



Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

DÍVĚRA

JAKO PODMÍNKA
SOCIÁLNÍ PRÁCE

Na ulici se pracuje!

15.—16. 5. 2025



Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

Proces budování důvěry prostřednictvím optiky teorie citové vazby

Mgr. Vendula Přikrylová, DiS.

Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Etapa –
Charita Olomouc

Na ulici se pracuje!



Proč? – Budování důvěry začíná pochopením

- **Znám sebe**

Vím, kde jsem a co potřebuji – základ
autenticity a důvěry.

- **Rozumím druhým**

Chování druhých vychází z jejich zkušeností, ne
ze zlého úmyslu.

- **Tým není stejný**

Každý funguje jinak – otevřenost a přijetí to
mění v sílu.

- **Neberu si to osobně**

Reakce není útok – je to stopa minulosti.



Financováno
Evropskou unií

česká asociace





Teorie citové vazby – obecně

- **John Bowlby** – britský psycholog a psychoanalytik.
- **Definice:** Teorie citové vazby (attachmentu) vychází z poznání, že pro zdravý vývoj dítěte je zásadní blízký fyzický a emoční kontakt s pečující osobou. Dítě potřebuje láskyplný, vřelý, bezpečný, ale i citlivě korigující vztah, který mu poskytuje oporu, klid a základní pocit bezpečí ve světě.
- Co není jistá citová vazba – „Máš střechu nad hlavou a jídlo 3x denně“ – naplnění základních

