

Richard Pates: Dopad adverzních dětských zkušeností. Přednáška a seminář na 1. LF UK

Michaela Malinová

e-mail | michaela.malinova@lf1.cuni.cz

Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze



Obrázek 1 | Prof. Pates na 1. LF UK

Na konci října 2023 proběhla na 1. LF UK přednáška se seminářem profesora Richarda Patese na téma adverzních dětských zkušeností. Přednášku uspořádala Klinika adiktologie 1. LF UK.

Richard Pates (<https://www.researchgate.net/profile/Richard-Pates-4>) je zakládajícím členem a bývalým prezidentem ISAJE (International Society of Addiction Journal Editors, <https://www.isaje.net/>). V posledních 20 letech zastával funkci šéfredaktora renomovaného časopisu *Journal of Substance Use*. Profesi je konzultujícím klinickým psychologem zejména v oblasti závislosti a sexuálního zdraví a pracuje s dětmi z velmi problémového prostředí. Je hostujícím profesorem psychologie na univerzitě ve Worcesteru, UK. Je autorem zhruba 40 článků a knižních kapitol, publikoval knihy o injekčním užívání nelegálních drog, o problematice léčby amfetaminem a o harm reduction v mezinárodním kontextu.

Jak prof. Pates uvedl, **adverzní dětské zkušenosti** (Adverse Childhood Experiences, ACE, v české odborné literatuře se někdy používá i jednodušší pojem **negativní zážitky v dětství**) se vyskytují v celém světě a obvykle uvnitř rodiny. Důkazy z posledních 25 let ukazují, že tyto zkušenosti mají kumulativní efekt a čím více jich je, tím

větší bude jejich dopad na dítě v pozdějším věku z hlediska zdraví, závislosti, problémů s duševním zdravím a kriminálních sklonů (násilí, odnětí svobody).

Při práci v dětských domovech vidíme mnoho takto postižených dětí a v adiktologických službách můžeme také vidět následky těchto raných dětských zkušeností. Tyto zkušenosti také bývají mezigenerační v tom smyslu, že projdou z jedné generace na druhou.

KOGNITIVNÍ FUNKCE

V této části přednášky prof. Pates hovořil o vývoji mozku a o tom, jak nás ovlivňuje, o dopadu ACE a epigenetice a o některých příčinách opožděného vývoje.

Příčin atypického vývoje je mnoho

Příčiny mohou být prenatální, vrozené (chybná genetická výbava, toxicita v děloze, onemocnění matky během těhotenství nebo malformace mozku během vývoje plodu). Příčinou může být i poškození způsobené během samotného porodu.

Ke genetickým poruchám například patří Williamsův syndrom. Řada onemocnění, která mohou být jinak nezávažná, může mít velmi škodlivé účinky na nenarozené dítě, zejména pokud se těhotná žena nakazí v prvním trimestru. Prof. Pates zde uvedl známé zarděnky (a potřebu očkování) nebo vzdálenější virus zika přenášený komáry, který obecně způsobuje mírnou horečku bez trvalých problémů, avšak onemocnění ženy v těhotenství může vést u dítěte k mikrocefalii a poruchám učení.

Opoždění vývoje může být také získané: může nastat po normálním těhotenství a porodu z různých příčin, například těžkou podvýživou, náhodným nebo nenáhodným zraněním, nemocí nebo vážným zanedbáváním nebo zneužíváním. To se bohužel neděje jen v méně rozvinu-

tých zemích, ale i v našem okolí. Oběťmi jsou i děti z válkou zničených oblastí žijící v uprchlických táborech nebo jako uprchlíci vůbec.

Děti, které jsou zanedbávány a zneužívány (emocionálně, sexuálně a fyzicky), trpí důsledky domácího násilí, závislosti rodičů na návykových látkách nebo vůbec absencí rodičů, mohou mít za následek opoždění emocionálního, sociálního i kognitivního vývoje.



Obrázek 2. | Diskuse. Zleva Mgr. Jiří Bareš, tlumočník, překladatel a dlouholetý spolupracovník Kliniky adiktologie, profesor Pates a Mgr. Adam Kulhánek, Ph.D.

O jakých částech mozku mluvíme?

To, o čem ve skutečnosti mluvíme v souvislosti s ACE, je stresová reakce na tyto události. Tělo vycítí nebezpečí a spustí bouři chemických reakcí, jejichž cílem je chránit se. A tělo si to pamatuje.

Systém stresové reakce je výsledkem evoluce, který nám umožnil přežít a prosperovat. Naše stresová reakce je kalibrovaná a individualizována jak genetickými, tak ranými životními zkušenostmi. Když je systém stresové reakce v dobrém provozním stavu, může vám zachránit život, ale když je mimo rovnováhu, může ho zkrátit.

Prof. Pates dále hovořil zejména o úloze amygdaly (centrum strachu v mozku), prefrontální kůry (přední část mozku, která reguluje kognitivní a exekutivní funkce, včetně úsudku, nálady a emocí), osy hypotalamus-hypofýza-nadledviny (iniciuje produkci kortizolu v nadledvinách), sympato-adreno-medulární osy (SAM) (iniciuje produkci adrenalinu a noradrenalinu v nadledvinách a mozku), hippocampu (zpracovává emocionální informace, které jsou zásadní pro konsolidaci vzpomínek) a úloze noradrenergického jádra v locus coeruleus (systém reakce na stres uvnitř mozku, který reguluje náladu, podrážděnost, lokomoci, vzrušení a úlekovou reakci).

