



Zdravotně
sociální fakulta
Faculty of Health
and Social Studies

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Zdravotně sociální fakulta
Katedra sociální práce

Bakalářská práce

Domácí násilí z pohledu agresora

Vypracovala: Marie Kašparová
Vedoucí práce: PhDr. Martina Hrušková, Ph.D.

České Budějovice 2015

Abstrakt

Domácí násilí je komplikovaným a velmi rozšířeným jevem. Přestože se jedná o téma poměrně diskutované, dosud neexistuje jednotná obecně uznávaná definice domácího násilí. Za domácí násilí lze považovat takové násilí, k němuž dochází mezi blízkými osobami v rodině a domácnosti. Jeho formy jsou různorodé, má podobu fyzického, psychického, sexuálního, ekonomického či jiného násilí a nejčastější je jejich kombinace. Typickými znaky domácího násilí je jeho stupňující se intenzita, dlouhodobost a opakovanost, rozdělení rolí a neveřejnost. Tak se postupně stává součástí běžného života v domácnosti a cyklus domácího násilí se postupně zkracuje.

Za aktéry domácího násilí jsou považovány osoby ohrožené, osoby násilné a děti, případně další členové domácnosti. Osobami násilnými bývají nejen muži, ale také ženy. V České republice existují programy především na pomoc obětem domácího násilí, ale k této otázce je třeba přistupovat komplexně, neboť se týká fungování celé rodiny. Proto se začínají objevovat terapeutické programy pro násilné osoby, které nezvládají své emoce a svou agresi v domácím prostředí. Díky těmto programům může dojít ke změně jejich chování, případně k udržení rodiny nebo k lepšímu odpoutání se od partnera, což prospívá všem zúčastněným členům.

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zmapovat životní dráhy jedinců, kteří se stali agresory v domácím násilí, s akcentem na subjektivně vnímané momenty, které je k tomuto sociálně patologickému chování vedly.

Výzkumná otázka práce zněla, zda se objevilo domácí násilí i v primární rodině pachatele. K realizaci práce byla využita kvalitativní výzkumná strategie, data byla shromažďována pomocí polostrukturovaných či volných rozhovorů. Výběrovým souborem byli pachatelé domácího násilí vybraní účelovým výběrem. Výzkumu se účastnilo pět komunikačních partnerů. Data byla sbírána v krizové ambulantní službě SOS centrum Diakonie ČCE - SKP v Praze.

Výsledky výzkumu ukázaly, že agresori domácího násilí většinou nevyrostali v harmonické primární rodině a jsou v jistém směru nevyrovnanými osobnostmi. Pokud si násilné osoby přiznají sami sobě, že mají problém s ovládním svých emocí

a dobrovolně se rozhodnou pro odbornou pomoc a terapii, je větší šance na odstranění primární příčiny domácího násilí.

Bakalářská práce by mohla být přínosem pro sociální pracovníky zabývající se problematikou domácího násilí a může být použita jako studijní materiál pro práci intervenčních center. Podnětem ke zvážení by mohlo být to, zda nesměrovat více terapeutické pomoci směrem k pachatelům domácího násilí, což by druhotně pomohlo i zbývajícím aktérům domácího násilí, především tedy obětem.

Klíčová slova:

Agrese, aktéři domácího násilí, domácí násilí, násilná osoba, partnerské násilí, primární rodina, terapie

Abstract

Domestic violence is a complex and widely spread phenomenon. Although this phenomenon is discussed, an unanimous and generally accepted definition of domestic violence has not been established so far. Domestic violence is violence among close relatives in families and households. There are various forms – physical, psychological, sexual, economic, and others – the combination of different forms is the most frequent. Typical features of domestic violence are: growing intensity, long termism, repeating, dividing roles and nonpublicity. It is gradually becoming a part of every day life and the cycle of domestic abuse is getting shorter.

Participants in domestic violence are endangered people, violent people and children, or other members of household. Not only men are perpetrators of domestic abuse, but also women. In the Czech Republic there exist helping schemes especially for victims, but it is necessary to have a complex approach, because the whole family is concerned. Therefore therapeutic services for violent people, who do not manage their emotions and aggression in domestic context, are starting to appear. Thanks to these schemes, a change in their behaviour is possible; either the family may stay together, or it is help on letting go – which is beneficial to all involved.

The main goal of this bachelor thesis is to introduce the life tracks of individuals, who have become aggressors in domestic context, with an emphasis on subjectively perceived moments which caused this socially pathological behaviour.

The research question was whether domestic violence appeared also in the primary family of perpetrator. Qualitative research strategy was used, data were gathered by half-structured or free interviews. The representative group consisted of domestic abuse perpetrators, who were chosen for this purpose. In the research five communication partners took part. Data were collected in crisis ambulatory service SOS Centre Diakonie CCE-SKP in Prague.

The research results have shown that domestic aggressors' primary families were in most cases not harmonious, and these people are unbalanced in a way. If domestic violence perpetrators are able to confess themselves they do not know how to deal with

their emotions, and they voluntarily choose professional help and therapy, the chance to eliminate the primary reason of violence is bigger.

This bachelor thesis could be beneficial for social workers involved in this issue. Outputs could be used as a study material for intervention centers and could be an impulse for more attention to domestic abuse perpetrators – it would naturally help to other participants, mainly to victims.

Key words:

Aggression, domestic violence, domestic violence participants, intimate partner violence, primary family, therapy, violent person

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracoval(a) samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to – v nezkrácené podobě – v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou – elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 28.7.2015

.....

Marie Kašparová

Poděkování

Ráda bych na tomto místě poděkovala vedoucí práce PhDr. Martině Hruškové, Ph.D. za její trpělivost, cenné rady a odborné vedení mé bakalářské práce. Poděkování patří také všem komunikačním partnerům za jejich čas a ochotnou spolupráci a v neposlední řadě děkuji mé rodině za podporu a trpělivost.

Obsah

ÚVOD.....	11
1 SOUČASNÝ STAV	12
1.1 Vymezení pojmu domácího násilí (násilí v rodině).....	12
1.1.1 Znaky domácího násilí	13
1.1.2 Formy domácího násilí.....	14
1.1.3 Cyklus domácího násilí a rizikové faktory.....	15
1.2 Aktéři domácího násilí.....	16
1.2.1 Osoby ohrožené domácím násilím.....	17
1.2.2 Pachatelé domácího násilí.....	18
1.2.2.1 Profil pachatele domácího násilí.....	18
1.2.2.2 Možné spouštěče násilného chování v rodině.....	20
1.2.2.3 Teoretické přístupy k problematice domácího násilí.....	21
1.2.2.4 Muži jako násilné osoby.....	22
1.2.2.5 Ženy jako násilné osoby.....	24
1.3 Práce s násilnou osobou.....	25
1.3.1 Programy na zvládnutí násilného chování.....	26
1.4 Domácí násilí v českém právu.....	28
2 CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	30
2.1 Cíl práce.....	30
2.2 Výzkumná otázka.....	30
3 METODIKA	31
3.1 Výběrový soubor.....	32
4 VÝSLEDKY.....	34
4.1 Charakteristika komunikačních partnerů.....	34
4.2 Výsledky výzkumu.....	39
5 DISKUZE.....	46
6 ZÁVĚR.....	54
7 ZDROJE.....	56

8 PŘÍLOHY.....	61
Příloha 1: Přepis rozhovorů s komunikačními partnery.....	61
Příloha 2: Rozhovor s vedoucí SOS centra Mgr. Helenou Šaškovou.....	91
Příloha 3: Proč chodím každý týden na skupinu? (anonymní dotazník).....	94

Seznam použitých zkratk

AD - antidepresivum

IC – intervenční centrum

DAIP - Domestic Abuse Intervention Project

DN – domácí násilí

PČR – Policie České republiky

KP – komunikační partner

LOM – Liga otevřených mužů

Úvod

Téma, které jsem si zvolila pro bakalářskou práci, je domácí násilí z pohledu agresora. Domácímu násilí je věnována v posledních letech poměrně velká pozornost, ale spíše směrem k ochraně obětí, než směrem k příčinám chování agresorů. V této práci jsem se pokusila zaměřit spíše na násilné osoby a pochopit z jejich životních příběhů, co je k takovému jednání vede. Protože se jedná o komplexní problém rodiny, je třeba se zaměřit na všechny zúčastněné osoby. Pokud existuje šance na nápravu chování agresorů, existuje i šance pro oběti na lepší partnerský život. Také mě zajímala otázka, zda si násilné osoby nesou vzory svého jednání z původní rodiny a do jaké míry je to případně ovlivňuje.

Domácí násilí je násilím, k němuž dochází mezi blízkými osobami v rodině a domácnosti a je jednou z nejrozšířenějších forem násilí. Jeho projevy jsou různorodé, nejčastější je kombinace fyzického, psychického, sexuálního, ekonomického či jiného násilí. Typické je, že se opakuje, jeho intenzita se stupňuje a je dlouhodobé. Tak se postupně stává součástí běžného života v domácnosti.

Existuje legislativa i instituce, které nabízejí pomoc osobám ohroženým. Tato pomoc je však nedostačující, pokud není do ozdravného procesu zahrnuta celá rodina a pokud se nezohlední širší sociální kontext. Je potřeba nabízet pomoc také osobám násilným. Tento komplexní pohled na problematiku domácího násilí je velice aktuální a je poměrně neprobádanou oblastí. Zkušenosti však začínají ukazovat, že pokud se budeme snažit pomoci násilníkům domácího násilí změnit své chování a nabídneme jim terapeutické programy, které by jim pomohli poznat, pochopit a ovládat své emoce, ubyde značné procento obětí, které se vracely do původních nezměněných vztahů a kde domácí násilí pokračovalo v původní podobě. Domnívám se tedy, že je velice komplikované, neřknu-li prakticky nemožné, problém řešit pouze podporou obětí.

1 SOUČASNÝ STAV

1.1 Vymezení pojmu domácího násilí (násilí v rodině)

Domácí násilí je komplikovaným jevem, a přestože se jedná o téma odborně poměrně diskutované, neexistuje jednotná obecně uznávaná definice domácího násilí (Kotková, 2014).

Přesná definice pojmu „domácí násilí“ neexistuje ani z hlediska psychologického, ani z hlediska právního. *„Termín „domácí“ se používá proto, aby naznačil, že se násilí odehrává v osobním vztahu. Často k němu dochází mezi partnery nebo mezi lidmi, kteří spolu žijí.“* (Conwayová, 2007, s.13).

Na webových stránkách občanského sdružení Acorus (2011) je uvedeno, že domácím násilím se zpravidla označuje týrání a násilné jednání, odehrávající se mezi osobami blízkými žijícími spolu ve společném bytě nebo domě, kdy jedna násilná osoba získává a udržuje nad druhou moc a kontrolu (Acorus, 2011). Ševčík a Špatenková (2011) poukazují na to, že vztahy mezi manželi, rodiči či sourozenci zdaleka nejsou vždy láskyplné a uspokojující – někdy spíše naopak. Dokonce i odborníci tvrdí, že rodina je nejagresivnější skupinou ve společnosti, s výjimkou policie a armády. Existuje tak větší pravděpodobnost, že budeme zabiti, zraněni, fyzicky či jinak napadeni v prostředí našeho domova někým, koho důvěrně známe, než kdekoli jinde. Násilí páchané v rodině je tak nejrozšířenější formou násilí vůbec a zároveň formou nejméně kontrolovanou a co do své frekvence a závažnosti nejvíce podceňovanou (Ševčík, Špatenková, 2011).

V širším slova smyslu lze za domácí násilí (DN) považovat veškeré násilí v rodině a domácnosti, tedy jakékoli jednání či opomenutí, které negativně ovlivňuje nebo poškozuje oběť, narušuje její psychickou stabilitu a integritu, poškozuje rozvoj její osobnosti nebo omezuje svobodu (Acorus, 2011).

Domácí násilí nedělá žádné rozdíly mezi lidmi. Může se přihodit komukoliv, kdekoliv a nezávisí na věku, společenském postavení, národnosti nebo povolání (Conwayová, 2007, s. 38).

1.1.1 Znaky domácího násilí

I když se v rodině vyskytne nějaký násilný incident, nemusí vždy nutně jít o domácí násilí. Aby se jednalo o tento typ násilí, **musí být naplněny všechny čtyři znaky**. Jestliže některý ze znaků chybí, jedná se pravděpodobně o jiný rodinný problém, než je domácí násilí (Domácí násilí, 2007).

Klíčové a definiční znaky domácího násilí:

1. **Opakování a dlouhodobost**, z jednoho útoku jakéhokoli charakteru ještě nelze určit, zda jde o domácí násilí. Může to však být jeho začátek (Ševčík, Špatenková, 2011).
2. **Eskalace**, od urážek se stupňuje k psychickému snižování lidské důstojnosti až k fyzickým útokům a závažným trestným činům ohrožujícím zdraví a život (Domácí násilí, 2007).
3. Jasně a nezpochybnitelné **rozdělení rolí** osoby ohrožené a osoby násilné, domácí násilí nejsou vzájemná napadání, hádky, rvačky, spory, kde se role osoby násilné a osoby ohrožené střídají (Ševčík, Špatenková, 2011). Nejde o vzájemné napadání, ale o násilí jedné blízké osoby vůči druhé blízké osobě (Intervenční centrum, 2012).
4. **Neveřejnost**, probíhá zpravidla za zavřenými dveřmi bytu či domu, stranou společenské kontroly (Domácí násilí, 2007).

1.1.2 Formy domácího násilí

Dle Ševčíka a Špatenkové (2011) mají všechny formy DN zpravidla společný cíl – získat moc a udržet si plnou kontrolu nad druhým. Násilní jedinci používají nespočet taktik, aby toho dosáhli, uchylují se nejen k ponižování, izolování, zastrašování, obviňování, ale také k bití a fyzickému týrání.

Formy DN se mohou vyskytovat v různých kombinacích. Nejvíce viditelné je **fyzické násilí**, neboť zpravidla zanechává stopy v podobě modřin, jizev, popálenin, zlomenin, zaschlé krve apod. (Acorus, 2011). Mezi projevy patří fackování, mlácení o zeď či o zem, udeřením pěstí, bitím rukou či předměty, kopáním, kousáním, strkáním, škrcením, svazováním, cloumáním či třesením, vytrháváním vlasů nebo ochlupení (z genitálií), pálením, ohrožováním bodnou či střelnou zbraní až po útok přímo ohrožující zdraví a život (Ševčík, Špatenková, 2011).

Nejčastější formou bývá **psychické násilí** (psychologické, citové, emocionální) a doprovází jiné formy DN. Psychické násilí se projevuje ponižováním, obviňováním, zastrašováním, hrubým nadáváním, vyhrožováním fyzickým násilím, psychickým vydíráním (př. vyhrožování rozchodem, sebevraždou, únosem dětí), omezováním svobodné vůle, či zesměšňováním (zejména před jinými lidmi) (Čírtková, 2008). Dle Kotkové (2014) je velmi obtížné dokázat, že k psychickému násilí dochází, z toho důvodu bývá psychické násilí označováno jako neviditelné násilí.

Další formou DN je **sociální izolace**, která je izolací od příbuzných a přátel – zákaz přijímat návštěvy, svým chováním odrazovat návštěvníka od dalších návštěv, zákaz telefonovat, dívat se na TV, doprovázení např. k lékaři, na úřady (Bílý kruh bezpečí, 2007). Prostřednictvím naprosté kontroly agresor sleduje každý pohyb oběti, chce vědět, kam a s kým jde, co bude dělat, uděluje zákazy, příkazy a vyhrožuje. Kromě toho se ohrožený jedinec sám postupně stahuje ze sociálních kontaktů (Ševčík, Špatenková, 2011).

Ekonomické násilí je omezování přístupu k penězům, neposkytování peněz na provoz domácnosti, ale i zákazy chodit do práce nebo se dále vzdělávat (Marvánová - Vargová, 2008).

Sexuální násilí se nejčastěji vyskytuje mezi partnery. Patří sem znásilnění, nucení násilím nebo jeho hrozbami k sexu či sexuálním praktikám, které oběť odmítá či odpírání sexu v souvislosti s ponižujícími komentáři ohledně vzhledu oběti (Marvánová-Vargová, 2008). Podle Ševčíka a Špatenkové (2011) lze předpokládat, že třetina až polovina týraných žen byla přinejmenším jednou partnerem znásilněna. Rovněž muži jsou oběťmi sexuálního násilí, nicméně vzhledem k citlivosti dané problematiky je tato oblast obtížně přístupná empirickému zkoumání. V případě sexuálního násilí se nemusí vždy jednat o uspokojení sexuálního pudu, naopak je to účinný nástroj ponižení, pokoření a podrobení druhé osoby (Ševčík, Špatenková, 2011).

Další formou DN je chronické pronásledování druhého, které většinou probíhá po ukončení vztahu. Toto jednání se označuje jako **stalking** a vyznačuje se opakovaným obtěžováním ohrožené osoby formou osobního kontaktu, opakovaných obtěžujících telefonátů či SMS zpráv, zanechávání vzkazů, nechtěných dáreků apod. (Kotková, 2014). Dle Kotkové (2014) mohou být kontakty jak vyhrožující a nenávistné, jako naopak zamilované nebo slibující změnu chování.

1.1.3 Cyklus domácího násilí a rizikové faktory

K násilí ve vztahu nedochází neustále, ale v cyklech. Střídají se období usmiřování, omluv, období relativního klidu a později narůstání tenze a násilí. Tyto cykly se neustále opakují (Toufarová, 2008). Prvotní projevy násilí jsou často nenápadné a bývá těžké určit, kdy se násilí ve vztahu vlastně objevilo (Kotková, 2014).

Cyklus násilí se nejvíce uvádí ve třech oddělených fázích. V první fázi **narůstá tenze**, kdy tzv. „houstne atmosféra“. Komunikace mezi partnery je špatná, násilná osoba je evidentně podrážděná, nespokojená, všechno neustále kritizuje a devaluje. Násilí má spíše podobu pasivní agrese, ale může se objevit křik a nadávky. (Ševčík, Špatenková, 2011)

Relativně krátkou fází je **fáze samotného násilí**. Tato fáze trvá od několika minut do několika hodin, v jejím průběhu tenze z předchozí fáze eskaluje v otevřené násilí a může mít za následek zranění, popřípadě až smrt (Marvánová - Vargová, 2008).

Situace se uklidní ve třetí fázi, která se nazývá **fáze „lábánek“, klidu** – situace se uklidní, násilník se omlouvá, slibuje, že násilí se už nebude opakovat, projevuje lítost nad svým chováním. V některých případech se ale násilník neomlouvá a vinu za své násilné chování připisuje oběti (Marvánová - Vargová, 2008). Tato fáze může být v počátku vztahu nejdelší, ale v průběhu času se obvykle stává výrazně kratší, až téměř vymizí (Marvánová - Vargová, 2008).

Celý cyklus se opakuje obvykle tak dlouho, dokud není nějakým způsobem přerušen. Může mít nespočet opakování a může trvat různě dlouho – hodiny, týdny, měsíce, roky, desítky let (Ševčík, Špatenková, 2011).

Existují určité **rizikové faktory**, které doprovázejí vznik DN mezi blízkými osobami. Mezi tyto faktory patří např. vynucená sociální izolace, finanční závislost na partnerovi, péče o děti v rámci mateřské a rodičovské dovolené, zdravotní postižení a omezení, vyšší věk a bezmocnost seniorů, přechod z aktivní zaměstnanosti do starobního či jiného důchodu, nezvládnuté rodičovství a výchova dětí nebo závislosti násilné osoby (Bílý kruh bezpečí, 2007).

1.2 Aktéři domácího násilí

Za aktéry domácího násilí jsou považováni **osoby ohrožené, osoby násilné a děti**, případně další členové domácnosti (Kotková, 2014). K domácímu násilí může docházet mezi rodiči (nebo jinými dospělými) a dětmi, mezi dětmi navzájem či mezi partnery. Závažné je též násilí mezi dospělými a jejich rodiči (prarodiči).

Násilí v rodině tedy zahrnuje špatné zacházení s dětmi, násilí mezi dospělými členy rodiny, špatné zacházení se starými členy rodiny či handicapovanými jedinci (Špatenková, 2004).

1.2.1 Osoby ohrožené domácím násilím

Veškeré výzkumy do devadesátých let shodně potvrzují, že většinovými oběťmi domácího násilí jsou ženy (92 až 98 % z celkového počtu obětí). Je těžké získat přesná data o tom, kolik žen trpí domácím násilím. Ne všechny případy jsou ohlášeny na policii, čísla založená na statistikách jsou tudíž podhodnocená (Conwayová, 2007). Koncem devadesátých let se však tento obraz začíná měnit. Objevují se sofistikovanější studie, které začínají zpochybňovat jednosměrnost domácího násilí (Čírtková, 2008).

Vitoušová (2006) uvádí, že oběťmi DN jsou muži i ženy. Z hlediska počtu jsou zastoupena obě pohlaví přibližně stejně. Výrazný rozdíl je však v intenzitě násilí. Ženy jsou obětí závažnějších forem násilí, a proto se také o násilí na ženách dozvídáme mnohem více prostřednictvím policie, lékařů, ale i samotných obětí a jejich okolí (Vitoušová, 2006).

Osobou ohroženou DN může být skutečně kdokoliv. Bez ohledu na pohlaví, ale také bez ohledu na společenské postavení, věk, finanční situaci nebo vzdělání (Kotková, 2014).

Nejčastějšími oběťmi domácího násilí jsou **ženy**. Vysoce ohroženy jsou ženy, jež byly týrány jako děti, a dále ženy, které se brzy vdaly, otěhotněly před svatbou nebo byly vychovávány v rozvrácené rodině (Ševčík, Špatenková, 2011).

Pokud jsou DN ohroženy **děti**, jsou ve větším ohrožení především děti z nefunkční rodiny a děti, jejichž matka je také týrána. Rizikové jsou děti, které vyrůstají v rodině s otčímem, a děti s problémem zdravotním, mentálním (psychiatrická diagnóza, mentální retardace) či psychosociálním (děti sociálně nezralé či vývojově opožděné), stejně jako děti, které bývají označeny jako „mladiství delikventi“ (Ševčík, Špatenková, 2011).

Latentní skupinou obětí DN jsou **muži**. Málokterý muž veřejně přizná, že je svojí ženou týrán (Acorus, 2011).

Další latentní skupinou DN jsou **senioři** starší šedesáti pěti let. Většinou se na nich násilí dopouští jejich vlastní děti, což je pro seniory velmi bolestné a jen neradi o této skutečnosti mluví. (Acorus, 2011).

Zdravotně postižené osoby bývají také ohroženy domácím násilím. Osoby, které zčásti či zcela nevládají ani běžnou sebeobsluhu, vyžadují pomoc při přijímání potravy, oblékání apod. mohou pro členy rodiny, kteří o ně pečují, představovat extrémní zátěž, zdroj vyčerpání či frustrace a mohou být spouštěčem násilného jednání (Ševčík, Špatenková, 2011).

1.2.2 Pachatelé domácího násilí

Vitoušová (2006) uvádí, že neexistuje žádná výzkumně a empiricky zajištěná typologie pachatelů DN, natož přehled o tom, který z typů domácích agresorů se vyskytuje nejčastěji. Podle údajů osob ohrožených DN v ČR však můžeme říct, že převládajícím typem násilné osoby je „vyděračský surovec“, tedy člověk, který kombinuje fyzické a psychické násilí a který se tímto způsobem chová jen v soukromí. Na veřejnosti a v zaměstnání preferuje jiné chování (Vitoušová, 2006).

Jak píše Dahlke (2005), agrese patří k běžnému životu, *„zároveň je však také aspektem nejhůře zvladatelným, který nad námi mnohdy vítězí, ať chceme nebo ne“* (Dahlke, 2005, s. 14).

Poznatky o pachatelích pocházejí ze tří hlavních zdrojů. Jednak jsou to **kriminologické výzkumy**, které se zajímají hlavně o to, jak reagují pachatelé na určité oficiální sankce. Druhým pramenem informací o pachatelích domácího násilí jsou **samotné oběti**. Třetím zdrojem poznatků o pachatelích jsou **psychologicky zaměřené výzkumy**, které se koncentrují na psychiku agresora (Domácí násilí, 2003).

1.2.2.1 Profil pachatele domácího násilí

Jak vypadá osobnostní profil agresora? Vše nasvědčuje tomu, že jasně vybarvený osobnostní profil domácího násilníka neexistuje. Domácího násilí se mohou dopouštět různé osobnostní typy (Čírtková, 2008).

