že tímto výzkumem potvrdí mnoho z toho, co Bowlby proklamoval. Používala techniku - v té době extrémně neobvyklou - spolu s kolegy zblízka sledovala matky a děti v jejich domácnostech. Sledovala citlivost reakcí matek a způsob, jakým reagovali na své děti v základních oblastech jako je krmení, pláč, tulení se, oční kontakt a úsměv. Po dvanácti měsících vzala matku a dítě do laboratoře, kde byli sledováni ve „zvláštní, neobvyklé situaci“. Ta je nejznámější a nejpoužívanější laboratorní metodou (fáze této testovací procedury jsou popsány v kapitole 3.1 Typy vazby v dětství a dospělosti) na sledování „připoutání“ matky a dítěte. Její podstata spočívá v opakované separaci dítěte od matky v laboratorních podmínkách, která je kombinována s konfrontací s neznámou osobou. Cílem je aktivování systému, který zajišťuje citové pouto a zaznamenání jeho vnějších projevů. Celou situaci pozoruje a zaznamenává pozorovatel. Technika je použitelná u dětí ve věku jedenáct až osmnáct měsíců. Na základě pozorování chování dětí a jejich matek během tohoto experimentu byly formulovány závěry, které se promítly do čtyř typů vazeb, které popíše ve třetí kapitole.

Mikulincer a Shaver dle Schlesingerové<sup>13</sup> uvádí: „*V dětství je citová vazba zaměřena především na pečující osobu, nejčastěji matku. Ale většina dětí má i další vztahy – s otcem, sourozenci, sousedy apod., kteří mohou být považováni za další **attachmentové figury**. Velikost této vztahové sítě je různá – je to mimo jiné ovlivněno kulturou, postoji či hodnotami.*“

Tato síť se rozrůstá v období dospívání, kdy mladý člověk navazuje další vztahy s přáteli, učiteli a mnoha dalšími osobami. Vztahy k těmto osobám jsou hierarchicky uspořádány. Primární osoba vytváří bezpečné zázemí a další osoby jsou „pomocnými“ attachmentovými figurami, které poskytují bezpečí a jistotu v případě nepřítomnosti či nedostupnosti primární osoby. Pokud je attachmentová figura dostupná a dítě se cítí bezpečně, může se od ní vzdálit a zkoumat prostředí. Pokud je nedostupná nebo dítě pocítuje ohrožení, uchýlí se k vazbovému chování, jako je pátrání po matce a pláč, které slouží k obnovení blízkosti.

Citová vazba se projevuje prostřednictvím chování podmíněného citovou vazbou neboli **vazebním chováním**, které je aktivováno ve stresových situacích, v případě

---

13 SCHLESINGEROVÁ, M. *Strach ze smrti a citová vazba v období adolescence*, str. 31.

emocionální zátěže nebo reálného či subjektivně pocíťovaného ohrožení. Smyslem vazbového chování v těchto situacích je přitom zajištění ochrany a blízkosti primární osoby – ať už psychické či fyzické. Vazbové chování představuje u malého dítěte např. pláč, křik, natahování ručiček k matce, mazlení se atd., u adolescenta to může být cílená komunikace s matkou za účelem snížení napětí a uklidnění. Chování dítěte podmíněné citovou vazbou signalizuje potřeby dítěte jeho matce nebo obecně osobě, která je mu nejbližší a ke které si vytváří citovou vazbu. Tato osoba, označovaná jako primární osoba, zaregistruje projevy aktivace vazbového systému dítěte a reaguje chováním umožňujícím regulaci napětí dítěte, např. utišení, uklidnění, pohlazení, pochování v náručí, nebo vysvětlení, ujištění, slovní uklidnění. Dítě tak může znova nabýt pocitu bezpečí. Tímto způsobem se odehrává externí regulace emocí dítěte. Pocity bezpečí v čase, kdy vazbový systém není aktivován, umožňují dítěti exploraci, zkoumání okolí, a tím podporují jeho kognitivní vývoj.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba a sociální adaptace v rané adolescenci*, str. 12.

## 2. Historie vztahové vazby

### 2.1. Vývoj – imprinting u člověka

Imprinting, neboli vtištění, je proces učení vázaný na časově omezené období v určité fázi vývoje jedince vedoucí k dlouhodobým a obvykle trvalým a nezvratným změnám chování. Vtiskování by se dalo charakterizovat jako rané a rychle probíhající učení, které umožňuje novorozenci vytvořit si úzký vztah k matce. Během prvních hodin života jsou mláďata řady živočišných druhů „naprogramována“ k vytvoření emoční vazby k nejbližšímu sociálnímu objektu, za normálních okolností tedy k matce.<sup>15</sup>

*Bowlbyho ovlivnil Lorenzův objev vtištění, jakožto druhově specifického typu učení, jež probíhá během krátkého časového období, vesměs časně po narození. U mnoha živočišných druhů, včetně primátů, byly zjištěny projevy chování, prováděného citovým přilnutím. Mechanismus vzniku tohoto chování klade Bowlby do spojitosti s vtištěním.*

Citovou vazbu ke konkrétním postavám získáváme už od narození a vlastně i po celý zbytek života.

Před rokem 1958 se v psychologické a psychoanalytické literatuře vyskytovaly **čtyři hlavní teorie o podstatě a počátku dětské připoutanosti**, které uvádím dle Bowlbyho<sup>16</sup> v následujícím textu:

- „teorie sekundárního pudu“ také nazývána „teorie vypočítavé lásky“

Tato teorie je založena na tom, že dítě se připoutává k osobě, která uspokojuje jeho fyziologické potřeby. Matka dává dítěti najíst, uspokojí jeho potřebu a dítě se postupně naučí, že právě ona je zdrojem jeho uspokojení. Tudíž se k ní připoutá. Z těchto čtyř teorií je psychoanalytiky nejvíce přijímána.

---

15 ATKINSON, R. L. *Psychologie*, s. 380-381.

16 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 161-163.

- **„teorie primárního sání objektu“**

Novorozenci mají vrozený sklon zajímat se o lidský prs, sát ho a orálně si ho přivlastňovat. Dítě se prvotně zajímá o prs, teprve v druhé řadě ho zajímá matka, která se u něj vždy objevuje. Kontakt s ní navazuje na základě uspokojení díky jejímu prsu.

- **„teorie primárního upnutí k objektu“**

V této teorii má novorozenec potřebu kontaktu s lidskou bytostí a potřebu držet se jí, a to nezávisle na potravě. Je stejně důležitá jako potřeba potravy a tepla.

- **4. „teorie primární touhy po návratu do dělohy“**

Tato teorie se zakládá na tom, že novorozenci nejsou spokojeni s tím, že byli vyhoštěni z dělohy a chtějí se do ní vrátit.

Bowlby<sup>17</sup> popisuje vývoj citové vazby ve čtyřech fázích a podle něj k citovému připoutání dochází někde mezi druhou a třetí fází:

- **Fáze 1 - orientace a signály s omezeným rozpoznáváním postavy**

Dítě se k ostatním v okolí chová určitým způsobem, ale ještě nedokáže osoby od sebe odlišit jinak než čichem a sluchem. Tato fáze trvá přibližně do osmi až dvanácti týdnů, v nepříznivých podmínkách mnohem déle. Dítě často přestane brečet, když uslyší známý hlas nebo uvidí známou tvář. Tím často ovlivní toho, kdo je s ním ve společnosti a pozdrží ho u sebe něco déle.

- **Fáze 2 - orientace a signály zaměřené k jedné rozeznané postavě (nebo několika)**

V této fázi se dítě chová k okolí stále přátelsky, ale k mateřské postavě je toto chování výraznější. Tato fáze trvá přibližně od deseti týdnů do půl roku věku dítěte. Někdy však podle okolností i mnohem déle.

---

<sup>17</sup> BOWLBY, J. *Vazba*, str. 233.

- **Fáze 3 - udržování blízkosti k rozeznávané postavě prostřednictvím lokomoce a signálů**

Dítě již reaguje na své okolí, a to různými způsoby. Matku už dokáže vítat a následovat ji například plazením. Chce s ní být v kontaktu. Dítě už nereaguje pozitivně na každého jako do této doby, někoho si vybere jako vedlejší vazebnou postavu, někoho ne. Dítě je stále opatrnější, od některých lidí, většinou neznámých, už si drží odstup. Výrazně se zaměřuje na matku, citová vazba k ní je tedy jasně viditelná. Tato fáze začíná přibližně v šestém měsíci a pokračuje až do konce třetího roku. U dítěte, které mělo málo kontaktu s primární postavou, může tato fáze nastupovat podstatně déle.

- **Fáze 4 - utváření partnerství korigovaného k cíli**

Dítě využívá svou kognitivní mapu, pozoruje matku a snaží se najít souvislosti mezi její činností a odchodem, nebo tím, v jaký čas jakou činnost dělá. Dítě se snaží chápat pocity a motivy matky, snaží se orientovat díky předvídatelnosti. V této fázi už dochází k novému vztahu mezi matkou a dítětem, a tím je partnerství.

R. Spitz podle Langmeiera a Krejčířové<sup>18</sup> definuje tato **tři vývojová stádia citové vazby**:

- První stadium je „**preobjektální**“ a zahrnuje období od narození do tří měsíců věku dítěte, kde není rozlišený vztah k objektům okolního světa.
- Druhé stadium je stadium „**předběžného objektu**“, které začíná od třetího měsíce a trvá do šesti až osmi měsíců. V tomto stadiu dítě reaguje na spatření obličeje úsměvem, nevytváří si ale vztah k osobě, ale jen k signálu tvořenému rysy obličeje.
- Třetí stadium „**objektu**“ začíná mezi šestým až osmým měsícem. Dítě začíná rozlišovat mezi známou a cizí tváří a začíná dávat najevo úzkost při odloučení od známé osoby („úzkost osmého měsíce“), od této doby začne primární osoba (matka) zaujímat v citovém životě dítěte jedinečné místo.

---

<sup>18</sup> LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*, str. 136.

**Hierarchická podoba citové vazby** se v průběhu života proměňuje. Rodiče jsou obvykle na vrcholu důležitosti během dětství, blízcí přátelé a partneři získávají na důležitosti v adolescenci a dospělosti. To ale neznamená, že by byli rodiče z této hierarchie zcela vyloučeni, ale s tím, jak se mění jejich důležitost a funkce, mění se i jejich pozice. Po rodičích obvykle nabývají na důležitosti přátelské vztahy s osobami stejného pohlaví, poté romantické vztahy a případně pak vztah k manželovi či manželce. Při výzkumu na dospělé populaci (ve věku šestnáct až devadesát let) bylo zjištěno, že nejsilnější citovou vazbu mají lidé k partnerům, pak následuje vztah k dětem, přátelům, matce, sourozencům a nejslabší vztah mají s otci.<sup>19</sup>

## 2.2. Dědičnost

Vývoj vazebného chování se liší prostředím, ve kterém k němu dochází a je ovlivněn do určité míry i dědičností.

