

2. Psychologie vývoje I.

Vyučující: Magda Nišpovská

1. Evoluční význam attachmentu

2. Epigenetika a vývoj neuronálních funkcí

Evoluční význam attachmentu

- Systém attachmentu motivuje lidské dítě k tomu, aby vyhledávalo blízkost rodičů (a dalších primárních pečujících osob) a navazovalo s nimi komunikaci. Tento systém chování zvyšuje šance kojence na přežití."
- Attachment" je vrozený sebezáchovný systém v mozku savců, který skrze vztah k významným pečujícím osobám epigeneticky ovlivňuje a organizuje neuronální architekturu a tím motivační, emocionální a paměťové procesy.
- Attachment pomáhá nezralému mozku využívat zralé funkce těla a mozku pečovatelů k organizaci vlastních procesů.

Základní teze teorie

- Interakce v kontextu bezpečné vazby zahrnují emocionálně citlivé reakce rodiče na signály dítěte, posilují pozitivní emocionální stavy dítěte a naopak moduluji negativní stavy. Aktivní pomoc, kterou pečující osoby poskytují při tlumení nepříjemných emocí, jako je strach, úzkost nebo smutek, umožňuje dětem uklidnění a poskytuje jim útočiště bezpečí, když jsou rozrušené.
- Opakované zkušenosti se zakódují do implicitní paměti jako očekávání a poté jako mentální modely nebo schémata připoutání, sloužící k vytvoření vnitřního pocit toho, co John Bowlby nazval "bezpečnou základnou". Vzory vztahů připoutání v kojeneckém věku jsou spojeny s charakteristickými procesy emoční regulace, vztahování se k druhým, přístupem k autobiografické paměti a rozvoje sebereflexe a vyprávění - tedy integračních funkcí osobnosti.

Teorie attachmentu: Mary Main

Mary Mainová shrnula následující teze ohledně vazebného chování:

1. Raná vztahová vazba se obvykle vytváří do sedmi měsíců věku.
2. Téměř všichni kojenci si vytvoří vazbu.
3. Vazba se vytváří jen k několika málo osobám.
4. Selektivní vazby jsou odvozeny od opakovaných sociálních interakcí s vazebnými osobami.
5. Vztahová vazba vede ke specifickým organizačním změnám v chování kojenců a ve fungování mozku.

Teorie attachmentu

- U kojence aktivace systému připoutání spočívá ve vyhledávání fyzické blízkosti, která mu umožňuje ochranu před újmou, hladem, nepříznivými teplotními změnami, katastrofami, útoky jiných osob a oddělením od skupiny.
- Z těchto důvodů je neuronální systém připoutání velmi citlivý na náznaky nebezpečí. Vnitřní prožitek aktivovaného systému připoutání je tak často spojen s pocitem úzkosti nebo strachu a může být vyvolán děsivými zážitky různého druhu, stejně jako hrozbou odloučení od připoutané osoby.

Teorie attachmentu jako tvorba vzorců pro organizaci zkušeností a riziko psychopatologie

- Správné fungování neuronálního systému attachmentu poskytuje dítěti ochranu před různými druhy nebezpečí. K popisu vztahové vazby se používají dva široké kvalitativní pojmy:
 - Jistá/nejistá
 - Organizovaná/dezorganizovaná
 - organizované jsou i 2 nejisté vazby - protože vytvářejí pro dítě předvídatelný interpretační rámec sociálních interakcí -
Lze si vytvořit smysluplné reprezentace i nejistých vztahů

- Vztahy připoutání mají zásadní význam nejen pro organizaci probíhajících zkušeností, ale také pro růst neuronů ve vyvíjejícím se mozku. Mají přímý vliv na vývoj funkcí: paměť, narativita, regulace emocí, mentální reprezentace a celkové stavy mysli zabezpečující adaptaci na změnu.
- Vztahy připoutání mohou sloužit k vytvoření "ústředního základu", z něhož se vyvíjí mysl.
- Absence vazebných postav může vést k "reaktivní poruše attachmentu", která představuje pro dítě významné problémy pro a významný rizikový faktor při rozvoji psychopatologie.
- Bezpečné připoutání naopak poskytuje člověku určitou formu emoční odolnosti, ale v žádném případě není "zárukou" duševního zdraví. K celkovému rozvoji duševní pohody přispívá kromě zkušeností mnoho faktorů: temperament, vrstevníci, náhod, kultura a různé genetické a epigenetické faktory.

- Nejisté připoutání je nyní považováno za rizikový faktor pro vznik psychopatologie, neznamená to, že u většiny nejisté připoutaných kojenců se rozvine psychopatologie. Psychopatologie je vývojová konstrukce zahrnující nesčetné množství vlivů, které na sebe v průběhu času působí. Stejně tak bezpečný attachment není zárukou duševního zdraví, ale spíše je považován za ochranný faktor nebo "nárazník".

- Ačkoli se chování spojené s připoutaností výrazně projevuje především u dětí, vyvíjí se celý život. Zejména v období stresu se mnoho dospělých vnitřně i navenek angažuje ve vyhledávání blízkosti s vybranými blízkými lidmi - zdroje útěchy, podpory a síly. U dospělých jsou postavami připoutání kromě rodičů např. učitelé, blízcí přátelé nebo romantičtí partneři.

