

UNIVERZITA KARLOVA

Filozofická fakulta

Katedra pedagogiky

Diplomová práce



Bc. Maria Steinerová

Edukace dospělých obětí domácího násilí
Education of the Adult Victims of Domestic Violence

Vedoucí diplomové práce: Doc. PhDr. Jaroslav Koťa

2024

Poděkování

Ráda bych vyjádřila své upřímné poděkování doc. PhDr. Jaroslavu Koťovi za odborné vedení mé diplomové práce a za všechna cenná doporučení. Dále bych chtěla poděkovat svému zaměstnavateli za umožnění odborné činnosti v azylovém domě. Děkuji také svému partnerovi, jehož podpora byla klíčová pro zvládání organizačních nároků spojených se studiem.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

[Podpis]

Bc. Maria Steinerová

Abstrakt

Domácí násilí je závažným společenským problémem, který vyžaduje komplexní přístup jak z hlediska prevence, tak i podpory obětí. Tato diplomová práce se zaměřuje na edukační dimenzi domácího násilí, přičemž se opírá o perspektivu sociální pedagogiky. Ústředním bodem práce je růstová skupina, která je součástí podpůrných programů pro oběti domácího násilí v azylovém domě ACORUS, z. ú., na utajené adrese, který je určený ženám a jejich dětem.

Práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části je pozornost věnována charakteristice domácího násilí, příčinám setrvávání obětí ve vztazích s násilnou osobou, problematice sociálního vyloučení a možnostem pomoci obětem domácího násilí, s důrazem na roli neziskových organizací. Dále je představen pojem reintegrace v kontextu domácího násilí a popsáno sociální postavení žen po odchodu z násilného vztahu. Také je zde předložen koncept růstové skupiny, která slouží jako nástroj sociálně pedagogické podpory. Teoreticky je růstová skupina zakotvena v oblasti resocializační pedagogiky.

Praktická část se věnuje kvalitativnímu výzkumu růstové skupiny v azylovém domě. Poskytuje ucelený obraz o růstové skupině, její organizaci, popisu průběhu jednotlivých setkání a jejich cílech. Výzkum se také zaměřuje na zkoumání zkušeností žen, které se růstové skupiny účastnily, a na pochopení jejího významu. Data byla získána prostřednictvím zúčastněného pozorování, obsahové analýzy dokumentů a polostrukturovaných rozhovorů.

Závěr diplomové práce shrnuje klíčová zjištění z teoretické i praktické části. Výsledky výzkumu ukazují, že růstová skupina pomáhá klientkám zlepšovat sebevědomí, rozvíjet sociální dovednosti a připravit se na návrat z azylového domu do běžného života. Výzkum potvrdil resocializační funkci růstových skupin a jejich přínos při obnově osobnosti. V diskusní části jsou shrnuta omezení výzkumu a navrženy oblasti pro další zkoumání této problematiky.

Klíčová slova: domácí násilí, oběť domácího násilí, edukace, růstová skupina, osobnostní rozvoj, sociální pedagogika, azylový dům, prevence

Abstract

Domestic violence is a serious societal issue that requires a comprehensive approach both in terms of prevention and support for victims. This thesis focuses on the educational dimension of domestic violence, based on the perspective of social pedagogy. The central point of the work is the growth group, which is part of the support programs for victims of domestic violence at the ACORUS z.ú. shelter for women and their children located at a confidential address.

The thesis is divided into theoretical and practical parts. The theoretical part addresses the characteristics of domestic violence, the reasons why victims remain in relationships with abusive partners, the issue of social exclusion, and the possibilities of helping victims of domestic violence, with an emphasis on the role of non-profit organizations. Furthermore, the concept of reintegration in the context of domestic violence is introduced, and the social status of women after leaving an abusive relationship is described. The concept of the growth group is then presented, which serves as a tool for social-pedagogical support and is theoretically grounded within the field of resocialization pedagogy.

The practical part deals with qualitative research on the growth group in the shelter and provides a comprehensive picture of the group, its organization, the process of the growth sessions, and its goals. The research also examines the experiences of women who participated in the group and seeks to understand its significance. Data was collected through participant observation, content analysis of documents, and semi-structured interviews.

The conclusion summarizes the key findings from both the theoretical and practical parts. The research results show that the growth group helps participants improve self-esteem, develop social skills, and prepare for their return to normal life outside the shelter. The study confirmed the resocialization function of growth groups and their contribution to the rebuilding of participants' personalities. The discussion section outlines the limitations of the research and suggests areas for further investigation into this issue.

Keywords: domestic violence, victim of domestic violence, education, growth group, personal development, social pedagogy, shelter, prevention.

Obsah

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	13
1 DOMÁCÍ NÁSILÍ – JEV SUI GENERIS?.....	13
1.1 DEFINICE DOMÁCÍHO NÁSILÍ PODLE PRIMÁRNÍ OBĚTÍ	14
1.2 DEFINICE DOMÁCÍHO NÁSILÍ PODLE JEHO FOREM	14
1.2.1 <i>Symbolické násilí jako nová forma partnerského násilí</i>	15
1.3 DEFINICE DOMÁCÍHO NÁSILÍ PODLE ZNAKŮ.....	16
1.4 KRIMINOLOGICKÝ POHLED NA DOMÁCÍ NÁSILÍ.....	18
1.5 FEMINISTICKÝ POHLED NA DOMÁCÍ NÁSILÍ.....	19
1.6 INTERAKTIVNÍ PŘÍSTUP K DOMÁCÍMU NÁSILÍ.....	20
1.7 TYPOLOGIE DOMÁCÍHO NÁSILÍ PODLE MICHAELA P. JOHNSONA	21
1.7.1 <i>Intimní terorismus (těž nátlakové kontroloující násilí, patriarchální domácí násilí, charakterologické domácí násilí)</i>	21
1.7.2 <i>Násilný odpor či vzdor</i>	22
1.7.3 <i>Situační (běžné) párové násilí / konfliktní domácí násilí</i>	23
1.7.4 <i>Separační násilí</i>	23
2 PŘÍČINY SETRVÁVÁNÍ VE VZTAHU A BARIÉRY ODCHODU OBĚTÍ OD NÁSILNÉ OSOBY.....	25
2.1 INTERNÍ PŘÍČINY SETRVÁNÍ VE VZTAHU	25
2.1.1 <i>Syndrom týrané osoby</i>	25
2.1.2 <i>Změny v emocionálních reakcích</i>	26
2.1.3 <i>Změny v hodnocení vlastní osoby a ostatních lidí</i>	26
2.1.4 <i>Symptomy distresu a dysfunkcí psychických procesů</i>	26
2.1.5 <i>Cyklus domácího násilí</i>	27
2.1.6 <i>Fáze rozhodování oběti domácího násilí při odchodu z násilného vztahu</i>	29
2.2 EXTERNÍ PŘÍČINY SETRVÁVÁNÍ VE VZTAHU	31
3 ŽENY OHROŽENÉ SOCIÁLNÍM VYLOUČENÍM V KONTEXTU DOMÁCÍHO NÁSILÍ	33
3.1 SOCIÁLNÍ REINTEGRACE OBĚTÍ DOMÁCÍ NÁSILÍ	34
4 SYSTÉM POMOCI OBĚTEM DOMÁCÍHO NÁSILÍ.....	35
4.1 INTERDISCIPLINÁRNÍ SPOLUPRÁCE V PŘÍPADĚ DOMÁCÍHO NÁSILÍ.....	35
4.2 STÁTNÍ POMOC	36
4.2.1 <i>Policie České republiky</i>	37
4.2.2 <i>Institut vykazání</i>	37
4.2.3 <i>Intervenční centra</i>	37
4.2.4 <i>Zdravotnická zařízení</i>	38
4.2.5 <i>Soudy</i>	38
4.3 POMOC NEZISKOVÝCH ORGANIZACÍ	38

