

Mezi ně patří různé formy násilí (fyzické, psychické i sexuální), stejně jako i tělesné a emocionální zanedbávání. Vědci kromě těchto oblastí zkoumali fungování rodiny: závislosti rodičů, psychické potíže, domácí násilí, ale i věznění nebo rozvod rodičů. Za každou kladnou odpověď udělovali výzkumníci jeden bod a tak získali souhrnnou bodovou hodnotu ACE dotyčného člověka. Už při první analýze údajů se ukázalo, jak často se vyskytují různé traumatické zážitky. Téměř 70 % tázaných získalo aspoň jeden bod, každá osmá osoba ale měla čtyři a více bodů.

Dětství plné bolestných zážitků tedy není nikterak ojedinělé, naopak, pro mnohé spíš běžná realita. Největší zásluhou tohoto výzkumu však je, že se konečně jednoznačně zjistilo, že mezi zkušenostmi z dětství a zdravotními problémy v dospělosti existuje nepopíratelná souvislost. Čím více bodů někdo v testu ACE získá, tím horší je jeho zdravotní stav. Tělo i psychika po celý život trpí pod tíhou negativních zážitků z dětství. Doplňme několik údajů: pokud někdo v testu ACE získá více než čtyři body, pravděpodobnost deprese se zvýší 4,5krát, riziko infekčního zánětu jater a obstrukčního onemocnění plic 2,5krát a sklon k sebevraždě až dvanáctinásobně. A tím to nekončí: ti, kteří v testu ACE získali více než pět bodů, měli třikrát větší šanci, že se jim na plicích vytvoří nádor, než ti, kteří v dětství trauma nezažili. Výzkumníci objevili jednoznačnou souvislost mezi týráním v dětství a častými bolestmi hlavy a poruchami spánku. Otřesné je i to, že pacienti s nádorem na plicích s více než pěti body v testu ACE onemocněli průměrně o třináct let dříve než onkologičtí pacienti, kteří nezískali ani jeden bod. Dětská traumata tak prokazatelně ničí kvalitu našeho života a zkracují jeho délku.

A jejich dopad přesahuje jednotlivce. Podle Felittiho, který výzkum vedl, určuje týráním dětí zdravotní stav celé společnosti, a může tak ovlivnit dokonce i hospodářský rozvoj země.

Když je malé dítě opakovaně vystaveno násilí, ponižování, zanedbávání nebo zneužívání, bude to mít negativní vliv na celkový rozvoj jeho osobnosti. Projeví se to i v *tělesné, intelektuální, emocionální a sociální* oblasti. V současnosti vidíme díky metodám zobrazování mozku poměrně přesně, co se odehrává v nervové soustavě traumatizovaného dítěte. Trauma se totiž neprojevuje pouze prostřednictvím tělesné bolesti a mučivých (často pouze hluboko uložených) vzpomínek. To je zásadní si uvědomit! Nejistota, strach a hrůza, které provázejí pocity ohrožení, nejsou jen přechodné emoce. Dlouhodobý účinek traumatu spočívá právě v tom, že ještě nezralá nervová soustava dítěte je takříkajíc „marinovaná“ ve stresových hormonech, a tak se vyvíjí po vychýlené dráze. Znamená to, že mozková struktura traumatizovaného člověka je jiná a vyvíjí se jinak než u šťastných jedinců, kteří takové zkušenosti neměli. A proto když nás udivuje chování nějakého člověka, po každé myslíme na to, že jsme konfrontováni s projevem odlišného fungování mozku.

Proč má špatné zacházení, které jedinec zažije v dětství, tak zásadní dopad? Když se na věc podíváme z hlediska evoluční neurologie, dozrávání nervové soustavy dítěte neprobíhá jen na základě jednoho automatického biologického programu, rozhodující úlohu sehrává také tzv. zkušenostmi podmíněné zranění. Co to přesně znamená? Vše, co dítě prožívá emocionálně a fyzicky, bude působit na vývoj jeho nervového systému a formování mozku. Ano, jsou to především věci, které si v dospělosti už nebude pamatovat. Podle perinatálních psychologů, kteří se věnují nejranějším fázím života, žijí matka a dítě ve společném psychosomatickém světě, v jednotném prožívání. Díky tomuto tělesně-duševnímu prostoru mají emoční výkyvy matky (a samozřejmě i otce) mimořádný význam a ovlivňují i biochemické procesy dětského mozku. Emoční stav rodiče (a ne jeho záměr!)