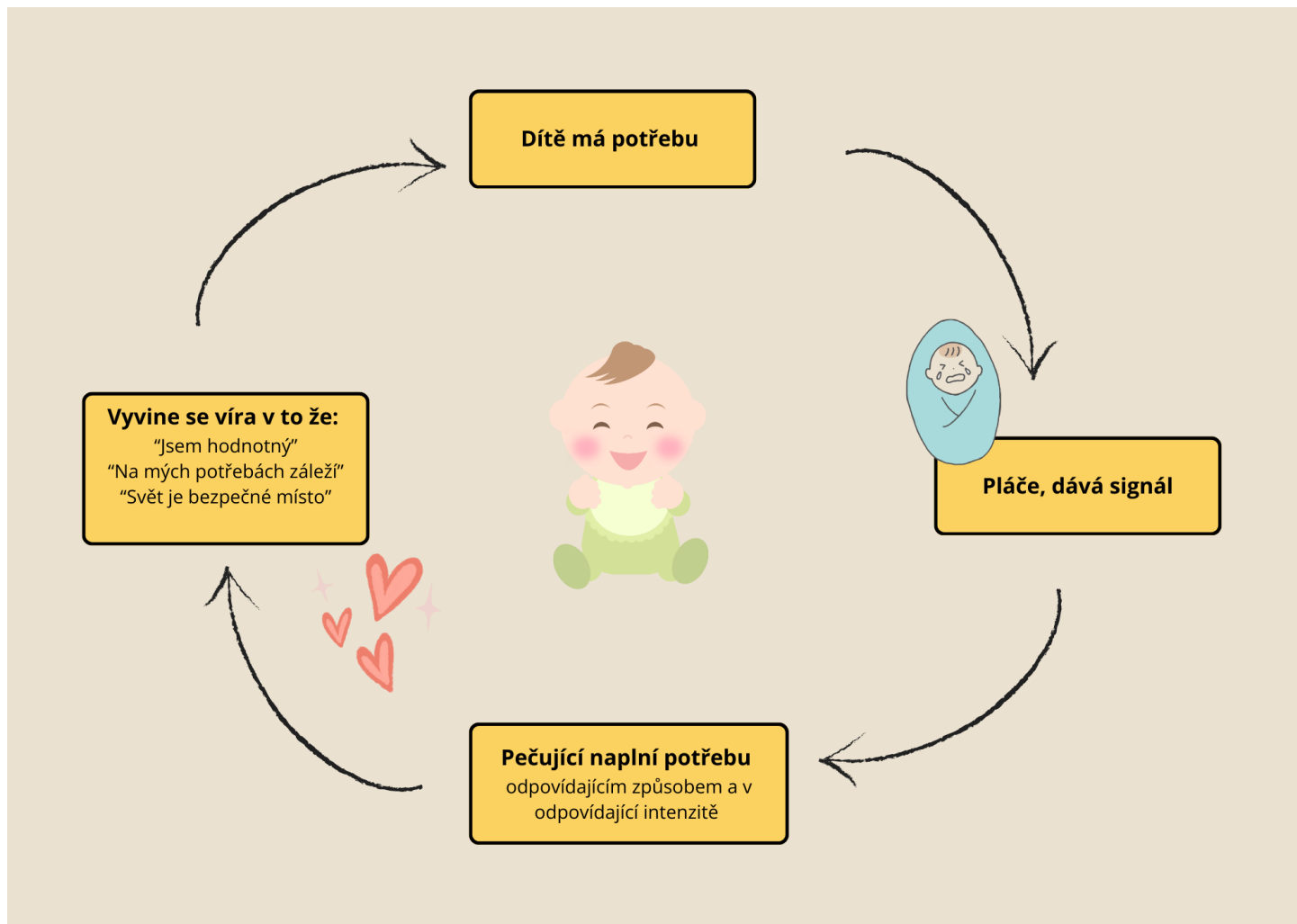


Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

Ideální situace = bezpečný attachment





Jak se takové dítě v praxi projevuje?

Prožívání:

- Důvěra v sebe i druhé,
- Vědomí vlastní hodnoty, přijetí,
- Emoční stabilita, pocit bezpečí.

Chování:

- Otevřeně komunikuje, vyhledává podporu,
- Umí regulovat emoce a zvládat stres,
- Navazuje a udržuje blízké vztahy,
- Je zvědavý, samostatný, ale ví, kam se vrátit.