Epigenetika

Epigenetická změna se často popisuje jako interakce mezi geny a prostředím, která ovlivňuje způsob, jakým

geny fungují, ale nemění je. Tyto procesy jsou složité, ale maximalizují schopnost přežít v konkrétním vnějším prostředí po narození.

Je známo, že osobnost je také faktorem epigenetické změny, zážitky mohou být pro jednoho člověka významné a pro druhého nikoli, navzdory podobnému genovému potenciálu. Prvních 1000 dní života se považuje za citlivé období pro kritické epigenetické změny, i když v menší míře zůstává plasticita mozku zachována po celý náš život.

Epigenetické změny jsou spojeny s mnoha fyzickými nebo kognitivními poruchami, např. s kardiovaskulárními onemocněními nebo poruchou autistického spektra. Negativní vlivy, kterým byli vystaveni rodiče a prarodiče, se mohou přenášet napříč generacemi a mohou vést k negenomickému přenosu onemocnění. To znamená, že děti dědí geny, které jsou již ve stavu aktivace díky zkušenostem jejich předchůdců, což zvyšuje potenciál adverzních účinků.

ATTACHMENT

Klíčem k pozitivní změně je podporovat rodiče v pochopení vlivu výchovných stylů na děti a ve vytváření bezpečné citové vazby.

Pravděpodobně poprvé popsali attachment John Bowlby a jeho kolegové v 50. letech minulého století. Attachment je zásadním aspektem vývoje dítěte, jeho poškození nebo absence má velký vliv. Zajímavé je, že attachment lze pozorovat i u jiných živočichů, například u oblíbené kočky nebo psa. Osvojení citové vazby se dítě „učí“ prostřednictvím interakcí se svými blízkými. Vazba obvykle nejprve začíná u matky, zejména pokud kojí.

V současnosti se snažíme mluvit o „bezpečné citové vazbě“ – o vlivu důsledného, pro dítě významného dospělého. Žijete-li ve funkční rodině, není to něco, o čem byste přemýšleli, vaše děti prostě rostou a dostává se jim pozornosti a péče, kterou potřebují. Působením důsledného, významného dospělého vzniká pomyslný kruh bez-



Obrázek 3 | Programu se zúčastnil také přednosta Kliniky adiktologie prof. PhDr. Michal Miovský, Ph.D.

pečí, který umožňuje dítěti prozkoumávat vlastní svět, učit se a rozvíjet se.

Nejistou vazbu profesionálové občas redukují na popis negativního chování „neudělá, co se mu řekne.“ Reakce založené na tomto východisku dávají dospělému moc a mladý člověk si pak vypěstuje závislost na „dospělé“ regulaci svého chování a potenciálně i svých emocí. Tyto intervenční strategie obcházejí příčiny, které vyvolaly řetězec událostí uvnitř dítěte a vedly k jeho aktuálnímu chování ve vnějším světě.

Turner et al. (2019) uvádějí, že 50 % dětí v náhradní péči splňuje diagnózu psychiatrické poruchy nejisté vazby ve srovnání s 10 % dětí, které zůstávají ve své biologické rodině po celé dětství.

V roce 1948 John Bowlby a jeho kolega James Robertson uskutečnili studii o účincích mateřské separace na osobnost malého dítěte. Došli k závěru, že chování a reakce malých dětí byly podobné chování pozorovanému u dospělých, kteří zažili odloučení v raném dětství. Dopad raných adverzit byl zachován a demonstroval se v průběhu celého života. Bowlby dospěl k závěru, že malé dítě potřebuje bezpečný vztah, aby se mohlo učit a rozvíjet. Dítěti je zde přiřazeno cítění sebe sama a přínos bezpečného vztahu. Tato kulturní změna ovlivnila inkluzivní praxi, rodičovskou péči v domácnosti i očekávání ze strany společnosti.

V dalším prof. Pates formuloval jako vhodné ty intervence, které mají dítěti umožnit:

1. cítit se bezpečně ve svém prostředí, například doma, ve službách nebo v komunitě,
2. rozvíjet interpersonální dovednosti a schopnost regulovat emoce,
3. porozumět minulým traumatickým událostem a reakcím a získat pozitivní postoj tváří v tvář budoucím zkušenostem,
4. zvyšovat odolnost a sociální kompetence.

ACE A ATTACHMENT

Součástí akce byl také seminář **ACE a ATTACHMENT**, prostor pro diskusi, do níž prof. Pates vnesl své bohaté zkušenosti např. z dětského domova Ty Alban nebo chráněného dětského domova Hillside. Také se zde podrobně věnoval článku Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(98\)00017-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(98)00017-8), který jako první popsal kumulativní efekt ACE a pojmenoval je jako skupinu následujících jevů:

- Emocionální zneužívání (opakující se)
- Fyzické týrání (opakující se)

- Sexuální zneužívání (kontakt)
- Fyzické zanedbávání
- Emocionální zanedbávání
- Zneužívání návykových látek v domácnosti
- Duševní onemocnění v domácnosti
- Domácí násilí
- Rozvod nebo rozchod rodičů
- Kriminální chování v domácnosti



Obrázek 4 | Profesoři v diskusi

Značná část semináře byla věnována návodům, jak s takto znevýhodněnými dětmi pracovat. Hluboké porozumění pak bylo přidanou hodnotou k dlouholetou praxí ověřenému profesionálnímu přístupu.

Záznam přednášky lze zhlédnout online na <https://www.medicalmedia.eu/en/media/c4e9efc3ec914c8682a3d3196f905377>