5 SPECIALIZOVANÉ SLUŽBY OBĚTEM DOMÁCÍHO NÁSILÍ ORGANIZACE ACORUS, Z. Ú.....	40
5.1 ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ.....	40
5.2 POSKYTOVÁNÍ PRÁVNÍCH INFORMACÍ	41
5.3 KRIZOVÁ POMOC DĚTEM	41
5.4 KRIZOVÁ POMOC	41
5.5 AZYLOVÝ DŮM NA UTAJENÉ ADRESE.....	42
5.6 POBYTOVÝ PROGRAM: KOMPLEXNÍ A ODBORNÁ POMOC V AZYLOVÉM DOMĚ.....	42
5.6.1 Sociálně-právní pomoc.....	43
5.6.2 Psychologická pomoc.....	44
5.6.3 Pedagogická pomoc	44
5.6.4 Sociálně pedagogická pomoc	45
6 SOCIÁLNĚ PEDAGOGICKÁ PRÁCE S OBĚŤMI DOMÁCÍHO NÁSILÍ	46
6.1 SOCIÁLNÍ PEDAGOGIKA	46
6.2 RESOCIALIZAČNÍ PEDAGOGIKA.....	49
6.3 PŘÍZPŮSOBNÉ EDUKACE A FORMA PŘEDÁVÁNÍ INFORMACÍ	53
II PRAKTICKÁ ČÁST	54
1 CÍLE A METODOLOGIE VÝZKUMU.....	54
1.1 VÝZKUMNÝ SOUBOR A ETICKÝ ASPEKT VÝZKUMU	57
2 ZÚČASTNĚNÉ POZOROVÁNÍ NA RŮSTOVÉ SKUPINĚ	58
2.1 STRUKTURA, PRŮBĚH A POPIS RŮSTOVÝCH SKUPIN	58
2.2 FUNKCIONÁLNÍ PŮSOBNÉ BĚHEM RŮSTOVÝCH SKUPIN	72
2.3 DOPORUČENÍ PRO PRAXI Z PEDAGOGICKÉHO POHLEDU	73
3 OBSAHOVÁ ANALÝZA INTERNÍCH MATERIÁLŮ K VEDENÍ RŮSTOVÉ SKUPINY	74
3.1 VÝSLEDKY OBSAHOVÉ ANALÝZY DOKUMENTŮ: NEJČASTĚJŠÍ TÉMATA A CÍLE RŮSTOVÉ SKUPINY	75
4 ROZHOVORY S KLIENTKAMI AZYLOVÉHO DOMU	77
4.1 HLAVNÍ A DÍLČÍ VÝZKUMNÉ OTÁZKY ROZHOVORŮ	77
4.2 INTERPRETATIVNÍ FENOMENOLOGICKÁ ANALÝZA	78
4.3 POSTUP ANALÝZY ROZHOVORŮ	79
5 VÝSLEDKY A INTERPRETACE ROZHOVORŮ S KLIENTKAMI AZYLOVÉHO DOMU	881
5.1 VÝSLEDKY A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ NA DÍLČÍ VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	81
5.1.1 DVO1	81
5.1.2 DVO2	88
5.1.3 DVO3	92
5.2 VÝZNAM RŮSTOVÉ SKUPINY PRO KLIENTKY – DALŠÍ ASPEKTY A TÉMATA.....	95
5.3 SPOLEČNÁ TÉMATA RESPONDENTEK	100
DISKUZE	103

ZÁVĚR	105
SEZNAM LITERATURY	115
PŘÍLOHY	125
PŘÍLOHA 1	125
PŘÍLOHA 2	127
PŘÍLOHA 3	128
PŘÍLOHA 4	133
PŘÍLOHA 5	134

ÚVOD

Domácí násilí je jev, který i přes početné diskuse a studie stále zahrnuje oblasti, jež zůstávají neprozkoumané a mohou přinést nové přístupy k efektivnímu řešení této problematiky. Tato diplomová práce se zaměřuje na edukační dimenzi domácího násilí a snaží se představit domácí násilí z perspektivy sociální pedagogiky. Centrem pozornosti diplomové práce je skupina osobnostního rozvoje, tzv. růstová skupina, která je součástí podpůrných programů pro oběti domácího násilí v azylovém domě ACORUS, z. ú., na utajené adrese, který je určený ženám a jejich dětem. Toto zařízení si neklade za cíl pouze poskytnout ochranu a bezpečí před násilnou osobou, ale také se zaměřuje na obnovu sebevědomí a posilování sociálních dovedností obětí domácího násilí. Diplomová práce přibližuje, jak může edukační proces přispět k reintegraci obětí domácího násilí do společnosti a tím také zabránit sociálnímu vyloučení žen, které se staly oběťmi tohoto násilí.

Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. První část práce je teoretická a obsahuje šest kapitol.

První kapitola Domácí násilí – jev *sui generis*? představuje domácí násilí podle toho, jak je toto v současnosti definováno, a to podle primárních obětí, podle forem a podle znaků. V definici nejsou opomenuty ani aktuální poznatky, které nám umožňují reflektovat některé aktuální změny v přístupu. Dále jsou v rámci této kapitoly představeny kriminologický a feministický pohled na domácí násilí s důrazem na rozdíly těchto přístupů. V rámci představení feministického přístupu je stručně zmíněna historie pojmu domácího násilí. Pozornost je dále věnována tzv. interakčnímu přístupu k domácímu násilí, který představuje pokus o pochopení domácího násilí v jeho rozmanitosti. Tato rozmanitost je podrobněji popsána v typologii domácího násilí podle Michaela P. Johnsona.

Druhá kapitola s názvem *Příčiny setrvávání ve vztahu a bariéry odchodu od násilné osoby* je rozdělena na popis vnitřních a vnějších příčin domácího násilí. Interní příčiny, které jsou zpravidla spojeny s psychickým profilem oběti, zahrnují syndrom týrané osoby a specifickou dynamiku domácího násilí, známou jako cyklus domácího násilí. V kapitole jsou také specifikovány fáze rozhodování obětí, které poskytují důležité informace odborníkům v pomáhajících profesích, aby mohli efektivněji intervenovat. Externí příčiny prezentují dopady domácího násilí na sociální postavení oběti. Zvláštní důraz je kladen na důsledky sociálního násilí, které často vede k sociální izolaci žen.

Třetí kapitola, nazvaná *Ženy ohrožené sociálním vyloučením v kontextu domácího násilí*, navazuje na problematiku sociálního postavení žen v důsledku domácího násilí a popisuje rizika, kterým ženy čelí, včetně rizika sociálního vyloučení. Podkapitola o reintegraci obětí domácího násilí se zaměřuje na pojem reintegrace jako na proces začlenění osob ohrožených domácím násilím zpět do společnosti.

Čtvrtá kapitola je věnována možnostem řešení tíživé situace v kontextu celého systému pomoci obětem domácího násilí v České republice. Důraz je kladen na interdisciplinární práci organizací a institucí. Pomoc, na kterou se mohou oběti domácího násilí spoléhat, je pro přehlednost rozdělena na státní a nestátní. Kapitola končí popisem významu práce neziskových organizací v oblasti problematiky domácího násilí.

Pátá kapitola představuje možnosti práce s oběťmi domácího násilí v neziskových organizacích. Jako příklad slouží organizace ACORUS, z. ú., s mnohaletými zkušenostmi, v níž autorka diplomové práce působí. V kapitole jsou popsány služby této neziskové organizace, včetně tzv. pobytového programu, jehož součástí je růstová skupina, již autorka zařazuje do oblasti sociálně pedagogické pomoci.