*„Příkladem variability, která se zdá být téměř s jistotou důsledkem genetické proměnlivosti, jsou rozdíly ve zrakové pozornosti chlapců a dívek. Tito badatelé zkoumali děti ve věku dvacet čtyři týdnů a zjistili, že děvčátka se výrazně častěji dívají na tváře než na jiné obrazce, zatímco chlapci takovou preferenci nevykazují.“<sup>20</sup>*

V experimentální situaci sledované Ambrosem, jak uvádí Bowlby<sup>21</sup>, se úsměv u dětí vychovávaných v rodinách objevil o několik týdnů dříve než u dětí vychovávaných v ústavech. Tyto děti ve dvanácti měsících podle studie ještě neprojevovaly citovou vazbu ke konkrétní osobě. Bowlby dále uvádí, že dle psychoanalytiků měly tyto ústavy opoždující efekt. Někteří z nich, např. Casler, uváděl, že za opoždováním stojí nedostatek podnětů. Ainsworthová naopak upozorňovala, že za opožděním stojí nepřítomnost matky, která poskytuje dítěti nejen podněty, ale vede ho i k celkovému poznávání okolí. Piaget dle Bowlbyho argumentoval následujícím výrokem: *„Deprivace, které je vystaveno dítě vychovávané v omezujícím ústavu, je tudíž vícenásobná – nedostatek přicházejících podnětů, nedostatek příležitostí učít se expozicí*

---

19 SCHLESINGEROVÁ, M. *Strach ze smrti a citová vazba v období adolescence*, str. 31.

20 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 257-258.

21 Tamtéž, str. 258.

*a nedostatek příležitostí pro aktivní pohyb ve stabilně strukturovaném prostředí, abychom vyjmenovali alespoň některé.“<sup>22</sup>*

Podle Brische<sup>23</sup> existuje jednoznačná souvislost v předávání vazebného chování mezigeneračně. Rodiče, kteří se svými rodiči v dětství navázali bezpečnou vazbu, ji nejpravděpodobněji navážou se svým dítětem také. Stejně tak je tomu i u rodičů, kteří měli se svými rodiči nejistou či odmítavou vazbu. I ti ji zřejmě předají svým dětem.

---

<sup>22</sup> BOWLBY, J. *Vazba*, str. 258.

<sup>23</sup> BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 48-49.



### 3. Prvky vazebného chování

Mezi základní komponenty citové vazby patří udržování blízkosti, vytvoření bezpečného přístavu a jistá základna. **Komponenta udržování blízkosti** v sobě zahrnuje potřeby dítěte a možnost být v blízkosti primární figury pro případ kontaktování. **Komponenta vytvoření bezpečného přístavu** přináší dítěti uspokojení vazbové potřeby pohody, pohodlí, podpory a ujištění v případě nebezpečí od pečující osoby. Poslední ze zmiňovaných komponent je komponenta **jisté základny**, která se vztahuje k uspokojování vazbové potřeby, při níž dítě využívá **attachmentové figury** jako výchozího bezpečného bodu pro zkoumání okolního světa.

Jednotlivé komponenty v sobě zahrnují funkci, kterou má citová vazba plnit, tj. - jaké potřeby má uspokojovat, a zároveň v sobě zahrnují vzorce vazbového chování dítěte, které slouží naplnění těchto potřeb. Míra a kvalita zajištění těchto komponent rozhoduje o povaze citové vazby k matce.<sup>24</sup>

#### 3.1. *Typy vazeb v dětství a dospělosti*

Na základě projevů vazbového chování se dají popsat čtyři základní typy organizace citového připoutání. Jsou vyjádřeny prostřednictvím kvality citové vazby dítěte k primární osobě a byly zaznamenávány především v průběhu **Strange Situation Test - SST** (chování v nezvyklé situaci pro děti od jedenácti do osmnácti měsíců). Podstata tohoto testu spočívá v opakované separaci dítěte od matky v laboratorních podmínkách, která je kombinována s konfrontací s neznámou osobou. Cílem je aktivování systému, zajišťujícího citové pouto a zaznamenání jeho vnějších projevů – vzorců chování, podmíněného citovým připoutáním. Průběh testu zaznamenává pozorovatel, a to i s použitím videokamery. Průběh celé testovací procedury lze rozdělit do osmi fází, viz tabulka č. 1. Tento test patří mezi nejznámější a nejpoužívanější metody. Další metodou

---

24 ČERNÁ DRAHORÁDOVÁ, P. *Vliv citové vazby dětí mladšího školního věku k rodičům na sebehodnocení a strachy*, str. 4.

zjišťující kvalitu citové vazby je např. Q – set pro děti ve věku dvanácti až třiceti dvou měsíců.<sup>25</sup>

Číslo fáze	Doba trvání	Popis fáze
1	30 s.	Pozorovatel uvádí matku do místnosti a odchází.
2	3 min.	Dítě zkoumá místnost, matka je pasivní, ale může reagovat.
3	3 min.	Vchází cizinec, 1 min. je potichu, 1 min. konverzuje s matkou, 1 min. se přibližuje k dítěti a zkouší si s ním hrát, matka na konci fáze rychle odchází.
4	3 min.	Cizinec odpovídá dítěti, hraje si s ním, konejší atd., pokud je to vhodné. Je-li zapotřebí, fáze je ihned ukončena.
5	3 min.	Matka přichází, utěšuje dítě, poté opět s rozloučením odchází. Fáze může být prodloužena.
6	3 min.	Matka odchází, dítě je o samotě.
7	3 min.	Cizinec vchází, vítá se s dítětem a čeká. Pokud je dítě v pořádku, usedá. Je-li třeba, konejší dítě. Fáze může být v případě potřeb okamžitě ukončena.
8	3 min.	Matka volá zvenčí na dítě, vchází, chvíli vyčkává a bere dítě do náruče. Cizinec odchází.

*Tabulka č. 1: Chování v nezvyklé situaci (SST)<sup>26</sup>*

Bowlby<sup>27</sup> ve svých pozorováních např. uvádí, že chlapci se při odloučení od matky projevují úzkostněji a častěji bývají „dětinštější“ než dívky. Zajímavé je i zjištění, že tříleté děti bývaly rozrušenější než dvouleté či dvouapůlleté, pokud se matka vzdálila a nebyla na dohled. Okolo pátého roku věku se daleko snadněji uklidnily a například celý den ve školce trávily s nadšením. Při odloučení od matky bude tedy pravděpodobně dvouleté dítě skoro stejně rozrušené jako dítě jednoleté. U dítěte staršího tří let dochází ke změně. Dokáže pochopit, že se matka vrátí. Zklidněním reaguje i na návrat jiného známého člověka než matky. Chlapci mívají větší tendenci prozkoumávat věci v okolí při matčině přítomnosti a po odchodu matky ji hledají, dívky se naopak více drží v matčině přítomnosti poblíž, ale když odejde, mají větší schopnost se spřátelit s neznámým člověkem.

<sup>25</sup> KULÍSEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*, str. 411.

<sup>26</sup> Tamtéž, str. 411.

<sup>27</sup> BOWLBY, J. *Odloučení*, str. 46-62.

Jednotlivé typy vazby v dětství a dospělosti můžeme podle Lečbycha a Pospíšilíkové<sup>28</sup> charakterizovat takto:

- **Jistý typ citové vazby**

Děti s tímto typem vazby prožívají vztahovou osobu jako tzv. **jistou základnu**, ke které se mohou vždy s jistotou navrátit. Vyhledávají tělesný kontakt a považují jej za příjemný. Není-li vztahová osoba přítomna, vykazují známky nepohody, které po jejím návratu vymizí. Po návratu blízké osoby ji vítají s radostí, kladně, vyjadřují jí pozitivní emoce, vítají tělesný kontakt. Při bezpečném připoutání dítě vnímá matku jako základnu pro objevování prostředí. V bezpečné atmosféře je také možná otevřená komunikace o pocitech, názorech a okolním světě.

Později jako **dospělí** mají tyto lidé schopnost usměrňovat své prožívání, reflektovat jednání a afekty druhých osob. Dospělí jedinci s tímto typem základní vazby prožívají méně stresu, jsou odolnější a mívají stabilnější období psychické pohody. Proti jiným typům vazby se nebrání psychoterapeutické péči, pokud ji potřebují. Dále Lečbych a Pospíšilíková<sup>29</sup> uvádí, že Vavrda, Macek a Lacinová se shodují v existenci skupiny lidí, kteří zažívají pocit bezpečí na základě dobré rané vývojové zkušenosti, ale i skupiny lidí, u kterých je pocit bezpečí dán významným vztahem, který získali až v dospívání či dospělosti (milostný, přátelský, terapeutický), i když vyrůstali na bázi nejistého připoutání. Lidé s jistou vazbou vidí druhé pozitivně, s dobrým úmyslem, vlídné. Věří, že oni sami dokážou čelit životním starostem a překovávat překážky, se kterými se setkají. Jsou přesvědčeni o tom, že partnerský konflikt dokážou úspěšně zvládnout a berou jej jako příležitost pro osobní růst. Během konfliktu jednají racionálně, dokážou efektivně regulovat své emoce. Konstruktivní způsob řešení neshod jim umožňuje rychlý návrat do harmonické fáze.

- **Úzkostný typ vazby**

Pro tento typ vazby je charakteristická **vyšší úzkost a závislost dětí na pečující osobě**. Dítě se jeví jako bezmocné a nešťastné a v případě odloučení matky reaguje velkou nespokojeností. Po jejím návratu se objevuje zlost a kolísání mezi tendencí

---

28 LEČBYCH, M.; POSPÍŠILÍKOVÁ, K. *Česká verze škály experiences in close relationships (ECR) : pilotní studie posouzení vztahové vazby v dospělosti*, str. 3-4.

29 Tamtéž, str. 4.

k přiblížení a odporem z kontaktu. Charakteristickým rysem je ambivalence – dítě, jako by trestalo matku za opuštění svou zlostí a zároveň se dožadovalo její přítomnosti. Matky těchto dětí se nebrání fyzickému kontaktu s dítětem, ale proti matkám s bezpečnou vazbou k dětem reagují méně citlivě na dětský pláč, vystupují méně empaticky. Jejich chování osciluje mezi laskavostí, vřelostí a odmítáním dítěte, je více emočně labilní.