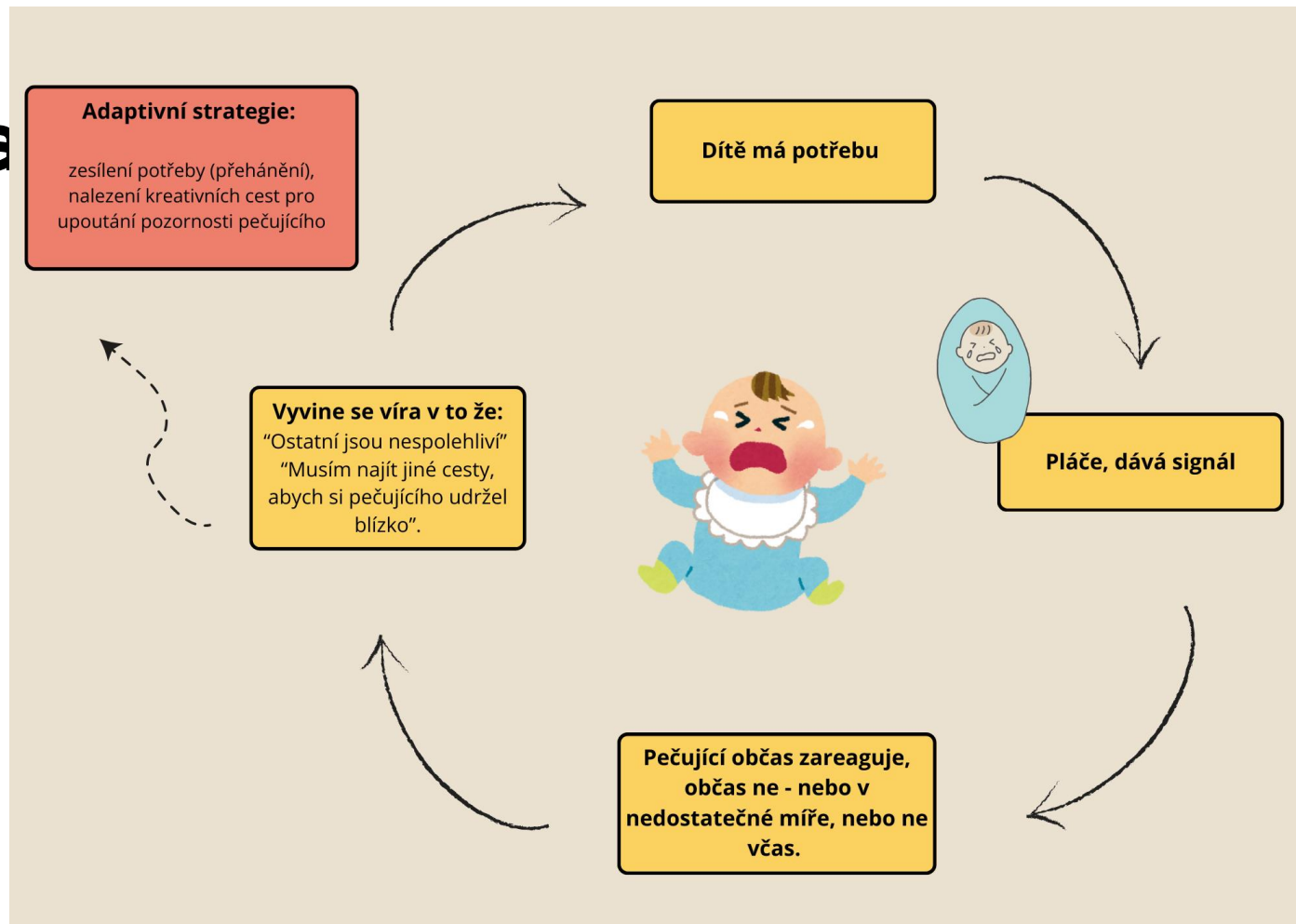


Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

Úzkostná citová vazba





Jak se takové dítě v praxi projevuje?

Prožívání:

- Nejistota, frustrace, osamělost,
- Pocit, že není milované, nedoceněné, nepochopené,
- Strach z opuštění, ponížení.

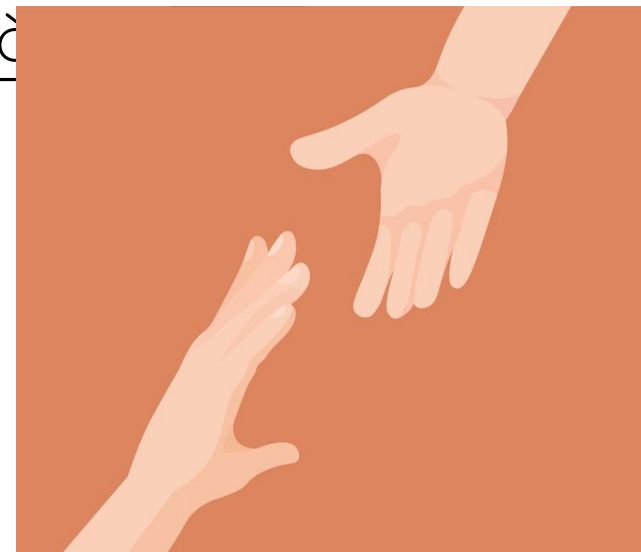
Chování:

- Dramatizace, hádky, volání o pozornost („signální pláč“),
- Neustálá potřeba ujištění, hypersenzitivita,
- Snaží se navázat kontakt za každou cenu,
- Očekává smíření od druhých, reaguje „ano, ale...“



Podpora

- Konzistentní blízkost a potvrzování hodnoty dítěte.
- Pomoc s regulací emocí a učení bezpečné vazby – zejména prostřednictvím profesionálního vztahu.
- Trpělivá práce s důvěrou a očekáváními – „Co bys teď potřeboval?“ „Jaké jsou tvá očekávání?“
„Co si čekal, že se stane?“
- Když něco slíbím -> dodržet!



