

## **Měla jsem krásné dětství, jenom teď se mi dějí samé ošklivé věci a nevím proč?**

Když slyšíme, že někdo měl krásné dětství a moc hodné rodiče, je na místě velmi zbystřit pozornost, protože snad vždy toto přesvědčení zakrývá nějaké těžké chvíle v tomto časovém úseku našeho života. Můžeme mít vzpomínky na pěkné chvíle a zážitky, můžeme mít velmi se snažící se rodiče, ale nejde zabránit mnohým zraněním a traumatickým zážitkům v dětství, nejde způsobit aby rodiče ze svého deficitu lásky dávali hojnost lásky, citu a pozornosti. Ještě jsem nezažil a neslyšel o dítěti, které by dostávalo nepodmíněnou lásku a pozornost, nebylo manipulováno a podrobováno a nebylo zataženo do rodinných systemických a traumatických zapletení, to ani v současném stavu lidstva není možné. Každé dítě je tedy na určité rovině psychicky zneužíváno svými rodiči (některými bohužel i fyzicky), každé dítě je vystaveno určité formě násilí v rodině, ve škole a společnosti. Kromě toho vytváření hezkých iluzí je jednou z nejčastějších obranných strategií před přijetím bolavé minulosti či současné reality. Předstupeň této strategie je totální výmaz-vytěsnění vzpomínek.

Pokud dojde k takovému obrannému překrytí reality, tak se vytěsněné vzpomínky, nedokončené obranné strategie a jejich kompenzace budou zákonitě hlásit o slovo v životě dotyčného jiným, skrytým a více zákeřným způsobem, takže se projeví později ve stejné oblasti, či přesunem do jiné oblasti nebo přenosy na jeho děti, nebo na pracovní vztahy a pod. Tímto způsobem naše vytěsněné traumatizované části a jejich nedokončené strategie volají o pozornost, vyvolávají v nás stejné pocity, jako v traumatické chvíli, vytvářejí iluzi spojení s nimi, iluzi dokončení procesu a pod. Často právě to zraněné dítě v nás stále ochraňuje tímto rodiče, resp. iluzi o vytoužené nejlepší mamince či tatínkovi.

Svým způsobem je jednodušší a rychlejší práce a změna u klientů, kteří si pamatují těžké okamžiky z dětství, konflikty s rodiči, než s těmi, kteří je mají vytěsněny či překryty iluzí.