

PRAMENY

Doufáme, že vás tato kniha přiměla k zamyšlení, jak rozumíte sobě i jiným, a že jsme u vás vzbudili zájem. Škála témat souvisejících s traumatem je široká a dopady nepříznivých okolností během vývoje jsou pervazivní a závažné. Určitě bychom nedokázali probrat všechny na omezeném počtu stran naší knihy; pokud se chcete dozvědět víc, nabízíme několik dobrých zdrojů, kde začít.

DALŠÍ ČETBA:

The Boy Who Was Raised as a Dog: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook

Bruce D. Perry Maia Szalavitz (česky: *Chlapec, kterého chovali jako psa: Příběhy dětí, které překonaly trauma. Portál, 2016*)

Tato kniha, původně publikovaná v r. 2006 a revidovaná a aktualizovaná v r. 2017, popisuje vývoj práce dr. Perryho s dětmi a mladými lidmi, kteří během svého vývoje prožili zanedbávání, trauma a nepříznivé životní okolnosti. Je to vynikající doplněk k této knize a poskytuje „hlubší ponor“ do některých základních konceptů, které se probírají v knize *Co se ti stalo?*

The Body Keeps the Score: Brain, Mind and Body in the Healing of Trauma

Bessel van der Kolk (česky: *Tělo sčítá rány. Jak trauma dopadá na naši mysl i zdraví a jak se z něj léčit. Jan Melvil, 2021*)

Doktor van der Kolk je průkopníkem a inovátorem v oboru traumatu. Tato klasická kniha publikovaná v r. 2014 ukazuje v hlavních obrysech vývoj jeho výzkumu, lékařského přístupu a zamyšlení nad složitými účinky traumatu na mozek, mysl a tělo.

Born for Love: Why Empathy Is Essential – and Endangered.

Maia Szalavitz a Bruce D. Perry

Tato kniha, publikovaná v r. 2010, používá příběhy a kazuistiky k ilustraci zásadní role, kterou hraje empatie – a láska – ve vývoji a zdraví. Autoři zdůrazňují, jak je důležité uvědomovat si posun ve společenské propojenosti v moderním světě, a zabývá se mnoha tématy souvisejícími s „propojeností“, o níž se diskutuje v knize *Co se ti stalo?*

Together: The Healing Power of Human Connection in a Sometimes Lonely World.

Vivek H. Murthy

Tato kniha byla publikována v r. 2020 a dr. Vivek H. Murthy, ministr zdravotnictví ve vládách prezidentů Obamy a Bidena, zde pojednává o důležitosti lidských kontaktů a dopadu osamělosti na naše tělesné a emoční zdraví. Jeho poselství souzní s mnoha rozhovory v knize *Co se ti stalo?* a s knihou *Born for Love*, ale jeho perspektiva lékaře na vůdčí pozici zkoumá tato témata z jedinečného a závažného úhlu pohledu.

The Deepest Well: Healing the Long-Term Effects of Childhood Adversity

Nadine Burke Harris

Tato kniha, publikovaná v r. 2018, popisuje, jak se dr. Harris, první ministryně zdravotnictví v Kalifornii, dozvěděla o studiích ACE z r. 1998, které dokumentují korelace mezi traumatem v dětství a rizikem potíží s tělesným zdravím. A co je důležitější, apeluje na změny ve zdravotní péči, která pomůže s identifikací, prevencí a řešením dopadů nepříznivých prožitků v dětství na zdraví.

DALŠÍ ZAJÍMAVÁ TÉMATA:

MOZEK A NEUROVĚDY:

BrainFacts.Org: Toto je nejspolehlivější, nejpřesnější a nejpřístupnější zdroj pro každého, kdo se zajímá o mozek. Je to veřejná informační

iniciativa, která vznikla ze spolupráce mezi Společnostmi pro neurovědu, neziskovou organizací Kavli Foundation a grantovým fondem Gatsby Charitable Foundation. Jejich materiály pro učitele, studenty a profesionální pracovníky jsou výborný výchozí bod pro hlubší ponor do mozku.

PREVENCE TÝRÁNÍ A PODPORA RODIN:

Prevent Child Abuse America (Preventchildabuse.org): Je to nejstarší a největší státní organizace, která se věnuje prevenci. Jejich webové stránky jsou vynikající výchozí bod, kde se dozvíte více o inovativních, podpůrných programech pro rodiny, které se osvědčily při snižování počtu týrání a zanedbávání.

NEPŘÍZNIVÉ ŽIVOTNÍ OKOLNOSTI V DĚTSTVÍ (ACE):

Nepříznivé životní okolnosti v dětství, sekce odvětví CDC pro prevenci násilí (Adverse Childhood Experiences section of the Violence Prevention Branch of the CDC) (<https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/index.html>): Tato webová stránka je pokladnicí vzdělávacích pramenů, výzkumných článků a politických dopadů, které souvisejí s nepříznivými prožitky v dětství. Je to nejspolehlivější zdroj přesných informací o ACE.

NEUROSEKVENČNÍ MODEL A PRÁCE DR. PERRYHO:

The Neurosequential Network (Neurosequential.com): Tato webová stránka shrnuje výzkum, lékařské programy a další vzdělávací aktivity Neurosekvenci sítě (praktikující komunity zahrnující 28 zemí a desítky oborů).

Navštivte *WhatHappenedtoYouBook.com*, kde naleznete další informace související s knihou.