Poslední kapitola teoretické části *Sociálně pedagogická práce s oběťmi domácího násilí* pojednává o tom, jakými disciplínami lze nahlížet na růstovou skupinu (sociální pedagogika, sociální práce a pedagogika). Edukace obětí domácího násilí prostřednictvím růstových skupin je chápána jako účinný nástroj resocializace klientek azylového domu. Pozornost je zaměřena na popis argumentů, které vedou k zařazení růstové skupiny do oblasti resocializační pedagogiky. Dále tato kapitola pojednává o resocializaci obětí domácího násilí v kontextu specifických opatření fungování azylového domu. V závěru kapitoly jsou představeny možnosti, jak lze edukaci přizpůsobit specifickým potřebám obětí domácího násilí.

Druhá, praktická část diplomové práce je rozdělena do pěti kapitol.

První kapitola praktické části je věnována cílům kvalitativního výzkumu a jeho metodologii. Kvalitativní výzkum je představen ze dvou perspektiv: z praktického hlediska a pohledem klientek na růstovou skupinu. Kvalitativní výzkum je proveden pomocí triangulace metod, přičemž ve výzkumu jsou aplikovány metody, jako je zúčastněné pozorování, obsahová analýza dokumentů a rozhovory s klientkami. Polostrukturované rozhovory s klientkami azylového domu představují perspektivu shrnující zkušenosti klientek. V této kapitole je rovněž popsán výzkumný soubor a je zde také věnována pozornost etickým aspektům výzkumu.

Druhá kapitola se zabývá zúčastněným pozorováním růstových skupin. Pomocí zúčastněného pozorování je zmapována struktura a průběh růstových skupin. Přehledná tabulka představuje podrobný popis jednotlivých setkání zaznamenaných během zúčastněného pozorování, jsou

v ní znázorněna témata, edukační cíle, použité techniky a pomůcky, průběh aktivit, výstupy a pedagogická doporučení k vedení růstových skupin. Na tabulku navazují další podrobnější doporučení pro vedení růstových skupin z pedagogického pohledu.

Třetí kapitola je věnována obsahové analýze materiálů k vedení růstových skupin, které byly výzkumníci poskytnuty z archivu ředitelkou azylového domu. Pomocí této metody byla identifikována témata, která v dokumentech nejvíce převažují. Na základě identifikovaných témat byly rovněž formulovány konkrétní cíle růstových skupin. Výstupem této části se stal seznam aktivit a cvičení pro růstové skupiny rozdělený podle kategorií. Tyto kategorie jsou rozčleněny podle oblastí, které se v růstové skupině učí nejčastěji: sebepoznání, sebevědomí a sebedůvěra, životní plány, změny a hodnoty, emoční inteligence a zvládání emocí, sociální inteligence a sociální dovednosti, rodina a vztahy, manipulace a obrana proti ní, domácí násilí, osobnost a její struktura, naplňování potřeb, stres a zvládání tlaku.

Čtvrtá kapitola je věnována polostrukturovaným rozhovorům s klientkami azylového domu. Následně jsou uvedeny hlavní a dílčí výzkumné otázky pro rozhovory, přičemž hlavní otázka zní: Jaký význam měla pro ženy účast na růstové skupině azylového domu? Další podkapitola se zaměřuje na interpretativní fenomenologickou analýzu, konkrétně na teorii a metodologii této metody. Navazující část se věnuje popisu konkrétního postupu aplikovaného v této práci, který byl realizován na základě zásad interpretativní fenomenologické analýzy.

Pátá kapitola diplomové práce představuje výsledky rozhovorů s klientkami azylového domu a jejich interpretaci. Kapitola je rozdělena do několika částí. Nejprve se věnuje dílčím výzkumným otázkám, které byly formulovány v návaznosti na hlavní výzkumnou otázku. Tyto otázky umožnily podrobnější analýzu témat, která se objevila v rozhovorech. Následující část kapitoly se zaměřuje na význam růstové skupiny pro klientky a zabývá se dalšími tématy, která během rozhovorů spontánně vyvstala a která obohacují celkový pohled na zkušenosti žen s růstovou skupinou. Závěrečná část kapitoly se věnuje společným tématům, jež byla identifikována napříč rozhovory. Tato témata reflektují sdílené zkušenosti a postoje klientek a poskytují komplexní odpovědi na stanovené výzkumné otázky.

V diskusní části výzkumu jsou zmíněna omezení, která ovlivnila výsledky studie, a také návrhy a doporučení pro zlepšení výzkumu v oblasti edukace obětí domácího násilí.

Závěr diplomové práce je věnován shrnutí celé práce, tedy jak teoretické, tak praktické části. Výzkum ukázal, že růstové skupiny pomáhají posílit sebevědomí klientek, rozvíjet jejich dovednosti pro navazování a udržování zdravých vztahů a předcházet návratu do vztahu násilného.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 Domácí násilí – jev sui generis?

Domácí násilí je „diverzifikovaný, širokospektrální, mnohovýrobní jev, který může nabývat různé skutkové podoby i různé stupně intenzity, a to v různých kombinacích“ (Čírtková, 2006, s. 61). Specifičnost a unikátnost dělá podle Machalové (2014) z domácího násilí jev *sui generis*, a ztěžuje jeho zkoumání. To, že domácí násilí je komplexní a komplikovaný jev, potvrzuje i skutečnost, že podle *Akčního plánu prevence domácího násilí a genderově podmíněného násilí na léta 2023–2026*¹ je k řešení domácího násilí přizváno až osm různých ministerstev: Ministerstvo práce a sociálních věcí, Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, Ministerstvo zahraničních věcí, Ministerstvo spravedlnosti, Ministerstvo zdravotnictví, Ministerstvo pro místní rozvoj, Ministerstvo průmyslu a obchodu a Ministerstvo kultury. Počet těchto vládních úřadů svědčí o tom, že je důležité k této problematice přistupovat z různých perspektiv a zahrnovat různé faktory a aspekty: právní, psychologické, zdravotní, sociální, ekonomické nebo vzdělávací.

Multidisciplinární charakter tohoto patologického jevu vytváří i různorodost přístupů ze strany odborníků a jednotlivých resortů, které denně jsou (nebo potenciálně mohou být) v kontaktu s domácím násilím: Policie České republiky, poskytovatelé sociálních služeb, státní zastupitelství, Orgán sociálně-právní ochrany dětí, soudy, školská zařízení a podobně (Akční plán, 2026). Odlišný přístup jednotlivých organizací přitom řešení domácího násilí komplikuje. Domácím násilím „se rozumí veškeré akty fyzického, sexuálního, psychického, ekonomického či dalších forem násilí, k němuž dochází v rodině nebo v domácnosti anebo mezi bývalými či stávajícími manžely, partnery či osobami blízkými. Domácí násilí se dále vyznačuje opakováním, dlouhodobostí, cyklickým charakterem a postupnou eskalací. Role osoby ohrožené a páchající násilí jsou zpravidla jasně odděleny. Toto násilí probíhá na blízkých osobách a je specifické svou nevěřejností“ (ACORUS, 2022).

Tuto definici domácího násilí najdeme na stránkách organizace ACORUS, z. ú., která poskytuje pomoc obětem domácího násilí v České republice. V této definici jsou zahrnuty pohledy, dle kterých je možné domácí násilí rozdělit:

- a) *podle forem,*
- b) *znaků,*
- c) *podle primární oběti.*

¹ Jeden z nejdůležitějších právních dokumentů, který se zabývá problematikou domácího násilí a genderově podmíněným násilím v České republice.