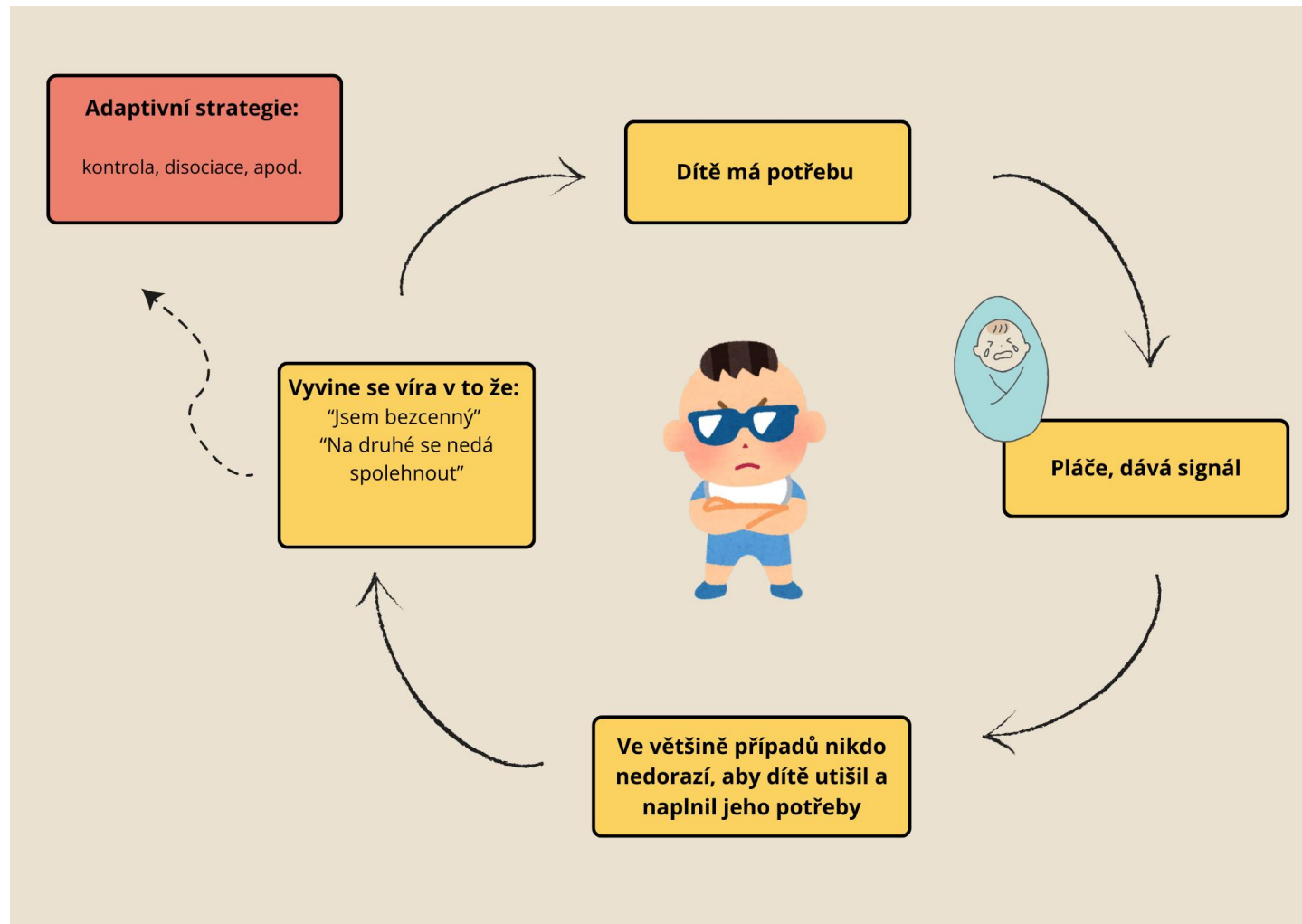


Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

Vyhýbavá citová vazba





Jak se takové dítě v praxi projevuje?