**V dospělosti** jsou lidé s touto vazbou často pohlaceni emocemi, bývají zaujatí negativními postoji k vztahové osobě, působí úzkostně, ustrašeně, závisle. Úzkostní lidé během konfliktu prožívají intenzivní strach z opuštění. Nejsou schopni efektivně regulovat své emoce. Často vnímají konflikt jako opravdovou tragédii, stále o něm musí přemýšlet. V tomto excitovaném naladění nejsou schopni partnerovi naslouchat ani účelně jednat. Nedokážou konflikt řešit konstruktivně a vymyslet kompromis. Vžít se do situace partnera, je pro ně obtížné. Nakonec jednají submisivně (a situaci vnímají jako porážku), nebo dominantně (a pak jsou vítězi oni). Jejich opakovaná „vítězství“ v partnerech vyvolávají negativní odezvu a mohou být předmětem dalšího konfliktu. Konfliktům se vyhýbají, mají tendenci je bagatelizovat a udržovat si od nich emoční distanci.

- **Vyhýbavý typ vazby**

U vyhýbavého připoutání dítě zkoumá okolí, ale **projevuje málo citů vůči rodiči nebo se nevrací k rodiči jako k základně**. Po separaci, když zůstane samo, je jeho reakce minimální, bez známek úzkosti a strachu, po návratu rodiče se dítě vyhýbá očnímu kontaktu s rodičem. Matky těchto dětí obvykle charakterizuje menší fyzický kontakt s dítětem, odmítání kontaktu, nejasná komunikace. Když ho rodič vezme na ruce, ztuhne, odtahuje se nebo projevuje odstup od rodiče, např. tím, že se více zajímá o hračky než o kontakt s rodičem. Dítě od dětství potlačuje emoce, až s nimi ztrácí kontakt. Může se objevovat tendence k perfekcionismu a péči o rodiče, neboť dítě je chváleno za nezávislost, samostatnost, povrchní adaptaci v předčasné roli dospělého.

**Pro dospělého** s tímto typem vazby je charakteristická distancovanost, odstup od intimních vztahů, emoční chlad, znehodnocování významu vztahů, zdůraznění síly a nezávislosti. Klinicky významná je zejména vyhýbavost afektům a emočně nabitým vztahům.

- **Dezorganizovaný typ vazby**

Lečbych a Pospíšilíková<sup>30</sup> uvádí, že tento typ popsaly Mainová a Solomonová, které si všimly určitých chaotických prvků chování dětí v reakci na odchod a příchod matky. Jednalo se zejména o děti, které reagovaly **významně nepředvídatelně, rychle a podivně střídaly afiliativní a vyhýbavé projevy s velmi krátkým trváním jednotlivých fází**. Objevovalo se bizarní chování – chůze v kruhu, stereotypie, zamrznutí pohybů, strnulost výrazu. Ukázalo se, že se často jedná o děti s výrazně traumatickou zkušeností – týrání, zneužívání. Vavrda dle Lečbycha a Pospíšilíkové<sup>31</sup> uvádí, že toto podivné chování mizí kolem čtyř let a je nahrazeno organizovanějšími vzorci chování, které maskují pokřivené vnitřní pracovní modely druhých osob.

**V dospělosti** jsou vztahy poznamenány dezorganizovaností, chaosem, nepředvídatelností. I jako dospělí opakuji dětský scénář, kdy nemohou opustit vztahovou osobu, i když se v její přítomnosti trápí. Trápí se často pocity viny, nejsou si jistí ve svém jednání. Dezorganizovaný typ vazby je významný prediktor duševních poruch (více v kapitole 3.3 Poruchy vztahové vazby).

### **3.2. Bezpečná vazba**

*„Bezpečná vazba dítěte je pro jeho přežití stejně základní jako vzduch k dýchání a potrava. Můžeme také říci, že emocionální vazba zajišťuje přežití a rozvoj kojence.“*<sup>32</sup>

Bezpečná vazba je pro každého člověka velice důležitá. U kojence můžeme mluvit o tom, **že emocionální vazba zajišťuje jeho přežití a následně i jeho rozvoj**. Už v naší historii jsme viděli jasné příklady bezpečné vazby. Kojenec v době kamenné musel na sebe nějakým způsobem upozornit, aby ho matka neodložila, aby ho chránila a navázala s ním vztah. Nejčastěji to bylo pláčem, přimknutím, voláním. Pokud matka jeho signály nepochopila, kojeneček v té době nejspíše umíral. Z pohledu evoluce bylo

---

<sup>30</sup> LEČBYCH, M.; POSPÍŠILÍKOVÁ, K. *Česká verze škály experiences in close relationships (ECR) : pilotní studie posouzení vztahové vazby v dospělosti*, str. 3-4.

<sup>31</sup> Tamtéž, str. 3-4

<sup>32</sup> BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 23.

tedy pro přežití mláděte nutné s matkou navázat vztah co nejdříve. Vedle zajištění dostatku potravy šlo o jednu z nejdůležitějších aktivit.<sup>33</sup>

Kojenec tuto jistotu tělesného kontaktu nepotřebuje neustále. Silněji se však tato potřeba projevuje, pokud cítí strach nebo se cítí sám. Potřeba vazby se aktivuje při odloučení od blízké osoby nebo při zážitcích, které jsou mu nepříjemné a bojí se. Například samota, štěkot psa, leknutí z hlasitých projevů, noční můry, děsivé sny atd. Kojenec nerozlišuje, zda jde o projevy zvenčí či z jeho nitra.

V obou případech cítí potřebu vazby. Ve všech kulturách funguje uspokojení tělesným kontaktem nejlépe, nestačí jej utišit pouze slovy. Ochrana před nebezpečím signalizuje v dítěti pocit bezpečí.<sup>34</sup>

**Dotek** je důležitým prvkem k posílení pocitu spokojenosti a bezpečí. Pokožka je naším největším orgánem a u kojenců je obzvláště citlivá. Rodiče by měli u dítěte rozvíjet vjem dotyku, stejně tak, jako zprostředkovávat vjemy sluchové a zrakové. Masáž dětského tělípka je příznivá pro jeho rozvoj a dokonce snižuje hladinu hormonů stresu, zlepšuje dechové činnosti, krevní oběh, metabolismus a trávení.

Podle Bowlbyho<sup>35</sup> se **interakční vzorec mezi matkou a dítětem ustálí během prvního roku života dítěte**. Čím více tento vzorec oběma vyhovuje, tím stabilnější pro oba bude. Pokud budou jeden nebo oba partneři nespokojení, budou se snažit vzorec upravit. Bowlby tedy zastává názor, že vzorec interakcí pravděpodobně po prvním roce přetrvává, ale mohou v něm nastat kdykoli i velké změny. Uvádí například období, v němž je matka v depresi, nebo když přijde na svět nový sourozenec, nebo pokud se objeví chronická choroba či nehoda atd.

*„Doporučuje se, aby dítě – v zájmu vytvoření bezpečné vazby - nespalo samo ve vlastním pokoji. Třebaže nechce usínat oddělené od rodičů, většina rodičů si v našem kulturním prostředí přeje, aby se děti naučily usínat samostatně. Na vazbu orientované přivykání době usnutí vypadá tak, že matka nebo otec ukládá dítě do postele s rituálem. Rituál je důležitý, neboť oznamuje dopředu ohraný děj. Dítě z rituálu pozná, která část denního programu právě přichází.“<sup>36</sup>*

---

33 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 23-24.

34 Tamtéž, str. 24-25.

35 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 299-301.

36 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 90-91.

Děti se naučí spát samostatně, oddělené od rodičů, ale je potřeba s přechodem ze společného usínání začít postupně. Pokud se dítě přesvědčí, že ve chvílích, kdy se bude cítit osamocené a bude se bát, pláčem přivolá matku a ta ho utěší, bude se mu usínat lépe. Ve své knize *Bezpečná výchova* Brisch<sup>37</sup> uvádí, že děti, jejichž matky reagují na jejich pláč a přijdou je utiřit, dlouhodobě spí mnohem lépe a také rychleji usínají. Dítě díky tomu získává pevnou vazbu i při odloučení od blízké osoby.

Intenzita citové vazby je dána v podstatě rychlostí reakce na pláč a pohotovostí v komunikaci, především sociální. Metody krmení, odstavení, nácvik toalety, pohlaví dítěte, pořadí narození na intenzitu vazby nemá vliv.<sup>38</sup>

**Osobu blízkou**, která bude pro kojence znamenat nejlepší ochranu a bude v něm vyvolávat pocit jistoty, si nevybírá na základě genetiky, tudíž nemusí jít o matku ani otce. Blízkou osobou může být kdokoli, kdo splní určité předpoklady. Vztahy mezi rodiči a dětmi nevznikají na základě genetické příbuznosti, ale díky společným emocionálním zkušenostem.

Už během prvního roku života si dítě vytváří tzv. „**pyramidu vazeb**“. Jde o navazování vazeb dítěte s různými osobami a jejich rozložení podle významu. Na vrcholu pyramidy stojí ta nejbližší osoba, kterou kojeneček vyhledává, když se cítí ve stresu a ve strachu. Této osobě nejvíce důvěřuje. Další osoby jsou vnímány jako náhražka k uklidnění, pokud se v jeho blízkosti nejbližší osoba nenachází.<sup>39</sup>

Brisch<sup>40</sup> ve své knize *Bezpečná výchova* shrnuje: „*Bezpečná vazba je základní potřebou, která pozitivně ovlivňuje fyzický, emocionální, intelektuální i sociální vývoj dítěte.*“

Vazbové chování je ovlivněno právě citovou vazbou vzniklou v dětství. Toto chování se odráží převážně ve stresových situacích nebo při velkém emocionálním vypětí. Člověk chce v těchto situacích pociťovat blízkost a ochranu. U menších dětí se vazbové chování projevuje pláčem, křikem a natahováním rukou k pocitově nejbližší osobě, ke které má důvěru, tedy především k matce. Adolescenti své vazbové chování

---

37 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 92-93.

38 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 272-273.

39 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 25-27.

40 Tamtéž, str. 61.

projevují převážně cílenou komunikací s hlavní postavou. Toto chování by mělo primární osobě signalizovat, že je její pomoc vyhledávána.<sup>41</sup>

Bowlby rozděluje vazebné postavy na **hlavní** a **vedlejší**. Ve své knize *Vazba* uvádí závěry z výzkumu Ainsworthové, která zkoumala vazebné chování u dětí se zcela odlišnými životními podmínkami. Výzkumy prováděla mezi dětmi skotskými a ugandskými. Do těchto výzkumů byly zapojeny jen děti, které žily se svou biologickou matkou. V naprosté většině byla hlavní osobou právě matka. Našlo se i pár výjimek. Dvě ugandské děti byly připoutány k oběma rodičům, přednost však dávaly otci. Třetí ugandské dítě bylo připoutáno jen k otci a nevlastní sestře. Mezi skotskými dětmi byla matka skoro vždy hlavní postavou během prvního roku, v některých případech se v druhém roce dělila s otcem. Z padesáti osmi skotských dětí byly tři, jejichž hlavní vazebnou postavou byla jiná osoba než matka. Dvě děti si vybraly otce a třetí babičku, která se o něj většinu času starala, když byla matka v práci.<sup>42</sup>

Z těchto a mnohých jiných pozorování je vidět, že dítě je schopné jako hlavní – primární vazebnou postavu přijmout i osobu, která se k němu bude chovat mateřsky, i když nepůjde přímo o matku. Jako mateřské chování Bowlby shrnuje takové chování, kdy blízká osoba pohotově reaguje na signály a pohyby dítěte a živě s ním sociálně komunikuje.