Nicméně mnoho agresorů má **společné rysy**. Často využívají taktiky zlehčování, popírání a obviňování a mají určité společné vlastnosti, jakými jsou nízké sebevědomí, pocit neschopnosti a nedocení, víru ve stereotypní rozdělení rolí mužů a žen, sklon vinit ze svých činů jiné, žárlivost, neschopnost vyrovnat se se stresovou situací či nepřipravenost nést důsledky za své násilné činy (Azylový dům pro ženy a matky s dětmi, 2007).

Daligand (2014) zvyrazňuje ještě nezralost a narušenou schopnost komunikace. Také zmiňuje, že agresivní osobnost se vyznačuje ztotožněním vlastních představ o sobě, které jsou výplodem jeho fantazie. Násilník je tak v podstatě svou první obětí (Daligand, 2014).

„Lze úspěšně řešit i na pohled velmi vážné osobní spory, pakliže do nich vložíme veškerou svou pozitivní energii a dokážeme s protistranou efektivně komunikovat.“ (Dahlke, 2005, s.68).

Čírtková (2008) poukazuje na dva druhy faktorů psychologického profilu násilné osoby. Jsou to **distanční faktory**, mezi které patří např. temperament, zkušenosti z dětství s násilím v rodině či zkušenosti ze skupin vrstevníků a **proximální faktory**, mezi které řadíme vazby a vztahy k druhým, sociální dovednosti, míru impulzivitu a postoje osoby vůči násilí nebo vůči ženám (Čírtková, 2008). Tyto faktory nebo jejich kombinace se mohou podílet na vzniku násilného jednání. Roli zde hraje typ osobnosti i určitá situace, do které se člověk dostává.

Cimrmanová (2013) poukazuje na to, že násilné jednání je projevem faktu, že se daný jedinec nenaučil s agresí zacházet. Omlouvat páchání, ale i snášení násilí vnějšími nebo vnitřními okolnostmi může souviset s únikem před odpovědností za vlastní život. Člověk je sice přirozeně ovlivňován geneticky i sociálně, ale s těmito okolnostmi může nakládat (Cimrmanová, 2013).

1.2.2.2 Možné spouštěče násilného chování v rodině

Stodolová (2015) věří, že většina agresivních činů v rodině se děje v situacích stresu a napětí. Nebývá tomu tak, že by si jeden z partnerů promýšlel, jak druhému ubližovat. Takové věci se dějí jedině v případech, že jeden z partnerů je silně narušený a je rád, že může druhému ubližovat. Mnohem častěji se setkáváme s tzv. **situačním násilím** „hot violence“ (Stodolová, 2015).

Ševčík a Špatenková (2011) rovněž zmiňují, že vymezit násilnou osobu jako osobu agresivní je hodně zjednodušující, a že některé stresory, zejména pokud jsou chronické, se mohou stát spouštěčem agresivního, násilného chování. Těžký stres či spolupůsobení několika stresujících okolností mohou vyvolat násilné chování (Ševčík, Špatenková, 2011).

Jako další spouštěče agrese jsou uváděny například:

Frustrace – nespokojenost se stávajícím vztahem, stereotypem manželského nebo rodinného života, neuspokojující práce, nemá jasný životní cíl apod. Frustrace vyvolává hněv a pohotovost k agresi (Ševčík, Špatenková, 2011).

Ohrožení – hrozba, ať už fyzická (zranění) nebo psychologická (ztrapnění, odmítnutí), může vést k tomu, že jedinec reaguje násilně, aby se chránil (Huňková, Voňková, 2004).

Partnerské neshody – každé soužití muže a ženy s sebou přináší určitý stereotyp a stres. Určité sporné body, jako je hospodaření s penězi, frekvence sexuálního života, způsob trávení volného času, rozdělení práce v domácnosti a kázeň dětí se v některých rodinách stávají doslova „živnou půdou“ pro konflikty. Také **problémy spojené s péčí a výchovou dětí** mohou vyústit v domácí násilí (Špatenková, 2006).

Boj o moc – boj o moc a strach z bezmoci (Ševčík, Špatenková, 2011).

Vzory a modely chování – jestliže násilná osoba vyrůstala jako dítě v prostředí, kde bylo násilí „normální“, akceptovala ho a přijala za své. Naše společnost je značně „násilná“ – násilí je téměř všudypřítomné na televizní obrazovce, v kině, na ulici. Obklopen násilím se jedinec rychle a snadno naučí, že násilné chování je cestou, jak

(vy)řešit mnohé problémy a jak ventilovat své emoce, ale nenaučí se jiné, adekvátnější formy (ab)reagování (Ševčík, Špatenková, 2011).

Alkohol a drogy – alkohol spouští agresivní chování, fantazie a je spouštěčem násilí, protože redukuje zábrany a strach ze sociálních a fyzických následků agrese (Špatenková, 2006).

Poškození mozku nebo jeho dysfunkce (Ševčík, Špatenková, 2011).

Psychická onemocnění – lidé s psychiatrickou diagnózou bývají zmateni a dezorientováni, mohou ztratit kontrolu nad svým chováním a jednat impulzivně. Často mívají i depresivní sklony (Baštecká, 2013).

Poruchy osobnosti - rizikové jsou ty poruchy osobnosti, které mají přímý dopad na chování k druhým lidem, především antisociální porucha osobnosti. Lidé s touto poruchou osobnosti jsou často podráždění a agresivní, nemají výčitky svědomí při ublížení jiné osobě (Baštecká, 2013).

Velká tolerance společnosti vůči násilí – toto je v neposlední řadě příčinou násilného chování stejně jako přesvědčení, že domov je věcí soukromou, ať si doma každý dělá, co chce (Huňková, Voňková, 2004).

1.2.2.3 Teoretické přístupy k problematice domácího násilí

Existuje mnoho různých teorií pokoušejících se vysvětlit mechanismus a příčiny domácího násilí. Všeobecně se uvádí především tři přístupy, které spolu polemizují.

Psychologický přístup (představitelé např. D. G. Dutton, M. Bodnarchuck) vnímá domácí násilí jako problém individuální osobnosti, přesněji řečeno individuálního muže. Za příčiny tohoto násilného chování jsou považovány různé poruchy osobnosti a její psychopatologie (Čírtková, 2008). Podle psychoanalýzy se u jedince v raném vývoji vytvářejí dispozice k tomu, aby se násilně choval nebo se násilí přizpůsobil (Marvánová - Vargová, 2008).

Feministky (např. K. A. Yllö) naopak zdůrazňují jako příčiny domácího násilí genderové nerovnosti. Z jejich dílny pochází i známá teorie „kola moci a kontroly“

(Čírtková, 2008). Feministické teorie ukazují řadu technik, kterými násilník získává kontrolu nad obětí, vzbuzuje v ní strach nebo ji zastrašuje (Marvánová - Vargová, 2008).

V **sociologickém přístupu** (např. D. R. Loseke) je kladen důraz na analýzu postavení a fungování rodiny v současné společnosti. Jako zdroje DN jsou hodnoceny proměny rodiny, ochrana soukromí a také tlaky, kterým čelí partnerské soužití (Čírtková, 2008). Tato teorie podporuje hypotézu, že přihlížení násilí v primární rodině má modelující efekt pro pozdější násilné chování jedince (Marvánová - Vargová, 2008).

1.2.2.4 Muži jako násilné osoby

Jakékoli **typologie násilných mužů** jsou svým způsobem určitým zjednodušením, protože každá situace, každý případ domácího násilí, každá osoba násilná i ohrožená jsou zcela jedinečné, neopakovatelné bytosti a je nezbytné k nim přistupovat individuálně (Ševčík, Špatenková, 2011). Nicméně i tak lze nalézt několik typů násilných mužů, které jsou signifikantní pro páchaní domácího násilí.

Muži, kteří sami **vyrostli v násilných domácnostech** a byli pravděpodobně sami obětí násilí v dětství a/nebo byli svědky domácího násilí (otec bil matku) nebo se setkali s násilím mezi jinými významnými osobami ve svém životě (Ševčík, Špatenková, 2011).

Muži, kteří **mají problémy se závislostí**, jako je alkohol, drogy, hrací automaty (Čírtková, 2008).

Muži s **výrazným emočním problémem** nejsou způsobilí pro klasický život ve vztahu. Jejich láska je ničivá a pro své nejbližší jsou neštěstím (Toufarová, 2008).

Muži, kteří **vyznávají „tradiční“ hodnoty a rozdělení genderových rolí** v podstatě věří, že muži mají právo bít ženy, jsou ženám nadřazení a že je normální svoji ženu „občas proplesknout“. Násilí na ženě, dětech či ostatních členech rodiny je pro ně jednoduše součástí mužské role (Ševčík, Špatenková, 2011).

Muži s **násilnickými sklony** akceptují násilí jako přijatelný způsob řešení problémů. Ublížíjí domácím mazlíčkům, jsou zcela zaujatí zbraněmi, vášnivě se věnují střelbě nebo alespoň bojovým sportům (Ševčík, Špatenková, 2011).

Muži, kteří **vykazují problematické sexuální chování**, nevnímají sex jako formu láskyplného kontaktu, ale jako akt moci, v průběhu něhož si budují a posilují dominanci a nadřazenost (Toufarová, 2008).

Agresivita mužů „**dvojitá tvář**“ (**dr. Jekyll a pan Hyde**) je zaměřena pouze proti partnerce. Vůči svému okolí nemají citový vztah, a tak s nimi vychází dobře. Obvykle se jedná o majetnického, žárlivého a podezřívavého jedince, který se snaží společensky partnerku izolovat (Toufarová, 2008).

U mužů s **narušenou schopností komunikace** pramení násilí z nevhodných komunikačních technik (Toufarová, 2008, Daligand, 2014).

Muži **chovající se jako malé dítě** bývají pasivní, závislí a touží, aby o ně bylo „pečováno“. Následně toto své chování vnímají jako slabost a mají na sebe vztek. Hněv na sebe sama pak transformují do fyzického útoku na své blízké (Ševčík, Špatenková, 2011).

Muži, kteří ze svých činů obviňují druhé, **nejsou schopni převzít odpovědnost** (Ševčík, Špatenková, 2011).

Čírtková (2008) poukazuje, že psychologické přístupy k typologiím násilníků přihlížejí ke třem hlavním kritériím, kterými jsou **závažnost a povaha DN**, dále **obecnost nebo specifická násilí**, tj. zda se násilí projevuje pouze v partnerském vztahu nebo i mimo něj, a **přítomnost či nepřítomnost poruch osobnosti** neboli psychopatologické hledisko (Čírtková, 2008).

Ševčík a Špatenková (2011) dělí násilné osoby na **muže násilné pouze doma** a **muže násilné i mimo domov**. Muži násilní pouze doma jsou závislejší, méně často se dopouštějí sexuálního násilí a po agresivním výstupu toho litují. Zpravidla jde o muže, které bychom zařadili k typu domácího násilí popsanému jako běžné partnerské násilí. Muži násilní i mimo domov se vyznačují těžším násilím a je pravděpodobnější, že budou zneužívat alkohol či drogy. Tito muži méně často akceptují pomoc

(např. poradenství nebo terapie), ve svých názorech jsou rigidnější a mají sklon k tzv. intimnímu terorismu (Ševčík, Špatenková 2011).

1.2.2.5 Ženy jako násilné osoby

I ženy dokáží být násilné a kruté a nejsou zdaleka jen něžnými bytostmi. Mohou figurovat jako násilné osoby prakticky ve všech druzích a typech domácího násilí. Nejčastěji jsou jako násilné osoby zmiňovány v souvislosti se selháním pečující role, např. o seniory či handicapované, a jsou také aktérkami partnerského násilí (Ševčík, Špatenková, 2011). Útoky žen však není radno podceňovat, neboť jsou **více promyšlené a zákeřné**. Ženy způsobují mužům také zranění „duše“, která jsou někdy mnohem bolestnější než tělesná zranění (Čírtková, 2006).

Dle Ševčíka a Špatenkové (2011) existují dvě roviny násilného chování žen, a to ženy **útočící v sebeobraně**, což je charakteristický rys ženského domácího násilí a **reakce na násilí mužů**, kdy jsou zoufalé a po mnoha letech krutého týrání a zneužívání nevidí jiné řešení, jak ukončit cyklus násilí (Ševčík, Špatenková, 2011).

Výzkum Buriánka a Kovaříka (2006) poukázal na to, že násilné ženy jsou ve značné míře žárlivé, což koreluje s nadměrnou kontrolou mužů a omezováním jejich sociálních kontaktů. Často zneužívají alkohol či drogy, projevují se agresivně i na veřejnosti, vyhrožují a používají nejrůznější formy psychického nátlaku (Buriánek, Kovařík, 2006).

Vzhledem k odlišné tělesné konstituci žen a mužů je pravděpodobnější, že se fyzické útoky žen budou vyznačovat menší újmou a zpravidla končí méně vážnými zraněními, než je tomu v případě útoků mužů (Ševčík, Špatenková, 2011).

1.3 Práce s násilnou osobou

Vitoušová (2006) poukazuje na to, že u DN se pozornost od samého začátku obracela nejprve na ohrožené osoby. Jejich bezpečí se stalo prioritou všech hnutí a následujících opatření. Teprve později se začala pozornost obracet i na násilné osoby.

„Jisté je, že násilí je sociálním jevem. Je všude kolem nás a dokonce i v nás. Násilí nezmizí samo sebou, a proto se o redukci násilí musí pokusit doslova a do písmene každý z nás.“ (Haškovcová, 2004, s.14).

Terapie pachatelů partnerského násilí budí u mnohých ambivalentní postoje. Je to zcela pochopitelné, násilník rozhodně není nikterak kladnou postavou. Poskytnutí pomoci oběti musí být vždy na prvním místě. Zaměřit se však pouze na tuto formu intervence je poněkud krátkozraké. Pokud chceme snížit násilí mezi partnery, musíme jít přímo ke zdroji násilí, tedy k pachateli (Toufarová, 2008).

Kotková (2014) podotýká, že DN je problematikou, která se dotýká všech členů rodiny, proto není možné ji řešit pouze s jednou stranou a nabízet služby jen ohroženým osobám. Novodobě začínají programy pro poskytování služeb také osobám násilným, aby se naučily **zvládat své agresivní chování**. Služby mohou probíhat formou individuálních konzultací s jednotlivými členy rodiny, i jako společné konzultace pro více členů nebo celou rodinu (Kotková, 2014).

Berg (2013) poukazuje na to, že fyzické, sexuální nebo slovní násilí snadno evokuje silné emocionální reakce vůči klientům, a proto je nesmírně důležité, aby pracovníci hledali pomoc u svých kolegů, supervizorů a konzultantů s cílem udržet si neutralitu a nestrannost některému členu rodiny. U případů, kde se opakuje násilí, je náročné, ale velmi důležité **nestrannit ženské oběti** mužského útočníka a **zdržet se nátlaku** na ženu, aby opustila vztah. Její rodina, přátelé, sousedi i předchozí pracovníci jí tuto radu jistě už dali. Avšak vzhledem k tomu, že se jí neřídila, ji nepotřebuje slyšet znovu (Berg, 2013, s. 156).

1.3.1 Programy na zvládnutí násilného chování

Osoba, která nezvládá svoji agresi, nese plně důsledky za svoje chování, a je pouze na ní, zda se rozhodne pro změnu. Jako zásadní pro terapeutické programy se jeví podmínka, že násilná osoba má **náhled na své patologické chování a je rozhodnutá s tím něco dělat** (Trávníček, Řezníček, 2014). Tkáč (2014) vidí zásadní pomoc při zvládnutí agrese rozpoznat svoje vlastní emoce a naučit se je kontrolovat.

Toufarová (2008) uvádí, že jako vzor pro terapeutické programy pro pachatele domácího násilí nám slouží např. **Vídeňský tréninkový program**, který byl ovlivněn konceptem skotského tréninkového programu Change a americkým programem DAIP (Domestic Abuse Intervention Project), který je známý též jako Duluthský model.

DAIP (Domestic Abuse Intervention Programs, 2011) jako první svého druhu zahájil činnost v 80. letech v Duluthu v Minnesotě (USA) a postupem času se stal zdrojem inspirace pro projekty po celém světě. Tento program vychází především z reálných výpovědí obětí, které zdůrazňovaly, že by chtěli se svými partnery pracovat tak, aby si byli vědomi svého chování, toho, co je k němu nutí a jaké jsou důsledky. V rámci programu se tedy pracuje jak s oběťmi, tak s pachateli. Trénink pro pachatele je založen na kognitivně-behaviorálním přístupu s psychodynamickými elementy a je organizován na principu týdenních setkání otevřených skupin (Toufarová, 2008). DAIP se snaží muže naučit novému pohledu na ženy a celkově na role mužů a žen. Důraz je kladen na nácvik nenásilného chování, respektování druhého a jeho práv a zároveň přijetí důsledků svého jednání (Domestic Abuse Intervention Programs, 2011).

Vídeňský projekt pomoci pro pachatele domácího násilí je součástí komplexního intervenčního systému a vychází z programu DAIP a Change. Důležitým specifickým je spolupráce s poradenským centrem pro muže a intervenčním centrem pro jejich partnerky. Zároveň se zde pracuje i se státními institucemi, jako je policie, orgán péče o dítě, státní zástupce a soudy. Terapeutický přístup vychází z předpokladu, že muži nejsou násilníci od narození, ale protože tak byli naučeni zvládat konfliktní situace (Wiener Interventionstelle gegen Gewalt in der Familie und Männerberatung, 2009). Toufarová (2008) dodává, že program trvá minimálně 8 měsíců s alespoň 30

sezeními a je veden ženskými a mužskými terapeuty. Tento program je velmi ceněn pro svůj celostní přístup.

V **České republice** je několik organizací nabízejících pomoc při řešení problémů v rodině nebo i přímo zaměřených na pomoc mužům v s partnerskými a rodinnými vztahy. Pomoc nabízejí buď v individuální, párové, skupinové nebo i skupinové párové terapii. Berg (2013) podotýká, že čím pružnější jsou možnosti a přístupy, tím je větší možnost individualizovat strategie pomoci a prospět klientům. Čím víc možností v dané situaci je, tím méně hrozí zahlcení případem a uvíznutí na místě (Berg, 2013).

Individuální terapie je postavena na vztahu klient – terapeut a je věnována individuálním tématům, především traumatům a emocím. Terapeut podporuje klienta v pozitivních změnách v jeho životě a později může dojít i ke konfrontačnímu přístupu, kdy se obrací pozornost ke vztahům a světu (Diakonie ČCE, 2015).

Párová konzultace je volena, pokud jsou oba partneři motivováni a pokud se snaží spolupracovat na lepší komunikaci a spolupráci. Při terapii se hledají jiné vzorce chování a fungující oblasti soužití. Zároveň se vyjasňují sporné a konfliktní situace (Diakonie ČCE, 2015).

Skupinová terapie využívá skupinovou dynamiku a oboustrannou komunikaci mezi terapeutem a členy skupiny, ale rovněž mezi členy skupiny navzájem. Terapie vede k lepšímu sebepoznání a uvědomění si vlastních potřeb (Modrý kříž, 2015). Členové skupiny jsou sobě svým vlastním zrcadlem a motivují se k další práci na sobě samých (Trávníček, Řezníček, 2014).

Skupinová párová terapie („Multicouple Therapy“) je jedinečný projekt v České republice, který zahájilo SOS centrum Diakonie v Praze, a přitom se nechalo inspirovat praxí ze zahraničí. Jedná se o víkendová setkání 4-5 párů, kde se využívá sdílení zkušeností ve skupině a vzájemná podpora lidí s podobnými problémy (Diakonie ČCE, 2015).

Interdisciplinární spolupráce je žádoucí tam, kde řešení problému vyžaduje komplexní přístup a intervenci dvou a více specialistů různých oborů (Cimrmannová, 2013). Podle Kotkové (2014) je třeba mezioborová spolupráce, kdy se na problematiku DN nahlíží jako na problém právní, kriminologický, sociologický i psychologický.

Každá z těchto vědních disciplín dokáže přispět k hlubšímu porozumění tomu, jak DN vzniká a jaké kroky jsou třeba udělat k jeho minimalizaci (Kotková, 2014).

1.4 Domácí násilí v českém právu

V platném českém právu nebyl do roku 2007 vůbec definován pojem domácí násilí. Existence domácího násilí byla v ČR dlouhou dobu vnímána jako soukromá záležitost. Česká republika se přijetím zákonů vztahujících se k této problematice přihlásila k řešení problematiky domácího násilí a současně deklarovala nulovou toleranci k násilí a závazek ochrany ohrožených osob (IDT Brno, 2014). V českém právním systému je ochrana obětí domácího násilí obecně zakotvena v rámci občanského práva, policejního zákona, zákona o přestupcích, a také v trestním zákoně (Marvánová – Vargová, 2008).

Od 1. ledna 2007 přispívá k ochraně před domácím násilím **zákon na ochranu před domácím násilím** (zákon č. 135/2006 Sb.). Obětem domácího násilí byly dány lepší možnosti se účinně bránit a zároveň byly posíleny pravomoci policie a soudu. Ochrana před domácím násilím je založena na principu ochrany ohrožené osoby v jejím přirozeném prostředí – tj. ve společné domácnosti, kterou obývala s násilníkem. Z domácnosti, kde docházelo k týrání, odchází násilná osoba a nikoliv oběť, jak tomu bylo před účinností tohoto zákona. V § 21c je uveden i postup, jaký policista použije při vykázání osoby (zákon č. 135/2006 Sb.). Vykázání je preventivním opatřením a má chránit ohroženou osobu před dalšími možnými útoky. Oběť má čas a prostor na to, aby vyhodnotila situaci a naplánovala další kroky. Tento nový institut vykázání se opírá o tři vzájemně propojené pilíře – **Policii České republiky, intervenčních centra a soudy** (Bílý kruh bezpečí, 2007).

Podle **zákona o sociálních službách** (zákon č. 108/2006 Sb.) jsou na pomoc obětem domácího násilí zaměřeny vybrané sociální služby. Specializovaná zařízení sociálních služeb pro osoby ohrožené domácím násilím jsou **intervenční centra**. V souvislosti s řešením případů domácího násilí mohou být poskytovány rovněž další typy služeb, zejména **odborné sociální poradenství, telefonická krizová pomoc,**

azylové domy, krizová pomoc a sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi (zákon č. 108/2006 Sb.).

Oprávnění policisty rozhodnout o vykázání ze společného obydlí, zákazu vstupu do něj a zákazu navazování kontaktu s osobou ohroženou upravuje i **zákon o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů** (zákon č. 273/2008 Sb.).

Trestní zákoník (zákon č. 40/2009 Sb.) upravuje postih projevů domácího násilí a také nebezpečného pronásledování, tzv. stalking. Za nebezpečné pronásledování, a to i prostřednictvím e-mailu nebo mobilního telefonu, hrozí až 3 roky vězení (§354 zákona č. 40/2009 Sb.).

Dalšími právními zdroji v případech domácího násilí jsou zákon č. 292/2013 Sb., **o zvláštních řízeních soudních**, ve znění pozdějších předpisů a zákon č. 359/1999 Sb., **o sociálně právní ochraně dětí**, ve znění pozdějších předpisů. Tyto legislativní normy upravují postavení dětí, které jsou ohrožovány násilím mezi rodiči nebo jinými osobami odpovědnými za jejich výchovu, popřípadě násilím mezi dalšími fyzickými osobami. Zákon rovněž upravuje oznamovací povinnosti. Jejich porušení je ze sankcionováno (zákon č.359/1999 Sb.).

Současný právní rámec tedy vytváří dostatečné možnosti jak pro ochranu osob ohrožených před domácím násilím, tak pro právní postih osob násilných a ukončení násilného jednání.

2 CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY

2.1 Cíl práce

Cílem práce je zmapovat životní dráhy jedinců, kteří se stali agresory v domácím násilí, s akcentem na subjektivně vnímané momenty, které je k tomuto sociálně patologickému chování vedly **a nastínit problematiku z pohledu agresorů, jejich životních příběhů a výpovědí.**

Téma jsem si zvolila především proto, že se jedná o velmi aktuální a komplikované téma. Částečně mě k výběru vedly i osobní důvody, kdy jsem chtěla lépe pochopit agresory domácího násilí, co je k takovému jednání vede, zda existuje šance na nápravu jejich chování, a tím pádem i šance pro oběti na lepší partnerský život. Také mě zajímala otázka, zda si násilné osoby nesou vzory svého jednání z původní rodiny a do jaké míry je to případně ovlivňuje.