1.1 Definice domácího násilí podle primární oběti

Podle Čírtkové (2006) odborná literatura definuje domácí násilí zpravidla z pohledu primární oběti, tj. osoby, která je terčem týrání, jako *partnerské násilí* (bez ohledu na pohlaví) a násilí, které překračuje hranice partnerského násilí, tj. *násilí v rodině* nebo *domácí násilí* (to v nejširším pojetí znamená, že se obětí může stát kdokoli v rodině). Pod tuto širokou definici spadá také syndrom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte, násilí páchané na seniorech a další varianty transgeneračního násilí. Toto nejširší pojetí domácího násilí se prosazuje v právních kriminologických definicích a celkově v České republice.

V zahraniční literatuře se pojmy *partnerské* a *domácí násilí* buď často zaměňují, nebo se domácím násilím rozumí spíše násilí partnerské, protože ve svých začátcích bylo tematizováno právě jako genderově podmíněné násilí na ženách (Čírtková, 2006). Definici domácího násilí, která odpovídá popisu partnerského násilí, najdeme v nejvíce propracovaném mezinárodním dokumentu na toto téma, v *Úmluvě Rady Evropy o prevenci a potírání násilí vůči ženám a domácího násilí* (2011, s. 5): „Domácím násilím' se rozumí veškeré akty fyzického, sexuálního, psychického či ekonomického násilí, k němuž dochází v rodině nebo v domácnosti anebo mezi bývalými či stávajícími manžely či partnery, bez ohledu na to, zda pachatel sdílí nebo sdílel společnou domácnost s obětí“.

V této práci bude dále používána definice domácího násilí jakožto partnerského násilí, tj. domácím násilím se bude rozumět partnerské násilí, a to ze dvou důvodů. Zaprvé – *Akčního plánu prevence domácího násilí a genderově podmíněného násilí na léta 2023–2026* je nejčastější formou domácího násilí páchané na ženách (tedy na *partnerkách*). Zadruhé – výzkumný vzorek v empirické části představují ženy jako oběti domácího násilí.

1.2 Definice domácího násilí podle jeho forem

V definicích domácího násilí je patrné, že se definuje na základě formy. To se však v současné době jeví jako problematické, protože taková definice nezachycuje všechny podoby násilí či jeho „tváře“ (Machalová, 2014, s. 35). Na druhou stranu jsou tyto definice praktické ve chvíli, kdy se domácí násilí identifikuje či vyhodnocuje například pro účely Policie České republiky nebo jako dotazník pro vyhodnocení cílové skupiny v sociálních zařízeních a poradnách.

Definování domácího násilí na základě jeho forem znamená, že se různorodé jednotlivé akty násilného chování (např. ponižování, výhrůžky, strkání, kopání, vynucování sexuálního styku apod.) rozděluje do širších kategorií, které jsou zpravidla tři:

- 1) fyzické,

- 2) psychické,
- 3) sexuální.

Tyto kategorie reprezentují způsoby narušení integrity osobnosti.

Dále mluvíme o sociálním a ekonomickém násilí, které reprezentuje oblasti života, jež může začít kontrolovat pachatel tohoto násilí. Bednářová a kol. (2003) uvádějí násilí emocionální² jako poddruh psychického násilí. Buriánek a Podaná (2023) popisují i novější formu domácího násilí, takzvané násilí symbolické. Strílková a Fryšták (2009) uvádějí jako další formu násilí „zneužívání ‚práv‘ muže“, která reprezentuje názor, že domácí násilí vychází ze sociálně kulturního předsudku o nadřazenosti muže nad ženou.

1.2.1 Symbolické násilí jako nová forma partnerského násilí

Buriánek a Podaná (2023) na základě výsledků rozsáhlého výzkumného projektu *Partnerské násilí: diferenciace jeho podmínek, měření a hodnocení (2018–2021)* popisují novou formu partnerského násilí – násilí symbolické. Autoři tvrdí, že partnerské násilí má metaforickou, skrytou a symbolickou povahu.

Symbolické násilí popisují jako „jemné, sotva viditelné, všudypřítomné násilí, které je vykonáváno prostřednictvím myšlení a zkresleného vnímání, poznání a sentimentu a často páchané se souhlasem, nebo dokonce spolupachatelstvím ovládaného“ (Buriánek a Podaná, 2023, s. 86). Symbolické domácí násilí je situace kdy: „Ženy svou roli určenou jim genderovým řádem přijímají a aktivně participují na své podřízenosti. Neděje se tak ale kvůli tomu, že by k tomuto dospěly z vlastního rozhodnutí, ale proto, že žijí v rámci hierarchického patriarchálního řádu, který nadřazuje hegemonní maskulinitu, který na nich uplatňuje moc a jim je předem omezena možnost vidět věci jinak“ (Šmausová, 2002 in Gabrielová, 2017, s. 50–51). Autoři vycházejí z teorie Pierra Bourdieua z roku 2000 o symbolickém násilí tematizovaném v sociologické studii *Nadvláda mužů*.

Buriánek a Podaná (2023) vidí symbolické násilí jako prostředek rekonstrukce partnerského uspořádání, kde si pachatel a oběť vyměňují role. Možnost výměny rolí vyplývá z charakteru nejčastější formy násilí – násilí psychické. Podle závěrů výzkumu Buriánka a Podané (2023) psychické násilí páchají jak muži, tak ženy ve stejné míře, jde tedy o genderovou symetrii³. Symbolická povaha domácího násilí se projevuje například jako vyžadování bezpodmínečné názorové poddajnosti oběti. Symbolické násilí prostupuje všemi základními formami násilí,

² Jedná se o násilí vůči tomu, k čemu má oběť citový vztah – tj. osoby, zvířata a věci. Pachatel vyhrožuje jejich odejmutím, likvidací, zničením apod. (Bednářová a kol., 2003)

³ Výjimkou je oblast sexuálního násilí, kde se ženy častěji stávají jednostrannou obětí. (Buriánek a Podaná 2023)

například symbolický aspekt násilí mají některé projevy psychického násilí (vyhrožování zabitím, sebevraždou, rozvodem), kde nejde o naplnění výhrůžek, ale o snahu získat moc a kontrolu. Jak potvrzují zmiňovaní autoři, psychické násilí má stejné, ne-li horší následky než fyzické.

Symbolické násilí vidí výzkumníci i v širším kontextu jako nástroj reprodukce strukturní nerovnosti žen vůči mužům, přičemž formální přiznání rovnoprávnosti nestačí a ani nepomáhá, jelikož ovládané prvky jsou omezeny na schopnost vnímat alternativní možnosti (Buriánek a Podaná, 2023). Tuto myšlenku potvrzuje Linková (in Pikálková, 2004), která tvrdí, že se ženy podřizují z vlastního přesvědčení, neboť věří, že násilí do vztahu patří, a buď se snaží o změnu svého chování (minimalizace možnosti konfliktů a násilného chování), nebo násilí odmítají řešit. To z pohledu autorky práce vypovídá pouze o úspěšné internalizaci určitého modelu ženské genderové role.

1.3 Definice domácího násilí podle znaků

Ludmila Čírtková (2020), česká forenzní psycholožka a jedna z nejznámějších odbornic na domácí násilí u nás, za definiční znaky partnerského násilí považuje:

- opakování a dlouhodobost,
- eskalaci násilí (stupňování od psychického k fyzickému),
- nezpochybnitelné rozdělení rolí na pachatele o oběť,
- a neveřejnost jevu (probíhá v soukromí).