Prožívání:

- Uzavřenost, frustrace, napětí,
- Pocit nedocenění, tlak, nenávist, nedůvěra,
- Odměřenost, povýšenost, nepřátelství.

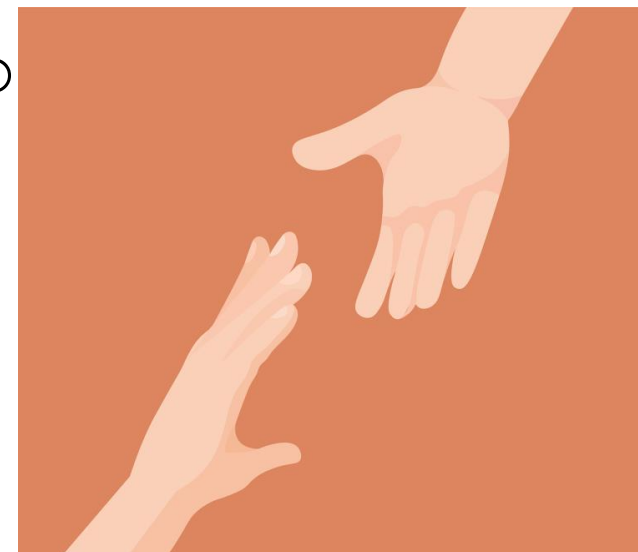
Chování:

- Odchází ze situace, odtahuje se (psychicky/fyzicky),
- Slovně ponižuje, kritizuje, ignoruje potřeby druhých,
- Emočně se neotevírá, nesdílí, neposlouchá.



Podpora

- Nabízet vztah bez nátlaku, ale s konzistentností – i když dítě vypadá, že nechce, připomínat, že tu jsme.
- Uznávat emoce, posilovat důvěru a pocit přijetí.
- Pracovat na emoční otevřenosti skrze b vztahy – zejména prostřednictvím.