2.2 Výzkumná otázka

V návaznosti na cíl práce a kvalitativní strategii byla stanovena následující výzkumná otázka:

Objevilo se domácí násilí i v primární rodině pachatele?

3 METODIKA

V teoretické části byly prostudovány a použity odborné zdroje, tematická periodika, i webové stránky zabývající se problematikou domácího násilí a agresivity. V praktické části jsem zvolila kvalitativní výzkumnou strategii, abych mohla nahlédnout do hloubky problému. *"Kvalitativní přístup představuje řadu rozdílných postupů, které se snaží najít porozumění zkoumanému sociálnímu problému"* (Reichel, 2009, s. 40).

Pro sběr dat byla předem připravena osnova rozhovoru, kde byly naznačeny jednotlivé okruhy otázek. Tam, kde to bylo vhodné a potřebné, byly využity doplňující otázky. Byla použita metoda dotazování a technika polostrukturovaného rozhovoru s pěti komunikačními partnery. Tato technika pracuje s připraveným souborem otázek či témat, u kterých nemusí být dodrženo přesné pořadí a tazatel je může dle potřeby obměňovat (Reichel, 2009). Jednotlivé okruhy otázek volíme s ohledem na aktuální potřeby, které nastávají v průběhu rozhovoru. Potřebujeme-li, aby se dotazovaný uvolnil, či rozvedl odpověď na námi kladenou otázku, necháme ho plyně přirozeně hovořit. V pasážích, kde je rozhovor více strukturovaný, můžeme použít doplňující otázky. Ty nám pomohou k upřesnění daného tématu nebo k jeho vysvětlení. Tím můžeme zvýšit i zájem dotazovaného. Polostrukturovaný rozhovor je proto velice rozšířený nástroj výzkumu (Mioviský, 2006).

U polostrukturovaného kvalitativního rozhovoru nejsou odpovědi předem dány, jsou závislé na vůli dotazovaného. Důležité v tomto typu rozhovoru je to, že výzkumník je pro dotazovaného komunikačním partnerem a může se přizpůsobit jeho potřebám. Výhody této metody spočívají především ve zpětné vazbě. Výzkumník může ověřit, zda dotazovaný pochopil smysl a účel kladených otázek. Z rozhovoru mohou vyplynout nové názory a souvislosti vztahující se k danému problému (Hendl, 2005).

Pro přesnější zaznamenání byla zvolena nahrávka na diktafon. Nahrávka i písemný záznam byly provedeny po předchozí domluvě s dotazovanými. V této práci nejsou použita žádná jména, aby byla zachována anonymita dotazovaných. Nahrávky rozhovorů byly přepsány do textového dokumentu, který je uveden v příloze (příloha 1). Pro zachování autentičnosti bylo přepisováno vše, co komunikační partneři během

rozhovorů sdělili. Pro lepší orientaci v textu však byla vynechávána vatová slova typu *hm, aha* apod.

Pro vyhodnocení získaných dat byla využita metoda vytváření trsů, která slouží k seskupení určitých výroků do skupin. Trsy vznikají vzájemným překrytím nebo podobností v získaných datech. Společným znakem se může stát například tematický překryv, který byl použit i v tomto výzkumu (Miovský, 2006).

3.1 Výběrový soubor

Základní soubor tvoří osoby, které mají osobní zkušenost se svojí vlastní agresí ve svém domácím prostředí.

Výzkumný soubor jsem vybrala metodou prostého záměrného (účelového) výběru. Ten spočívá v tom, že *"vybíráme mezi potenciálními účastníky výzkumu toho, který je pro účast ve výzkumu vhodný a současně s ní také souhlasí"* (Miovský, 2006, s. 135).

Data byla sbírána v krizové ambulanci službě SOS centrum Diakonie ČCE - SKP v Praze. Zde se poskytuje odborná pomoc, podpora, informace lidem v obtížné či krizové životní situaci a pomáhá se jim obdobným situacím předcházet. Toto centrum jsem si zvolila proto, že jako jediné centrum v České republice poskytuje násilným osobám jak individuální terapeutický program, tak i párovou terapii, multicouple terapii a skupinový terapeutický program pro násilné osoby. Po předchozí domluvě s vedoucí SOS centra Mgr. Helenou Šaškovou jsem požádala terapeuty, kteří vedou skupinový terapeutický program pro násilné osoby, zda bych se mohla se účastnit několika sezení ve skupině. Bylo mi to přislíbeno s podmínkou, že budu ve skupině aktivní a vedená jako jeden z klientů, ne jako pouhý pozorovatel pro svůj výzkum k bakalářské práci.

Skupina je otevřená klientům, kteří ve vyhrocené hádce uhodili svou partnerku nebo partnera, těm, kteří ve vzteku křičí, ničí věci, ženám i mužům, kteří v hádce používají proti partnerovi témata, kterými umí zranit, finančním despotům, kontrolorům, všem těm, kteří si už dokázali přiznat, že se jejich zvýšená agrese stala vážným problémem pro ně samotné a především pro druhé, a chtějí s tím něco udělat.

Stále častěji sem přicházejí rodiče, kteří si uvědomili, že trestají své děti způsobem, který už nemá nic společného s výchovou, ale je obrazem jejich vzteku a bezmoci. (Diakonie ČCE, 2015).

Každý z komunikačních partnerů byl dopředu osloven, abychom si domluvili schůzku a aby si pro mě vyhradil cca hodinu až hodinu a půl čistého času. Dopředu jsem mu sdělila, že je to naprosto anonymní rozhovor, kde budou zjištěny základní informace o jeho životě a především o jeho zkušenosti a boji s agresivitou. Rozhovory se odehrávaly v klidném a pohodlném prostředí SOS centra. Komunikační partnery jsem se snažila naladit na rozhovor a nabídla jim občerstvení. Snažila jsem se je nepřerušovat, nechala jsem je vyprávět v takovém časovém sledu, jaký jim vyhovoval. Při rozhovorech bylo použito dotazování a technika aktivního naslouchání, která napomáhala ke správnému pochopení sbíraných dat. Rozhovory byly uskutečněny na podzim roku 2014.

Poprosila jsem též vedoucí SOS centra Mgr. Helenu Šaškovou o krátký rozhovor, kde jsem především chtěla zjistit, proč se věnují této cílové skupině a jaký to má podle ní efekt. Přepsaný rozhovor je uveden v příloze 2. Využila jsem mojí účasti na terapeutických skupinových setkáních s násilnými osobami a rozdala jim krátký anonymní dotazník, kde měli sdělit, z jakého důvodu chodí každý týden na skupinu, v čem jim to pomáhá a co od skupiny očekávají. Anonymní dotazník jsem také vložila do příloh (příloha 3).

4 VÝSLEDKY

4.1 Charakteristika komunikačních partnerů

Nejprve jsou krátce představeni komunikační partneři k přiblížení jejich životní situace a pro lepší orientaci mezi jednotlivými osobami.

KP 1

Muž 44 let, ženatý, 2 děti. Od dětství má zrakovou vadu, kvůli které dojížděl na speciální internátní školu a v současné době pracuje jako ladič pian. Projevuje se u něho verbální i fyzická agrese. Klient je agresivní především na syna, na manželku ani na dceru ne. Syn ho dokáže vyprovokovat, klient mu pak agresivně nadává, několikrát ho i zbil.

KP 1 je tichý, příjemný, dobře formuluje myšlenky a má zajímavé postřehy. Má několik dobrých známých, se kterými udržuje kontakt. Svůj volný čas klient tráví s rodinou nebo s přáteli, hodně času tráví na zahradě nebo kutí něco v dílně. Klient je manuálně a technicky zručný.

Klient se chce naučit kontrolovat své agresivní reakce vůči synovi.

Původní rodina: 2 sestry, rodiče (matka i otec dělnické profese), doma byla skrytá agrese, dodnes nemá vyřešené vztahy s rodiči. Se sourozenci má dobré vztahy.

Současný stav: vztah se svým synem se velmi zlepšil, klient si začal kontrolovat emoce a k agresi již dochází pouze k verbální a spíše výjimečně.

KP 2

Muž 39 let, ženatý, 3 děti. Má vysokoškolské vzdělání, 2 roky pracoval v Rakousku a nyní vede pobočku v České republice.

Typ agrese: fyzická. K nějakému incidentu došlo tak 4x vůči ženě a několikrát vůči dětem. Děje se to v situaci, kdy se cítí zahnaný do kouta a manželka na nic nereaguje. Chce ji vyprovokovat k nějaké reakci a začne do ní třeba strkat, nebo ji naopak nechce

někam pustit. Jednou jedinkrát vnímal, že jí chtěl skutečně nějak ublížit, když ji polil masážní emulzí, která jí stekla do očí.

Vůči dětem je agresivní v situaci, kdy chce podpořit manželku, která na děti křičí, nebo když cítí, že děti překročily nějakou hranici.

KP 2 je velmi otevřený, příjemný, komunikativní.

Klient hodně svého času tráví v práci, kde je ředitelem celé pobočky. Má hodně přátel, má rád společnost.

Svůj volný čas relativně má, ale má problém ho naplnit, protože má pocit, že by měl spíše dělat něco užitečného. Propadl internetovým hrám, občas hraje i se svými dětmi.

Chtěl by se naučit zvládat svou emoční nevyrovnanost bez agrese.

Původní rodina: 2 sestry, rodiče (SŠ pedagožka a fyzik), nekonfliktní vztahy. Agresivitu v dětství nepozoroval, jen jednou se přihodilo, že umačkal andulku k smrti, když nereagovala podle jeho představ.

Současný stav: klient bere AD, manželka na něj 2x podala trestní oznámení, která stáhla.

KP 3

Muž, 47 let, ženatý, 2 děti. Má středoškolské vzdělání, pracuje jako technik.

Typ agrese: verbální, fyzická, skrytá. Agresi si vybíjí na dětech, především na své dceři, která je jeho hromosvodem. Klient je upjatý a na dětech vyžaduje striktní poslušnost a plnění pravidel, která jim sám vymýšlí. Pokud děti pravidlo nebo úkol nesplní, klient je výchovně trestá. Neuznává pochvalu, kterou má za hodnocení. Když je tedy chce pochválit, popíše situaci v kladné větě.

KP 3 je upjatý, tichý, vážný, přemýšlivý. Má rodinné přátele, se kterými se navštěvují a povídají o dětech a jiných společných tématech.

Volný čas tráví s rodinou, rád sportuje, jezdí na kole.

Chtěl by umět ovládat svou agresi a umět s dětmi komunikovat, aby ho respektovaly a poslouchaly.

Původní rodina: 2 sourozenci, rodiče (matka dělnice, otec lékárník), agrese z otcovy strany, velmi přísná výchova bez emocí.

Současný stav: klient se snaží zvládat svou agresi, čte knihu o nenásilné komunikaci a striktně z ní dodržuje psaná pravidla. Skupina s ním často nesouhlasí a dostává někdy i kruté reakce na své konání, ale je vidět, že klient o tom přemýšlí a snaží se o nápravu.

KP 4

Žena 37 let, vdaná, 2 děti. Má středoškolské vzdělání, pracuje jako administrativní pracovnice, v současné době na rodičovské dovolené.

Typ agrese: Verbální, fyzická vůči dětem. Klientka je introvertní typ, který o svých problémech nemluví, kupí se v ní a pak klientka bouchne. Nedokáže své emoce vůči dětem držet na uzdě. Je přetížená, má 2 malé děti (2, 4 roky), starší má znaky ADHD, mladší velmi plačtivý se znaky atypického autismu a možná vývojové dysfázie. 4 roky nespala a na výchovu je převážně sama (její manžel je pracovně velmi vytížený). Únava, nedostatek spánku a vnitřní napětí mají velký vliv na její výbuchy. Agrese je převážně slovní, kdy na děti křičí, ale je i fyzická, kdy děti uhodí nebo nepřiměřenou silou chytí za ruku.

KP 4 je introvertní, uzavřená, trvá jí déle, než se otevře. Ale je milá a hodná, je vidět, že potíže s dětmi jí trápí a ráda by jim byla lepší matkou. Své chyby si uvědomuje a velice ji tíží.

Svůj veškerý čas tráví s dětmi, starší již navštěvuje MŠ, s mladším je neustále doma. Přátelé z dřívějšího jí ze života vymizeli, stýká se pouze s jinými maminkami s dětmi. Dříve ráda jezdila na kole a dělala turistiku, chce se k tomu opět navrátit i s dětmi. Na sklonku roku se vrací do původní práce, má z toho velký strach, jak to bude zvládat.

Původní rodina: má sestru a bratra, rodiče (vyučení, pracovali v dělnických profesích). V původní rodině bylo domácí násilí, otec násilník a alkoholik, několik let žila celá rodina ve stresu a strachu. V dnešní době se klientka s otcem nestýká, s matkou a se sourozenci nemají dobré vztahy.

Současný stav: klientka trpí depresemi a odhodlává se k návštěvě psychiatra nebo psychoterapeuta.

KP 5

Muž 37 let, rozvedený, 2 děti. Má středoškolské vzdělání, pracuje v logistice v jedné mezinárodní firmě.

Typ agrese: fyzická. K incidentu došlo ještě za jeho manželství, kdy mu byla manželka nevěrná, a mezi partnery byly napjaté vztahy. Jednou po cestě z plesu, kdy byl mírně opilý, manželku verbálně a fyzicky napadl a ta ho následně nechala vykázat. Proto chodí na skupinu. Vůči dětem agresivní nikdy nebyl.

Klidný, tichý, spíše se drží stranou, někdy vtipně glosuje situaci. Má hodně přátel, je rád mezi lidmi.

Svůj volný čas tráví především cestováním, rád cestuje po Čechách a jezdí do zahraničí. Rád tráví čas se svými dětmi.

Původní rodina: má bratra a rodiče (SŠ vzdělání, úředníci), nekonfliktní vztahy v dětství. Otec byl občas podrážděný a křičel na děti, ale prý to vždy bylo zasloužené. V současné době jsou rodiče rozvedeni, otec žije daleko a vztahy jsou nyní chladné. Klient v současné době žije zpět u matky a řeší své bydlení, vztahy s matkou jsou ve společném bydlení napjaté, oba se těší, až se odstěhuje.

Současný stav: klient není typický agresor, spíše si srovnává svůj vztah k bývalé manželce a vypořádává se se svojí současnou situací.

Tabulka 1: Přehled základních charakteristik komunikačních partnerů

	Pohlaví	Věk	Vzdělání	Rodinný stav	Počet dětí	Zaměstnání
KP 1	muž	43	SŠ	ženatý	2	OSVČ
KP 2	muž	39	VŠ	ženatý	3	zaměstnán
KP 3	muž	52	SŠ	ženatý	2	zaměstnán
KP 4	žena	37	SŠ	v partnerství	2	RD
KP 5	muž	42	SŠ	rozvedený	2	zaměstnán

Zdroj: Vlastní výzkum

Výzkumný vzorek se skládal celkem z pěti komunikačních partnerů, z toho byli čtyři muži a jedna žena. Nejmladší KP byla žena, které je 37 let a nejstaršímu KP bylo 52 let. Všichni mají ukončené střední vzdělání, jeden KP má vysokoškolské vzdělání. Nutno zmínit, že k této metě neměl daleko ani KP 3 „*jsem skoro vystudovanej vysokoškolák. Ze školy jsem odešel těsně před koncem.*“ Tři KP jsou ženatí, jeden žije v partnerském svazku a jeden je čerstvě rozvedený. Čtyři KP mají dvě děti, jeden má tři děti. Všichni KP pracují, kromě KP 4, která je v současné době na rodičovské dovolené, ale po jejím ukončení plánuje návrat do práce. Jeden KP je OSVČ.

4.2 Výsledky výzkumu

Tabulka 2 – Trs 1: Vnímání domácího násilí v původní rodině

	KP1	KP2	KP3	KP4	KP5
<i>Nevnímal jsem žádnou agresi mezi rodiči</i>		X			
<i>Dostal jsem občas bit, ale zaslouženě</i>		X			X
<i>Fyzická agrese vůči mně</i>				X	
<i>Rodiče – psychická agrese jen vůči druhému</i>	X		X	X	X
<i>Rodiče – fyzická agrese jeden vůči druhému</i>			X	X	X

Zdroj: Vlastní výzkum

Všichni KP se v dětství setkali s nějakou formou agrese. Nicméně toto je velmi subjektivní přístup, většina z KP má tendence agresi v původní rodině, ať už mezi rodiči nebo vůči dětem, bránit a omlouvat. KP 2 říká: „*Agrese se mezi rodičema nevyskytovala vůbec.....Na druhou stranu fyzický tresty u nás byly. Tatínek nás občas bil, naprosto po právu.*“ Podobně odpovídá i KP 5 „*Občas jsme byli bití, ale to když jsme si to zasloužili. Jednou si pamatuji, že mě táta zřezal hodně, ale to bylo právem.*“

Setkali se s nejrůznější formou agrese, jako např. KP 1 s psychickou formou „*Máma se bála bouřky, tak táta otevřel okna, aby to bylo jako dobře vidět a slyšet*“, u KP 3 byla agresorkou spíše žena: „*Matka byla taková vzteklejší a spíš otec nějakou schytl od ní, když se vrátil z hospody později, než měl. Ale spíš výjimečně. Spíš tam taky spolu nějak nemluvili, vím, že mamka přestala s otcem komunikovat*“. KP 5 se setkal jako dítě i s fyzickou agresí: „*Táta byl hodně nervák a jednou, když byl ožralej, tak mámu škrtil. Občas doma byla tichá domácnost.*“ S fyzickou, verbální, sexuální, psychologickou agresí se setkala KP 4 „*V mojí původní rodině bylo domácí násilí, otec byl alkoholik, vždycky přišel pozdě v noci domů a já už slyšela klíče od domovních dveří, i když jsme bydleli ve třetím patře. Vtrhnul k nám do pokoje, rozsvítil, začal nadávat na mámu, jaká je ku*va a pak si jí odtáhl do ložnice, kde jí znásilnil. Máma křičela a bránila se.*“

Tabulka 3 – Trs 2: Rozvrat manželství v původní rodině

	<i>KP1</i>	<i>KP2</i>	<i>KP3</i>	<i>KP4</i>	<i>KP5</i>
<i>Rodiče jsou stále spolu, žádný rozvod</i>		<i>X</i>	<i>X</i>		
<i>Rodiče ve vztahu trpěli kvůli dětem</i>				<i>X</i>	<i>X</i>
<i>Rodiče se rozváděli v klidu</i>	<i>X</i>				<i>X</i>
<i>Rodiče se rozváděli bouřlivě</i>				<i>X</i>	

Zdroj: Vlastní výzkum

Z pěti KP tři pocházejí z rozvrácené rodiny. KP 2 říká, že jeho maminka vzpomíná: „*My když jsme se hádali, tak jenom kvůli vám dětem.*“. KP 3 sice nepochází z rozvrácené rodiny, ale možná jen „díky“ otcově povaze: „*Co se týče toho nějakýho místa v rodině, tak si myslím, že byl takovej neprůbojnej a že to tam vedla asi hlavně ta matka. Že se bál jít do konfliktu.*“ U KP 5 se rodiče rozvedli až v jeho dospělosti, ale jak mu sama matka jednou řekla „*s tátou byla jen kvůli dětem.*“. KP 4 o rozvodu rodičů říká: „*Máma s rozvodem čekala až moc dlouho, asi kvůli nám, ale myslím, že především kvůli její povaze – je hodně submisivní, nedokáže říct svůj názor nebo NE.*“.

Tabulka 4 – Trs 3: Agresivita v dětství

	<i>KP1</i>	<i>KP2</i>	<i>KP3</i>	<i>KP4</i>	<i>KP5</i>
<i>Nebyl jsem agresivní</i>					<i>X</i>
<i>Byl jsem agresivní vůči sourozencům</i>				<i>X</i>	
<i>Byl jsem agresivní vůči vrstevníkům</i>	<i>X</i>				
<i>Byl jsem agresivní vůči zvířatům</i>		<i>X</i>			
<i>Byl jsem vnitřně agresivní, naštvaný na celý svět</i>	<i>X</i>		<i>X</i>	<i>X</i>	

Zdroj: Vlastní výzkum

Z pěti KP se 3 v dětství setkali s vlastní agresivitou tři KP. KP 4 si to uvědomila zpětně: „*Já jsem agresivní nikdy nebyla, tedy aspoň jsem si to vždycky myslela. Ale pravda je, že zejména se sestrou jsme se praly na život a na smrt, opravdu jsme jedna druhé chtěly ublížit.*“. Agresivní v dětství nebyl KP 3: „*Ani ne. Jedna věc je takový to niterný vztekání se, ať třeba na sebe nebo na svět, kterej se mi nelíbí, což asi tak průběžně.*“ KP2 zmiňuje i svojí agresivitu vůči zvířatům: „*...jsem jednu tu andulku zmáčknul tak silně, že jsem jí zabil*“. KP 5 svoji agresivitu v dětství vylučuje: „*To ne, já se nikdy nepral. Já se bojím. ... Já jsem byl vždycky nekonfliktní.*“

Tabulka 5 – Trs 4: Setkání se šikanou

	<i>KP1</i>	<i>KP2</i>	<i>KP3</i>	<i>KP4</i>	<i>KP5</i>
<i>Se šikanou jsem se nikdy nesetkal</i>		<i>X</i>	<i>X</i>		<i>X</i>
<i>Byl jsem pachatelem šikany</i>	<i>X</i>				
<i>Byl jsem obětí šikany</i>	<i>X</i>			<i>X</i>	

Zdroj: Vlastní výzkum

Z pěti KP tři neměli se šikanou žádnou zkušenost, KP 4 měla zkušenost šikanované a KP 1 měl zkušenost v obou polohách, šikanoval i byl šikanován. Svoji zkušenost se šikanou popisuje: „*Byl jsem táhnutej vlastně tou partou, chtěl jsem být členem té party. Líto mi ho nebylo, naopak jsem se cítil dobře, že jedu v té partě a že jsem s nima.*“ KP4 popisuje setkání se šikanou takto: „*Jak jsem si nikdy moc nevěřila, tak jsem i špatně navazovala kontakty a jednou v lázních jsem se stala takovým tím panákem, se kterým se nikdo nechce kamarádit, naopak jsem byla pro smích a dělali si ze mě srandu. Nebylo to nic příjemného.*“

Tabulka 6 – Trs 5: Agresivita v přechozím vztahu/vztazích

	KP1	KP2	KP3	KP4	KP5
<i>V předchozích vztazích jsem agresivní nebyl</i>	X		X		X
<i>V předchozích vztazích jsem byl agresivní méně než v současném partnerství</i>		X		X	
<i>V předchozích vztazích jsem byl agresivní stejně nebo více než v současném partnerství</i>					

Zdroj: Vlastní výzkum

Z pěti KP nebyli v předchozím vztahu agresivní tři KP. KP2 uvádí, že jej neskutečně vytočí něčí nečitelnost a nemožnost komunikace podle něho, když tomu sám nerozumí, nedokáže se potom ovládat. „*Ona se chovala pro mě nějakým způsobem nečitelně v jeden okamžik mě už natolik přivedla k zoufalství, že jsem vlastně vběhnul k ní do stanu a vrazil jsem jí pár facek.*“ KP4 také přiznává, že problém s určitou formou agrese měla i v předchozích vztazích „*Ne fyzicky. Možná psychicky, když to začalo být vážný a já chtěla utéct, začali mě strašně štvát a dost jsem jim to dávala najevo.*“

Tabulka 7 – Trs 6: Typ agrese v současném vztahu

		KP1	KP2	KP3	KP4	KP5
<i>Jsem agresivní vůči partnerovi</i>	<i>psychicky</i>	X	X			X
	<i>fyzicky</i>		X			X
<i>Jsem agresivní vůči dětem</i>	<i>psychicky</i>	X	X	X	X	
	<i>fyzicky</i>	X		X	X	

Zdroj: Vlastní výzkum

Z pěti KP jsou čtyři agresivní vůči dětem, jeden KP je agresivní vůči partnerovi. Z toho dva KP jsou agresivní i vůči dětem, i vůči partnerovi. Agresivita má převážně formu verbální, ale dochází i k formě fyzické nebo psychické. Je zajímavé, že tři KP jsou

agresivní pouze buď k partnerovi, nebo k dětem. U dvou KP se to prolíná, i když vždy převažuje buď partner nebo děti.