Je třeba rozlišit vedlejší vazebnou postavu a kamarády ke hře. Dítě svou vazebnou postavu vyhledává, pokud nemá pocit jistoty, je-li hladové, nemocné, unavené, bojí se. Naopak kamaráda ke hře vyhledá, pokud je příjemně naladěné a má jistotu, kde se nachází jeho vazebná postava. Bowlby podporuje svou hypotézu z r. 1958, že jsou jisté dispozice k tomu, aby se vazebné chování směřovalo k jedné postavě. Pokud bude mít dítě více vedlejších postav, neznamená to, že svou vazbu rozloží mezi všechny stejně, ale jedna bude ta hlavní. Jako podložení tohoto stanoviska uvádí, že malé děti ležící dlouhodobě na lůžkovém oddělení, mají tendenci upnout se na jednu konkrétní zdravotní sestřičku.<sup>43</sup>

Děti mohou navazovat citovou vazbu i s neživými předměty, jako je dudlík, kus látky, plyšová hračka atd. Bowlby se domnívá, že takováto vazba nemůže být pro dítě

---

41 KULÍSEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*, str. 404.

42 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 264-266.

43 Tamtéž, str. 267-271.



škodlivá. Naopak, upozorňuje na některé varovné případy. Děti, které vykazovaly k měkkým plyšovým hračkám až odpor, se často sociálně vyvíjely odlišně. Jiná situace však je, pokud dítě dává neživému předmětu přednost před živým. Takové chování podle Bowlbyho by mohlo být v budoucnu pro duševní zdraví škodlivé.<sup>44</sup>

### **3.3. Poruchy vztahové vazby**

Pokud se vazba nevytvoří, může vzniknout patologie vazby. V tomto případě tedy už v prvním roce dochází k určitému narušení vazeb. V částech mozku kojence dochází k ukládání poruchových vzorů vazeb. Tím bývá ovlivněno myšlení a jednání v dětství, ale i v dospělosti.

- **Dezorganizovaná vazba**

Rodiče dětí s dezorganizovanou vazbou mají v sobě zpravidla nějaké **nezpracované trauma**. Mohlo jít o násilí, zanedbávání, potrat, ztrátu blízké osoby atd. Svou zkušenost přenášejí na své dítě, především ve chvílích, kdy se jim situace něčím připomene. Děti těchto rodičů od nich nezískávají bezpečnou vazbu, jsou dezorientované. Při shledání s matkou se za ní třeba rozběhnou, v tom se ale zastaví a pláčou, nebo běží pryč, nebo se vztekají. Pokud děti reagují určitým nelogickým pohybem, či znehybní a jsou duchem nepřítomné, bývá to převážně, pokud děti cítí potřebu vazby, protože zažívají strach a odloučení. Chování tohoto druhu můžeme pozorovat u ročního kojence, často vede k pozdějším psychickým onemocněním.<sup>45</sup>

K poruchám vazby dochází i v případech, kdy se kojenci okolo jednoho roku setkají s fyzickým nebo psychickým násilím. Může jít o fyzické a sexuální násilí, citové či fyzické zanedbávání, dlouhodobé odloučení, nemožnost rozloučit se, přerušeni vztahu, nebo zážitek násilí na blízké osobě.<sup>46</sup>

- **Nediferencovaná porucha vazby**

Některé děti, které jsou v rodinách zanedbávané a mnozí kojenci, kteří vyrůstají v ústavech, si nevytvoří žádnou emocionální vazbu. K žádné osobě si nenajdou ten

---

44 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 267-271.

45 BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 52-55.

46 Tamtéž, str. 55-56.

pravý specifický vztah. Už v prvním roce se u nich tato porucha může projevovat tím, že se tyto děti k cizím lidem chovají důvěřivě, bez odstupů. Chovají se tak, jako by s každým navazovaly bezpečnou vazbu. Ale opak je pravdou. Tyto děti se pouze přizpůsobily zkušenostem. Bezpečí hledají u každého člověka, který je jim nablízku. Nepřipoutávají se ke konkrétní osobě. Tato porucha vazby se nejčastěji objevuje u dětí, které byly emocionálně zanedbávané.<sup>47</sup>

- **Porucha vazby s blokací vazebného chování**

Tato porucha se projevuje **nedůvěrou dítěte k okolí**. I ve chvíli, kdy má z něčeho strach nebo se lekne a pláče, nenaváže kontakt s blízkou osobou. Tyto děti si většinou nesou zážitky z násilí ze strany blízké osoby. Bojí se jí, nehledají u ní pocit bezpečí ve chvílích strachu. Hledají vazbu k jiné osobě. Pokud ji ve svém okolí nenaleznou, což bývá časté, upnou se na toho, kdo jim ubližuje. Brisch<sup>48</sup> tuto poruchu nazývá „patologickou vazbou k pachateli“. Tyto děti jsou trvale vystavené velkému strachu z násilnické blízké osoby. Ve svém okolí totiž nevytváří s nikým jiným žádnou vazbu.

- **Strach z cizích lidí a separační úzkost**

V průběhu vývoje dítěte se separační úzkost a strach z cizích lidí projevují nezávisle na sobě. Nejde přímo o poruchy, ale spíše o reakce. Někdy k jejich spojení může dojít, nebývá to však pravidlem. Bowlby<sup>49</sup> se v mnoha ohledech ztotožňuje se schématem Freuda. Pojímá ho tak, že při strachu z cizích lidí se stahujeme nebo unikáme ze situací, nebo od objektů, které nás znepokojují, zatímco při druhém typu chování, a to při separační úzkosti, se snažíme přibližovat, nebo setrvávat u člověka, u kterého se cítíme bezpečně, příjemně. V tomto případě jde tedy o vazebné chování. Úzkost nastává ve chvíli, kdy nemáme možnost kontaktu s vazebnou postavou, nemůžeme se k ní přiblížit, nebo zmizí, či jen hrozí, že by zmizela.

**Separací úzkost** se jako první strach v životě dítěte začíná zcela přirozeně objevovat a projevovat kolem sedmého měsíce věku dítěte. Jsou však i děti, u kterých se projeví až ve věku kolem jednoho a půl roku. Kojenec žije naprostou přítomností. Jakékoliv náhlé přerušení již vytvořených vztahů a citových vazeb může u dítěte být těžkou záležitostí a může vést k přechodnému i dlouhodobému poškození.

---

<sup>47</sup> BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova*, str. 56-57.

<sup>48</sup> Tamtéž, str. 58.

<sup>49</sup> BOWLBY, J. *Vazba*, str. 284-285.

Na účinku a důsledcích separační úzkosti se podílí věk dítěte, forma separace, prostředí, ve kterém je dítě separováno, dále temperament dítěte a předchozí zkušenosti dítěte s odloučením matky.

**Poruchy vazebného chování** se neodstraňují lehce. Málokdo se dokáže ze svých vnitřních rozštěpení vysvobodit sám. Podstatou je otevřít své nitro jinému člověku. Podstatou terapie je, aby jedinec svá traumata pochopil a přijal je.<sup>50</sup>

Pokud se člověk bojí, že nebude mít jistotu a oporu ve svých vazebných postavách, znejistí a pravděpodobně pocítí strach daleko víc, než člověk s jistými vazbami ke svým blízkým.<sup>51</sup>

### ***3.4. Rodiče a jejich vliv na podobu vytvářených vazeb***

Je podloženo, že většina malých dětí od tří měsíců reaguje jinak na matku a na ostatní lidi v rodině. Dítě se usměje, bude ji očima sledovat a hlasově se projeví. V tuto chvíli však ještě nemůžeme říct, že se jedná o vazebné chování. Nemáme totiž důkazy, že dítě svou matku rozeznává a chová se tak, aby ji u sebe udrželo. Patrné by to bylo ve chvíli, když bude dítě po jejím odchodu plakat a bude se snažit matku následovat. Pokud děti vykazují vazebné chování k více osobám, k matce bývá vykazováno dříve a silněji.<sup>52</sup>

**Vývoj vazebného chování** je nejlépe zdokumentován v prvním roce života dítěte. V dalších letech už daleko méně. Jak dítě stárne, začíná si více uvědomovat hrozící odchod matky a upozorňuje na něj křikem. U většiny dětí se velice silně projevuje vazebné chování až do tří let věku. Pak dochází ke změně. Dítě už daleko lépe zvládá překonat odchod blízké osoby. K této změně u některých dětí dochází až skokově. Po třetím roce se vyskytuje vazebné chování méně často, ale stále tvoří podstatnou část jejich chování.<sup>53</sup>

---

50 RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 211-219.

51 BOWLBY, J. *Odloučení*, str. 287.

52 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 178.

53 Tamtéž, str. 182-184.

Bowlby<sup>54</sup> ve své teorii popisuje pět reakcí, které vedou k vazebnému chování. „Dvě z nich, pláč a úsměv, přivádějí matku k dítěti a udržují ji v jeho blízkosti. Dvě další, následování a přidržování se matky, přivádějí dítě k matce a udržují je v její blízkosti. Role pátá, sání, se kategorizuje hůře a vyžaduje podrobné zkoumání. Šestá, volání, je rovněž důležitá: kdykoli po čtvrtém měsíci bude dítě vítat matku krátkými výkřiky a později samozřejmě voláním jejího jména.“

Černá Drahorádová<sup>55</sup> ve své práci uvádí, že mnohé výzkumné studie ukázaly, že kvalita citové vazby dítěte k rodičům může být rozdílná. Dítě může vykazovat vysoce kvalitní jistou vazbu k matce a nejistou k otci a naopak. Autoři Williams a Radin, podle Černé Drahorádové<sup>56</sup>, zjistili, že vazby k rodičům mají různý efekt na vývoj jednotlivých psychosociálních aspektů osobnosti dítěte. Ačkoli bylo zjištěno, že citová vazba k matce má všeobecně silnější efekt na vývoj dítěte, než vazba k otci, je kvalita citové vazby a míra otcova zapojení důležitým kvalitativním činitelem. Nicméně titíž autoři podotýkají, že nejistá citová vazba k otci má větší dopad na negativní vývoj dítěte, než vazba žádná. Tvrzení o větším vlivu citové vazby k matce se však potvrdilo jen tehdy, nebyly-li specifikovány jednotlivé oblasti. Ve specifických oblastech dětského vývoje vykazovaly citová vazba k matce a citová vazba k otci různé predikční vlastnosti.