Naladění - attunement

- Attunement - rodičovská citlivost na signály lze považovat za podstatu bezpečného připoutání.
- Naladění umožňuje navázat emocionální komunikaci a pocit spojení s druhým "bytím". V těchto transakcích se mozek jednoho člověka a mozek druhého člověka navzájem ovlivňují ve formě "ko-regulace". Vyladění stavů mysli je základním způsobem, jakým mozková aktivita jedné osoby přímo ovlivňuje aktivitu druhé osoby.
- Značí "propojování" - mít přímé spojení v neverbální komunikaci a "rezonanci" - mít vliv na stav druhého a zároveň s ním "nesplývat".

Naladění - attunement a autonomie

- Tímto způsobem si můžeme zachovat separátní identitu a zároveň se cítit ve spojení. Takto jsou propojování a rezonance základem integrovaného vztahu. V dětství umožňují taková lidská spojení vytvářet mozkovou architekturu, která je zásadní pro rozvoj schopnosti seberegulace dítěte.
- Jsou chvíle, kdy lidé potřebují být sami. Cílitivý druhý to chápe a ví, kdy se "stáhnout". V intimních vztazích dochází k tomuto tanci naladěné komunikace, v němž se střídají okamžiky propojení a autonomie. Základem takového vyladění je schopnost číst signály (často neverbální), které naznačují potřebu blízkosti či samoty.

Neverbální/verbální stránka vazby

Pro dítě je tato intimní, kooperativní komunikace zprostředkována beze slov. Tato potřeba neverbálního naladění přetrvává po celý život. V rámci vztahů dospělých všeho druhu mohou slova začít převládat nad neverbální formou sdílení, což může vést k jiným formám reprezentačního souznění.

Vztahová vazba a emoční regulace

- Zdravá emoční regulace souvisí s bezpečným připoutáním. Široká škála regulačních funkcí - pozornost, emoce a nálada, myšlení, paměť, chování, morálka - se utváří díky ko-regulaci neregulovaných stavů dítěte rodičem.
- Bezpečná vazba podporuje integraci neuronálních funkcí v mozku, která tvoří základ optimální regulace a pěstování odolnosti. Tyto schopnosti mají tedy základ v komunikačních vzorcích mezi dítětem a vazebnými osobami.
- Shrnutí: Vyvíjející se mysl dítěte využívá stavy mysli připoutané osoby k organizaci fungování svých vlastních stavů. Interpersonální vyladění vzájemných stavů je závislé na citlivosti rodičů vůči signálům dítěte i citlivosti rodičů vůči svým vlastním stavům! Umožňuje myslí dítěte rozvíjet regulační schopnosti, které využije v budoucnosti.

Neurogeneze - epigenetic

- Faktory prostředí hrají zásadní roli při vytváření synaptických spojení po narození. Pro malé dítě jsou vztahy připoutání hlavními faktory prostředí, které formují vývoj mozku v období maximálního růstu. Sociální zkušenosti epigeneticky přímo ovlivňují způsob, jakým se neurony vzájemně propojují.
- Lidské vazby společně s geny vytvářejí neuronální spojení
- Pečující osoby jsou tedy architekty způsobů, jakými zkušenost ovlivňuje vývoj geneticky naprogramovaném, ale na zkušenosti závislém vývoji mozku.

Nadprodukce synapsí a jejich pruning

- Ačkoli kritické období nadprodukce synapsí je geneticky naprogramováno, "prořezávání" a udržování synaptických spojení je řízeno životním prostředím.
- Uvolňování stresových hormonů vede k nadměrnému prořezávání neuronů v klíčových drahách zahrnujících neokortex a limbický systém - oblasti zodpovědné za emoční regulaci. Zkušenosti a genetika se vzájemně ovlivňují při vzniku rizika budoucí poruchy.
- Při deprivaci se zas prořezávají synapse, které nejsou používané (riziko závislosti na IT).

Epigeneticky podmíněný vývoj

- Osobnost jedince se vytváří na základě neustálé interakce geneticky podmíněných konstitučních vlastností a zkušenostních výměn s prostředím, zejména se sociálním prostředím utvářeným rodinou a kulturou. Zranitelnost vůči dysfunkcím vzniká z této interakce.
- Emoční vztahy, které máme po celý život, považovat za médium, v němž lze vždy podporovat další růst. Tyto vztahy připoutání a další formy blízkých, emočně naladěných mezilidských vazeb mohou sloužit k tomu, aby se synaptické vazby a případné pozitivní změny v neuronální architektuře mohly dále formovat i v dospělosti.

Mozek = sociální mozek.

- Lidský mozek je ve skutečnosti prediktivní orgán, který se vyvíjí v závislosti na sociálních zkušenostech. Vztahy, které dítě navazuje s postavami připoutání, tak formují základní sítě, které následně regulují tělesné funkce i vědomé zkušenosti, jako jsou emoce, paměť a myšlení.
- Lidský mozek je interakční a nelze o něm uvažovat mimo kontext jiných lidských mozků. Mozky tvoří kolektivní, flexibilní systém, který udržuje mnoho lidských kvalit, vlastností, znalostí a dovedností.