Tabulka 8 – Trs 7: Vnímání nárůstu agresivity po narození dětí

	KP1	KP2	KP3	KP4	KP5
<i>Narození dětí nemělo žádný vliv na moji agresivitu</i>		X			
<i>Po narození dětí jsem nezvládl rodinnou situaci</i>	X			X	X
<i>Narození dětí na mě působilo stresově</i>	X		X	X	
<i>Povaha dítěte ve mně vzbuzovala vztek, agresi</i>			X	X	

Zdroj: Vlastní výzkum

Všichni KP si uvědomují, že narození dětí mělo nějaký vliv na rytmus jejich životů a nějakým způsobem zasáhlo i do jejich agresivity. KP 1 říká: „Agrese se začala projevovat v manželství, hlavně, když se narodily děti. Měl jsem strach, že to nějak nezvládnou, psychicky, fyzicky, měl jsem strach o tu rodinu, o to, že je neuživím. Bylo to takový pro mě náročný období.“ KP 4: „Pak se ale narodil druhý a od malička byl neuvěřitelně plačtivý.... Byla jsem na sesypání, ale nepřipouštěla jsem si to. Tak to začal nejvíc odnášet starší syn, kterému byly teprve 2 roky.“ KP 5: „Pak se narodily děti, žena byla hodně doma.... ...Ale z tohoto období se změnila... ...Byla to velká změna.“

KP 3 ovlivnila především povaha jeho dcery: „A spíš, že mám takovou vzdorovitou dceru, tak na ní se to pak projevilo i nějak fyzicky, sem tam. Vůči manželce ne, vůči synovi možná taky, ještě dřív, ale jen tak v rámci... ale jo, možná taky. Ale syn je klidnější, s ním se dá domluvit.“

Tabulka 9 – Trs 8: Rozhodnutí pro terapii

	KP1	KP2	KP3	KP4	KP5
<i>Rozhodl jsem se sám</i>	X		X	X	X
<i>Partner mi dal „nůž na krk“</i>	X			X	
<i>Odborník mě doporučil začít s terapií</i>		X			

Zdroj: Vlastní výzkum

Dva KP chtěli se svou agresivitou pracovat sami od sebe, dva na popud partnera. Jednoho KP poslal na skupinovou terapii psychiatr, jak KP 2 říká: „Zkontaktoval jsem nějakého psychiatra, kterej když jsem mu to popovídal a chtěl jsem, aby mě tak jako politoval, jakej jsem chudák, jak mi ubližujou, tak mi řek, nejlepší věc, co vám můžu doporučit, běžte tady na tu skupinu a řešte svojí agresi.“ Nicméně ti, kteří šli na terapii na popud partnera se přiznali, že sami se svými agresivními reakcemi nebyli delší dobu spokojeni a možná by sami vyhledali pomoc odborníků, ale partnerovo ultimátum/doporučení/rada/prosba jim v tom pomohlo a celou cestu k odborníkovi uspíšilo. Jak říká KP 1: „Uvědomil jsem si, že jediná záchrana je v tom, že mi musí pomoci někdo zvenčí. Pokud to jde, tak ať mi pomůže.“

Tabulka 10 – Trs 9: Jiný odborník, léky

		KP1	KP2	KP3	KP4	KP5
<i>Nechodím k jinému odborníkovi</i>	<i>Beru léky</i>					
	<i>Neberu léky</i>	X			X	X
<i>Chodím k jinému odborníkovi</i>	<i>Beru léky</i>		X			
	<i>Neberu léky</i>			X		
<i>Chystám se k jinému odborníkovi</i>					X	

Zdroj: Vlastní výzkum

Tři z pěti KP nechodí k jinému odborníkovi ani nebere žádné léky, dva KP chodí k jinému odborníkovi, ale jen jeden bere antidepresiva. KP 4 však sama připouští, že se bez toho v budoucnosti pravděpodobně neobejde: *„Já se odhodlávám k psychoterapeutovi nebo k psychiatrovi, vidím, že tyhle stavy fakt nedávám a svoje děti miluju, nechci na ně být tak ošklivá. Myslím, že se nevyhnu ani nějakým lékům, bohužel.“* KP3 říká: *„Byl jsem u různých psychologů, chodil jsem i na terapie.“*

5 DISKUZE

Téma bakalářské práce jsem si vybrala především proto, abych se pokusila poodhalit roušku druhé strany problematiky domácího násilí, která je v současné době opomíjena, a přitom se jedná o záležitost v naší společnosti velice aktuální. Přijde mi, že veškerá (nebo téměř veškerá) pozornost se v této problematice věnuje především obětem domácího násilí. V žádném případě s tím nechci polemizovat, neboť oběti domácího násilí si skutečně tuto pozornost a pomoc zaslouží. Ale právě kvůli obětem by se mělo jít hlouběji, než k „pouhé“ ochraně oběti a lynčování pachatele. Dle mého názoru by se mělo jednat o komplexnější náhled na tuto problematiku a řešení primárních příčin, aby došlo pokud možno ke změně chování agresora a domácí násilí mezi dvěma aktéry nebylo neustále opakováno, jak tomu bohužel často bývá.

Cílem mé bakalářské práce bylo zmapovat životní dráhy jedinců, kteří se stali agresory v domácím násilí, s akcentem na subjektivně vnímané momenty, které je k tomuto sociálně patologickému chování vedly. V rámci výzkumu bylo odpovězeno na výzkumnou otázku, která byla určena k naplnění cíle. Sledovala jsem životní dráhy všech komunikačních partnerů a jejich subjektivní pocity při páchání násilí na jejich bližních. Vzniklo z toho několik podobností a témat, ze kterých jsem vytvořila trsy a začlenila je do zkoumaných oblastí.

Životní dráhy KP jsou velmi různorodé, od KP, který měl relativně klidné dětství až po KP, která dětství strávila v několikaletém rodinném stresu, kdy u nich vládlo domácí násilí mezi rodiči. Jeden KP má od dětství zdravotní znevýhodnění, kvůli kterému byl částečně vyloučen ze svého přirozeného sociálního prostředí. Další KP zase dětství prožíval ve velmi chladném emočním prostředí. Napříč kolikrát složitému dětství všichni KP vystudovali minimálně střední školu a všichni mají zaměstnání. Všichni KP založili rodiny a mají děti. Shodně všichni KP tvrdí, že jejich agresivní chování buď začalo, nebo se stupňovalo po narození dětí a při partnerských rozepřích. Doma vytvářeli domácí dusnou atmosféru, byli agresivní, když se situace nevyvíjela podle jejich představ. Jeden KP říká: „*Na jasné otázky požaduji jasné odpovědi. Když je nedostanu, tak řvu a jsem vzteky bez sebe.*“

I když je každý případ jedinečný, určité povahové rysy se různě kombinují a vychází z toho podobné povahové rysy, jako je nedostatek sebevědomí, určitá psychická nevyzrálость a nevyrovnanost, neschopnost asertivní komunikace, neschopnost zvládnání krizových a stresujících situací, impulzivita a posedlost druhého člověka, a to jak partnera, tak dítě, ovládat a kontrolovat. Jsou to svým způsobem rigidní osobnosti v zajetí svých emocí, které neodkážou zcela ukočírovat. Naštěstí všichni KP si uvědomili, že musí změnit své chování – nikoliv partnerovo - a naučit se své emoce lépe poznat a umět kontrolovat. Během terapie již dokážou mít náhled na svoje chování a pozorují změny. „*Doma hodně pomohlo, že jsem snížil nároky na rodinu i na sebe.*“ Všichni KP pozorují změny k lepšímu, lépe zvládají konfliktní situace, téměř se u nich nevyskytuje fyzická agrese, klesá agrese verbální a umějí použít přijatelnější řešení konfliktů. Také se u nich snížila celková četnost konfliktů a prožívání afektů hněvu a vzteku.

Čtyřem KP jde především o zachování rodiny, jeden KP se vyrovnává s rozchodem, který byl pro něj bolestný a nepochopitelný. „*Díky skupině jsem pochopil svůj vztah s manželkou. Dokázal jsem se od ní odpoutat.*“

Stěžejním tématem bakalářské práce bylo zodpovědět výzkumnou otázku, zda se objevilo **domácí násilí i v primární rodině pachatelů**. Ve výběrovém vzorku bylo pět komunikačních partnerů, z toho čtyři muži a jedna žena. Všichni KP se v dětství setkali s nějakou formou agrese. Rodina je hlavním činitelem socializace dítěte a má velký vliv na jeho sociální rozvoj. Dle teorie sociálního učení lze předpokládat, že pokud jsou děti svědky násilí ve své primární rodině, budou tento vzorec chování napodobovat ve vlastních vztazích (Marvánová – Vargová, 2008). Dahlke (2005) zmiňuje, že prakticky všichni agresivní rodiče byli v dětství sami oběťmi agrese nebo alespoň častých fyzických trestů. Z rozhovorů vyplývá, že většina KP neměla šťastné a bezstarostné dětství a dobré rodinné zázemí. Nicméně toto je velmi subjektivní přístup, většina KP má tendence agresivní v primární rodině, ať už mezi rodiči nebo vůči nim samým, bránit a omlouvat. Sama si to vysvětlují tak, že oni sami prožívají obrovský vnitřní rozpor a vlastně tím obhajují i své vlastní chování. Marvánová - Vargová (2008) podporuje hypotézu mnoha jiných autorů, že přihlížení či prožívání násilí v primární rodině má významný vliv na pozdější násilné chování jedince.

Dle Toufarové (2008) mnozí pachatelé domácího násilí byli sami v dětství týráni, stali se svědky násilí vůči matce nebo zažívali citovou deprivaci. Z toho vyvozuje, že je pravděpodobné, že v rodinách, kde vyrůstali, byl nedostatek úcty k ženám a dětem obecně, a že za určitých okolností je legitimní a potřebné násilí užít. Pokorná (2008, s. 92) zmiňuje: „*Děti, které se naučí násilnému chování ve své rodině, jej pak uplatňují běžně ve styku se svými vrstevníky a dále pak životními partnery. Je zcela přirozené, že sahají ke vzorcům chování, které se naučily ve své rodině, protože jinou šanci nemají.*“ Zároveň Pokorná (2008, s. 79) použila krásné přirovnání: „*Výchovu dítěte můžeme přirovnat ke stavbě domu. Položíme-li dobrý základní kámen, je velká šance, že s výsledkem budeme spokojeni.*“

Podobně i Cimrmanová (2013) zmiňuje, že násilné chování se přenáší spíše sociálním učením než geneticky a odborníci jej kladou do úzké souvislosti s nejistou vazbou mezi rodiči a dětmi.

Rodinné prostředí rozhoduje o celkovém vývoji dítěte a jeho osobnosti. Ovlivňuje to, jakým dovednostem se naučí a jaké návyky získá. Lidé, kteří v dětství citově strádali, mívají v dospělosti problémy se sebehodnocením, v mezilidských vztazích, nebývají dostatečně zodpovědní a spolehliví a často nejsou spokojeni s vlastním životem. Podle Šedivé (2007) by rodiče měli udělat vše pro to, aby jejich děti byly zasaženy co nejméně konflikty a násilím mezi dospělými. Podle ní je prokázáno, že důsledky přítomnosti dítěte při násilném chování rodičů mohou být pro psychiku dítěte stejně závažné, jako kdyby bylo samo násilí vystaveno.

Můj výzkum tyto názory potvrzuje, většina z KP zažívala v dětství agresi či domácí násilí, byli deprivováni a frustrováni rodinným prostředím. Tímto směrem se v podstatě zaměřují odborníci i laici. Dahlke (2005) zmiňuje, že svou roli v agresivním chování některých lidských jedinců jistě sehrávají rovněž faktory dědičnosti, přinejmenším ve stejné míře ale také výchova a návyky vypěstované až během života. Trefně to pojmenoval jeden KP: „*Kárka, co si táhneme z dětství s sebou a co v ní je.*“ Bohužel u většiny KP jsou to převážně nevyřešené konflikty z dětství ze své primární rodiny.

Další oblastí mého výzkumu byl **manželský rozvrat v původní rodině**. Pavlát (2013) píše, že kvalita manželství se přenáší z generace na generaci. Pochází-li partner

z rozpadlé rodiny, chová se tak, že i on své manželství rozbíjí. Je žárlivější, hůře kontroluje svůj hněv, neumí komunikovat o problémech, zaplétá se do mimomanželských vztahů. Dále zmiňuje, že lidé z rozvedených rodin mají malou příležitost zvládnout interpersonální dovednosti, jako je zvládání emocí, budování důvěry a efektivní komunikace.

Třem z pěti KP se rodiče rozvedli. Domnívám se, že rozvod je někdy nevyhnutelný, a pokud se rozhodnutí k němu protahuje, tak to je na škodu všem zúčastněným, jak konstatovala KP4 „*Máma s rozvodem čekala až moc dlouho...*“ Pavlát (2013, s. 35) to shrnuje takto: „*Lidé z disharmonických a z rozvedených rodin trpí chronickou emoční nejistotou, objevují se u nich pocity bezmoci a mají problematické osobnostní charakteristiky.*“

Další sledovanou oblastí byla **agresivita KP v dětství**. Většina dotázaných uváděla, že opravdu nějakou formu agrese prožívali. Většinou to byla vnitřní agrese, kterou neuměli zpracovat, a prožívali naštvání na celý svět.

V dnešní době agresivitu podporují i sdělovací prostředky. Vyhnálek (2009) zastává názor, že násilí ve sdělovacích prostředcích ovlivňuje agresivitu nebo spíše násilné jednání lidí, a to jak krátkodobě, tak dlouhodobě. Oproti tomu Trampota (2009) uvádí, že mediální násilí může účinkovat zejména tam, kde chybí kompenzační vliv rodičů. Podle něj pro učení se agresivnímu chování platí, že nejdůležitější je rodinné prostředí, poté subkultura, ve které jedinec vyrůstá a až na třetím místě symbolické agresivní vzory nabízené médiu. Přejímáním vzorů agrese lépe vzdorují děti a mladiství, kteří žijí ve spořádaném rodinném a sociálním prostředí.

Dalším tématem, který z rozhovorů vyplynul, je **téma šikany**. Se šikanou měli zkušenost dva KP, z toho jeden měl zkušenost jak ze strany agresora, tak ze strany oběti. Podle Koláře (2011) šikana začíná v rodině mezi sourozenci, pokračuje ve školce a dalších školách, v zájmových skupinách, v zaměstnání i v partnerských vztazích, kde se jedná o domácí násilí. Říčan (2010) vystihl podobnost šikany a domácího násilí ve vztazích mezi agresorem a obětí. Podle něj se u šikany jedná o osobní asymetrický vztah moci. To znamená, že oběť ví, kdo ubližuje, bojí se agresora a je závislá na jeho rozmarech.

Říčan a Janošová (2010) o agresorech šikany tvrdí, že mívají zakrnělé sebevědomí a neznají pocit viny. Bývají dominantní, panovační, rádi ovládají druhé a šikanou si „hojí mindráky“. Chybí jim empatie a schopnost vcítit se do druhého. Dětské agresory pocházejí ze všech společenských vrstev a společným jmenovatelem bývají konflikty mezi rodiči, tolerance k násilí v rodině, panovačnost a nedostatek svobody vůči rodičům či nedostatek vřelého zájmu, citový chlad, lhostejnost až nepřátelství ze strany rodičů (Říčan, Janošová, 2010).

Ohledně **agresivity v předchozích vztazích** mě překvapilo, že pouze jeden KP přiznává fyzickou agresivitu k bývalému partnerovi, jeden přiznává jistou formu psychické agrese a zbylí tři KP nepřiznávají žádnou formu agrese. Podle Lomské (2012) navztekaní a agresivní lidé neumějí použít energii hněvu na to, aby změnili své nefunkční postoje, představy a očekávání. Tito lidé se často rozčilují na své okolí, že se nechová podle jejich představ, znova a znova narážejí na stejné problémy a opakovaně se zlobí kvůli stejným věcem. Z chování násilných osob mi vyplývá, že špatně zvládají zátěžové a nepřehledné situace, které nemohou kontrolovat.

Agresivitu v současném vztahu jsem si pro svůj výzkum primárně rozdělila na agresivitu vůči partnerům a agresivitu vůči dětem. Z pěti KP jsou čtyři agresivní vůči dětem, jen jeden KP je agresivní pouze vůči partnerovi. Z toho dva KP jsou agresivní i vůči dětem, i vůči partnerovi. Agresivita má převážně formu verbální, ale dochází i k formě fyzické nebo psychické. Je zajímavé, že tři KP jsou agresivní pouze buď k partnerovi, nebo k dětem. U dvou KP se to prolíná, i když vždy převažuje buď partner, nebo děti.

Patrná je zde souvislost mezi **zvýšenou agresí a narozením dětí**, kde se projevuje, že agresory neumí pracovat se zvýšeným stresem a změnou rytmu rodinného života. Dahlke (2005) píše, že rodiče pro svého potomka představují nejvyšší přirozenou autoritu. Trýznitelé děti téměř vždy bývají osoby do určité míry psychicky narušené, které se nedokáží vyrovnat s rušivým dětským prvkem v domácnosti. V podstatě normální projevy dětí jim mnohdy připadají nesnesitelné, načež své vlastní utrpení zákonitě přenášejí na potomky. Domnívám se, že agresory špatně zvládají stresové náročné situace, a zároveň fakt, že děti mají často mimo svoji kontrolu, když se

nechovají přesně podle jejich představ. Agresoři s tím neumí pracovat a pak častěji dochází ke konfliktním situacím. Zde mi přijde na místě citovat Mgr. Helenu Šaškovou (příloha 2, 2014): „*Agresivita je osobnostní charakteristika, týká se všech. Co se ale liší, jsou naše mechanismy, jak s ní nakládáme. Někdo ji má pod kontrolou, umí využít energii, která je s ní spojená, jiného dokáže velmi ovládat, reaguje neadekvátní obranou. Proto dává smysl usilovat o porozumění svým reakcím, situacím, v nichž selhávám, posílit své schopnosti reagovat tak, abych neublížil.*“

Někteří agresivní rodiče podvědomě vnímají život svých dětí jako šanci na nápravu všeho, co se ve vlastním životě nepovedlo jim samotným. Jakmile se pak taková „náprava“ nezdaří třeba jen v jedné jediné drobné maličkosti, „*otvírá to reakční stavidla někdy až zběsilé agrese*“ (Dahlke, 2005, s. 33).

Jako velmi důležitý vnímám u agresorů moment **rozhodnutí pro odbornou pomoc a terapii**. Nejlepší variantou je, pokud je toto rozhodnutí dobrovolné a s vnitřním přesvědčením, že dotyčný chce změnit sám sebe, své chování a omezit tak své agresivní reakce vůči bližním. Dva KP se rozhodli pro terapii sami, dva byli přesvědčeni partnerem a jednoho KP poslal na skupinovou terapii psychiatr. Nicméně všichni přiznali, že jejich agresivní reakce se jim dlouhodobě nelíbily, ale neuměli s nimi pracovat a neměli dostatek odvahy přiznat si sobě samým tento problém a dojít s ním k odborníkovi.

Mgr. Helena Šašková (příloha 2, 2014) by agresorům DN, kteří hledají odbornou pomoc, poradila, aby si svého terapeuta dobře vybrali, a pokud se to nepovede hned na poprvé, ať neztrácí naději. Mohou se spolehnout na svůj pocit z kontaktu s člověkem, od kterého chtějí pomoc, ale ať se připraví, že „odpracovat“ si to budou muset sami.

Tkáč (2014) je přesvědčen, že pro jedince, kteří nezvládají svojí agresi, je zásadní porozumět původu své agrese, aby mohl být co nejefektivněji nastaven plán změny. Uvádí, že jako zásadní při zvládnání agrese se jeví schopnost rozpoznat svoje vlastní emoce a naučit se je kontrolovat.

Známý britský psychoanalytik, autor konceptu antiskupin Nitsun (2009), se zmiňuje o agresivitě v terapeutické skupině: „*Agresivní energie v sobě skrývá potenciál kreativity. Pokud vývoj probíhá špatně, agrese se stává destruktivní. Ale pokud je*

„držena“ a omezena a frustrace, zranění a zklamání, jež se nacházejí na jejím pozadí, jsou pochopeny, je usnadněna náprava.“ Dodává, že klienti mohou být velmi pomáhající, pokud jde o agresivitu jedince nikoli ve smyslu odpuštění této agresivity, ale ve smyslu jejího pochopení a pomoci člověku vyznat se ve svých problémech. Podobně i Dahlke (2005, s. 433) podotýká, že *„agrese je všudy přítomná, přičemž jde hlavně o to, aby byla pokud možno zdravá a tvůrčí, nikoliv patologicky násilná a destruktivní.“*

Čírtková (2008) je přesvědčena o tom, že v případech domácího násilí může agresor změnit své chování snáze než například recidivující kriminálník, typu zloděje, lupiče či drogového dealera. Záleží však na tom, zda přijímá zodpovědnost a chce své chování k partnerce či partnerovi změnit. Záleží také na tom, v jakém stadiu je domácí násilí v konkrétním páru podchyceno, a samozřejmě jde také o pomoc, kterou jsme schopni agresorovi nabídnout.

Agresi si v sobě neseme všichni, a když se s ní naučíme zacházet, nemusí nabývat ničivých forem. A také je potřeba mít na mysli, že velmi často se zlých věcí nedopouštějí zlí lidé, ale lidé zoufalí. Pokud tito lidé najdou cestu ze svého zoufalství, nemusí do něho přivádět svoje nejdražší (Stodolová, 2015).

Tkáč (2014) píše, že řešení DN by mělo být komplexní a multidisciplinární. Domácí násilí má negativní důsledky i pro pachatele. Agresor žije ve stavu trvale zvýšeného napětí, zloby a agrese. Proto je silně na místě **konzultace i s jiným odborníkem, případně medikamentace**. I když to často z agresorova chování není moc patrné, může trpět úzkostmi nad možnou ztrátou partnera, dětí a domova (Tkáč, 2014). Toto odpovídá i mému výzkumu, kdy z pěti KP dva chodí k jinému odborníkovi, jeden z nich bere AD a další KP se k odborníkovi chystá a připouští, že se zřejmě bez AD neobejde.

Na závěr diskuze bych ráda vyzdvihla přínos a důležitost všech programů, které se věnují práci s násilnými osobami. Za všechny bych ráda upozornila na Diakonii ČCE – SKP, SOS centrum, která nabízí násilným osobám širokou škálu programů a aktivně s nimi pracuje. Význam takových programů vysvětluje Mgr. Helena Šašková (příloha 2, 2014) a uvádí, že pokud se nepracuje s pachateli DN, tak ženy se ve značném procentu

případů vracejí do původních nezměněných vztahů a DN v rodině pokračuje. Je velice komplikované a nedostačující problém řešit pouze podporou oběti, nejlépe je k problému přistupovat komplexně a pokusit se odstranit primární příčiny DN.

6 ZÁVĚR

V této bakalářské práci jsem se věnovala domácímu násilí z pohledu agresora a mým cílem bylo zmapovat životní dráhy jedinců, kteří se stali agresory v DN a podhalit problematiku DN z pohledu agresorů, jejich životních příběhů a výpovědí. Položená výzkumná otázka se týkala toho, zda se domácí násilí vyskytlo i v primární rodině pachatele. Domnívám se, že vytyčený cíl byl v této práci naplněn a výzkumná otázka zodpovězena.

K realizaci práce byla využita kvalitativní výzkumná strategie a jako výzkumná technika polostrukturovaný narativní rozhovor.

Nutno ještě dodat, že všichni komunikační partneři byli vybráni z terapeutické skupiny, kam pravidelně jednou týdně docházeli, aby pracovali na svých emocích a především se naučili zvládat svou agresivitu. Jsou to tedy násilné osoby, které již udělali ten nejdůležitější krok – přiznali sami sobě, že mají problém a chtěli s ním pracovat, aby se násilí v jejich rodině eliminovalo či dokonce zcela vymizelo.

S ohledem na cíl práce mohu shrnout, že žádný z mých KP není psychopatologický agresor, ale vlivem primární rodiny, prostředí a stresujících podmínek, a také díky nízkému sebevědomí, frustraci, zmatku ve svých emocích, citech a potřebách, se z nich určití násilníci stali. Tato zmíněná skutečnost je i částečnou odpovědí na mou výzkumnou otázku. Bylo zjištěno, že žádný z KP nevyrostal v harmonickém prostředí. Každý KP se v dětství setkal s jistou formou agrese, jeden KP byl jako dítě po několik let svědkem velmi brutálního domácího násilí.