## Chování matky

Jak už jsem dříve zmiňovala v kapitole o vývoji dítěte, stále platí, že cítění a myšlení dítěte a matky se spojuje již v prenatálním období. Pokud žena své mateřství přijme, je vše v pořádku. Mohou však nastat i situace, ve kterých na něj žena není dostatečně připravená. Například v situacích, kdy žena otěhotní po znásilnění, nebo nemiluje otce dítěte, nebo pokud se již v těhotenství otec zříká zodpovědnosti za dítě. Nezřídka se během těhotenství matčin náhled změní.

Ruppert<sup>57</sup> popisuje, že je možné, že nechtěné dítě prožívá traumatizaci již v těle matky. Traumatizované matky nemohou své trauma zrušit, vytěsnit. Podle Rupperta tedy dítě otevírá své smyslové kanály a předpokládá, že pokud se bude cítit stejně jako

---

54 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 185.

55 ČERNÁ DRAHORÁDOVÁ, P. *Vliv citové vazby dětí mladšího školního věku k rodičům na sebehodnocení a strachy*, str. 10.

56 Tamtéž, str. 10.

57 RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 89-100.

matka, bude jí co nejvíce nablízku. Druhou variantou je situace, kdy dítě cítí příliš traumatizující stavy a proto se od matky odvrací, odtahuje se. V tuto chvíli se tedy rozštěpí. Matka dítěti nedokáže a někdy ani nechce vysvětlit příčiny jejího traumatu, dítě je tedy zmatené a situaci nechápe. Svým stresem přispívá dítě k tomu, že matka s nejistou vazbou je ještě více stresovaná a ještě víc odmítá kontakt s dítětem.

Štefánková<sup>58</sup> uvádí, že pevná citová vazba k matce v prvním roce předpovídá vazebné chování dítěte k rodičům v deseti letech při silné emocionální zátěži. A ta dále zase předpovídá emocionální otevřenost a emocionální oporu v úzkých přátelských vztazích v šestnáctém roce.

Pokud se zaměříme na chování matky k dítěti, vzorců jejího chování může být několik. Některé matky mívají problém nechat dítě, aby se postupně osamostatňovalo. Nepřiměřené ulpívání na dítěti bývá důsledkem toho, že matka časně přišla o svou matku a fixuje se na svou dceru. Dítě tedy zůstává po celý život spjato s péčí o matku, o to, jak se cítí. Matka jej někdy až vydírá.

**Konflikty mezi rodiči** chápe dítě jako ohrožení. Nejčastěji bývá agresorem otec, proto dítě bývá na straně matky. Má o ni až panický strach. Tento pocit pravděpodobně dítě odstraní až v dospělosti. Nejčastěji s pomocí terapeuta.

Pokud je dítě matkou týráno, reaguje buď úplně bezbranně, nebo mateřskou nenávist obrátí proti sobě nebo nenávist původem od matky obrátí proti okolí. Takové děti bývají velice problematické a jejich chování nepředvídatelné. Nezajímají se o školu, porušují pravidla i zákony, mají sklony k agresi i sebevraždám. Ruppert<sup>59</sup> uvádí: „*Děti, které jejich matky zanedbávají, odmítají, nebo dokonce sadisticky týrají, se přes to všechno snaží udržet si pozitivní obraz matky.*“

## **Chování otce**

Muži se **často nedokážou vcítit** do pocitů kojence stejně emocionálně jako ženy. Především pokud se socializují ve společnosti, která od nich žádá tvrdost. Pokud však otcové mají přímý kontakt se svým dítětem, může jeho otcovství brzdit agresi,

---

58 ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii*, str. 432-442.

59 RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 100-106.

kteřá je mu daná. Pro zdravou psychiku dítěte je důležité, aby je otec přijal a vnímal a měl rád. Dítě chce, aby byl otec v rodině přítomen, aby zůstal u matky.<sup>60</sup>

V souvislosti se zvládáním zátěže hraje velice důležitou roli vztah k otci v raném dětství. Citová vazba k otci v 18-ti měsících dítěte, stejně jako citlivá pomoc ze strany otce při hrách ve dvou letech dítěte, souvisí s aktivnějším přístupem k řešení problémů v šestnácti letech dítěte.<sup>61</sup>

Otec představuje svět myšlení (řešení problémů), zákon, řád, kázeň, cestování a dobrodružství. Podporuje touhu po vědění, rozvoj odvahy. Role otce směřuje vně rodiny. Zkušenosti dítěte s podporujícím, povzbuzujícím otcem mu dává důvěru pro navazování dalších vztahů.

Pokud dítě nenajde z jakéhokoliv důvodu přístup k matce, hledá ho u otce. Sadističtí otcové často mívají v sobě agresi kvůli traumatickým a zlým prožitkům z dětství. Právě jejich dcery bývají v nebezpečí, že u nich bude otec hledat tělesnou blízkost, často po sexuální stránce. Sexuálně týrané děti se vnitřně štěpí a bez pomoci odborníků samy nedokážou najít východisko.

**Synové od přírody usilují o uznání svého otce.** Jeho chování se snaží napodobovat. Časná ztráta otce může synovi velice zkomplikovat vztah k jeho budoucímu synovi. Synové touží nejen po uznání, ale i po fyzickém kontaktu s otcem, například při přeměřování sil. Pokud dojde ze strany otce k sexuálnímu násilí na synovi, syn často nemůže najít oporu v matce, jelikož sama bývala obětí násilí v dětství.<sup>62</sup>

---

<sup>60</sup> RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 107.

<sup>61</sup> ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii*, str. 441.

<sup>62</sup> RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 107-112.

## 4. Kvalita vzájemného vztahu mezi dominantním pečovatelem a dítětem

Citová vazba k dominantnímu pečovateli je nejdůležitějším vztahem v životě každého jedince. Je to první vztah, který si utváříme a zachováváme po celý život. Za jednu ze základních biologických funkcí citové vazby je považována **ochrana**. Prožitky a pocity, které si utvoříme v raném dětství díky citové vazbě, nás provázejí po celý život a určují míru bezpečí a jistoty, s jakou nahlížíme na sebe, na druhé i na okolní svět.

Jak již bylo mnohokrát zmíněno, patrně nejzásadnější vliv na utváření a kvalitu citového přilnutí má matka, resp. primární pečující osoba, kterou D. Winnicott nazývá „dost dobrou matkou“ k tomu, aby láskyplně poskytla dítěti nasycení jeho vývojových potřeb. *„Zároveň „dostatečně dobrá matka“ podporuje u dítěte osobnostní růst ve smyslu respektování jeho potřeby separace a autonomie. Měla by proto citlivě „dávkovat“ saturaci potřeb dítěte i jejich frustraci, při mírné převaze jejich uspokojení. Neboť pouze tehdy je dítě přiměřeně motivováno k rozvíjení vlastní autonomie. „Příliš dobrá matka“, která by bezvýhradně a zcela uspokojovala potřeby dítěte, by patrně zablokovala jeho potřebu separace.“<sup>63</sup>*

Podle Kulíška<sup>64</sup> kvalita citového pouta do značné míry určuje emoční vývoj jedince a v pozdějším věku ovlivňuje jeho intimní vztahy. Citová vazba k pečující osobě tak významně spoluurčuje, jakým způsobem bude jedinec nahlížet na sebe, druhé i okolní svět. Dle odborníků má nejmarkantnější vliv na utváření citové vazby matka – nejčastěji dominantní pečovatel, její osobnost a kvalita péče, jakou dítěti poskytuje.

Proces citové vazby je **oslabován a narušován** celou řadou situací i životních okolností. Břicháček<sup>65</sup> popisuje dvě rozdílné situace:

- **Privace**, kterou se rozumí životní podmínky, ve kterých se žádná vazba nemohla vytvořit (např. dítě vyrůstající od narození v domovech, matka neschopná postarat se o dítě, atp.). Poškození vývoje bývá velmi značné a často dochází k nenapravitelným vývojovým změnám.

---

63 KULÍSEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*, str. 414.

64 Tamtéž, str. 421.

65 BŘICHÁČEK, V. *Raný vztah matky s dítětem*, str. 71.

- **Deprivace**, kterou se rozumí podmínky, kdy k připoutání docházelo, ale negativním zásahem bylo přerušeno (nemoc matky, její duševní poruchy od porodní deprese až po mnohem těžší onemocnění, dlouhodobá hospitalizace dítěte apod.)

Dalšími negativními momenty a odchylky od běžného vývoje v rámci citové vazby (body obratu citové vazby) mohou dle Břicháčka<sup>66</sup> být:

- dlouhodobá či opakovaná hospitalizace dítěte bez matky (často se v té době vytvoří úzkostná či náhradní vazba na cizí osobu, kterou může být citlivá dětská sestra),
- změny v okolí dítěte: např. rozvod, dlouhá nemoc matky, změna prostředí, nástup málo citlivé a nezkušené pečovatelky často z jiného kulturního a jazykového prostředí aj.,
- ztráta blízké osoby (úmrtí či odchod z rodiny) spojená se silným dětským zármutkem aj.

Kulísek<sup>67</sup> uvádí, že bylo provedeno mnoho studií zkoumajících vlivy různých faktorů ovlivňujících kvalitu citové vazby. Např. Colinová při svém výzkumu zjistila, že negativní vliv na kvalitu citové vazby má **alkohol, užívání drog a jiných látek ovlivňující psychiku člověka**. Zatím však není potvrzeno, zda je zvýšený podíl dětí s úzkostným typem citové vazby způsoben přímým účinkem látky na plod nebo zda jde o důsledek nedostatečné péče matky. Další její studie zkoumající kvalitu citové vazby se zabývala **vlivem pohlaví a pořadí narození dětí** – tyto faktory však nebyly prokázány, stejně tak jako vliv **vrozených temperamentových vlastností**. Výzkumy zabývající **předčasnými porody** přinesly rozporuplné výsledky. Fieldová se domnívá, že matky, kterým se děti narodily předčasně, jsou citlivější k signálům dítěte a eliminují tak možný negativní dopad předčasného porodu. Z novějších studií však vyplývá, že předčasný porod lze považovat za rizikový faktor z hlediska vývoje citové vazby. Na kvalitě citové vazby se mohou odrazit i **transkulturní rozdíly**, se kterými souvisí rozdílné způsoby péče o dítě.

Významnou úlohu při utváření citové vazby má dle Štefánkové **citlivost** primární pečující osoby k potřebám dítěte. Zkušenosti s uspokojením a útechou

<sup>66</sup> BŘICHÁČEK, V. *Raný vztah matky s dítětem*, str. 71.

<sup>67</sup> KULÍSEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*, str. 414-415.