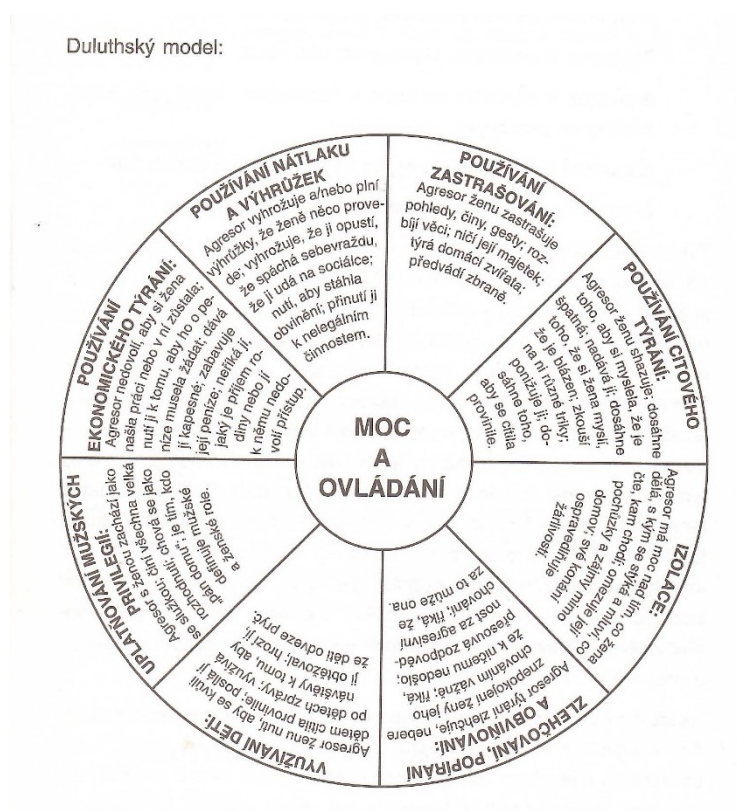
Podle Machalové (2014) je problémem takové definice skutečnost, že odborníci na domácí násilí považují za zásadní jiný znak či jejich kombinaci. Takovým způsobem se četnost podstatných znaků rozšiřuje, a definice má velmi omezenou použitelnost.

Například Čírtková, Žukov a Ptáček (2010, srov. také Zdravotní ústav, 2024) považují stupňování násilí za rizikový faktor, nikoliv za definiční znak. Jako klíčový rys uvádějí opakování incidentů v podobě typického cyklu domácího násilí. Státní zdravotní ústav (©2024) také na svých stránkách uvádí „střídání období násilí a relativního klidu“ jako znak domácího násilí. Čírtková, Žukov a Ptáček (2010) tvrdí, že pro identifikaci domácího násilí je důležitá přítomnost všech zmíněných znaků současně.

Jiří Sedlák (2012) jako další znak popisuje absenci společenské kontroly s následným pokračováním násilí i po odchodu oběti ze společné domácnosti. Špatenková a Ševčík (2011) jako definiční znak uvádějí moc a kontrolu v podobě manipulace, direktivity, dominance. Tvrdí,

že nejde tolik o fyzickou nadvládu pachatele, ale o to, že násilná osoba využívá moc v jejích různých podobách – a to jak moc fyzickou, tak i psychickou či rodičovskou.

Conwayová (2007) pomocí tzv. Duluthského modelu moci a kontroly znázorňuje různorodé možnosti použití forem násilí – od fyzického násilí až po manipulaci skrz děti. Toto schéma je používáno v organizaci *Women's Aid* a ukazuje, že se formy násilí a jejich konkrétní projevy vzájemně prolínají, posilují a doplňují. Cílem a výsledkem násilí je moc a kontrola.



Obr. 1: Duluthský model kontroly a moci (Conway, 2007, s. 16)

Buriánek a Podaná (2023) vidí problém v tom, že zmíněné znaky společně s dalšími vedou k vysoké předpokládané latenci tohoto jevu, a policie (a jiné orgány trestní justice) se proto dozví pouze o nepatrném množství případů. Jako matoucí se jeví například znak nepochybného rozdělení na role oběti a pachatele. I oběť se může projevovat vůči pachateli násilně, například v případě sebeobrany nebo v podobě zoufalého boje proti bezmoci, kdy se snaží vybojovat „kousek své moci“ (Špatenková a Ševčík, 2011, s. 40). Psycholožka Veronika Stočesová dodává, že „postupem času se ale zjišťuje, že k tomu, abychom situaci nazvali domácím násilím, nemusí být nutně splněny popsány znaky. Mluví se už o vzájemném domácím násilí a o tom, že striktní rozdělení rolí může být zavádějící“ (Stočesová, 2021, s. 9).

Podle řady autorek (Chaloupková, 2022; Vargová, 2023; Voňková, 2008) tradiční definice domácího násilí podle jeho forem a znaků není již v současné době vypovídající. Praktické zkušenosti poukazují na to, že „definice, které se pokoušejí o spojení všech znaků a forem, nemohou dost dobře plnit poznávací a interpretační funkci“ (Machalová, 2014, s. 42). Proto je také jedním z cílů již zmíněného Akčního plánu (...) 2023–2026 (s. 75) „sjednocení přístupu k obětem domácího násilí ze strany pomáhajících profesí prostřednictvím zavedení jednotné definice domácího násilí“. Podle iniciativy *Pod svícnem* je třeba zavést jednotnou definici domácího násilí s ohledem na její právní účinnost tak, aby ji respektoval celý systém od policie až po soudy (Fejtová, 2024).

Ředitelka centra pro ženy ROSA, nejednoznačné definice domácího násilí vidí jako problém, který značně komplikuje péči o oběť: „Je velmi složité – až nemožné – poskytovat obětem domácího násilí včasnou a účinnou pomoc, pokud je systém pomoci nejednotný a pokud policie, orgány sociálně-právní ochrany dětí a další pomáhající profese chápou a definují domácí násilí různě“ (Marvánová-Vargová, 2024). Neziskové organizace, které pomáhají obětem, definují domácí násilí jako zneužití kontroly a moci mužů nad ženami (například ACORUS, z. ú., centrum ROSA), tedy pojímají domácí násilí z feministického pohledu (Machalová, 2014; Chaloupková, 2022) a názorově se takto velmi liší od trestněprávních definic, které genderový aspekt nezohledňují.

1.4 Kriminologický pohled na domácí násilí

Kriminologie zkoumá domácí násilí bez ohledu na pohlaví pachatele či oběti. Německý kriminolog M. Bock (in Čírtková, 2020) tvrdí, že se ženy dopouštějí násilí ve vztazích ve stejné míře jako muži. Některé studie uvádějí dokonce větší rozsah násilí páchaného ženami (Archer, 2000, 2002; Kimmel, 2002, in Buriánek a Podaná, 2023). Kriminologický pohled podporují také viktimologové, kteří tvrdí, že *syndrom týraného partnera* dopadá stejným způsobem na ženy i muže (Čírtková, 2002). Právní zakotvení získalo domácí násilí v České republice teprve: v roce 2004 vstoupil v účinnost § 215a, o týrání osoby žijící ve společném bytě nebo obydlí. Zákon č. 135/2006 Sb. zakotvil nové oprávnění PČR v podobě institutu vykázání a tímto zásadně změnil přístup i možnosti řešení případů domácího násilí. Trestní zákoník pojem domácí násilí nicméně nedefinuje nebo jej nedefinuje tak, jak ho definují organizace pracující s oběťmi domácího násilí. V kriminologické definici, která pojímá domácí násilí v jeho nejširším smyslu a zahrnuje všechny členy domácnosti (Vargová, Pokorná, Toufarová, 2008), jde v první řadě o naplnění skutkové podstaty dle ust. § 199 odst. některého z trestných činů týrání osoby žijící ve společném obydlí.