Potvrdilo se, že rodina je zdrojem nejen našich silných stránek, ale i slabostí. Nejen, že se v ní učíme, ale přináší nám zážitky, které nás formují. Někdy je zdrojem bezpečí a jistoty, jak by to mělo správně být, jindy nás však ohrožuje. A nezáleží jen na tom, co dělá rodina nám, ale i na tom, jací jsme my sami, co nám bylo dáno a jak jsme schopni se s nastalou situací vypořádat. Zda nás krizová situace srazí na kolena, anebo naopak zformuje v silnější osobnost a posune dál.

Respektuji oficiální teorie a definice domácího násilí, které jsou všeobecně sdíleny všemi tzv. pilíři domácího násilí podle zákona č. 135/2006 Sb. Nicméně se domnívám,

stejně jako Ševčík, Špatenková (2011), že nic – ani domácí násilí – není černobílé, „někdy je v té černé více šedé, jindy méně“.

Programy na pomoc pachatelům domácího násilí vnímám jako snahu o odstranění primární příčiny DN, čímž se posléze pomůže především obětem. Myslím, že programy pro násilné osoby by měly být neoddělitelnou součástí komplexního řešení problematiky domácího násilí.

7 ZDROJE

- WIENER INTERVENTIONSTELLE GEGEN GEWALT IN DER FAMILIE und MÄNNERBERATUNG. 2009. 10 Jahre Anti-Gewalt-Training im Kontext internationaler Erfahrungen. *Interventionsstelle-Wien.at* [online]. 17.12.2009 [cit. 2015-07-08]. Dostupné z: http://www.interventionsstelle-wien.at/images/doku/10_jahre_wiener_anti_gewalt_training_kraus_logar.pdf
- ACORUS. 2011. Domáci násilí. *Acorus.cz* [online]. 2011 [cit. 2015-05-06]. Dostupné z: <http://www.acorus.cz/cz/domaci-nasili/info-o-domacim-nasili.html>
- AZYLOVÝ DŮM PRO ŽENY A MATKY S DĚTMI. 2007. Kdo je oběť, kdo agresor. *Azylový dům.cz* [online]. 2007 [cit. 2015-06-02]. Dostupné z: http://www.azylovydum.cz/domaci_nasili/kdo_je_obet_kdo_je_agresor
- BAŠTECKÁ, B. 2013. *Psychosociální krizová spolupráce*. Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-4195-6.
- BERG, I. K. 2013. *Posílení rodiny. Základy krátké terapie zaměřené na řešení*. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0500-5.
- BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ. 2003. Zatím víme víc o ohrožených osobách. *Domáci násilí.cz* [online]. 2003 [cit. 2015-04-02]. Dostupné z: <http://www.domacinasili.cz/nasilne-osoby/zatim-vime-vic-o-ohrozenych-osobach/>
- BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ. 2007. *Domáci násilí.cz* [online]. 2007 [cit. 2015-06-02]. Dostupné z: <http://www.domacinasili.cz/domaci-nasili/>
- BURIÁNEK, J., KOVAŘÍK, J. a kol. 2006. *Domáci násilí na mužích a seniorech*. Praha: Triton. ISBN 80-7254-914-6.

- CIMRMANNOVÁ, T. 2013. *Krize a význam pomáhajících prvního kontaktu: aplikace v kontextu domácího násilí*. Praha: Karolinum. ISBN: 978-80-246-2205-7.
- CONWAYOVÁ, H. L. 2007. *Domácí násilí. Příručka pro současné i potencionální oběti*. Praha: Albatros. ISBN: 978-80-00-01550-7.
- ČESKO. *Zákon č.40 ze dne 8.1.2009 , Trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů*
- ČESKO. *Zákon č.108 ze dne 14.3.2006, o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů.*
- ČESKO. *Zákon č.135 ze dne 14.3.2006, na ochranu před domácím násilím , ve znění pozdějších předpisů*
- ČESKO. *Zákon č.273 ze dne 17.7.2008, o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů*
- ČESKO. *Zákon č.292 ze dne 12.9.2013, o zvláštních řízeních soudních, ve znění pozdějších předpisů*
- ČESKO. *Zákon č. 359 ze dne 9. prosince 1999, o sociálně právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů.*
- ČÍRTKOVÁ, L. 2006. *Policejní psychologie*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk. ISBN 80-86898-73-3.
- ČÍRTKOVÁ, L. 2008. *Moderní psychologie pro právníky*. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2207-8.
- DAHLKE, R. 2005. *Agrese jako šance. Psychická podstata zdravotních problémů a onemocnění*. Praha: Ikar. ISBN 80-249-0546-9.
- DALIGAND, L. 2014. *Násilí v partnerských vztazích*. Praha: Portál. ISBN: 978-80-262-0718-4.

- DIAKONIE ČCE. 2015. SOS centrum: Skupinový terapeutický program. *Násilí ve vztazích.cz* [online]. 2015 [cit. 2015-04-04]. Dostupné z: <http://www.nasilivevztazich.cz/skupinovy-terapeuticky-program/>
- DOMÁCÍ NÁSILÍ. 2007. *Domáci násilí.cz* [online]. 2007 [cit. 2015-07-08]. Dostupné z: <http://www.domacinasili.cz/domaci-nasili>
- DOMESTIC ABUSE INTERVENTION PROGRAMS. 2011. Home of the Duluth Model. *The Duluth Model.org* [online]. 2011 [cit. 2015-07-08]. Dostupné z: <http://www.theduluthmodel.org/about/index.html>
- HAŠKOVCOVÁ, H. 2004. *Manuálek o násilí*. Brno: Národní centrum ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů v Brně. ISBN 807013-397-X.
- HENDL, J. 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-736-7040-2.
- HUŇKOVÁ, M., VOŇKOVÁ, J. 2004. *Domáci násilí v českém právu z pohledu žen*. Praha: proFem. ISBN: 80-239-2106-1.
- INTERDISCIPLINÁRNÍ TÝM BRNO. 2014. Domáci násilí v českém právu. *Idtbrno.cz* [online]. 2014 [cit. 2015-07-06]. Dostupné z: <http://www.idtbrno.cz/domaci-nasili-vceskem-pravu>
- INTERVENČNÍ CENTRUM. 2012. Pro osoby ohrožené domácím násilím. *Intervenční centrum.cz* [online]. 2012 [cit. 2015-07-06]. Dostupné z: <http://www.intervencnicentrum.cz>
- KOLÁŘ, Michal. 2011. *Nová cesta k léčbě šikany*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-871-5.
- KOTKOVÁ, M. 2014. Základní informace o domácím násilí. In: *Domáci násilí v kontextu rodiny a práce*. Brno: Spondea. ISBN 978-80-260-7191-4.

- LOMSKÁ FILASOVÁ, K. 2012. Vztek. *Psychologie dnes*. Roč. 18, č. 2, s. 12-15. Portál. ISSN 1212-9607.
- MARVÁNOVÁ – VARGOVÁ, B. 2008. Oběti partnerského násilí. In: *Partnerské násilí*. Praha: LINDE. ISBN 978-80-86131-76-4.
- MIOVSKÝ, M. 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu: otázky a odpovědi: [příručka pro rodinné příslušníky a pomáhající profese]*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1362-4.
- MODRÝ KRÍŽ. 2015. Skupinová práce. Modrý kříž.org [online] 2015 [cit. 2015-07-02]. Dostupné z: <http://www.modrykriz.org/skupinova-prace>
- MUŽI PROTI NÁSILÍ. 2015. Metodická příručka pro vedení Kurzu zvládnání vzteku [online]. *Liga otevřených mužů* [cit. 2015-5-14]. Dostupné z: <http://www.muziprotinasili.cz/wp-content/uploads/2015/06/Příručka-Kurzu-zvládnání-vzteku-LOM-květen-2015.pdf>
- NITSUN, M. 2009. V terapeutických skupinách často vzniká nenávisť. *Psychologie dnes*. Roč. 15, č. 11, s. 44-47. Praha: Portál. ISSN 1212-9607.
- PAVLÁT, J. 2013. Ovlivnil rozvod rodič naši osobnost? *Psychologie dnes*. Roč. 19, č. 10, s. 32-35. Portál. ISSN 1212-9607.
- POKORNÁ, D. 2008. Násilí mezi rodiči očima dětí. In: *Partnerské násilí*. Praha: LINDE. ISBN 978-80-86131-76-4.
- REICHEL, J. 2009. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3006-6.
- ŘÍČAN, P. a P. JANOŠOVÁ. 2010. *Jak na šikanu*. Praha: Grada. ISBN 978-247-2991-6.
- STODOLOVÁ, A. 2015. Zoufalí lidé dělají zoufalé věci. *Víra.cz* [online] 2015 [cit. 2015-06-2]. Dostupné z: <http://www.vira.cz/texty/clanky/zoufali-lide-delaji-zoufale-veci.+html>

- ŠEDIVÁ, M. a kol. 2007. *Metodický rámec: interdisciplinární spolupráce na místní úrovni při řešení případů domácího násilí*. Praha: Bílý kruh bezpečí. ISBN 978-80-239-9449-0.
- ŠEVČÍK, D. a N. ŠPATENKOVÁ. 2011. *Domácí násilí. Kontext, dynamika a intervence*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-690-2.
- ŠPATENKOVÁ, N. a kol. 2004. *Krizová intervence pro praxi*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-0586-9.
- ŠPATENKOVÁ, N. 2006. *Jak řeší rodinné krize moderní žena*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1567-8.
- TKÁČ, J. 2014. Porozumění agresi v kontextu psychiatrie. In: *Domácí násilí v kontextu rodiny a práce*. Brno: Spondea. ISBN 978-80-260-7191-4.
- TOUFAROVÁ, M. 2008. Pachatelé partnerského násilí. In: *Partnerské násilí*. Praha: LINDE. ISBN 978-80-86131-76-4.
- TRÁVNÍČEK, Z. a J. ŘEZNÍČEK. 2014. Práce s násilnou osobou: Program pro osoby neovládající agresi ve vztazích. In: *Domácí násilí v kontextu rodiny a práce*. Brno: Spondea. ISBN 978-80-260-7191-4.
- KOTKOVÁ, M. 2014. Základní informace o domácím násilí. In: *Domácí násilí v kontextu rodiny a práce*. Brno: Spondea. ISBN 978-80-260-7191-4.
- VITOUŠOVÁ, P. 2006. Pachatelé nejčastěji kombinují psychické a fyzické násilí. *Sociální práce*. Roč. 06, č. 2, s. 5-7. České Budějovice: Asociace vzdělavatelů v sociální práci. ISSN: 1213-6204.
- VODÁČKOVÁ, D. a kol. 2007. *Krizová intervence*. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-342-0.
- VYHNÁLEK, J. a T. TRAMPOTA. 2009. Mají média zásadní vliv na agresivitu? *Psychologie dnes*. Roč. 15, č. 11, s. 30-31. Praha: Portál. ISSN 1212-9607.

8 PŘÍLOHY

Příloha 1: Přepis rozhovorů s komunikačními partnery

KP 1

Jaká je tvoje životní anabáze? (věk, vzdělání, práce, rodina, původní rodina...)?

Je mi 43 let, mám 2 děti, manželku. Klukovi je 11, holce je 13. Já pracuji – mám takovou firmu na ladění a opravy klavíru. Ladíme hlavně po školách, děláme celkový generálky klavírů a tak. Já jsem z rozvedeného manželství, z toho prvního manželství mám ještě bráchu, z toho druhého manželství mám ještě dva bráchy, takže dohromady jsme čtyři kluci v rodině. Naši se rozvedli, když jsem chodil na základní školu. Táta ten měl jiný ženský, už předtím, pak se znova oženil, což mi tajil. Máma byla nějakou dobu sama, pak se taky vdala. S tátou se stýkám tak nějak sporadicky.

Jak vzpomínáš na dětství a tvoji původní rodinu?

Já jsem se narodil s vadou zraku, což se zjistilo brzy po porodu. Mám tzv. albinismus – nedostatek pigmentu. Vidím špatně, mám špatný zrak. K tomu se pojí ještě další věci, jako že mám ty oči roztřesený, nedokážu zaostřit, a taky světloplachost a tak. Takže jsem se narodil takhle vlastně jako by postižený a co mi máma řekla, tak táta se mi v tu dobu zřekl, jako že to neunesl, ale s ním jsem se o tom nikdy nebavil. Já si na něj moc z dětství nepamatuji, on měl dost milenek, měl takový odstředivý tendence. Chodil jsem do normální školky, a pak bylo jasné, protože to bylo za komunismu, že nemůžu chodit na normální školu. Tenkrát byly speciální takový ústavy pro děti s vadami zraku. V 76. roce jsem začal chodit do speciální internátní školy pro děti s vadama zraku. Ta škola byla na Malý Straně v takovém areálu bejvalýho kláštera, takže tam bylo takový zvláštní prostředí, zamřížovaný okna... Já jsem to snášel velice těžce, protože předtím jsem byl doma. Takže v těch 6 letech jsem strašně brečel ten první týden, šíleně jsem řval jako tur, pak jsem si zvykl, každé víkend jsem jezdil domů, později jsem jezdil jednou za 14 dní. Bylo to docela náročné, protože táta si dodělávat vejšku a pak mě vozil on, vyrazili jsme vždycky v pátek večer vlakem, přestupovali jsme v Kolíně a jeli

jsme přes celou noc, pak jsme přesešli na lokálku a jeli jsme k nám do vsi. Doma jsme byli ve 4h ráno. Takhle jsem v první, ve druhý třídě jezdil, což bylo teda dost náročný. Pak se to zlepšilo, jezdili jsme nějakým autobusem, ale to bylo taky šílený, bylo to nespolehlivý, často jsme někde stáli. Pak už jsem jezdil sám. Zvykl jsem si.

Mám vlastně 3 bráchy, ale ten první se narodil po mě až v 6 letech. Takže já jsem vlastně takovej jedináček. Máma říká, že jsem si hrával někde sám, že jsem byl takový klidný dítě. Je fakt, že jsem byl v dětství dost sám, nikam jsme nejezdili, léto jsem trávil většinou u nás doma, nebo u babičky v té samé vsi. Babička byla taková hodná, vždycky mi uvařila něco dobrýho.

Zážitky na intru, internátní věci v kolektivu. Byla tam i šikana a tak. Byli jsme furt pod dozorem. Na internátu jsme měli vychovatelky, sledovaly nás, bodovaly nás za nějaký úklid a tak. Takže nás celkem vycepovali. Dodnes mám rád pořádek, bylo období, kdy jsem ho potřeboval k životu. Když nebylo něco na svém místě, tak mě to rozhodilo.

S tou šikanou jsem zažil obě polohy. U nás byl jeden kluk takovým nejslabším článkem, asi to měl tenkrát dost blbý doma, ale pro nás to byl dobrý terč. Začali jsme tím, že jsme se mu smáli, občas jsme ho zalehli a něco mu dělali, on občas dělal i naschvály nám, takže se to tak přirostřovalo. Jednou chtěl dokonce vyskočit z okna, což nevím, jestli by udělal, ale jeden kluk ho chytl, takže se nic nestalo. To jsem byl táhnutej vlastně tou partou, chtěl jsem být členem té party. Já jsem se spíš jako přidával. Ale taky jsem asi občas vyprovokoval nějakou akci. Byl jsem docela živý dítě a nebyl problém mě přemluvit k nějaký lumpárně. Byl jsem takový dítě, který trávil dost večerů na hanbě. Navíc mám tu nevýhodu, že mám výrazný hlas, takže jsem hodně slyšet a mě bylo slyšet vždycky. Měl jsem různý průsery. Líto mi ho nebylo, naopak jsem se cítil dobře, že jedu v té partě a že jsem s nima.

Pak jsem tu šikanu zažil i z druhý strany. Propadl k nám jeden kluk z vyššího ročníku, a on byl takovej hodně vyspělej, a o hlavu větší. No a ten nás teda mlátil. Já si pamatuji, že na mě hodil peřinu a já jsem vůbec nemohl dýchat a trvalo to docela dlouho. Bylo to fakt hnusný. To mi bylo tak v sedmičce, v osmičce. Rozhodně na druhým stupni.

K tátovi mám zvláštní vztah. S ním jsem nikdy neuměl mluvit. Pamatuji si, že když máma šla pryč a já jsem s ním zůstal večer sám doma, tak jsem byl takovej zmatenej, nevěděl jsem, co s ním mám dělat. Nebyl tam ani tělesnej kontakt. My jsme se sblížili až jako potom. Vztah k němu se budoval postupně. Až ke konci tý základky a na střední škole jsme se trochu sblížili.

S mámou... máma mi přišla taková hodně starostlivá. Furt měla nějaký starosti. Přišla mi hodně nejistá. Měl jsem jí hodně rád, ale potom v tom období, kdy jsem se sblížil s tátou, tak jsem byl s mámou hodně v opozici. Takže pak byl ten vztah s mámou takovej docela chladnej. Myslím, že máma tím hodně trpěla, že trpěla i tím, že jsem pryč. Dokonce dneska, když na to přijde téma, tak se rozbrečí. Že jsem byl pryč a že si mě jako vlastně neužila.

Jak jsem trochu bral rozum, tak jsem viděl, že ten vztah mojí mámy s tátou není úplně dobrej, že táta dělal mámě takový naschvály. Viděl, že ona se bojí myši, tak jí maloval obrázky a pověsil na dveře obrázek takový velký myši. Nebo se bála bouřky, tak otevřel okna, aby to bylo jako dobře vidět a slyšet... Takže jsem jako cejtíl, že se vlastně nemají moc rádi. Respektive můj táta. A bohužel jako moje máma byla v dětství od dědy dost bitá, což jsem se dozvěděl pozdějc, a když si vzala mýho tátu a můj táta jezdil za milenkama a tak, tak ty její rodiče byli vždycky s ním, což bylo hrozně zvláštní. A ono to bylo asi tím, že on vlastně studoval, on byl inženýr, takže pro něj byl jako vzdělanej člověk něco víc. Tohle dávali mámě docela sežrat. Moje máma tímhle tím dost trpěla. Mojí mámy je mi teď docela i líto. Agrese jako taková tam nebyla, nebo si aspoň nepamatuji. Táta ten mě nebyl, tam spíš prostě nebyl ten kontakt, máma na mě občas vzala plácačku na mouchy a tou mě tloukla, ale to bylo takový spíš... jako tý jsem vždycky utekl. Jendou mě pořádně zbušil děda důtkama, ten když se do toho pustil, tak to bylo hodně drsný. Ale to bylo jednou, dvakrát. Víckrát ne.

Co mi povíš o tvój agresivitě?

To je dlouhý. Já ani úplně nevím, kdy to přesně začalo. Nevím, co byl takovej popud, ale asi jako ta zásadní příčina, kterou já vidím, že vlastně v tom životě byl dost často jako sám a poměrně nešťastnej, nebyl jsem sám se sebou spokojenej. Vybuodoval jsem si

k sobě takovej ošklivej vztah, nepřátelskej. I to, že jsem chodil na školu, kterou jsem jako úplně nechtěl, pak jsem začal dělat zaměstnání, které jsem nechtěl. A všechno souvisí s tím, že jsem měl vždycky hrozně nízký sebevědomí. Byl jsem takový dítě, neměl jsem doma žádný kámoše, na intru jsem řádl jak černá ruka. Vůbec jsem si nevěřil a to se tak táhlo. Začalo to asi na tom intru, měl jsem tam tendence, že jsem některý věci bral tak útrpně, chtěl jsem se pomstít... agrese se začala projevovat v manželství, hlavně, když se narodily děti. Měl jsem strach, že to nějak nezvládnou, psychicky, fyzicky, měl jsem strach o tu rodinu, o to, že je neuživím. Bylo to takový pro mě náročný období. První dítě když se narodila, tak měla nějaký problémy, pak měla zdravotní problémy, já jsem to těžko nesl, cítil jsem, že toho je na mě nějak moc. A ta agrese, kterou jsem v sobě asi měl, tak se to začalo projevovat. Pak jsme měli problémy se sousedem, kterej na nás bušil, když byly děti malé. Celej den, ráno, přes den, večer... že jako děláme hluk. Pak jsem měl nějaký technický problémy s tím bytem, tak tam byl zase hluk. A vůbec ten hluk byl pro mě tak nějak stresující. No a tam jako si myslím, že jsem začal svojí agresi aktivně projevovat, začal jsem vyhledávat s tím sousedem konflikty, což samozřejmě byl problém hlavně vůči manželce a dětem, že jo. Nějak jsem prostě zjišťoval, že vůbec nejsem spokojenej s tím, jak vlastně žiju. Začal jsem si budovat takový protichůdný věci, začal jsem si vštěpovat, že to blbě dopadne, že to bude blbý... no a vlastně s tím chlapem, toho jsem docela začal nenávidět, večer jsem usínal s myšlenkama, jak ho zabiju, vymýšlel jsem si takový různé plány, jak to udělám. No a do toho to malý dítě... fakt jsem to nějak nezvládal a tím se prohlubovalo to moje nízký sebevědomí a to, že stojím za starou bačkoru. A to taky souvisí s tím dětstvím, protože my jsme byli braní za ty invalidy, ani jsme nechodili moc ven, prostě na nás takhle pohlíželo a asi jsme to cítili. Já jsem nikdy neměl pocit, že bych byl nějaký superman, vždycky jsem měl pocit, jakože stojím za prd. A tohle se prohlubovalo a já jsem začal vyvolávat konflikty, začal jsem se hádat s manželkou, děti jsem začal okřikovat, se sousedem jsem se hádal, v práci mi to nevycházelo a taky jsem se tam hádal a postupně se ze mě stával takovej nepříjemnej člověk, na kterým je vidět, že mu nic nevoní, s ničím není spokojenej, nikdo se mu nezavděčí a prostě určitě se mnou nebylo jednoduchý vydržet. A to jsem si ani nějak neuvědomoval, to šlo velmi pozvolna,

prostě rok za rokem, až prostě nějak jsme řešili přestěhování kvůli tomu chlapovi, a měli jsme problémy s topěním, který hrozně rachtalo, my jsme měli doma vlastně takovou rachtačku. Takže jsem se stal takovým chronickým stěžovatelem, psal jsem dopisy na různé instituce a volal jsem i s těma lidma. Já si pamatuji, že mi jedna paní na sebe dala kontakt, když bude problém, abych jí zavolal a já jsem jí jednou zavolal asi v půl desátý večer a hrozně jsem jí seřval, na tři doby. Že je úplná kráva, že je úplně blbá, že nic neřeší. A ty lidi, co se šli podívat na to topení, tak se úplně báli jít do bytu, že jako jim něco udělám. Zvlášť ty ženský. To bylo fakt pro mě hodně blbý období. To pro mě vlastně všichni lidi byli nepřátelé, v hlavě jsem si budoval, že jako veškerý lidstvo mi chce ublížit a chce mě podvít a já prostě musím proti nim bojovat a musím jim říct, jak jsou úplně blbý, jaký jsou to debilové a kreténi. Až když jsem si jako vybil tuhle tu emoci, tak jsem pak se uklidnil, ale potřeboval jsem jí vybit. Byl jsem agresivní hlavně sám do sebe, v hlavě jsem si udělal takový peklo, matlat jsem si myšlenky dohromady, kdy jsem si představoval, co s nima udělám, pak jsem na ty lidi řval. Když jsem měl ten problém s tím topením a s tím chlapem, tak jsem obcházel byty, a místo toho, abych je žádal o pomoc, tak jsem je seřval, že to jako neslyšej, že mě vůbec nechápou a tak. No prostě úplný šílenosti. Choval jsem se verbálně agresivně, potom jsme se přestěhovali, nějak se to vyřešilo, bylo celkem pohodový období. A já se vlastně uklidnil a byl jsem asi půl roku v pohodě. Ale nějak asi jak už jsem si zvykl v hlavě si vytvářet ty kolečka, tak jsem si říkal, že to vlastně chci nějak jinak a že nejsem spokojenej s tím, že manželka nedala něco na místo, kde to má být, kolega v práci neudělal něco tak, jak jsem si představoval a že těch lidí na ulici je pořád nějak moc a tak jsem zase postupně spadal do té nespokojenosti, ale teď to mělo takový rychlejší spád. Nejdřív jsem si toho nevším a pak mě to vlastně překvapilo. Ale jako částečně jsem si to uvědomoval, že bych jako měl být spokojenej, ale nešlo to, vůbec to nešlo. A prostě nastal ten velký problém, kdy syn začal chodit do školy, on je takovej jinej než dcera, on je takovej živej, asi jako já, neučil se podle mých představ a já jsem o něj měl hroznej strach, že když se nebude dobře učit, že skončí jako bezdomovec a bude vybírat někde popelnice. Takže jsem ho prostě začal vychovávat. A začal jsem ho vychovávat tak, že jsem mu začal domlouvát, pak jsem na něj začal rvát a pak jsem ho začal trestat.