či naopak odmítnutím od primární pečující osoby si dítě zvnitřňuje a utváří si konkrétní představy a očekávání o podpoře primární osoby. Ty se pak integrují do systému citové vazby a někdy bývají nazývány jako vnitřní pracovní modely.<sup>68</sup>

Psychoanalytička Margret Mahlerová vedla výzkum v Master's Children's Center v New Yorku, v němž díky pozorování zkoumala vztah mezi dítětem a matkou, jako dominantním pečovatelem. Podle ní dětské „já“ zraje a matka slouží jako „pomocné já“ k vývoji dítěte. Tato psychoanalytička se přiklání k názoru o stupňovitém odpoutávání, v němž dochází k postupnému odpoutávání se od matky a zároveň ke střídání s postupným sblížením.<sup>69</sup>

Ve fázi, ve které dochází k opětovnému sblížení, se dítě podřizuje přáním matky, aby dosáhlo uspokojení jejích potřeb. Pokud se dítě přizpůsobuje až extrémně, vzniká tím nebezpečí, že si dítě osvojí matčiny charakterové rysy. Podle Rupperta<sup>70</sup> Mahlerová popisovala důsledky tohoto jevu tak, že pokud se dítě nedokáže samo individualizovat, mohou poruchy v této fázi vést až k dětským psychózám.

*„V této psychoanalytické teorii se dále poukazuje na význam otce. Ten má dítěti pomoci, aby se díky „triangulaci“ (vztahovému trojúhelníku matka – dítě – otec) vymanilo ze symbiotické podvojnosti („dyády“) se svou matkou.“<sup>71</sup>*

Pokud probíhá interakce mezi matkou a dítětem hladce, oba se cítí v přítomnosti toho druhého příjemně. Všechny interakce doprovázejí silné emoce, ať už kladné či záporné.

V případě, že se vyskytnou dlouhodobější konflikty, často mohou vyústit až v silnou úzkost u obou jedinců. Dalo by se říci, že blízkost matky a dítěte jsou od obou hodnoceny jako pozitivní, příjemné, oproti tomu, odloučení je hodnoceno jako zraňující. Toto chování je ve společnosti považováno za samozřejmé. Pokud dojde k nějakým výraznějším odchylkám v chování jednoho nebo druhého, bývá tato situace vyhodnocena jako patologická.<sup>72</sup>

---

68 ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii*, str. 436.

69 RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 34-35.

70 Tamtéž, str. 38.

71 Tamtéž, str. 35.

72 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 212-213.

Dle mého názoru je toto důkazem názorů Mahlerové, o potřebě dítěte se individualizovat. O těchto názorech se zmiňuje Bowlby<sup>73</sup> ve své knize *Vazba*. Oproti prvnímu typu chování - jsou lidé, kteří zažívali nejistou citovou vazbu a řeší konflikty obtížněji. A to příliš dominantně až destruktivně, nebo naopak příliš submisivně, podřizují se. Z výzkumu tedy můžeme vyčíst, že styl citové vazby v dospělosti je ovlivněn stylem citové vazby získané v dětství.

**Kvalita vazby s vlastní matkou** se odráží v celém budoucím životě dítěte, později dospělého. Lacinová a Kotrlová<sup>74</sup> popsaly citovou vazbu a především řešení konfliktů v partnerských vztazích v dospělosti na stránkách časopisu *E-psychologie*. Styl utvořené citové vazby úzce souvisí i s řešením partnerských konfliktů v dospělém věku. Citová vazba v dospělosti se oproti citové vazbě v dětství liší v tom, že v dospělosti mohou být oba partneři pečovateli či osobami, o něž je pečováno. Často pak dochází i ke střídání těchto rolí. Tyto dvě autorky provedly výzkum prostřednictvím dotazníků na internetových stránkách. Zkoumáno bylo 226 bezdětných a svobodných respondentů ve věku osmnáct až třicet tři let (84 % ženy). Výzkum prokázal, že jistá citová vazba se odráží v konstruktivním stylu při řešení konfliktů. Tito jedinci se snaží nalézt kompromis.

---

<sup>73</sup> BOWLBY, J. *Vazba*, str. 213.

<sup>74</sup> KOTRLOVÁ, H., LACINOVÁ L. *Citová vazba a řešení konfliktů v partnerských vztazích v dospělosti*, str. 4-5.

## 5. Vnitřní rizikové faktory

### 5.1. Vnitřní pracovní model

Bowlby<sup>75</sup> uvádí, že každý jedinec si již během prvního roku života na základě zkušeností s přístupností pečující osoby vytváří **mentální reprezentace**, neboli vnitřní pracovní modely, které poskytují **strukturu očekávaného chování pečující osoby, ale i sebe samého**. Bowlby tvrdí, že vnitřní pracovní modely vytvářející se v dětství přetrvávají do dospělosti a ovlivňují budoucí vztahy.

Všichni psychoanalytici dnes souhlasí se zjištěním, že všichni novorozenci si během prvního roku života vytvoří silné pouto k matce. Avšak ne všichni se shodují, jak takové pouto vzniká, jak se udržuje a jakou plní funkci.<sup>76</sup> Citové pouto dítěte k pečující osobě či osobám podstatně ovlivňuje vývoj osobnosti. Verney a Kelly dle Kulíška<sup>77</sup> uvádí, že toto pouto se pravděpodobně utváří již v těhotenství a u každého jedince se vyvíjí jinak, jiným způsobem. Velice důležitá pro pocit bezpečí v budoucnosti je pevnost a kvalita citové vazby. Základní podoba citového přilnutí je podle odborníků trvalá, málokdy změnitelná.

Vnitřní pracovní model představuje psychické struktury vznikající v prvních letech života dítěte, do kterých si dítě začleňuje další zkušenosti z nejrůznějších vztahů. Zahrnují tedy různé pocity, názory, očekávání, strategie chování a způsoby interpretace informací, které jsou vázány na vztah s citově důležitou osobou. Podle Kulíška<sup>78</sup> vnitřní modely často fungují na **nevědomé nebo částečně vědomé rovině**. Modely bývají značně rezistentní vůči změnám, jejich změny lze docílit dlouhodobým působením, např. pomocí psychoterapie. Marvin a Britner<sup>79</sup> uvádí, že jde spíše o flexibilní modely, které jedinci slouží pro pochopení a předvídání jeho vztahů s prostředím a také pro vytváření složitějších sekvencí chování.

---

75 BOWLBY, J. *Attachment and loss: vol. 2: separation: anxiety and anger*, str. 202-203.

76 BOWLBY, J. *Vazba*, str. 160.

77 KULÍSEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*, str. 405.

78 Tamtéž, str. 407.

79 MARVIN, R.; BRITNER, P. *Normative development: the ontogeny of attachment*, str. 48.

Macek a Štefánková<sup>80</sup> uvádí, že vnitřní model je založen v raném věku a jeho základní podoba je značně stabilní, ovlivnitelná jen dlouhodobým intimním vztahem s druhou osobou. Pro vznik vnitřních pracovních modelů je důležitá dostatečná úroveň kognitivních schopností.

Vnitřní pracovní modely se utváří na základě interakcí dítěte a primární pečující osoby. Colinová jej dle Kulíška<sup>81</sup> charakterizuje jako **mentální reprezentaci sebe** (jak dítě vnímá samo sebe, své dovednosti a schopnosti, své vztahy), **druhých** (jak se k dítěti chovají, jak jsou pro něj dostupné, jak adekvátně reagují na jeho potřeby) a **vzájemných vztahů** s těmito osobami.

Častým jevem je, že člověk používá více než jeden vnitřní model vztahu k určité osobě (tzv. **vícenásobné modely**). Takovéto modely bývají protichůdné a mohou způsobovat **intrapyschické či interpersonální konflikty**. Podle Kulíška<sup>82</sup> děti, u nichž existují takovéto protikladné vnitřní modely, mívají často potíže při nečekané separaci od rodičů, projevují nedostatek kontroly impulsů a bývají náchylné k úzkostným či agresivním reakcím, ať již mířeným proti sobě nebo obrácených navenek.

## 5.2. *Emoční chování*

Citová vazba patří mezi rané emoční zkušenosti a je zřejmě determinována nejen sociálně, ale také dispozičně. Čím je první citová vazba dítěte pevnější, tím má dítě lepší vyhlídky do budoucna na celoživotní emocionální zdraví.

Poláčková Šolcová<sup>83</sup> ve své disertační práci uvádí: „*S ohledem na regulaci emocí v průběhu prvního roku života kojence panuje shoda mezi výzkumníky v otázce vlivu kvality citové vazby.*“

Mnoho studií bylo zaměřeno na výzkum, jak pracovní modely ovlivňují emoční reakce a **regulaci emocí**. Koncept emocionální regulace, která je považována za součást

---

80 MACEK, P.; ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Vztahy s rodiči a jejich souvislosti s citovou vazbou*, str. 29.

81 KULÍSEK, P. *Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)*, str. 407.

82 Tamtéž, str. 408.

83 POLÁČKOVÁ ŠOLCOVÁ, I. *Regulace emocí v perspektivě vývoje, zdraví a kultury jedince*, str. 45.

osobnosti, jak uvádí Štefánková<sup>84</sup>, se začal formovat v 80. letech. Emocionální regulace hraje významnou roli v procesu adaptace a organizace chování.

Z výzkumů Shavera a Mikulincera dle Kalinové<sup>85</sup> vyplývá, že **úzkostní jedinci** prožívají intenzivní emoce a časté emoční vzestupy a pády. Projevují se vyšší emoční expresivitou a jsou impulzivní. Úzkostný styl je spojován s **hyperaktivačními strategiemi**, tzn., že jedinec přehnaně reaguje na vlastní negativní pocity, aby získal podporu okolí. U jedinců s **vyhýbavou citovou vazbou** je naopak emocionalita a emoční expresivita utlumená, tito lidé mají lepší schopnost potlačovat pocity. Vyhýbavý styl je pak spojován s **deaktivačními strategiemi**, které spočívají v potlačování a opomíjení pocitů a zvyšování distance od druhých, aby se člověk vyhnul frustraci z jejich nedostupnosti.

Bowlby se, dle Betlacha<sup>86</sup>, „zabýval zkoumáním individuálních rozdílů emocionální regulace. Zkoumal, proč mají lidé s určitými vztahovými zkušenostmi sníženou emocionální regulaci. Podle něj má podpora a vnímaná dostupnost primárně pečujících osob v raném dětství zásadní vliv na formování emocionální regulace. Dítě si v průběhu interakcí s pečujícími osobami osvojuje vzorce chování, projevování i potlačování emocí. Učí se, nakolik je užitečné dávat najevo svoji bezradnost, osamělost, vztek a podobně.“ Zdůrazňoval důležitost interpersonálních zkušeností, které jsou zdrojem individuálních rozdílů v regulaci emocí v průběhu životní dráhy.