Mimořádnost domácího násilí přitom plyne z páchání násilí, které musí být definováno jako týrání blízké osoby ve společném obydlí. PČR a soudní systém pohlíží na domácí násilí nikoliv z pohledu toho, kdo a s jakými následky se násilí dopouští, ale jestli je zjevné násilí natolik závažné, aby mohlo být pojmenováno jako týrání, a to za určitých okolností (za současné přítomnosti všech definičních znaků domácího násilí). Nicméně pro odborníky, kteří řeší domácí násilí v rámci sociálních služeb, „neexistuje žádná hladina zneužívání, která by mohla být nahlížena jako nevýznamná a akceptovatelná“ (Shipwey, 2004, in Čírtková, 2006). Policie k rozpoznávání domácího násilí využívá tzv. kanadskou metodiku SARA (Matoušek, 2015), která zahrnuje otázky týkající se jak znaků, tak forem domácího násilí.

1.5 Feministický pohled na domácí násilí

Podle feministického pohledu, na rozdíl od pohledu kriminologického, není domácí násilí genderově neutrálním jevem. Feministické pojetí definuje domácí násilí jako partnerské násilí, a navíc pojímá domácí násilí v jeho nejuzší podobě jako genderově podmíněné násilí páchané na ženách.⁴ Domácí násilí z feministického pohledu, na rozdíl od toho kriminologického, pojímá násilí „šířeji, kdy oběť není jen fyzicky či psychicky zraňována a poškozována, ale jsou jí upírána její základní práva“ (Machalová, 2014, s. 40). Domácí násilí a jeho vysoká míra latence je výsledek nerovnováhy sil mezi muži a ženami a jako takové je zakotveno v hluboké historii lidstva (Vargová, 2008). Podle Toufarové (in Čírtková, Pokorná, Toufarová, 2008) muži pomocí kontroly a svého dominantního postavení udržují patriarchální hodnotové stereotypy a mají potřebu demonstrace své síly, přičemž zdaleka ne vždy k tomu potřebují využití síly fyzické.

Podle Schröttle (2010, in Čírtková, 2020) genderově podmíněné domácí násilí probíhá ve formě závažného dlouhodobého týrání. Jde o pachatele dvojí tváře, kdy se muž za zavřenými dveřmi chová jako tyran, a navenek se prezentuje jako úspěšný vážený člověk a milující otec. Od partnerky vyžaduje naprostou poslušnost a očekává plnění tradičních rolí hospodyňky a manželky.

Zároveň přesně takto bylo domácí násilí nejprve chápáno – jako chronické, stupňující se fyzické, psychické a eventuálně i sexuální násilí muže vůči partnerce. Samotný pojem *domácí*

⁴ Násilí páchané na ženách zahrnuje velkou škálu projevů od násilné sterilizace do nucené prostituce. Je nutné zdůraznit, že „historii násilí na ženách není snadné z vědecké literatury rekonstruovat. Různé formy násilí – znásilnění, sexuální obtěžování, domácí násilí – byly po celou dobu v důsledku společenských norem, stigmatizace a také proto, že je násilí považováno za tabu a citlivé téma, hlášeny zřídka“ (Ticu, 2020, s. 36, překlad Steinerová).

násilí pochází z USA z přelomu 70. a 80. let dvacátého století a do zájmu veřejnosti a odborníků se dostal právě díky aktivitám ženských feministických spolků.

V roce 1977 Francine Hughesová po třinácti letech krutého týrání upálila svého manžela v posteli. Chování Hughesové bylo americkým soudem posouzeno nikoliv jako úmyslné napadení, ale jako reakce na kumulované týrání ze strany jejího manžela (Čírtková, 2020). „Právě jejich příběhy formovaly první vědecké představy o domácím násilí. To bylo dobově definováno jako chronické a stupňující se fyzické, psychické a eventuálně sexuální násilí muže vůči partnerce. Závažnost (v intenzitě a četnosti) útoků a s tím spojené následky sloužily jako argumenty pro kriminalizaci domácího násilí“ (Čírtková, 2021, s. 1). Lenore Edna Walkerová, která téma domácího násilí pro společnost otevřela, založila Institut domácího násilí (Čírtková, in Matoušek, 2013) a zavedla termín *syndrom týrané ženy*, jež popsala ve své knize z roku 1979 se stejným názvem.

Další rychle vznikající organizace se podílely na rozšíření zájmu o domácí násilí. Snažily se o osvětu a o potírání mýtů spojených s domácím násilím. Posléze došlo i ke změně legislativy a domácí násilí bylo kriminalizováno (Buriánek, 2023; Čírtková, 2020). Téma domácího násilí dále získávalo na popularitě také u dalších odborníků a další mnohočetné výzkumy ukázaly, že domácí násilí nepředstavuje jen závažnou formu v podobě chronického týrání s často se vyskytujícím fyzickým násilím (jak ho doposud popisuje kriminologická definice), ale má i jiné, diferencovanější formy (Čírtková, 2020).

1.6 Interaktivní přístup k domácímu násilí

Dnešní způsob zkoumání domácího násilí Čírtková (2020) přirovnává k pořízení momentálního snímku. Takový obraz párového soužití má statický charakter, kde chybějí zásadní informace o tom, jak domácí násilí v páru vzniklo a jakými podobami ve svém vývoji prošlo (Čírtková, 2020). „Domácí násilí představuji živé příběhy, které se v čase různě vyvíjejí. Mohou se tudíž přelévat z jedné podoby do druhé“ (Čírtková, 2021, s. 7).

Podle Čírtkové (©2021, s. 11) se zachycení párového soužití jako „živého příběhu“ s ohledem na kontext a interakce obou partnerů nazývá *kalendář IPV: Intimate Partner Violence*, v překladu tedy „kalendář partnerského násilí“. IPV je oficiální mezinárodní zkratkou pro domácí násilí (Honzák, 2017). Deborah Capaldiová a Hyoun Kim tvrdí, že „pro pochopení etiologie a průběhu IPV je třeba zásadním způsobem rafinovat přístupy k domácímu násilí“ (Capaldi a Kim, 2007, in: Čírtková, 2020, s. 30). Pomocí kalendáře partnerského násilí se uplatňuje tzv. interaktivní přístup, který mapuje a analyzuje vývoj vztahu „od fáze dvoření a namlouvání přes konstruování a etablování vztahu až po jeho rutinizaci či eventuální

dekonstrukci“ (Čírtková, 2020, s. 31). Interaktivní přístup akcentuje význam chování obou partnerů na vzniku násilných incidentů, reflektuje prostupnost a reverznost role násilné a ohrožené osoby (Čírtková, 2020). Dle Čírtkové (ibid) je hlavním cílem interaktivního přístupu nalezení vhodných strategií intervencí, ať jde o úřední represivní opatření, nebo o preventivní kroky.

Kalendář také pomáhá určit, jaký typ násilí se v dané situaci vyskytuje. Typologií domácího násilí se následně může řídit policejní systém při výběru opatření. Typologie domácího násilí ale může být užitečná i v jiných zařízeních s vysokým potenciálem zachycení domácího násilí, jako jsou orgány sociálně-právní ochrany dětí, školská či zdravotnická zařízení, vztahové a manželské poradny. Pomocí typologie budou pracovníci schopni včas nabídnout správnou formu pomoci. Například pracovníci manželských či vztahových poraden mohou doporučit specializovanou službu pro oběti domácího násilí, pokud zaregistrují, že situace ve vztahu vybočuje z popisu konfliktního soužití.