No a on je taková vzdorná povaha, nebyl úplně poddajnej, a já jsem začal rvát na něj i na rodinu, když jsem nebyl s něčím spokojenej, začal jsem mu hlídat známky, jak to má ve škole, a prostě začínal jsem na něm hledat chyby. Začal jsem hledat chyby i na manželce, začal jsem doma hodně uklízet, protože mi vadil bordel a vyžadoval jsem, aby ten pořádek udržovali. Aby to prostě zůstalo tak, jak já to opustím. Věděl jsem, že to zas nebude, když přijdu domů, a že když přijdu do práce, tak kolegové to udělají jinak, než já si to představuju. Tohle jsem si v té hlavě vytvářel, takže se mi to vlastně plnilo, nebylo to podle mých představ a já jsem byl hrozně nespokojenej.

K tomu jsem vlastně přidal to fyzický trestání toho syna, který potom přerostlo v bití. Já jsem ho vždycky povalil na postel a začal jsem do něj bušit. Nejdřív do zadku, potom do zad a už to bylo fakt takový jako hodně nekontrolovaný. Manželka na mě vždycky křičela, ať ho nechám, ale já jsem prostě v tu chvíli neviděl a neslyšel, vůbec nic jsem nevnímal. Prostě v tu chvíli jsem o sobě moc nevěděl. Ale pak, když jsem se uklidnil, tak mi to bylo hrozně líto, měl jsem hrozný výčitky. Takže tím spíš se potom ještě prohloubili nějaký moje stavy, takže jsem si říkal, jak je to prostě v pytli, jak jsem na nic. Pak jsem si říkal, ne, to takhle nejde, a pak jsem se vždycky nějaký čas udržel, třeba 14 dní. A pak to zase začalo znovu. K tomu se přidali ty věci, že jsem terorizoval tu rodinu. Přišel jsem třeba později domů a doma byl bordel a já jsem musel mít uklizeno, než jdu spát. Já jsem nemohl jít spát s pocitem, že něco je někde jinak. Úplnej šílenec jsem byl. Tak jsem začal uklízet, hodně nahlas, abych jako probudil manželku, aby viděla, co jako kvůli nim dělám. Já jsem si vůbec myslel, že to všechno dělám kvůli nim, že to takhle má bejt, že to takhle má fungovat, protože takhle jediné budeme spokojeni jako rodina. A ty ten syn, když se bude dobře učit a bude se dobře chovat, tak že to bude mít v životě lepší. Takhle to u nás probíhalo docela dlouho. Pak to mlácení syna už jsem nedával. Já jsem si vždycky řekl, že už k tomu nedojde, že už to neudělám, že přeci tohle jako nesmím, a pak nastala nějaká situace a vždycky se to stalo znova. Vždycky jsem tou situací byl překvapenej. Pak po jednom incidentu, kdy jsem zkazil celý den, všichni se mě báli a já už pak jen rvál. Když jsem se uklidnil, tak manželka řekla, že takhle už to prostě dál nejde. Že musím pochopit, že mám problém a že ho musím začít nějak řešit. Tak mi dala ten leták a pak jsem sem zavolal, až když jsem pochopil, že to

sám nezvládnou, že si s tím sám neporadím. Už jsem prostě nevěděl, jak k tomu přistoupit, kde se chytit něčeho, aby se to změnilo.

Na skupinu chodím dva a půl roku a za tu dobu jsem se naučil hrozně moc věcí. Myslím, že ten základ je, že za prvý, tím že jsem sem přišel, jsem zjistil, že to není prostředí, který ke mně není nepřátelský, je neuvěřitelně chápavý, že ty lidi to znaj taky, že to prožívají se mnou, že mi chtějí pomoci, že ty terapeuti, kterým jsem to řekl, tak mi vlastně poděkovali, což mě hrozně šokovalo. Vždycky jsem tady viděl obrovskou snahu mi pomoci a pochopit mě. Tohle prostředí mě naučilo nebát se do sebe podívat. Nebát se ty situace přehrát a nebát se do sebe podívat, jako kdybych byl někdo jinej. V tu chvíli se začneš nejdřív hrozně stydět, že si říkáš, ty jo, co seš za debila, že děláš tyhle věci. A pak se bojíš přijít na tu skupinu a říct jim, že jsi to zase udělal. Oni ti za to nevnadaj, ale prostě víš, že oni ti hrozně chtějí pomoci a ty to zase uděláš, tak to je pro mě obrovským motivem, že jsem si i doma říkal, tak já to neudělám, protože bych to musel zase říct. Já myslím, že poměrně rychle se změnilo to chování jako takový, v té fyzický rovině. A pak jsem zjistil, že se nemusím bát se do sebe podívat a že ty lidi nejsou nepřátelé, že mi chtějí pomoci, že jim můžu důvěřovat a to prostě člověka strašně změni. Začneš přemýšlet úplně jinak a pro mě to mělo takový motiv, abych k sobě našel úplně jinej vztah. Ze začátku mi terapeutka říkala, že první, co musím pro sebe udělat, je začít mít sám sebe rád. A já jsem nevěděl, co to je. Já jsem si moc neuměl odpustit, neuměl jsem ty věci přejít a jít dál. A tohle si myslím, že jsem se tady dost naučil. Že se dneska mám rád a mám k sobě jiný vztah, než jsem měl dřív. A díky tomu nemám potřebu nějak se chovat agresivně, protože ty věci nějakým způsobem buď vyřeším, nebo si řeknu, vždyť to za to vlastně ani nestojí, vždyť je to prkotina. To mi hrozně pomohlo tady ta skupina, že ti lidi mají to pochopení a nikdy nad tebou nelámou hůl. To jsem nikdy neslyšel, ani jakoby náznakem. Tohle si myslím, že mě tady strašně změnilo.

Co se stalo ve dni D?

To bylo takový divný, tam se něco hlavně odehrálo ve mně. My jsme měli dovolenou, jeli jsme do kempu pod stan. A všichni byli takový veselý, svítilo sluníčko a já jsem najednou zjistil, že se mi tam vůbec nelíbí, že tam nechci být, a že každá akce, kterou

tam budu dělat bude úplně blbě. Fakt jsem tenkrát viděl ten svět takovýma šedýma očima, nebarevným šedým pohledem a navíc jsem jim to dával najevo. Navíc jsem na tý dovolený měl dost drsný incident se synem, kdy jsem ho tam fakt dost zbušil, a to nějak neslo až do konce léta. Na konci léta manželka s dětma byla pryč, na dovolený týden, já jsem nemohl, protože jsem musel být v práci, oni odjeli, já jsem byl doma sám. A já jsem z toho byl takovej nešťastnej, že jsem byl doma sám. Jsem si říkal, to je v pytlí, teď musím chodit do práce a oni jsou někde pryč. Hrozně jsem se na ně těšil a říkal jsem si, co všechno udělám, až přijedou. Jak jim pomůžu vybalit, a tak a úplně jsem byl závislej na tom jejich příjezdu. Oni přijeli, já jsem jim začal nějak pomáhat a najednou jsem zjistil, že ani nějak nemám radost, z toho jejich příjezdu, že to pro mě znamená zase spoustu povinností a začal jsem dělat hrozný dusno. Začal jsem na ně křičet a najednou jsem cítil, že takhle už nikdy nebudu v pohodě. Že už nejde, abych byl někdy šťastnej. Že už to nikdy nedokážu. Já se na ně těším, jsou to ti moji nejbližší, jsou to ty lidi, který bych měl mít rád, a měl jsem je rád, ale úplně mi to zastínilo nějak pocit, kterej jsem v sobě měl. A říkal jsem si, že teď už to takhle bude a je to úplně v pytlí. Tak jsem ten večer vyhnal do nějakýho extrému, kdy jsem řval na všechny. Pak jsem si uvědomil, že jediná záchrana je v tom, že mi musí pomoci někdo zvenčí. Pokud to jde, tak ať mi pomůže. Manželka v koupelně brečela a chtěla se se mnou rozejít. Říkala, že takhle už to prostě nejde dál.

Ruku jsem vztáhl jen na syna, možná proto, že byl tak podobný mě, asi jsem se v něm viděl. Na manželku jsem páchal psychický násilí, tu jsem terorizoval psychicky, říkal jsem jí věci, který jsem věděl, že jí hrozně zraněj. Komentoval jsem něco, co dělá, komentoval jsem její výchovu. Ona se vždycky stáhla, občas někde brečela. Ale že bych jí nějak mlátil, to ne. Občas jsem po ní něco mrsknul, ale spíš ne. Hlavně v tý psychický rovině. U toho syna to bylo hodně v tý fyzický rovině.

Jaký máte vztah se synem teď?

Teď dobrej. Jako fakt dobrej. Zjistil jsem, že ty děti objímám, že je mám rád, dáváme si pusy. Tak jako v pohodě. Samozřejmě s tím, že mi dělá velký problémy ho motivovat. Třeba přijdu domu a říkám, tak co škola? Dneska už to nedělám, ale přesně tohle mi

dělal táta. Co ve škole, co se učíte z matematiky. A začali jsme psát příklady. A to bylo hrozný. A já tohle mám po něm a trvalo mi dlouho, než jsem se to odnaučil. Snažil jsem se to v sobě zadržet, naopak jsem se snažil ho pochválit, ocenit... nějak prostě úplně jinak. Ale trvalo mi to dlouho.

Takže v ten osudnej den mi manželka řekla, že to nejde a že mám problém. Velkej problém. A dala mi ten leták do ruky. Ona už mi víckrát říkala, že bych měl jít k psychologovi. To se táhlo už nějaký 4 roky. Jako občas řekla, najdi si psychologa, ty nejsi normální. Já jsem si říkal, to je blbost, vždyť k psychologovi chodí úplně jiný lidi, co já bych tam dělal. Ale v tuhle chvíli se to ve mně nějak zlomilo, protože jsem pochopil, že takhle nebudu šťastnej.

Já jsem věděl, že něco dělám špatně už předtím. Vždycky jsem z toho měl výčitky a věděl jsem, že to dělám blbě. Často jsem věděl, že to dělám blbě. Ale nevěděl jsem, co s tím mám dělat. Nemohl jsem si pomoci. Nevěděl jsem, jak to mám dělat, abych byl spokojenej. Mě k tomu dohnalo hlavně to, že ta rodina už se mnou v podstatě nechtěla být, a ten můj osobní pocit, že jsem věděl, že nemůžu být v mým životě už nikdy šťastnej. Že furt budu mít v hlavě takový peklo a že vlastně nikdy nebudu uspokojenej. Jako vždycky budu chtít něco jinak, něco víc, budu se snažit někoho terorizovat jenom kvůli tomu, že něco vidím jinak. Ale to, že jsem třeba toho syna zmlátil, to jsem si uvědomoval, že je jako blbě, ale myslel jsem si, že to zvládnou a že to je jenom takovej jakoby výkyv. Jenomže bohužel ty intervaly se zkracovaly a bylo to čím dál tím surovější. Ono vlastně už ke konci to bylo tak, že já jsem přestal. Když jsem přestal, tak jsem si uvědomil, co já hroznýho dělám, a posledních několik incidentů jsem jakoby přestal, nějak jsem si uvědomil, že to je blbě, ale znova jsem začal. Měl jsem takovou půlminutovou pauzu a pak jsem začal znova do něj bušit. No a to už bylo špatný, to už jsem věděl, že to nezvládám a že se mi to vymyká kontrole. Že najednou dělám něco, jako kdybych to ani nedělal já, ale někdo jinej. A přitom jsem to dělal já. Bylo to něco úplně mimo mě, a když se probudím, tak říkám do prčic. Fakt jsem nevěděl, co s tím a byl jsem nešťastnej. Ten osudovej den mi prostě došlo, že to nezvládnou sám. Že to není v mojí moci.

Byla mi nabídnuta individuální péče i ta skupina. Vybral jsem si skupinu, protože jsem si říkal, že to bude lepší. Že potřebuju, aby bylo na mě víc lidí.

KP 2

Jaká je tvoje životní anabáze? (věk, vzdělání, práce, rodina, původní rodina...)?

Je mi 39 let, vystudoval jsem Matfis, magisterké studium, zkoušel jsem doktorant, ale protože se mi zdálo, že je toho studia moc, tak jsem toho nechal, protože jsem zároveň zkoušel studovat i jiné školy. K tomu jsem studoval taky pedagogiku na filozofický fakultě, chvíli jsem studoval ekonomku, paralelně s tím Matfísem. Ale potom jsem se v nějakých 23, 24 seznámil se svou ženou, poměrně záhy jsme počali našeho nejstaršího syna, takže jsem usoudil, že než studovat 3 školy a žádnou nedostudovat bude lepší dostudovat aspoň jednu, takže jsem na tom Matfisu dodělal diplomku a složil státnice. Takže dostudovanej mám Matfis.

Mám 3 děti, nejstaršímu je 15, druhému synovi je 13 a nejmladší dcera je teď v první třídě, bude jí za chvíli 7. A vlastně když se nám narodil syn, tak jsem nastoupil jako programátor do nějaký firmy, ve který jsem pracoval asi 2 roky, potom jsem dostal nabídku, že bych mohl jít pracovat do Rakouska, blízko švýcarských hranic, takže jsme se s manželkou rozhodli, že to rozhodně má cenu zkusit, než půjdou děti do školy. Takže jsme byli 2,5 roku v Rakousku, což bylo v mnoha ohledech úžasný, ale manželka tam měla problém najít sociální kontakty, dlouho tam byla s dětma prakticky úplně sama, takže jsme se potom rozhodli, že se vrátíme do Čech. Vlastně ještě před tím, než půjdou děti do školy, tak jak jsme to původně plánovali. Ale vzhledem k tomu, že v rámci firmy jsem byl poměrně úspěšnej a že se mi tam líbilo, tak jsem spíš tak jako z legrace nabídl majiteli firmy, že bych mohl založit v Čechách pobočku, jeho to nadchlo, takže jsem v podstatě dalších 7 let českou pobočku vedl. No a v rámci toho, jak jsem tak různě bojoval sám se sebou, s vedením té firmy, s tím, že jsme měli nějaký drobný manželský problémy, a problémy s dětma ve škole. Toho typu, že nejstarší syn dostal někdy ve 3. třídě dvojku z chování, podle nás naprosto z nesmyslných důvodů. Spíš jsme jí dostali my s manželkou, že jsme si dovolili zapochybovat o některých metodách paní

učitelky. Tak jsem začal poměrně intenzivně hrát nějaký online hry, konkrétně World of Warcraft. No, v týchletý době taky z ničeho nic se provalilo, že manželka nadstandardně komunikuje s naším sousedem. Se sousedem, kterej byl přibližně v našem věku, trochu mladší. Já s tímto pánem taky kamarádím, pomáhal jsem mu při studiu s matikou a tak podobně, najednou jeho rodina přišla s tím, že se mu hrabali v mobilu a že tam našli něco, co by tam bejt nemělo a ukázalo se, že teda nějakým způsobem mají blízkej vztah s manželkou, což já jsem teda odmítl připustit. Nějak jsem trval na tom, že to je standartní, nebo ne standartní, ale že to je velmi blízkej, ale pořád jen kamarádskej vztah a že jako z toho nemá cenu dělat nějaký závěry. Manželka se mě snažila přesvědčit, že to není standartní kamarádskej vztah a že opravdu jako to je něco, za co ona sama nějakým způsobem se stydí. Nějak jsem tenkrát to vlastně úplně odmítnul si připustit, že to je problém a jelo se dál. Podle všeho i důsledkem tohodle odhalení manželka souhlasila s tím, že si pořídíme ještě třetí miminko a hrát ty hry jsem začal až po tomhletom.

Kdy jsi začal být agresivní, kdy jsi to na sobě začal pozorovat?

Takhle, nějakým způsobem agresivní, nějakou agresivitu jsem v sobě měl určité vždycky. Což třeba se projevovalo v nepřiměřeným trestáním dětí, kdy jsem byl schopnej kluky vysloveně seřezat za ptákovinu. Na kolik si to uvědomuji, tak to bylo, že cejtím, že manželka má nějakej problém a řešil jsem to nepřiměřenejma trestama. Občas. Když děti neposlouchaly, manželka na ně začala zvyšovat hlas a já jsem měl potřebu se do toho vložit. V některých případech to skončilo nepřiměřeným násilím.

Pozoroval jsi na sobě agresivní sklony dřív, když jsi byl mladej?

Nejvýznamnější momenty, které si pamatuji, byli, když jsem měl od svých cca 12 let papouška. Nejdřív jsem měl korelu, kterou jsem si ochočil a jako to byl úžasnej ptáček, ale uletěl mi. A potom jsem měl nějaký andulky a ty nebyli tak ochočený. A já si uvědomuji, že jak v některejch situacích nereagovali tak, jak já jsem si představoval, tím, že jsem prostě toho ptáčka třeba chytil, a on jak se bránil, tak mě kloval. Tohleto

dokonce skončilo tak, že jsem jednu tu andulku zmáčknul tak silně, že jsem jí zabil. To jako je jeden moment, kterej si uvědomuju.

Kolik ti tak mohlo být?

Tu první korelu jsem měl tak 4 roky, takže tohle mohlo být tak kolem 16.

Druhej moment, kterej si uvědomuju, že jsem se na gymplu zamilovat do spolužačky. My jsme spolu měli velmi blízký vztah, ale já jsem pro ni nebyl přitažlivej. Takže mě brala jako velmi blízkýho kamaráda, a dokonce jak jsem později zjistil, tak se i někomu vyjádřila, že kdybych pro ni nebyl nepřitažlivej, tak jsem byl akceptovatelněj jako partner, ale že to jako fakt nešlo. Ale jako podnikali jsme spolu nejrůznější věci a jednou jsme takhle byli na táboře a ona si tam taky řešila nějaký problémy a já v jeden okamžik prostě... já jsem tam byl, byli jsme tam jako vedoucí, já jsem tam byl jako kuchař, bylo nám tak 19,20, ona tam byla jako oddílovej vedoucí. A vlastně ona se chovala pro mě nějakým způsobem nečitelně, že jako v některý momenty si chodila za mnou povídat, zdrhali jsme spolu do lesa, hledali jsme tam houby a podobně a potom v jiný momenty přede mnou utíkala. A i vlastně s tou zátěží, kt jsem tam měl jako kuchař, já už přesně nevím, co se stalo. Víím, že v jeden okamžik mě už natolik přivedla k zoufalství, že jsem vlastně vběhnul k ní do stanu a vrazil jsem jí pár facek. Ted'kon nedávno jsme se s ní o tom bavil a ona si to už vůbec nepamatuje.

A tomu předcházel nějaký konkrétní konflikt, nějaká hádka?

Ne, to bylo spíš takový, že jsem se v jejím chování vůbec nevyznal, v některých chvílích mi byla hrozně blízko a pak mi zase utíkala a vzdalovala se, tak jsem byl hrozně emočně frustrovanéj a už jsem vůbec nevěděl, co s tím dělat. Protože když jsem se snažil to nějakým způsobem řešit nějakou komunikací, proč teda jako to, tak to vůbec nefungovalo, odmítala se o tom bavit.

Takže tys tam vběhnul, nic nepředcházelo, takže ona to vůbec nemohla čekat...

Ano, ano.

Manželku jsi taky takhle fyzicky napadal?

Manželku jsem vlastně fyzicky nenapadal, až do té doby, než vlastně podruhé nějakým způsobem se profláklo, že udržuje nějaký vztah s tímhle tím pánem. To bylo vlastně nějakým způsobem zase – byli tam věci, ve kterých jsem se nevyznal, tak mě napadlo se jí podívat do mobilu a zjistil jsem, že udržuje komunikaci s tímhle tím člověkem. A udržuje komunikaci na úrovni, jakože když od něj k narozeninám dostala kytku, tak se nad tím hrozně rozplývala. V ten okamžik jsem z toho byl zoufalej, v první chvíli jsem vůbec nevěděl, jak to řešit. Naštěstí jsem krátce poté odjížděl na služební cestu, popovídal jsem si o tom s kamarádkou, spíš jsem se jí vybrečel na rameni. Odjel jsem na služební cestu a v rámci té služební cesty jsem se rozhod, že chci získat manželku zpátky a že za to budu bojovat. Takže jsem přestal hrát ty online hry, začal jsem se víc snažit a nějakým způsobem jsem se potom přiznal, že jsem četl ty zprávy, ale vlastně jsem se s tím musel pořád nějak vyrovnávat, takže jsem vlezl manželce do nějakých dalších osobních věcí, zjistil jsem, že jak měla nějakou starší mobil, kterej nepojal tolik smsek, tak ona si začala ty starý smsky vypisovat na nějaký papírky, který měla nastrkaný někde v nějaký tašce, takže jsem si prostě zjistil, že to je velmi dlouhodobá záležitost, prostě že nějakých 6 let s ním udržuje nějakou blízkou vztah.

A vlastně první to napadení manželky bylo, že já jsem tedy potom jí ukázal, že o těch lístečkách vím a jestli to chce nějak řešit. A ona mi řekla, že to řešit nechce. Že si o tom se mnou povídat nebude, nic. Já jsem potom, když byl nějaký komunikační problém, tak jsem jí začal z těch lístečků předčítat, ona samozřejmě začala přede mnou prchat a já jsem chtěl jí trápit, takže jsem jednoduše byl takhle agresivní psychicky. Když manželka začala přede mnou utíkat, tak vběhla do koupelny, já jsem vběhnul za ní a nějakým způsobem když ona začala strkat do mě, já jsem strčil do ní a rozbil jsem vlastně tím záchodovou mísu, tím jak jsem do ní strčil. To bylo vlastně to první napadení manželky.

No a zase, další napadení bylo, že jsem jí nějak chytil za ruku, protože jsem chtěl, aby se mnou komunikovala, a chytil jsem jí tak silně, až jsem jí nějakým způsobem pochroumal loket, což jí potom asi 2 měsíce dělalo problémy. Většinou to bylo, ne většinou, vždycky, ta agrese vůči ní vycházela z potřeby donutit jí k nějaké komunikaci.

Fyzická agrese vycházela z té agrese donutit jí k tomu, aby si se mnou o tom svým vztahu popovídala nějakým způsobem a byla ochotná prostě věci řešit. Protože jedna z věcí, co mi manželka dělá, která mě neustále přivádí do úzkých je, a dělá to i dětem, že vlastně oznámí, co se stalo špatně, ale nedovolí, aby to bylo napraveno. To znamená třeba jako řekne, že jsem měl něco zařídit, já řeknu jo, dobře, zapomněl jsem koupit mlíko, tak skočím do večerky koupit to mlíko a ona řekne, to už je jedno, to už neřeš.

Kdy jsi si uvědomil, že to není dobře, že takhle reaguješ?

Že to není dobře, to jsem si uvědomoval tak nějak dlouhodobě. Ale ten opravdu impuls důležitější proč jsem začal chodit na skupinu byl ten, že vlastně jsem se potkal s nějakým... Manželku asi po 20 letech zkontaktoval její přítel bejvalej, kterej jí poměrně hodně ublížil tím, jakým způsobem ukončil ten jejich vztah, zkontaktoval jí sice poměrně obskurně, a já jsem jí pomohl se s ním teda sejit, ukázala mi co jí napsal. Nakonec se s ním opravdu sešla, strávili spolu večer někde v nějaký vinárně a manželka se s ním poměrně dost opila. Takže on jí přivedl domů a vzhledem k tomu, že bydlí někde za Prahou, tak říká a já zas pudu. A já říkám, tak počkej jako kdy ti to jede, nechceš někam hodit. Odvézt že teda naprosto nechce, ale že mu to jede asi za půl hodiny, tak jsem řekl, tak si tady sedni, já ti uvařím kafe nebo čaj a tu půlhodinu tady počkáš. A tu půlhodinu jsem si s ním popovídal. A jako ten člověk mi začal bejt hrozně sympatickej. I vzhledem k tomu co jsem věděl, protože mi manželka dala nějaký věci přečíst, co jí psal a tak a měl jsem chuť se s ním potkat ještě jednou. Takže jsem ho asi po 3 měsících, kdy jsem váhal, jestli jo nebo ne, tak jsem mu navrhnul, jestli by se se mnou nechtěl ještě někdy potkat a on na to přistoupil. A když jsme se potkali, tak on mi řekl: „Hele, já ti chci říct jen jednu věc. Manželka na tebe už 3x podala trestní oznámení a pokaždý ho stáhla. A když by se to mělo opakovat, tak ho na tebe podám já a už ho nestáhnu. To je všechno, co jsem ti chtěl říct, nazdar“ a odešel.