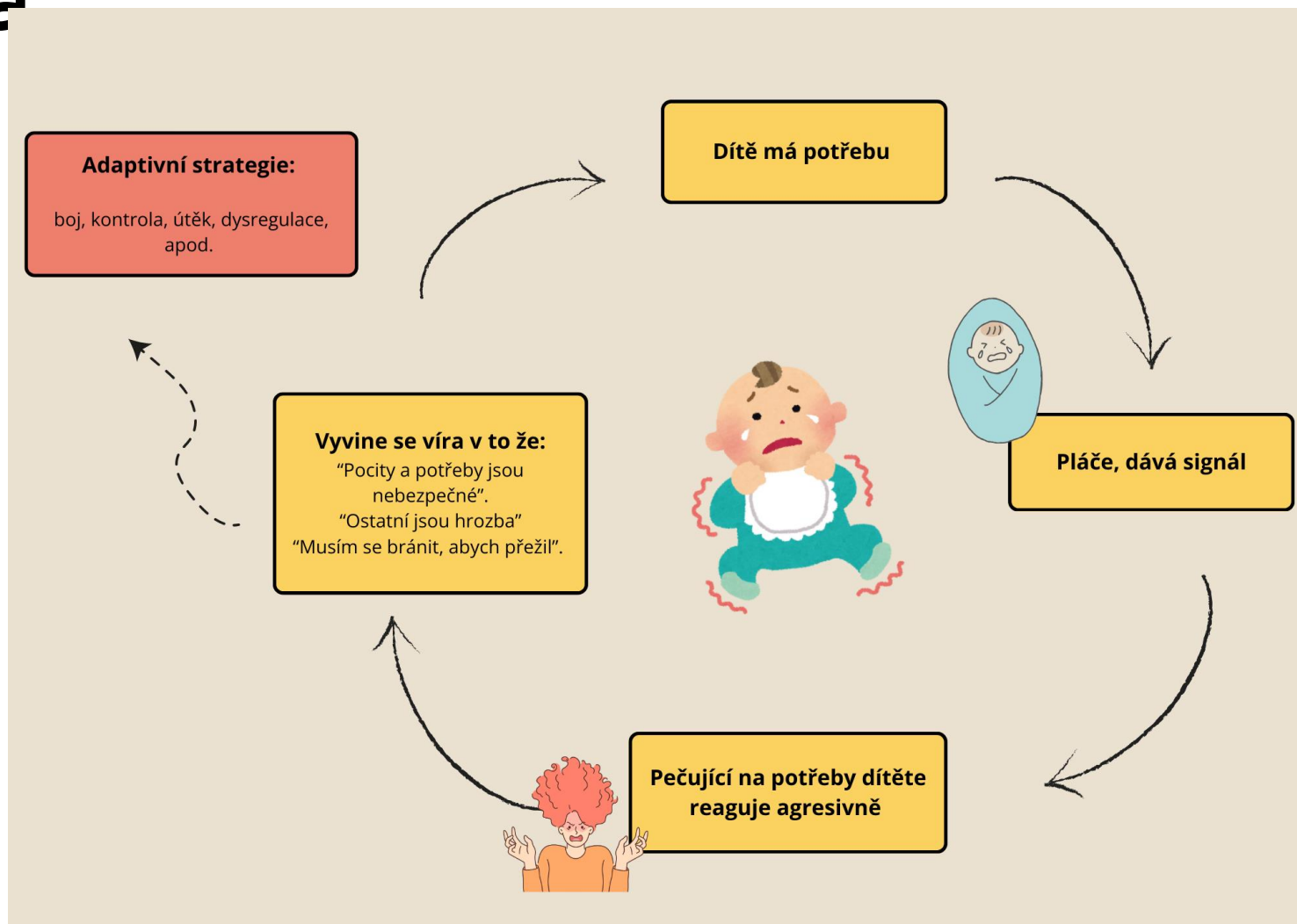


Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

Dezorganizovaná citová vazba





Jak se takové dítě v praxi projevuje?

Prožívání:

- Zmatek, zahlcení, vnitřní chaos,
- Pocity selhání, nedostatečnosti, nehodnosti lásky,
- Trvalý pocit ohrožení.

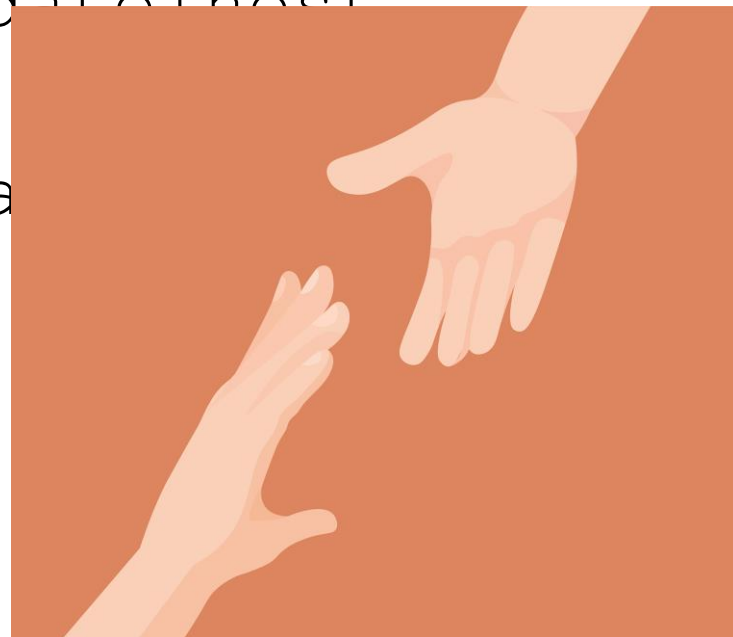
Chování:

- Zaměření na hrozbu – nedůvěra i v bezpečí,
- Snaha o kontrolu, impulzivita, vnitřní napětí,
- Emoční výkyvy, problémy se seberegulací (včetně disociace, závislostního chování),
- Vztahový paradox – touha po blízkosti, ale zároveň strach z ní.