1.7 Typologie domácího násilí podle Michaela P. Johnsona

Michael P. Johnson (2008, in Čírtková, 2020) považuje za základní princip diferenciací násilí skutečnost, jestli probíhající násilí mezi partnery má předmět konfliktu (sporu), či jde o získání kontroly nad partnerem. Mohli bychom si to představit v podobě osy *kontrola–konflikt*, kde na straně *kontrola* bychom měli tu nejtěžší variantu domácího násilí v podobě týrání a zneužívání (též patriarchální domácí násilí). Charakteristický je jasný asymetrický vztah, kde se násilná osoba snaží dostat partnera do nedůstojné, podřadné a bezmocné pozice. Násilí probíhá jako jednosměrné, záměrné, systematické a dehonestující jednání. Na druhé straně osy by se nacházelo situační domácí násilí (též *konfliktní* domácí násilí). Konfliktní domácí násilí je navázáno na konkrétní vyhocený moment. Násilí je reakcí jednoho z partnerů s cílem prosadit svůj názor a zájem. Takové násilí má reciproční podstatu.

Nicméně podle dichotomie *kontrola–konflikt* nelze jasně přiřadit různorodé domácí násilí k jednomu z protipólů. Více podob je představeno v typologii podle M. P. Johnsona a Joan Kelly (2008, in Čírtková, 2020, s. 36–63).

1.7.1 Intimní terorismus (též nátlakové kontrolující násilí, patriarchální domácí násilí, charakterologické domácí násilí)

Typ domácího násilí *intimní terorismus* představuje jeho původní význam a odpovídá jeho základním „klasickým“ vzorcům. Trestní právo takové násilí popisuje jako „zlé nakládání s osobou blízkou nebo jinou osobou žijící s pachatelem ve společném obydlí, vyznačující se

vyšším stupněm hrubosti a bezcitnosti, jakož i určitou trvalostí, přičemž dosahuje takové intenzity, aby bylo způsobilé vyvolat stav, která týraná osoba pocítuje jako těžké příkoří“ (Čírtková, 2020, s. 36)

V intimním terorismu jednoznačně dominuje tyran, který používá psychického, fyzického, sexuálního násilí a jejich různých kombinací (Buriánek a Podaná, 2023). Intenzita a frekvence násilných incidentů má tendenci eskalovat, násilí je jasně jednostranné. Oběť nemá šanci se podílet na formování vztahu, nezáleží, jestli se jedná o jeho pokračování nebo ukončování. Také je značně omezená v možnosti s partnerem vyjednávat, případně tuto možnost vůbec nemá. Násilná osoba totiž tyto pokusy v různé intenzitě potlačuje, v nejhorším případě za snahu o vyjednávání týraného partnera trestá šikanováním a terorizováním (Čírtková, 2020). Vznikající incidenty násilí neslouží k tomu, aby vyřešily nějaký problém. Tyranovi jde o to, aby uplatnil moc a kontrolu. „Obvykle jde o maličkosti, bagatelní momenty všedního dne nebo o okolnosti, které se vymykají kontrole oběti. V konkrétním případě byla manželka napadená kvůli plísňovému celeru v ledničce, ačkoliv se právě vrátila po 14denním pobytu v nemocnici, a manžel tedy hospodařil doma sám“ (Čírtková, 2020, s. 39).

Intimní terorizování můžeme rozdělit na dva podtypy (Čírtková, 2021). Jedná se o tzv. *dysforické domácí násilí a psychické partnerské týrání*. Oba tyto vzorce intimního terorismu se vyznačují nižším nebo zcela výjimečným výskytem fyzického násilí a použitím permanentního nátlaku a kontroly partnera/ky. Kontrolující osobě stačí dvě nebo tři „ukázky“ fyzického násilí, například na začátku vztahu, aby získala nad obětí moc. Potom uplatňuje už „jen“ psychické násilí. „Pro posuzovatele zvnějšku se pak chování oběti jeví jako kontralogické i kontraintuitivní, a právě viktimologické expertízy mají soudům vysvětlit, proč se oběť nechá tak zesměšňovat a šikanovat, když není vystavena fyzickým útokům“ (Čírtková, 2021, s. 10).

1.7.2 Násilný odpor či vzdor

Násilný odpor je typ domácího násilí, kde se jeden z partnerů (obvykle žena) stává sekundárním agresorem (Čírtková, 2020). Jedná se o sebeobrannou reakci „na pocit hlubokého emocionálního poranění v důsledku obav a strachu o sebe a děti anebo jako odplata za „špičky“ v psychickém deptání“ (Čírtková, 2020, s. 46). Je to snaha o zabránění dalším útokům (Buriánek a Podaná, 2023).

Násilný odpor v domácím násilí podle Čírtkové (2020) představuje největší posun od prvotních přesvědčení L. E. Walkerové. Psycholožka totiž tzv. *naučenou bezmoc* považovala za klíčový atribut týraných žen. Takovým způsobem se zformoval stereotypní obraz ženy, „typické oběti“, která není schopna násilí opětovat. Ženy, které se do tohoto klišé nehodily, se sotva domohly

pomoci, protože je policie nevnímala jako oběti domácího násilí – tento typ násilí se automaticky považoval za „italskou domácnost“. U soudu pak násilná osoba může takovou obrannou reakci použít k obhajobě svého krutého jednání: argumentuje tím, že ho partnerka rovněž napadala, a tímto svoje násilné kroky bagatelizuje (Čírtková, 2020).

1.7.3 Situační (běžné) párové násilí / konfliktní domácí násilí

V běžné řeči se tomuto typu domácího násilí říká *italská domácnost*. Představuje nejčastější formu domácího násilí (Čírtková, 2020). Tento typ je přítomen v 80 % výskytů násilí a je rovnoměrně rozložen mezi muže a ženy (56 % muži, 46 % ženy) (Buriánek a Podaná, 2023). Partneri si můžou role oběti a agresora střídát. Čírtková (2020) uvádí, že v kontextu řešení konfliktní situace jeden z partnerů v afektu reaguje na vypjatou situaci násilím.

Jde o repetitivní problém s agresivitou u jednoho nebo obou partnerů. Čírtková (©2021) jako příčinu dynamiky takového vztahu uvádí emocionální závislost partnerů – jedná se o emocionálně frustrovaného muže či ženu s odmítavým stylem vazby. Na neuspokojení svých potřeb muž reaguje agresí. U ženy vede taková partnerova reakce k jeho pravidelnému odmítání v podobě vyhýbání se blízkosti a ztráty náklonnosti. Agrese je dysfunkčním pokusem muže upevnit či ovlivnit partnerské soužití (Čírtková, 2021). Útoky podle Buriánka a Podané (2023) zpravidla nemají závažný charakter, ale časem může dojít i k týrání. Příznačná jsou dlouhá období klidové fáze. Hlavní znaky domácího násilí jako naučená bezmoc, jasný asymetrický vztah a cyklus domácího násilí se vytrácejí, a tento vzorec se tak zcela odlišuje od ostatních druhů domácího násilí. Nicméně je nutné předpokládat, že konfliktní soužití může přerůst do stadia intimního teroru – není žádoucí takový typ soužití podceňovat.

1.7.4 Separační násilí

Jedná se o násilí, které se mezi partnery odehrává po separaci nebo během ní (období rozchodu či rozvodu). Rozhořčený expartner se záměrně snaží o poškození kvality života druhého tím, že realizuje nepříjemné jednání nebo jeho realizováním vyhrožuje. Týraná strana tak nedělá nic jiného, než řeší následky těchto překvapení (například propíchané pneumatiky, nahlášení na úřad, roztrhané věci apod.). Jde většinou o pokračování předcházejícího domácího násilí, v případě intimního teroru může dojít i k likvidaci oběti (Čírtková, 2021).