Což byla pro mě velká rána, do týhle chvíle jsem si to nepřipouštěl, jakej vlastně tlak vytvářím, tak jak se chovám na manželku a ten den byl naprosto bláznivej. Nejdřív jsem vyrazil na riaps, jestli jako mě nechtějí zavřít, protože jsem vůbec nevěděl, co udělám v té situaci, tak tam to vůbec nepochopili, co po nich chci, aby mě opravdu na

chvíli zavřeli, než se uklidním, tak jsem vlastně potom zkontaktoval nějakého psychiatra, kterej když jsem mu to popovídal a chtěl jsem, aby mě tak jako politoval, jakej jsem chudák, jak mi ubližujou, tak mi řek, nejlepší věc, co vám můžu doporučit, běžte tady na tu skupinu a řešte svoji agresi. Takže mám doporučení od psychiatra a teprve vlastně tady na skupině jsem si začal nějakým způsobem připouštět, že to moje jednání, ať už teda ten psychickéj nátlak nebo i ty fyzický napadení jsou neakceptovatelný.

Jak dlouho už navštěvuješ skupinu?

Asi třičtvrtě roku.

Co tvoje původní rodina? V jaké rodině jsi vyrůstal, jaké role měli maminka, tatínek, jestli tam se vyskytovala nějaká agrese.

Agrese se tam mezi rodičema nevyskytovala vůbec, maminka je středoškolská profesorka, tatínek byl vědec, fyzik. Mám 2 sestry, mladší. Jednu o rok, jednu o 11 let. Na druhou stranu fyzický tresty u nás byly. Tatínek nás občas bil, naprosto jako po právu, nemyslím si, že nějak nepřiměřeně, ale vím, že maminka, když na to vzpomíná, tak říká, my když jsme se hádali, tak jsme se hádali jenom kvůli vám. A vím, že v některých situacích bránila tátovi, aby nás trestal, protože už nesouhlasila asi taky s mírou. Ale já osobně na to ty vzpomínky nemám.

Nebál ses nějak taťky, jako že neměl jsi z něho strach, že zase dostanete?

Ne, nic takovýho si neuvědomuju.

KP 3

Jaká je tvoje životní anabáze? (věk, vzdělání, práce, rodina, původní rodina...)

Je mi 52 let, žiju s manželkou a se dvěma dětma. Živím se programováním, jsem skoro vystudovanej vysokoškolák. Ze školy jsem odešel těsně před koncem. Jsem na volné noze, nejsem zaměstnanec. Takže někdy práce je a někdy není.

Řekni mi něco o tvé původní rodině.

Žiju v Praze, pocházím s Plzeňska. Původní rodina – otec, matka, dvě děti. Teda jako já a můj starší brácha. Z dnešního mého pohledu leccos v rodině nefungovalo, i když z hlediska domácího násilí tam asi moc násilí nebylo, spíš matka byla taková vzteklejší a spíš otec nějakou schytl od ní, když se vrátil z hospody později, než měl. Ale spíš výjimečně. Spíš tam taky spolu nějak nemluvili, vím, že mamka přestala s otcem komunikovat... chvílema. Zajímavý je, že já s bráchou taky nekomunikuju. Od nějakých 8, 10 let. Takže dneska sice občas něco si řekneme, když se potkáme, zcela výjimečně, ale jedna z možností je, že jsme nasáli nějaký ty vzorce chování.

O kolik je starší brácha?

Rok a půl.

Takže maminka řešila konflikty tím, že mlčela, ale zároveň jsi říkal, že byla i vzteklá a dokázala tat'ku i proplesknout?

To asi zkoušela, zkoušela ho dostat tam, kam asi potřebovala různými metodami.. tak na děti byla spíš vzteklá. Takže na nás spíš křičela nebo nějaký ten průplesk tam byl. Taťka byl takovej hodně měkkej bych řekl. Ale on zas nemám pocit, že by nám moc času věnoval... měl svoji práci, kamarády. Ale co se týče toho nějakýho místa v rodině, tak si myslím, že byl takovej neprůbojnej a že to tam vedla asi hlavně ta matka. Že se bál jít do konfliktu. Společnej čas jsme spolu moc netrávili, jen jednou si pamatuju, že jsme jeli na hory, ale jinak jsme byli doma. Měli jsme zvířectvo a doma jsme trávili i veškerý prázdniny a tak. Já jsem byl vždýcky spíš bojácnej než nějaký ranař.

Ty jsi měl v dětství sklony k agresivitě? Projevilo se to někdy?

Ani ne. Jedna věc je takový to niterný vztekání se, ať třeba na sebe nebo na svět, kterej se mi nelíbí, což asi tak průběžně. A spíš, že mám takovou vzdorovitou dceru, tak na ní se to pak projevilo i nějak fyzicky, sem tam. Vůči manželce ne, vůči synovi možná taky, ještě dřív, ale jen tak v rámci... ale jo, možná taky. Ale syn je klidnější, s ním se dá domluvit. Asi je po mně. Synovi je 11, 9 dceri.

Kdy sis poprvé uvědomil, že to není úplně v pořádku?

Ani nevím. Ale tak nějak... Já se sebou něco dělám od svých 23 let zhruba, když jsem zjistil, že existuje něco jako psychologické knížky... tak ne že by to byl nějaký zlom. V souvislosti s tou dcerou... já rád věci řídím rozumově, v souvislosti s ní jsem přestal mít ty svoje reakce pod kontrolou. Pak jsem viděl nějaký ten plakát tady SOS centra, jak se naučit se zvládat agresivitu, tak jsem si řekl, proč ne. Když je někde možnost se něco přiučit, tak se rád něco přiučím. Chodím sem rok a půl a určitě je to přínosem. Už jenom tím, že člověk slyší zkušenosti jiných a nějaký postupy, který použil někdo jiný, tak to je pozitivní. Druhá věc je, jo, občas nějaká rada. A celkově tadyta skupina, já jí taky říkám jinak skupina rozvoje emoční inteligence, zabýváme se tady emocema, zaměřujeme na ně pozornost, což je oblast, kterou jsem dřív neznal, nebo nezkoumal. A je to dobrý vyznat se v nich. Největší přínos a posun vidím v tom, že jsem se dostal k teorii nenásilné komunikace, která řekněme je vhodně doplněná tímhle tím seminářem.

A změnil se nějak tvůj postoj k dceři? Tvoje chování k dceři?

No, jo, to taky, i když pořád ještě občas se nějaký vztek u mě objeví. Ale celkově teď tomu vzteku daleko víc rozumím, a když tomu rozumím, tak s tím dokážu pracovat. Ta knížka mě vysvětlila, v čem je moje myšlení chybné a proč teda vzniká ten vztek a to myšlení se dá daleko líp regulovat než ty emoce. V té teorii nenásilný komunikace ten autor doporučuje člověku, aby v té krizové situaci neobviňoval toho druhého nebo sebe, ale aby se zaměřil na to, jaká potřeba není naplněná v tu chvíli. Když si člověk uvědomí, jaká jeho potřeba za tím je. Případně jaká je potřeba toho druhého člověka. Pak se to dá nějakým způsobem vysvětlit, probrat, vlastně zároveň i ukočírovat. To nacvičení té rozumový kontroly taky není hnedka, taky to potřebuje nějaký nácvik, ale už jen to, že mám nějaký náhled na to, že si uvědomuju, jak to funguje v rodině, tak to je velkej posun. A vlastně v té teorii pan Rosenberg říká, že ten vztek obecně není něco špatného. Že to je varování pozor, teď myslíš způsobem, který vede k násilí. Mysli jinak a bude to ok.

Když mě dcera začne provokovat, tak někdy to zafunguje a někdy ne. Třeba včera jsem přišel domů pozdějc a už tam byly nějaký konflikty předtím a teda kluci si šli čistit

zuby a už jsem viděl, jak tam za nima řape a že se tam k nim chtěla nacpat do tý koupelny malý, takže jsem tam za nima šel a požádal jsem jí, jestli by tam mohla přijít pozdějc, až kluci skončí. A ona si šla zuby čistit do chodbičky, i když teda asi dost nespokojeně, ale zase to nebyla až tak krizová situace. Takže spíš se snažím víc těch situacích vnímat potřeby svoje a těch druhých lidí, což je správný směr a i to tak funguje. Až na to, aby to člověk zautomatizoval, tak to nějakou chvíli bude trvat. Večer jsem vzteklejší, když jsem víc unavenej, v práci se nedaří nebo tak podobně. Pak to odnesou víc děti. Jsem víc podrážděnější. Snažím se to ale říkat dopředu. Říkám, pozor, moje trpělivost už je téměř vyčerpaná a hrozí, že dojde k nějakýmu násilí, tak si dejte pozor. A někdy si daj, někdy ne. Řekl bych, že to teď není moc často, tak jednou za dva měsíce, ale je to intenzivní a krátkodobé.

Situace, když jsi to vyložene nezvládl?

Teď ta nejčerstvější byla, že právě dcera, poslal jsem jí o přestávce nějakýho filmu, aby si šla vyčistit zuby a ona se vrátila, s tím že na to zapomněla, místo toho se šla napít. Tak jsem šek teda ještě jednou s ní a ona už do toho vydávala nějaký zvuky, jako kvílení, jako její projevy nespokojenosti, to ona občas dělá, a místo aby šla do koupelny, tak zahla do kuchyně, tak jsem jí drapsnul za ruku, což jí teda asi bolelo, s tím že teda koupelna je tady a ona pokračovala v nějakým kvílení, tak jsem s ní pak zatřásl. Pak už si teda zuby čistila s tím, že to zvládla asi za 20 vteřin. Tak jsem jí řekl, až si je vyčistí znova a proběhlo další kvílení. Ale to napětí už jsem ze sebe dostal, asi tím třesením, pak už jsem si jen trval na svém. Ona docela má tyhle projevy nespokojenosti, ona je hodně nespokojená, což i manželce to dělá potíže. Už jí i řekla, ať přestane, nebo jí vezme klackem. Nikdy to neudělala. Na děti občas křičí a na mě je spíš ironická.

Před touhle skupinou jsi vyhledal odbornou pomoc?

Ano, byl jsem u různých psychologů, chodil jsem i na terapie. V rámci nějakýho sebezpytu. Ale to nebylo ani tak moc se vztekem, to mě spíš trápila moje nerozhodnost, neorganizovanost. Pak jsme byli i s manželkou, když jsme měli krizi – já jsem právě chtěl vylepšit naši komunikaci a dohodnout si nějaká pravidla, což se ale moc nezdařilo.

Je to tak 10 let zpátky. Za tu dobu už jsem se otužil, ale ten způsob, jakým manželka komunikuje... je takovej asi ženskej způsob. Jak bych to řekl. Průměrnej chlap komunikuje příměji než průměrná ženská. A od chlapů spíš hrozí to fyzický násilí, kdežto od žen hrozí spíš takový to rejpaní, sekýrování a tak. Takže tohle si myslím, že u nás je, taková nějaká podivná komunikace. Ale naučil jsem se na to nereagovat, nebo zcela výjimečně se chytanu na návnadu. Ale většinou se držím věcné stránky hovoru...

A řekl bys, že vám to manželský klape nebo neklape?

Naučil jsem se nehodnotit věci nula jedna. Spíš na škále, na procenta. Tak jak co, v běžně provozních věcech se dohodneme. Někde jsem četl, že manželství má stát na třech nohách, což je zodpovědnost, důvěra a vášeň, dejme tomu sexuální stránka. Tak u nás bych řekl, že solidně funguje zodpovědnost, sexualita jakš takš, a ta důvěrnost je asi nejslabší si myslím. Což je asi dáno tou férovostí, myslím si, že manželka se nechová moc férově.

Jak trávíte volný čas?

Jezdíme na výlety, oba prarodiče jsou mimopražský, takže jezdíme tam, nebo nějaký cyklovýlety a tak. Já se snažím s dětma třeba vařit, protože mě to baví víc s nima než samotnýho. Občas hrajeme nějakou hru.

Zlomové body?

Jednak že je to daný nějakýma návykama z rodiny, protože matka byla taky vzteklá. Za druhé já jsem vzteklej, násilnej, když chci něco prosadit.

Třeba jsem zavedl doma různá pravidla, a ty se musí dodržovat. Máme pravidlo, že pondělí, úterý luxuje syn, středa, čtvrtek já, o víkendu dcera. To je uklízecké pravidlo.

Snažil jsem se ráno zavést jízdní řád, mezi půl 8 a ¾ na 8 je vzbudím, v 8:10 by měli mít skončenou snídani a chystat si svačimu, v 8:20 jít na zuby, v 8:25 se začít oblíkat, v 8:30 na tramvaj, abychom stihli školu. Teď už to vcelku dělaj automaticky.

Po příchodu ze školy máme 5 pravidel – přezutí, převlečení, tašku na místo, jídlo z tašky do kuchyně a umýt si ruce. Když to nesplní, tak je upozorním, že to nesplnili,

a když se to ani poté nepodaří splnit, tak si jdou celý příchod zopakovat znova. Už ani neprotestují.

Co očekáváš od tohoto programu?

Mám spoustu témat, které jsme nakousli a nedokončili. Třeba míra odpovědnosti, pláče, sexu... Zajímali by mě názory té skupiny, jednotlivců.

KP 4

Jaká je tvoje životní anabáze? (věk, vzdělání, práce, rodina, původní rodina...)

Je mi 37 let, jsem středoškolačka, mám dvě děti 2,5 a 4,5 roku. Pracuji jako administrativní pracovnice. Žiji v jednom malém městě na jihu Čech. V současné době jsem na rodičovské dovolené. Tu si užívám, ale zároveň občas děti moc nezvládám (tedy asi spíš sebe a vlastní reakce) a už teď se i obávám návratu do práce, jak to budeme všechno zvládat.

Mám starší sourozence, bratra a sestru. V mojí původní rodině bylo domácí násilí, otec byl alkoholik, vždycky přišel pozdě v noci domů a já už slyšela klíče od domovních dveří, i když jsme bydleli ve třetím patře. Sestra s bratrem spali na palandě, já na posteli, kde se mnou spala i máma (odstěhovala se z ložnice, kterou si usurpoval otec). Vždycky přišel, rozsvítil a začal nám dávat nějaký žvýkačky od kamarádů z hospody. Pak začal mámě nadávat, že je kurva, děvka a podobně, pak jí začal osahávat nebo si jí rovnou odtáhl do ložnice, kde jí znásilnil. Máma křičela a bránila se. Kolikrát si pamatuji, že i přes den jí prostě mlátil v kuchyni, nebo na ní křičel. Rozhodně jsme neměli hezké dětství. Nás táta nebil, i když teda mně jednou dal pěstí do pusy, že mi ulomil kus zubu a po sestře hodil hrneček s horkým kafem, naštěstí se netrefil. Na bratra byl vždycky nejmilejší, jen o něm tvrdil, že je stoprocentně jeho. Já ani sestra jsme jeho nebyli. Respektive byly, ale on tvrdil, že ne. A přitom když byla máma se mnou těhotná, tak chtěla jít na potrat (protože už tam bylo domácí násilí), ale on jí to rozmluvil, aby si mě nechala. Prý tenkrát sliboval hory doly. Které se samozřejmě nekonaly. Jako malá

jsem byla hodně nemocná, měla jsem atopický ekzém, celé tělo v podstatě rozškrabané do krve, měla jsem silnou alergii a taky astma. Asi 8x jsem v dětství prodělala zápal plic. Nicméně táta hodně kouřil, a to i před námi v kuchyni. Když si potřeboval odskočit, tak nám dal podržet cigaretu.

Už tehdy jako malá holka jsem měla pocit, že to musím nějak řešit, kolikrát jsem seděla v rohu v kuchyni, když táta znásilňoval mámu a říkala jsem si, že jestli jí ještě uslyším křičet, tak jí půjdu zachránit. Nad ránem jsem si šla lehnout do postele. Hrozně jsem to chtěla někomu říct, chtěla jsem jít na soud, kde jsem si představovala, jak řeknu, jak to u nás vypadá, ale byla jsem moc malá, a když se rodiče rozváděli, tak jsem tam samozřejmě nemohla. Nicméně máma s rozvodem čekala až moc dlouho, asi kvůli nám, ale myslím, že především kvůli její povaze – je hodně submisivní, nedokáže říct svůj názor nebo NE.

Vzpomínám si, že už jako malá holka jsem hrozně trpěla, přemýšlela nad sebevraždou, dokonce jsem sprádala plány, jak to udělat.

Moji sourozenci drželi spolu, byli od sebe jen jeden rok, já od nich byla 3 a 4 roky, takže prcek. Navíc hodně nemocná, takže spoustu věcí jsem vůbec nemohla a pořád jsem jen slyšela, že někam nesmím a ať se neškrabu. Dětství bych popsala jako jednu velkou šílenost a nikomu bych to nepřála zažít. S ekzémem a s průduškama jsem jezdila do lázní, vždycky na 2 měsíce, úplně sama, i když jsem ještě ani nechodila do školy. Dokonce jsem jela i na 3 týdny k moři, několikrát.

Kupodivu ve škole jsem se docela dobře učila, doma jsem se neučila a všechno pochytávala ze školy. Taky si pamatuji, že táta mámu několikrát vyhodil z domova – a to doslova, jednou jí skopnul ze schodů. Bydlela pak u známých a potkávaly jsme se ráno před školou. Protože mi táta nikdy nekontroloval úkoly ani jiné věci do školy, tak jsem si jako malá vymyslela jeho podpis, který jsem občas použila na úkoly a do žákovské knížky. Vlastně prvně jsem fingovala podpis už v první třídě, ale to se na to tenkrát přišlo. Pak už mi to procházelo.

Kdy ses poprvé setkala se svou agresivitou?

Já jsem agresivní nikdy nebyla, tedy aspoň jsem si to vždycky myslela. Ale pravda je, že zejména se sestrou jsme se praly na život a na smrt, opravdu jsme jedna druhé chtěly ublížit. Jednou jsem kvůli ní proletěla skleněnými dveřma, ona má zase na rukách dodnes jizvy od mých škrábanců. Ona byla prostřední a vždycky hodně dominantní, v podstatě jí máma poslouchala už jako malou. Já jsem byla ta, co nic nemohla a nic neuměla. Ona uměla všechno. Když přišli kamarádky za ní, já zmizela do pokojíčku, aby měly klid. Když někdo přišel za mnou, tak nám to tam řídila. Brácha ten měl svůj svět, do ničeho se moc nemontoval a po základce šel na intr, takže ani moc nebyl doma. Takže agresivitu jsem cítila vůči sestře. Jinak především v pubertě jsem měla takové urážecí období. Vždycky se mě něco dotklo, já se stáhla a nemluvila. S nikým jsem neuměla o tom mluvit. Prostě jsem se nafoukla jako bublina, ve skrytu duše jsem si strašně přála, aby to se mnou někdo rozebral, ale nic. Takže jsem vlastně pak to mlčení i prodlužovala, už jsem proto, že jsem kolikrát ani nevěděla, jak to prolomit. Ve škole jsem agresivní nikdy nebyla.

Agresivitu jsem cítila k mému tátovi, ale to bylo jen v myšlenkách.

Poprvé jsem nechala svoji agresivitu vybuchnout asi až s dětma.

Setkala ses někdy se šikanou?

Vlastně ano. Jak jsem si nikdy moc nevěřila, tak jsem i špatně navazovala kontakty a jednou v lázních jsem se stala takovým tím panákem, se kterým se nikdo nechce kamarádit, naopak jsem byla pro smích a dělali si ze mě srandu. Někdy mi dělali naschvály, jako že mi dali kameny do tašky, v noci mi dávali čuchat mýdlo (říká se, že potom člověk mluví ze spaní)... Nebylo to nic příjemného. Ale fyzicky do mě nešli, to zas ne.

Kdy jsi potkala svého současného partnera?

Dost pozdě. Upřímně řečeno, neuměla jsem navazovat partnerství, když jsem s někým začala chodit, tak když to začalo být vážnější, tak jsem ze vztahu utekla. A přitom jsem tolik toužila po rodině a po dětech. Když měla děti sestra a pak i bratr, hrozně ráda

jsem s nima trávila čas, s dětma jsem jim hodně pomáhala. Milovala jsem je. Jinak já jsem hodně cestovala do ciziny, jako au-pair do Anglie, nebo jsem byla i v Holandsku. Ale zpětně jsem si uvědomila, že to byl vlastně útek od mých problémů v Čechách. V zahraničí ze mě byl vždycky jiný člověk, byla jsem víc sebevědomá, dokázala jsem se o sebe postarat. Ale v Čechách mě to prostředí vždycky zase srazilo na kolena.

Takže známosti jsem měla, ale nikdy nějakou dlouhodobou a vážnou. Přitom zpětně si říkám, že jsem na partnery měla docela štěstí, že byli hrozně fajn. Ale prostě jsem to nezvládala sama se sebou. Až když jsem se po třicítce smířila s tím, že už zůstanu sama a nebudu mít děti, tak jsme si spolu začali s mým současným partnerem.

U bývalých partnerů jsi byla také agresivní?

Rozhodně ne. Teda, ne jako fyzicky. Možná psychicky, když to začalo být vážný a já chtěla utéct, začali mě strašně štvát a dost jsem jim to dávala najevo.

Kdy se začala projevovat tvoje agresivita?

Po narození druhého syna. První syn byl šikovný, neskutečně šikovný. Takový sluníčko a rozumbrada. Takže to, že byl nespavec a každý večer ho trápili břišní koliky, kdy proplakal třeba od 7 do půlnoci a já se s ním houpala na míči, pak se v noci hodně budil, tak ráno se probudil s úsměvem a tím mě neskutečně dobíjel. Pořád jsem pro nás hledala nějaký program, setkávali jsme se s jinýma maminkama a dětma. On byl fakt šikula, byl v hodně věcech napřed. Ale zároveň byl tak trochu hyperaktivita. V 7 měsících se postavil na nožičky a pořád jenom stál a hopsal. V roce už uměl 30 „slov“, byl neuvěřitelně komunikativní, i s cizíma lidma navazoval. Vyžadoval neustálou pozornost, pořád něco zkoumal, pořád něco vymýšlel. Ani jsem ho nemohla pomazlit, nebyl mazlicí typ, a když šel ke mně, tak na mě skočil tak, že je div, že mi nezlomil žebra nebo nevyrazil zuby.

Pak jsme přemýšleli o druhém dítěti, ale muž o něm nechtěl ani slyšet, že prý mu jedno stačí. To mě neuvěřitelně ranilo, vždycky jsem počítala s tím, že budu mít dvě děti. Nejméně. A muž je takový introvert, prostě to jednou řekne a už se o tom nebaví. Takže jsem se tím užírala uvnitř a pořád vymýšlela, jak to s ním skoulet, aby souhlasil se

druhým dítětem. Nakonec jsem otěhotněla, ani nevím jak – malýmu bylo teprve 15 měsíců. Muž ale nadšený nebyl, v podstatě celé těhotenství o tom vůbec nemluvil, na prcka se netěšil. Já měla hrůzu z toho, jak to budeme všechno zvládat, děti takhle kousek od sebe. Navíc muž žil prací, tam byl pořád, včetně večerů a víkendů. Moje rodina mě zklamala – moje máma hlídala ostatní synovce a moji sourozenci o moje dítě nejevili moc zájmu. Ale v tu chvíli mi to až tak nevadilo. S jedním dítětem jsem to zvládala sama.