Podle Bowlbyho má podpora a vnímaná dostupnost primárně pečujících osob v raném dětství zásadní vliv na formování emocionální regulace. Dítě si v průběhu interakcí s pečujícími osobami osvojuje vzorce chování, projevování i potlačování emocí. Učí se, nakolik je užitečné dávat najevo svoji bezradnost, osamělost, vztek a podobně. Podle teorie rané citové vazby lze říct, že rozdíly ve stylu citové vazby odrážejí zkušenosti s ovládnutím emocí, které člověk získal v blízkých vztazích<sup>87</sup>.

---

84 ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii*, str. 432.

85 KALINOVÁ, P. *Souvislost citové vazby a citlivosti vůči odmítnutí se strategiemi zvládnání konfliktů v partnerských vztazích*, str. 8-9.

86 BETLACH, J. *Vztahy mezi rodiči a dětmi jako predikátor vztahu s partnerem*, str. 9.

87 ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii*, str. 435-436.

Štefánková<sup>88</sup> shrnuje výsledky několika studií, ze kterých vyplývá, že jistá citová vazba pozitivně koreluje s afektivní emocionální regulací:

- Děti s **jistou citovou vazbou** se učí efektivní emocionální regulaci. Tyto děti dokážou o svých pocitech hovořit a v případě potřeby vyhledat pomoc, chovají se podle svých zkušeností s pečující osobou, která jim poskytovala v minulosti bezpečnou ochranu a akceptaci. Jedinci s jistou vazbou také lépe rozumí sociálním situacím a vyznají se i v méně jednoznačných situacích ve srovnání s jedinci s nejistou vazbou.
- Děti s **vyhýbavou citovou vazbou** nejsou schopny využívat sociální oporu, nevyjadřují své pocity a vyhýbají se komunikaci. Jejich soustředění se zaměřuje na objekty, nikoliv na osoby. V náročných situacích sice působí klidně, ale uvnitř mohou prožívat konflikt. Negativem této strategie je skutečnost, že jedinec nehledá pomoc. Záměrné potlačení negativních emocí u úzkostných jedinců může odrážet jejich nechuť vyjadřovat strádání a negativní pocity, protože za nadměrné stěžování a neodbytnost byli v minulosti často kritizováni.
- Děti s **nejistou ambivalentní úzkostnou vazbou** v náročných situacích projevují vzrušení na fyziologické i behaviorální úrovni a jejich projevy jsou obtížně regulovatelné.
- Děti s **dezorganizovanou vazbou** mají velmi narušenou, anebo žádnou regulaci emocí. Často se u nich objevují poruchy emocí, chování a adaptace.

---

88 ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba v detstve a adolescencii vo vzťahu k emocionálnej regulácii*, str. 432-443.

## 6. Vnější rizikové faktory

### 6.1. *Vztahy rodinné a rodičovské*

První kontakty, které dítě navazuje, jsou s primární osobou, později se rozšiřují na rodinu. Dítě je rodinným prostředím zásadně ovlivňováno po celý svůj život. S rodinným životem a rodinnými vztahy se také postupně rozvíjí i citová vazba.

Vztahy uvnitř rodiny nemusejí být vždy ideální. Když dojde k rozchodu či rozvodu rodičů, bývá to pro dítě většinou traumatické. Tato separace od jednoho z rodičů bývá násilná, dítě nemusí přijmout novou realitu. Děti své trápení dávají najevo různě. Některé se s tím smíří brzy, obzvláště pokud mezi rodiči docházelo ke slovním či fyzickým útokům. Některé děti reagují sníženým zájmem o školní povinnosti, lítostivostí, poruchami spánku či agresivitou.<sup>89</sup>

Rodina a rodinné prostředí se bohužel za poslední desetiletí hodně změnila – zvyšuje se věk lidí vstupujících do prvního manželství, obecně klesá sňatečnost či stoupá počet rodin, v nichž o dítě pečuje pouze jeden rodič a v neposlední řadě stoupá počet rozvodů. Ženy se více emancipují, tíhnou k budování kariéry a na výchovu dětí a jejich potřeby nezbývá tolik času.

Podstatným rizikovým faktorem je nepřítomnost rodičovské postavy v rodině, tou je nejčastěji otec. Dítě pak postrádá mužský vzor, oporu a autoritu. Samostatnou kategorii tvoří děti, které rodinné prostředí vůbec nepoznaly a byly vychovávány v různých rodinných domovech atp. Tyto děti mají nejen oslabenou schopnost navazovat vztahy a nalézat v nich uspokojení, mají i oslabený smysl pro civilní realitu. Jejich adaptace na ústav je lepší než adaptace na samostatný život mimo ústav.<sup>90</sup>

Matějček a Kubička<sup>91</sup> vypracovali výzkumnou studii, ve které se zabývali významem narození z nechtěného těhotenství pro pozdější psychický vývoj. Z jejich výzkumu je patrné, že se potvrdila Bowlbyho teorie. „*Jestliže zjišťujeme, že pamětně*

---

<sup>89</sup> RUFO, M. *Pust' mě, ale neopouštěj*, str. 69-72.

<sup>90</sup> MATOUŠEK, O.; KROFTOVÁ, A. *Mládež a delikvence*, str. 43

<sup>91</sup> KUBIČKA, L.; MATĚJČEK, Z. *Rodičovské chování v pohledu dospívajících a sebepercepce v dospělosti: prospektivní studie*, str. 4

*zakódovaná percepce postojů vlastních rodičů do jisté míry predikuje, jak bude člověk vnímat své duševní zdraví, své partnerské vztahy a své vztahy s dětmi o mnoho let později, svědčí to podle našeho názoru pro Bowlbyho teorii v jejím sociálně kognitivním pojetí, podle něhož člověk svůj relativně trvalý obraz vlastních rodičů celoživotně promítá do svého vidění vlastní osoby a do svého vnímání vlastních nejdůležitějších mezosobních vztahů. Ve shodě s Bowlbyho teorií je i naše zjištění, že je to percepce rodičů jako milujících či hostilních postav, která se promítne do jeho sebepercepce a do jeho vnímání nejdůležitějších mezosobních vztahů.“*

I když rodina prošla mnohými přeměnami, její hlavní úloha – ochrana a výchova dětí zůstává. Fungující rodina má pro psychický i tělesný vývoj dítěte zásadní význam. Je prokázáno, že děti vyrůstající bez rodičovské lásky trpí duševními poruchami, úzkostnými stavy nebo závislostí na návykových látkách častěji, než děti vyrůstající v harmonické rodině. Citově zanedbávané děti mají rovněž větší sklon k asociálnímu a anetickému chování a s ním spojené trestné činnosti.<sup>92</sup>

## **6.2. Výchova**

Ve výchově je důležité, aby se dítě závislé na blízkých osobách začalo po určitém čase zaměřovat samo na sebe. Mělo by pochopit, že je individuální. Není stejné jako jeho matka, ani jako jeho otec, ani jako jeho sourozenec. Dle slov Rupperta<sup>93</sup> by si mělo vymezit, co je vlastně zač. Pro dítě je problém uvědomit si, kdo vlastně je, pokud ani primární osoby nevědí, kdo jsou. Děti potom mohou přijímat názory a pohledy z okolí a ztotožňovat se s nimi, i když nemusejí být reálné. Přestávají důvěřovat svým vlastním instinktům, emocím, zkušenostem. Odnaučí se rozhodovat podle svého vlastního uvážení.

Mateřská láska je bezpodmínečná - matka miluje své dítě za všech okolností, takové jaké je. Matky, na rozdíl od otců, dětem více naslouchají, více rozumí jejich potřebám. Jejich výchovné role jsou založeny na péči o dítě, obstarávání základních potřeb, socializaci, zajištění pocitu bezpečí a jistoty. Matky řídí citový svět dětí. Učí je zacházet s negativními emocemi, jako je smutek, strach. To je důležité pro pozdější

---

<sup>92</sup> PÖTHE, P. *Dítě v ohrožení*, str. 23.

<sup>93</sup> RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie*, str. 46-47.



sociální chování dítěte. Matky mívají odlišný styl výchovy od otců. Jsou více didaktické, mají vrozenou tendenci vyučovat, poučovat, usměrňovat vývoj člověka. Hrají si spíše konvenčně (paci – paci atp.).

Otcovská láska je naopak podmíněná - otec miluje dítě za určitých podmínek. Většinou těch, které jsou důležité pro rozvoj dítěte (dobré známky, slušné chování). Tento typ lásky se začíná výrazněji projevovat mezi 6. -7. rokem života dítěte. Pro dětský rozvoj je velice důležitý – žene jej dopředu. Otcové ovlivňují vývoj dítěte ve vztahu k okolnímu prostředí. Podporují všechno, co může dítě připravovat na jakýkoli konflikt v budoucnu, trénují jeho reakce. Otcové vymýšlejí nové hry, dávají dětem hodně podnětů a ještě více od nich vyžadují. Jejich komunikace s dítětem je však komplikovanější. Více než matky podněcují dítě ke zvědavosti a vytrvalosti, k poznávání nového, dosud nepoznaného. I přes různé překážky a zklamání podporují dítě v dokončení situace (posadí dítě na kolo poté, co z něj spadlo, atp.).

**Pro rovnoměrný a zdárný vývoj dítěte je velmi důležité, aby se dítě setkala s oběma typy lásky, s oběma přístupy výchovy.**

Od rodičů dětí v období puberty je rozumné, aby jim ponechali určitou volnost, přitom by jim ale měli být oporou. Děti si potřebují samy zažít a vyzkoušet, co mohou a co ne. Později hledají osobní smysl, tvoří si vlastní hodnoty. Odpoutávají se od jistot, které jim doteď poskytovala rodina, přátelé, škola.

## ZÁVĚR

Cílem této práce bylo získat bližší informace o rané citové vazbě a jejím vlivu na vývoj dítěte. Vycházela jsem z dostupných tištěných i elektronických zdrojů, primárním zdrojem pro mne byla Bowlbyho Vazba.

Bowlby staví ve své teorii do popředí blízkost primární osoby, nejčastěji matky. Dle teorie citové vazby rozlišujeme vazbu jistou a nejistou s třemi podtypy – vyhýbavá, úzkostně ambivalentní a dezorganizovaná.

Potřeba navazovat a udržovat blízké vztahy nás provází po celý náš život. Množství a kvalita blízkých vztahů ovlivňuje naše psychické a fyzické zdraví, vývoj, osobní růst a podobu našich vývojových krizí. Do prvního vztahu se člověk obvykle rodí. Rané zkušenosti z dětství spojené s intenzivním prožíváním kladných a záporných emocí působí na psychosociální vývoj jedince a mohou souviset s chováním a prožíváním v blízkých citových vztazích v dospělosti.