Podpora

- Stabilita, bezpečí, trpělivost,
- Jasné hranice a přijetí emocí – pravidla v rámci ambulantních služeb, předvídatelnost pracovníka,
- Vztahová citlivost a důvěra budova





Zpětná vazba, důvěra a attachment

- Kritizuj **chování**, ne osobnost.
- Vyhní se opakovanému **ponižování nebo odmítání**.
- Klienti s narušenou vazbou mají **křehké sebepojetí**.
- **Citlivý přístup** pomáhá budovat důvěru a růst.



Rozdíl mezi vinou a hanbou

Vina

- Zaměřená na **čin**
(„Udělal jsem něco špatného“).
- Vyvolává odpovědnost a **motivaci ke změně**.
- Může vést k růstu a nápravě.

Hanba

- Zaměřená na **sebe**
(„Jsem špatný člověk“).
- Podrývá **sebehodnotu**, vede k úzkosti, izolaci.
- Často **destruktivní**.



Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz

Děkuji za pozornost



Zdroje:

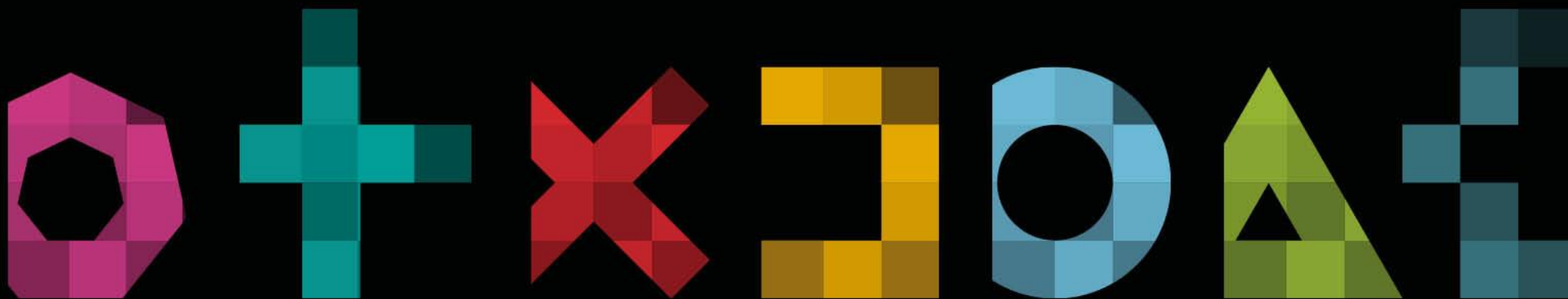
- LEVINE, Amir a HELLER, Rachel. *Citové pouto: teorie attachmentu v partnerských vztazích : poznejte svůj typ citového pouta a najděte lásku.* [Praha]: Synergie, [2019]. ISBN 978-80-7370-503-9.
- HUGHES, Daniel A. *Budování citového pouta: jak probouzet lásku v hluboce traumatizovaných dětech.* Praha: Institut fyziologické socializace, 2017. ISBN 978-80-270-2838-2.
- HELLER, Diane Poole. *Síla citové vazby: jak vytvářet hluboké a trvalé intimní vztahy.* Praha: Maitrea, 2024. ISBN 978-80-7500-688-2.
- BOWLBY, John. *Vazba: teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem.* Vydání druhé, upravené. Klasici. Praha: Portál, 2023. ISBN 978-80-262-2023-7.



Financováno
Evropskou unií

česká asociace

streetwork.cz



Konference je financována z projektu Čas pro ČAS, reg. č. CZ.03.02.02/00/22_039/0001363, který je financován Evropskou unií, a z programu Erasmus+ projektu Street Workers and Institutions, reg.č. 2023-1-CZ01-KA210-YOU-000157853, který je spolufinancován Evropskou unií.