Pak se ale narodil druhý a od malička byl neuvěřitelně plačtivý. Vlastně prvních 15 měsíců mi proplakal ve dne v noci. Skoro vůbec přes den nespal, v noci se hodně budil. Byla jsem z něho neskutečně vyčerpaná. Navíc jsem na něj byla pořád sama. Chlap v práci a rodina nezám. Moje máma mi vzala kočárek tak jednou za měsíc na dvě hodinky odpoledne, a to byla veškerá pomoc. Ten neustálý křik, pláč, vztekání mě úplně vykojilo. I když jsem si namlouvala, že to je v pohodě, že nikoho nepotřebuju a zvládnou to sama, tak s odstupem času vidím, že jsem to absolutně nezvládla. Navíc jsem byla uvnitř hrozně ukřivděná od mojí rodiny – sestra byla v tu dobu nezaměstnaná a bydlela malý kousek ode mě, ale nikdy se nenabídla s pomocí, nikdy se nepřišla na moje kluky jen tak podívat. Přitom svoje děti už měla velký, celý den ve škole a na kroužkách, a mě to strašně ranilo. Do toho chlap, kterému jsem se snažila být tolerantní ženou, co se týče práce a jeho zájmů, a do toho i moje máma, která neustále dávala přednost mým sourozencům a jejich potřebám. Byla jsem na sesypání, ale nepřipouštěla jsem si to. Tak to začal nejvíc odnášet starší syn, kterému sice byly teprve 2 roky, ale já už po něm chtěla, aby poslouchal, byl v klidu, nechal nás v klidu, když kojím nebo uspávám. To ale nešlo dohromady s jeho povahou, kdy neustále poskakoval a povídal a bylo ho pořád plno. Takže jsem na něj několikrát vyjela, křičela jsem na něj, i jsem ho mlátila – spíš tak vzteky vzala zprudka za ruku, nebo mu dala na zadek, párkrát i přes pus. Chudinka se mě úplně začal bát a zalejzal přede mnou pod stůl. Bylo mi to hrozně líto, ale nemohla jsem jinak. I když jsem si říkala, že se musím ovládat, tak jsem držela, držela... a pak jsem zase bouchla. I přímo při tom jsem věděla, že to není dobře, ale nemohla jsem jinak. Potřebovala jsem upustit páru a on to chudák odnášel. Jednou si pamatuji, ale to jsem nikdy nikomu ani neřekla, že jsem uspávala malýho a jak prostě

pořád plakal a špatně spínal, tak jsem opravdu potřebovala klid. Staršímu jsem to v klidu řekla, on tam stejně za chvíli vletěl a zase se na něco ptal a malýho vzbudil. To už jsem soptila, ale stejně jsem ho ještě v klidu poslala vedle, ať nás ještě chvíli nechá v klidu, že pak si s ním budu hrát. A když už malý zase usínal, tak tam zase vtrhl starší a začal něco povídat... já už viděla černě. Začala jsem na něj křičet, mlátit ho, on spadl na zem a já do něj i kopala. Prostě jsem se neovládala... Já řvala, malý plakal, velký plakal... Taková u nás byla atmosféra...

Kdy sis to přiznala, že je potřeba s tím něco dělat?

Pořád jsem si myslela, že to zvládnou sama. Nechtěla jsem nikoho obtěžovat. Můj muž to neviděl, rodina pro něj nebyla tak významná jako práce a co se tu děje, ho v podstatě nezajímalo. Když byl doma, tak pomáhal, ale prostě to neviděl, jak to tu běží. Jednou večer, když děti spaly, tak šel za mnou do koupelny na něco se zeptat, a já mu to vlastně všechno začala říkat, možná i s výčitkami. On na to nic moc neřekl, ale pak se strašně změnil a opravdu se začal snažit. On je ten typ, že kolikrát ani nevím, co si myslí. Potřebuje si to sám v hlavě probrat a pak podle toho koná.

Já se odhodlávám k psychoterapeutovi nebo k psychiatrovi, vidím, že tyhle stavy fakt nedávám a svoje děti miluju, nechci na ně být tak ošklivá. Myslím, že se nevyhnu ani nějakým lékům, bohužel. Navíc prcek je fakt hodně citlivý, pořád je takový vztekací, fňukací, kňourací. To je něco na nervy. Navíc je trošku opožděný ve vývoji motorickém i v řeči. Vlastně do dvou let vůbec neukazoval, jak je velký nebo paci paci... prostě nic. Ani nežvatlal takovou tou miminkovskou řečí. Snažila jsem se mu věnovat, ale prostě to tam nebylo... Takže se trochu bojím nějaké poruchy, chodíme cvičit Vojtovu metodu, chodíme na kontroly na neurologii, kde mi doktorka potvrdila, že ve hře je vývojová dysfázie nebo atypický autismus, ale na diagnózu je ještě brzy.

V čem ti pomáhá skupina?

Pomáhá mi slyšet, že i ti, co jsou agresivní, jsou v podstatě úplně normální lidi, kteří jen mají nějaký problém, který neumějí v sobě zpracovat a pak jsou agresivní vůči svému okolí. Pomáhá mi slyšet ty příběhy, ponaučení z nich, diskuze nad různými situacemi.

Pomáhá mi se svěřit ostatním a vím, že mě neodsoudí, i když se jim to nelíbí. Mně se to taky nelíbí, a proto s tím chci něco dělat. Pomáhá mi cvičení, jak zvládat svoje emoce. Navíc jsem si uvědomila, že jsem hodně zraněná chováním mé širší rodiny. Ale vlastně to je mým očekáváním – prostě jsem od nich čekala něco, co se mi nedostalo a jsem z toho hodně frustrovaná a podrážděná. Takže se snažím omezit mé očekávání od druhých lidí, ale to mi zatím moc nejde. Navíc vůbec nefunguje komunikace v mojí rodině, takže si to držím v sobě a peru se s tím sama uvnitř.

KP 5

Jaká je tvoje životní anabáze? (věk, vzdělání, práce, rodina, původní rodina...)

Je mi 42 let, 2 děti, žiji i pracuji v malém městečku ve středních Čechách, děti kluk 10 let a holka 13 let. SŠ, mám gympl, studoval jsem při zaměstnání obchodní akademii večerní, tak mám 2 maturity. Pracuji jako nákupčí materiálu.

Všechno probíhalo krásně, krásný manželství, byl jsem do ženy zamilovaný. V roce 2010 se něco stalo, žena se začala měnit. To už jsme se vlastně znali 20 let. Brali jsme se v roce 1998. Měli jsme opravdu hezký vztah, i jsme byli v Americe, všechno jsme dělali společně. Pak se narodily děti, žena byla hodně doma, já jsem jí s dětma pomáhal. Ale z tohoto období se změnila, začala se starat víc o sebe, začala cvičit, změnila svůj přístup k životu. Byla to velká změna, neměla potřebu to se mnou probírat, myslím, že tam vznikaly nějaké problémy. Já jsem ještě odjel za bráchou do Ameriky na 14 dní a ona se mezitím sblížila s jedním kolegou. Nějak se nabalovalo víc problémů doma, včetně sexu, ona trávila čím dál víc času v posilovně s tím kolegou a já jsem začal žárlit. Možná tehdy neprávem, ale ona se mi nesvěřovala, moc jsme spolu nekomunikovali. Nebylo žádné násilí, žádné velké problémy, ale já se choval jako blbec. Když se na to zpětně podívám. Jednou jsem jí načapal při lži, když mi říkala, že jde s kamarádkou večer na víno a já tu kamarádku potkal druhý den na hokeji, kam jsem chodil s klukem, tak jsem se jí zeptal, jak bylo včera večer v hospodě. A ona mi řekla, že teď nikam nechodí, že nemůže. Tak jsem se zeptal manželky, jak to bylo, ona řekla, že byla s ním. Ten večer to dopadlo ještě docela dobře, i jsme si hodně věci vyříkali, ale

od té doby to šlo strašně z kopce. Jednou nechala v počítači otevřený e-mail, tak jsem jí tam vlezl a dočetl jsem se, že se svěřovala jednomu kamarádovi, že s někým něco měla. Jednou jsme šli z plesu, byl jsem opilej, ples byl dobrej, ale nějak jsem se nehlídal, a když jsme šli z plesu, tak jsem jí sprostě nadával, hrozně jsem řval a surově jsem jí chytil za paže, že tam pak měla modřiny. Kopal jsem tam do tanečních bot, to byla fakt hrůza. Hrůza. Hrůza. Doma byla tichá domácnost. Ona ležela v posteli a hrozně se mě bála. To se nestalo poprvé, předtím v září, když si celý den s někým smskovala. To bylo celou sobotu, pořád jí pípál mobil a v noci, když jsem šel na záchod, tak ona byla v kuchyni a zrovna telefon svítil, tak mi bylo jasné, že zase přišla sms. V tu chvíli se mi zatmělo před očima, takový úplně blik, tam bylo nějaký víčko od piva, tak jsem ho po ní hodil a pak jsem jí chytil za ruce a nastrkal na zeď. Pak jsem věděl, že jsem udělal blbost, tak jsem se jí i omlouval, poslal jsem jí kytku, kterou nepřijmula... to bylo v září, pak jsme o tom vlastně ani nemluvili, nic se nedělo.

Jak se to stalo po tom plesu, tak pak byla u doktora a doktor na mě zavolal policajty. Pak mi jen řekla, abych jí byl vděčnej, že to pak stáhla. Pak jsem začal jezdit sem do skupiny, našel jsem si to na internetu a doma jsem začal sekat dobrotu. Už sem jezdím skoro dva roky. Od té doby jsem nějak ztratil její důvěru, lásku... Chodili jsme i do poradny. Ale už to bylo úplně jedno, ten vztah jsme nezachránili. Chtěl jsem o tom mluvit, abychom to vyřešili, ale ona nechtěla o ničem mluvit. Ze všech stran jsem slyšel, že to je o komunikaci a u nás byla komunikace nulová. Takže já jsem mluvil a ona byla ticho. Takhle to prostě nešlo. Já jsem se pak odstěhoval a skončilo to nakonec rozvodem. Teď už rok žiju jinde, ale rozvod byl asi před měsícem.

Co myslíš, že tě k tomu vedlo?

Vzteky, zmatek ve mně. Já jsem po ní chtěl nějaký vysvětlení, co se děje, proč to tak je, ona nechtěla, neměla zájem o to mluvit. Z mé strany byla chyba, že jsem to nechápal. Byla tam žárlivost, bylo tam fyzický napadení. Ona vždycky říkala, že na ní moc tlačím, čím víc jsem tlačil, tím to bylo horší.

Kontroloval jsi jí?

Priznám se k tomu, že jo. Koukal jsem se jí do mobilu, třeba když se sprchovala. Ale nikdy tam nebyla sms, která by jí usvědčila z toho, že mě podváděla.

S dětma?

S dětma ne. Jen když jsme měli nějakou debatu, když děti ještě nespali, tak říkaly „Nehádejte se! Nehádejte se!“, občas i brečely. Ale to bylo spíš výjimečný, většinou jsme si to vyřikávali, až když děti spaly. My se jako nehádali nikdy nějak do krve nebo tak. Spíš já jsem prostě chtěl nějaký odpovědi a ona mi ty odpovědi nedávala. Tak já jsem prostě zvyšoval hlas, to máme v rodině. A to ji taky štválo.

A co byl hlavní zlom?

Ta událost v tom lednu, jak se mi zatmělo před očima, a vyváděl jsem. Měl jsem jí rád, asi jí mám pořád rád, ale prostě jsem si řekl, že s tím musím něco udělat. Navíc ten doktor a ty policajti. To mi fakt dostalo.

Já jsem byl prostě fakt ožralej, šel jsem po svých, dokázal jsem ještě jít. Ale pil jsem nějaký pivo, slivovici..

Pozoroval jsi na sobě agresivitu už někdy dříve?

To ne, já se nikdy nepral. Já se bojím. Jen jednou byla nějaká rvačka na základce, ale to jsem spíš dostal na budku. Já jsem byl vždycky nekonfliktní. Snažím se do ničeho nemíchat. Max v té Americe bylo asi trochu verbální násilí. Ona někam šla, povídala si s jinýma Čechama, tak jsem se taky choval majetnický vůči ní. Jendou jsem na ní vyjel, když jsme jeli na výlet a ona měla čokoládu a žlutý tričko a ona jí ta čokoláda spadla na to tričko. Tak jsem jí začal nadávat, že je jak malý děcko, až se rozbrečela. Ale jinak ne. Jinak ne. Ona by možná řekla, že si vzpomíná víc, ale já už si nepamatuji.

Co rodina?

Mám bráchu, ten je v Americe, je o 4 roky mladší. My jsme měli docela dobrý dětství. Rodiče jsou teda rozvedení, ale rozváděli se, až když jsme byli dospělí. Ale i tak mě to

hodně vzalo. Táta se odstěhoval k nějaký paní, kterou si pak vzal, bydlí někde na Moravě. Moc se nenavštěvujeme. On nepřijede, mě nechybí. Takže jsem mu ani nezavola, že mám nějaký problémy, že jsem se rozvedl. Takže on mi pak zavola, jestli mu nechci něco říct. To asi věděl od kamarádů. Kolikrát jsem se dozvěděl, že byl u nás ve městě, ale jen za kamarádama, za námi vůbec nebyl.

Dětství bylo dobrý, ale potom, jak člověk stárne, rodiče se rozvedli, táta se odstěhoval. Když jsem ho potřeboval, když jsem si koupil byt a tak, tak tu prostě nebyl. Tak to nějak vyšumělo.

S mámou mám teď ponorkovou nemoc, protože teď vlastně bydlím rok u ní. Dřív to bylo v pohodě, chodil jsem tam s dětma. S mámou máme vztahy dobrý, ta ponorka se zlepš, až se odstěhuju.

V tvé původní rodině byly nějaké násilnické sklony?

Já jsem byl nemocnej a než jsem byl nemocnej, tak jsem napsal kamarádovi takovej hodně sprostej dopis, protože jsme se nějak pohádali. A on to dal učitelce a ona to četla před celou třídou. Pak byl rodičák a ona jim to tam ukázala. Přišel domů z rodičáku, zavřel mě do pokoje a tam mě zmlátil. Jinak mě moc nemlátil. Spíš tam nebyla moc motivace. Říkal, že mám ruce levý, že budu kydat hnuj. Občas táta zvyšoval hlas a zakřičel, ale nebylo to nějaký násilí doma. To ne.

Když jsem mámě řekl, co jsem udělal doma ženě. Tak mi máma vlastně řekla, že s tátou byla jen kvůli dětem. Táta byl hodně nervák a jednou, když byl ožralej, tak mámu škrtil. Občas doma byla tichá domácnost.

Kde to násilí vzniklo?

Jak to teď vidím, tak jako mojí obranu proti těm změnám, co se u nás děly. Asi v tom zmatku, nějak jsme žili nějaký život, nějak to bylo, a ona to začala dělat jinak. A já jsem považoval za správný, aby mi řekla, proč to dělá jinak. Asi to byla moje domněnka, moje očekávání, které ona nesplnila. A já jsem to chtěl vědět, chtěl a chtěl. A od toho už je jenom krok k tomu, aby to stupňovalo a napětí rostlo. Ten člověk pořád byl mezi námi. Ten tam byl furt, pořád! A mezi námi byla nějaká hradba. Neměli jsme spolu

několik měsíců ani žádný sex. Snažil jsem se být na ní hodnej, abych to odčinil. A když jsem chtěl něco večer, tak ona pořád, ať jí dám čas. Že prostě pořád vidí, co jsem jí provedl, a že nemůže. Já jsem jí věřil, ale když to tak zpětně vidím, tak to bylo tím, že prostě měla toho chlapa. A měl jsem hroznou chuť, když jsme se třeba bavili a ona říkala, co se mi třeba nelíbilo, tak jsem měl hroznou chuť jí natáhnout. Takové fyzické nutkání jí praštit. Ale nikdy už jsem to pak neudělal.

Co ti ta skupina dala?

Já tam kolikrát přemýšlím. Možná bych to zvládnul sám, vlastní vůlí. Ale ta skupina je o tom, že si to člověk asi uvědomí. Kdybych o tom přemýšlel sám, tak je to asi na nic. Tak se upřemejšlim. Ale tady je to, že to člověk může říct, jak se zvládal, pak se o to vede nějaká debata.. tak si to můžeš líp uvědomit. Asi v tom to je. Ale určitě to není jenom o skupině, samotná skupina by ti asi nepomohla. Prostě musíš chtít a musíš si to srovnat v hlavě. Když jsme měli ty hrozné stavy doma, tak jsem usínal se sevřeným žaludkem, i jsem se s tím pocitem probouzel. Každý den. Pořád se mi v hlavě točily ty kolečka, pořád, pořád. Já jsem i zhubnul, bylo to na mě i vidět, ani jsem se nesmál. Ta skupina je nápomocná, ale hlavně musí člověk sám chtít. Hodně mi i pomohlo, že jsem se odstěhoval. Protože když žiješ s někým, na kom pácháš násilí, tak tam existuje veliké riziko, že se to bude opakovat. I když chodíš do té skupiny. Když už jsem chodil na skupinu, tak jsem pořád měl hroznou chuť jí prostě natáhnout. Ale neudělal jsem to. I jsem jí to řekl, že mám chuť jí natáhnout, ale že to neudělám, že mi za to nestojí.

Příloha 2: Rozhovor s vedoucí SOS centra Mgr. Helenou Šaškovou

Jak dlouho a v jakých programech pomáhá Vaše centrum násilným osobám?

S násilnou osobou pracujeme od roku 2009 v programu, který se jmenuje „Stop násilí ve vztazích“. V počátku spočívalo těžiště práce v terapii násilné osoby (tehdy ještě běžně označované pachatel domácího násilí), postupně se ale více a více dostával do centra naší pozornosti vztah lidí, u nichž k násilí dochází.

Proč jste se zaměřili zrovna na tuto skupinu lidí?

Když začal platit zákon o domácím násilí, začaly se častěji na naše krizové centrum obracet oběti domácího násilí. Při práci s nimi jsme začali narážet na dva zásadní limity: tyto ženy se ve značném procentu případů vracely do původních nezměněných vztahů, a neexistovala nabídka služeb, které by pracovaly s pachateli DN. Práce se vztahem lidí, kteří se dopouštějí agresivních projevů vůči svým blízkým, se obecně nedoporučovala. Protože jsme si uvědomovali, jak komplikované je problém řešit pouze podporou oběti, naučili jsme se rozlišovat domácí a partnerské násilí a jemu přiměřené formy práce.

Myslíte si, že práce s násilnými osobami má smysl? Pozorujete změny v jejich chování, když dochází na terapii?

Věříme, že pokud se má problém řešit efektivně, je třeba do řešení zapojit ty správné osoby. Pokud se člověku podaří být k sobě natolik upřímný, že si připustí, že se chová vůči svým blízkým agresivně, je více než na místě podpořit jej v odhodlání učinit žádoucí změny. Je pak tím správným člověkem, s nímž má smysl pracovat.

Formy práce jsou velmi různé, počínaje metodami sociální práce přes techniky anger managementu k různým konceptům psychoterapie. V programu „Stop násilí ve vztazích“ nabízíme psychoterapii, protože je to nástroj, který ovládáme, a je vhodný pro práci s lidmi, kteří selhávají ve vztazích a mají složitou osobní či rodinnou historii. Poskytujeme terapii individuální, párovou a skupinovou. Je důležité dobře zvážit, jakou

formu zvolit. Pro domácí násilí, při němž jsou jednoznačně rozdělené role osoby násilné a ohrožené, není vhodné pracovat s párem. Pro některé klienty je těžké vstoupit do skupinové terapie či jiní pro skupinovou práci nejsou vhodní. Je tedy výhodou, že můžeme zmiňované formy terapie vhodně kombinovat.

Když se daří napravovat stará traumata a křivdy, pracovat se strachem či napomáhat jinému porozumění světu, je oprávněná naděje, že se člověk může ke svému okolí chovat lépe, komunikovat klidněji. V párovém aranžmá někdy můžeme pozorovat změnu interakce páru, v případě individuálního a skupinového působení jsme odkázáni na reference našich klientů.

Myslíte si, že je v České republice dostatečná nabídka terapeutických programů pro pachatele domácího násilí?

Individuální a párovou psychoterapii mohou lidé absolvovat v rámci manželských a rodinných poraden nebo u soukromých terapeutů, pokud terapeuté s tématem agrese pracují. V některých intervenčních centrech se začíná pracovat s násilnými osobami či s páry, případně pracoviště, která vznikla jako místa pomoci pro ohrožené osoby, rozšiřují svou nabídku služeb podobným směrem. Jak téma násilí ve vztazích získává na podpoře a významu, začíná být řešení domácího či partnerského násilí dostupnější. Nicméně podoba programu – tj. různé varianty pomoci „pod jednou střechou“ – je spíše vzácností.

V poslední době je čím dál častěji brána v potaz skutečnost, že agrese ve vztazích má zásadní dopady na děti, které v takto zatížených rodinách vyrůstají. Např. Acorus v letošním roce zahajuje činnost střediska Locika. Centrem zájmu jeho pracovníků bude nejlepší zájem dětí z rodin, v nichž dochází k domácímu nebo partnerskému násilí. Tady forma pomoci dostává další rozměr, protože usilují o konstruktivní dialog všech odborníků zapojených do pomoci rodině, o koordinovanou spolupráci.

V čem si myslíte, že je hlavní problém u násilných osob? Proč se tak chovají?

Pátrání po příčině je vždy plné spekulací, takže ani mou odpověď neberte jinak než jako jednu z mnoha. Agresi vůči svým blízkým vnímám jako projev slabosti. Něco mi chybí, abych v situacích, které vnímám jako ohrožení, mohl(a) jednat v klidu, konstruktivně.

Ne náhodou jsem přešla k používání první osoby – agresivita je osobnostní charakteristika, týká se všech. Co se ale liší, jsou naše mechanismy, jak s ní nakládáme. Někdo ji má pod kontrolou, umí využít energii, která je s ní spojená, jiného dokáže velmi ovládat, reaguje neadekvátní obranou. Proto dává smysl usilovat o porozumění svým reakcím, situacím, v nichž selhávám, posílit své schopnosti reagovat tak, abych neublížil.

Myslíte si, že má na to velký vliv jejich primární rodina?

Rodina, jako nejdůležitější instituce v našem životě, je zdrojem našich silných stránek i slabostí. Nejen, že se v ní učíme, ale přináší nám zážitky, které nás formují. Někdy je zdrojem bezpečí, jindy nás ohrožuje. A nezáleží jen na tom, „co dělá rodina nám“, ale i na tom, jací jsme my sami, co nám bylo dáno, a co se dostane ke slovu při zpracování konkrétních situací.

Co byste vzkázala lidem, kteří mají problém se svojí agresivitou, ale váhají se s tím obrátit na nějakého odborníka?

Aby si dobře vybrali, a pokud se to nepovede hned na poprvé, ať neztrácí naději. Mohou se spolehnout na svůj pocit z kontaktu s člověkem, od kterého chtějí pomoc. Ale ať se připraví, že „odpracovat“ si to budou muset sami.

Příloha 3: Proč chodím každý týden na skupinu? (anonymní dotazník)

Na skupinu chodím, protože mi pomáhá zvládat moji agresi, setkávat se s lidmi, kteří jsou na tom podobně jako já. Pomáhá mi podívat se sám na sebe a dává mi sílu se sebou něco dělat. Skupina mě naučila mít sám sebe rád.

Po zjištění, že nezvládám svou agresi, a zbytečně strávený 2 letech na individuální terapii, byla skupina, jediné to správné společenství / místo, která mi pomohla dostat svoje emoce pod kontrolu, zlepšit moje vztahy s nejbližšími a zkvalitnit můj současný život.

- lepší jednání s lidma
- chovat se neagresivně
- zachovat si důstojnost

Budu upřímný, zatím chodím, že to mám nařízeno, zatím víc za tím není. Je možné, že se tolepší a budu se těšit sem chodit. Jen mi je nepříjemné se vracet k tomu co bylo, na co už jsem chtěl dávno zapomenout. Pořád se to tímto vrací.

To o čem jsem četla (teoreticky), slyším nyní z reálných příběhů.

Jsem tady, abych nahlédla pod pokličku (domácího) násilí ze strany agresora, protože si myslím, že tato strana je opomíjena, i když je velice důležitá.

Abych se něco dozvěděl, naučil, zvýšil EQ

Abych potkal pár prima lidí

Protože někdy po skupině jdeme do hospody a tam je veselo

Protože tu potkávám zajímavé lidi, kteří mi pomáhají a já jim.

Protože mně to tu motivuje, abych se o něco snažil.

Protože se chci naučit lépe vycházet s lidmi i sám se sebou.

Protože ve středu skupina není.

Protože mám šanci něco se o sobě dozvědět, mám možnost pochopit své emoce.

Protože jsem dostala důvěru.

Protože jsem to slíbila.

Protože je mi tu dobře.

Protože jim věřím.

Věřím, že to má smysl.

Chodím pro sebepoznání.

Každý čtvrtek chodím proto, že mi každý člen pomáhá se povznést a překonat životní strasti a jsme na stejné lodi. Vaří tu dobré kafe.

Skupina mě pozvedává ze všedního pohledu na svět a vybízí k rozhledu z výšky a mlčenlivému přemýšlení o tom co z té výšky vidím. A je pro mě komplementární. ♡

Chtěl bych se naučit zvládat svojí agresivitu. Komplikuje mi to vztah s partnerkou a chci být lepším tátou, než mi byl ten můj.