Jsem učitelkou v mateřské škole a díky své praxi s předškolními dětmi jsem se setkala se všemi vzorci výše popisovaných vazeb. Je důležité, aby si chování dítěte všimalo i jeho okolí (např. učitelka v MŠ, ZŠ). Díky prostudovaným materiálům a delšímu pozorování jsem na dětech lépe pochopila, proč se chovají právě určitým způsobem. Je potřeba větší citlivosti ve školním prostředí a případné změny chování u dětí nebrat na lehkou váhu. Snažit se objevující se rizika včas řešit.

U dítěte s jistou citovou vazbou pozoruji při příchodu matky větší klid. Dítě je schopno si ještě dohrát rozehranou situaci, protože má v sobě pocit jistoty, že matka na něj počká. Samozřejmě někdy se rozeběhne a hned skočí matce do náruče. Obě varianty jsou v pořádku. Důležité je, že u dítěte nedochází k nejistotě, vyžaduje tělesný kontakt

a projevuje radost. Dítě s nejistou citovou vazbou jde obvykle k matce pomalu, nechce se mu, bojí se. Pokud má ještě sklopenou hlavu, může to poukazovat na nějakou disharmonickou situaci v rodině. Dítě nemá radost z příchodu matky, chová se k ní odtažitě. Chci upozornit, že nelze usuzovat pouze z jednoho vítání či loučení dítěte s matkou, ale jde o dlouhodobější proces.

Důkladnější vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti teorie citové vazby by mělo velký význam v prevenci. Děti s poruchami chování stále přibývá a edukování

pedagogičtí pracovníci by jim mohli pomoci. Pro pedagoga je důležité mít povědomí o širším rodinném zázemí dítěte, aby mohl komplexně posuzovat příčiny jeho chování.

Ze získaných poznatků týkající se problematiky citové vazby vyplývá, že vliv rané citové vazby má na dospělého jedince značný vliv, a to jak v pozitivním, tak negativním směru. Kvalita vztahu s rodiči je zcela určitě důležitá pro sociální i emoční vývoj jedince. Dospělí, u nichž se citová vazba v dětství neutvořila nebo byla narušena, nebudou pravděpodobně schopni ji vytvořit ani mezi sebou a svým dítětem. S velkou pravděpodobností se v takových případech může objevit některá z poruch chování, a zde je vhodné požádat o pomoc odborníka. Poměrně častým jevem je, že rodičům problém z dětství nevědomě připomene svým chováním samo dítě.

## Seznam literatury

### Tištěné zdroje

- ATKINSON, R. L. *Psychologie*. Praha: Portál, 2003. 752 s. ISBN 80-7178-640-3.
- BOWLBY, J. *Vazba*. Praha: Portál, 2010. 356 s. ISBN 978-80-7367-670-4.
- BOWLBY, J. *Odloučení*. Praha: Portál, 2012. 400 s. ISBN 978-80-262-0076-5.
- BRISCH, K. H. *Poruchy vztahové vazby: od teorie k terapii*. Praha: Portál, 2010. 312 s. ISBN 978-80-7367-870-8.
- BRISCH, K. H. *Bezpečná výchova: budování jisté vztahové vazby mezi rodiči a dětmi*. Praha: Portál, 2012. 157 s. ISBN 978-80-262-0063-5.
- BŘICHÁČEK, V. Raný vztah matky s dítětem. In DUNOVSKÝ, J. a kol. *Sociální pediatrie: vybrané kapitoly*. Vyd. 1. Praha: Grada, 1999. 279 s. ISBN 80-7169-254-9.
- HARTL, P.; HARTLOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5
- KUBIČKA, L.; MATĚJČEK, Z. Rodičovské chování v pohledu dospívajících a sebepercepce v dospělosti: prospektivní studie. *Československá psychologie*. 2003, roč. 47, č. 6, s. 481-489
- KULÍSEK, P. Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). *Československá psychologie*. 2000, roč. 44, č. 5, s. 404-423.
- LANGMEIER, J.; MATĚJČEK, Z. *Psychická deprivace v dětství*. Praha: Avicenum, 1992. 400 s. ISBN 978-80-2461-983-5.
- LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie. 2.*, aktualizované vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. 368 s. ISBN 978-80-247-1284-0.
- MACEK, P.; ŠTEFÁNKOVÁ, Z. Vztahy s rodiči a jejich souvislosti s citovou vazbou. In LACINOVÁ, L; MACEK, P. *Vztahy v dospívání*. Brno: Masarykova univerzita Brno, 2013. S. 25-40. ISBN 978-80-87474-46-4.
- MARVIN, R.; BRITNER, P. Normative development: the ontogeny of attachment. In CASSIDY, J.; SHAVER, P., R. *Handbook of attachment: theory, reserach and clinical applications*. New York: Guilford Press, 1999. S. 44-67. ISBN 978-16-0623-028-2.
- MASARACCHIOVÁ, R.; TASCHNEROVÁ, U. *Maminčino břicho: knížka pro děti o těhotenství*. Praha: DharmaGaia, 2009. 45 s. ISBN 978-80-7436-000-8.
- MATOUŠEK, O.; KROFTOVÁ, A. *Mládež a delikvence*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-226-2.

PÖTHE, P. *Dítě v ohrožení*. Praha: G plus G, 1999. ISBN 80-86103-21-8.

RUFU, M. *Pust mě, ale neopouštěj*. Praha: Portál, 2009, 144 s. ISBN 978-80-7367-616-2.

RUPPERT, F. *Symbióza a autonomie: traumata z narušeného systému rodinných vazeb*. Praha: Portál, 2011. 272 s. ISBN 978-80-262-0004-8.

ŠTEFÁNKOVÁ, Z. Citová vazba v dětství a adolescenci ve vztahu k emocionální regulaci. *Československá psychologie*. 2005, roč. 49, č. 5, s. 432-443.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 2012. 531 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

### Elektronické zdroje

BETLACH, J. *Vztahy mezi rodiči a dětmi jako predikátor vztahu s partnerem* [online]. 2010 [cit. 2015-01-11]. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Filozofická fakulta. Vedoucí práce Mojmír Tyrlík. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/174219/ff\\_m/DP\\_Betlach.txt](http://is.muni.cz/th/174219/ff_m/DP_Betlach.txt).

BOWLBY, J. *Attachment and loss: vol. 2: separation: anxiety and anger* [online]. New York: Basic Books, 1973. 437 s. ISBN 0-465-09716-2. [cit. 2015-01-22]. Dostupné z WWW: <http://www.abebe.org.br/wp-content/uploads/John-Bowlby-Separation-Anxiety-And-Anger-Attachment-and-Loss-Vol-2-1976.pdf>

ČERNÁ DRAHORÁDOVÁ, P. *Vliv citové vazby dětí mladšího školního věku k rodičům na sebehodnocení a strachy* [online]. 2010 [cit. 2014-03-11]. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Radka Neužilová Michalčáková. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/182253/fss\\_b/](http://is.muni.cz/th/182253/fss_b/).

KALINOVÁ, Pavla. *Souvislost citové vazby a citlivosti vůči odmítnutí se strategiemi zvládnutí konfliktů v partnerských vztazích* [online]. 2012 [cit. 2015-01-28]. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Jan Širůček. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/333212/fss\\_b/](http://is.muni.cz/th/333212/fss_b/).

KOCHOVÁ, K. *Citová vazba k rodičům (attachment) v rané adolescenci a její souvislosti s osobnostními charakteristikami dětí* [online]. 2007 [cit. 2014-03-11]. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce Zuzana Štefánková. Dostupné z: WWW: <http://theses.cz/id/z0cwxn/>.

KODYTKOVÁ, V. *Citová vazba a užívání strategií vztahové údržby v manželství* [online]. 2010 [cit. 2014-03-11]. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Lenka Lacinová. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/89197/fss\\_m/](http://is.muni.cz/th/89197/fss_m/).

KOTRLOVÁ, H.; LACINOVÁ L., Citová vazba a řešení konfliktů v partnerských vztazích v dospělosti, *E-Psychologie* [online], 2013, roč. 7, č. 4. Dostupné z WWW: [http://e-psycholog.eu/pdf/kotrlova\\_lacinova.pdf](http://e-psycholog.eu/pdf/kotrlova_lacinova.pdf).

LEČBYCH, M.; POSPÍŠILÍKOVÁ, K. Česká verze škály experiences in close relationships (ECR) : pilotní studie posouzení vztahové vazby v dospělosti. *E-Psychologie* [online], 2012, roč. 6, č. 3. Dostupné z WWW: <http://e-psycholog.eu/pdf/lecbych-pospisilikova.pdf>.

POLÁČKOVÁ ŠOLCOVÁ, I. Regulace emocí v perspektivě vývoje, zdraví a kultury jedince [online]. 2012 [cit. 2015-01-11]. Disertační práce. Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, katedra sociální psychologie. Vedoucí práce Ivan Slaměník. Dostupné z WWW: <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/download/140021349>.

SCHLESINGEROVÁ, M. *Strach ze smrti a citová vazba v období adolescence* [online]. 2009 [cit. 2014-03-11]. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Radka Neužilová Michalčáková. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/144023/fss\\_m/](http://is.muni.cz/th/144023/fss_m/).

ŠTEFÁNKOVÁ, Z. *Citová vazba a sociální adaptace v rané adolescenci* [online]. 2011 [cit. 2014-03-11]. Disertační práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Petr Macek. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/133652/fss\\_d/](http://is.muni.cz/th/133652/fss_d/).

## Abstrakt

JIRÁŇOVÁ, M. *Rané citové vazby*. České Budějovice 2015. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky volného času. Vedoucí práce M. Lhotová.

**Klíčová slova:** citová vazba, vazební chování, attachment, bezpečná vazba, rodiče, děti, dětství, dospělost

Práce se zabývá ranými citovými vazbami, analyzuje jejich vznik, vývoj a vliv na dospělého jedince. Autorka čerpá z poznatků anglického psychoanalytika Johna Bowlbyho, který je považován za zakladatele vztahové vazby. V práci je popsána historie vztahové vazby a prvky vazebního chování. Autorka dále charakterizuje vnitřní a vnější rizikové faktory citové vazby. Z práce vyplývá, že citová vazba, která se utváří již v prenatálním období a později se stává stále pevnější, je obrovskou výhodou pro navázání bezkonfliktních vztahů v dospělosti.

# Abstract

Early attachments

**Keywords:** attachment, coupling behavior, secure attachment, parents, children, childhood, adulthood

This thesis deals with early emotional attachments, analyzing their origin, evolution and impact on adult. The author draws on the knowledge of the English psychoanalyst John Bowlby, who is considered the founder of relational ties. The thesis describes the history of relational links and elements of the binding behavior. The author also describes the risk factors of emotional ties, both internal and external. The work shows that the emotional bond that is formed at the prenatal stage and later becomes ever stronger, it is a huge advantage to establish a conflict-free relationship in adulthood.