Podle Čírtkové (2021) se u typu konfliktního domácího násilí a u separačního domácího násilí intervence v podobě vykazání nebo krátkodobé ochrany obětí jeví jako efektivní opatření. Naopak u intimního terorismu a u násilného odporu není sankce v podobě vykazání či trestního stíhání násilné osoby pro oběť spolehlivou ochranou. V rámci kritiky typologie se nabízí

legitimní otázka, jak časté, jak dlouhodobé a jak závažné má být domácího násilí, abychom ho mohli označit za intimní terorismus? Typologie je takto kritizována za bagatelizaci týrání. Dále tato typologie může nahrávat advokátům násilných mužů, kteří se snaží u soudu argumentovat tím, že šlo o konfliktní soužití (Čírtková, 2021, s. 11).

Dle Čírtkové (2020) je však reálné uplatnění typologie v praxi stále sporné, a to především kvůli nedostupnosti diagnostických nástrojů nebo manuálů, které by usnadnily odborníkům z pomáhajících profesí diferenciaci domácího násilí. Dokazuje to i Boxall (2015, in Čírtková, 2021, s. 35), který testoval použití typologie u zdravotníků. Ve výzkumu se zjistilo, že klasifikaci pracovníci vnímají jako abstraktní, akademickou a „neskladnou“. Největší obavy samozřejmě vidí ve vlastním chybování při určení typu domácího násilí. Špatná diagnóza může ohrozit oběti na životě a zdraví. Čírtková (©2021) ohledně možnosti omylu konstatuje, že dokud se neprokáže jiná skutečnost, je nutné předpokládat, že jde o intimní terorismus.

2 Příčiny setrvávání ve vztahu a bariéry odchodu obětí od násilné osoby

V předchozí kapitole byla popsána typologie domácího násilí a její úloha v interaktivní přístupu k domácímu násilí. Interaktivní přístup má za cíl usnadňovat odborníkům, kteří jsou kompetentní nabídnout pomoc či intervenovat, orientaci v domácím násilí.

Žena zasažená domácím násilím je nicméně dlouhodobě schopná existenci problému popírat a zlehčovat, a to jak sama před sebou, tak před svým okolím. Širší rodina a přátelé oběti se zoufale ptají, proč už konečně neodejde, a systematicky upozorňují na nutnost situaci řešit. Oběť se o tuto změnu nesnaží a často se zdá, že se ji ani nepřeje (Macková a Vlachová, 2011).

Zatímco „normální“ vztahy se rychle a snadno rozpadají již po prvních větších komplikacích a odhalené nevěře, „toxický vztah“ překvapuje stabilitou. Oběti také šokují okolí svou pasivitou při řešení situace a trpělivostí ve snášení násilí (Čírtková, 2020). Oběť totiž nachází důvody k setrvání ve vztahu. Tyto důvody jsou interní povahy, vycházejí z psychických změn či psychického narušení oběti a jsou taktéž zapříčiněny i osobitou dynamikou vztahu (tzv. *cyklus domácího násilí*). Důvody externí spočívají zejména v překážkách, které musí oběť překonat v rovině sociální.

2.1 Interní příčiny setrvání ve vztahu

2.1.1 Syndrom týrané osoby

Pojem *syndrom týrané osoby* (v původním znění *syndrom bité ženy*) zavedla v 70. letech L. Walkerová. Je spojen s dlouhodobým domácím násilím, zejména s intimním terorismem (Čírtková, Ptáček, Žukov, 2010). Od té doby se tento pojem podrobil značné kritice, názory a teze Walkerové byly jejími následovníky revidovány (Čírtková, Ptáček, Žukov, 2010).

Podle Čírtkové (2008, in Zachová, 2014) odborníci pojmu vytýkají například to, že oběti zbytečně psychopatologizuje a že ve skutečnosti neexistuje žádný jednoznačný portrét týrané osoby. V dnešní době se syndrom týrané osoby popisuje na základě variety příznaků. Tyto příznaky jsou vysoce individuální – každá žena prožívá a „zvládá“ domácí násilí po svém. Čírtková (2008) vymezuje oblasti psychiky, v nichž lze spatřit určité změny, a dále je rozděluje následujícím způsobem:

- změny v hodnocení vlastní osoby a ostatních lidí,
- symptomy distresu a dysfunkcí psychických procesů,
- minimalizace následků,

- sebeobviňování,
- snížená agency neboli akceschopnost.

Jednotlivé body jsou dále doplněny dalšími souvisejícími symptomy.

2.1.2 Změny v emocionálních reakcích

Oběť ztrácí schopnost přirozeného chování a prožívá chronické pocity viny, studu, strachu, bezmoci a beznaděje, které jsou násilnou osobou vyvolány a vnuceny (Čírtková, 2008). Těmito emocemi je oběť snadno manipulovatelná. Ve snaze těmito emocím zabránit a necítit je manipulátorovi ve všech jeho požadavcích vyhoví. Násilná osoba tento způsob používá jako nástroj emočního vydírání (Chaloupková, 2024, z vlastních poznámek z pozorování skupiny). Dále se oběť naučí blokovat své negativní emoce jako zloba a vztek a vyvine tzv. extrémní laskavost a vstřícnost (Čírtková, 2008).

2.1.3 Změny v hodnocení vlastní osoby a ostatních lidí

Aby se nesnesitelná realita stala přijatelnější, oběť s realitou manipuluje, deformuje ji. Žije ve svém vlastním světě, kde nachází logické a věcné důvody k násilí. Chování oběti se vyznačuje minimalizací následků a zlehčováním závažnosti násilných incidentů (Čírtková, 2008).

Oběť vnímá realitu očima agresora a přijímá jeho obraz o sobě a o své životní situaci. Přejímá vinu za násilí a sebeobviňuje se (Čírtková, 2008). Takové změně reality, kdy se oběť ztotožňuje s násilníkem, se říká *stockholmský syndrom*. Ve snaze se zachránit se oběť identifikuje s tyranem, přebírá jeho způsob vnímání reality a násilí ospravedlňuje.

Dále podléhá iracionálním přesvědčením, například o onnipotenci partnera, nebo svět vnímá jako nebezpečné místo, kde se jí nedostane pomoci (Čírtková, 2008, in Zachová, 2014). V této souvislosti se mluví o tzv. *naučené bezmoci týrané ženy*, která se vyznačuje tím, že se týraná osoba ani nepokouší situaci řešit, protože se jí naučila přijímat jako bezvýchodnou. Proto se chování oběti vyznačuje sníženou akceschopností neboli sníženou agency (Čírtková, 2008).

2.1.4 Symptomy distresu a dysfunkcí psychických procesů

„Mezi domácím násilím a duševním onemocněním prokazatelně existuje obousměrný vztah – zkušenost s domácím násilím je často vyvolávající příčinou psychických problémů a může vést k rozvoji duševního onemocnění“ (Klepáčková, 2022, s. 59). Symptomy distresu jako depresivní a suicidální myšlenky, poruchy spánku, nepozornost, úzkostnost, flashbacky, pokles imunity a jiné se mohou rozvinout do řady neurotických poruch, nejčastěji do poruch vyvolaných stresem a do somatoformních poruch F40 až F48, kam spadá i posttraumatická

stresová porucha (tzv. PTSD), o které se v souvislosti s domácím násilím často mluví. Dalšími častými diagnózami u obětí domácího násilí se stávají disociativní poruchy, spojené s pocitem odpojení od prožívání „já“ a ztrátou kontaktu s realitou. Je třeba zmínit i sekundární psychické potíže vyvolané například nadužíváním alkoholu a psychoaktivních látek. Týraná osoba si pomocí alkoholu či drog ulevuje a abusus návykových látek vede k rozvoji poruch způsobených užíváním psychoaktivních látek (F10 a F19) (Čírtková, Ptáček, Žukov, 2010).

Jednotlivé projevy psychických změn oběti není jednoduché strukturovat. Jeden symptom může být zároveň jak příčinou, tak následkem. V důsledků duševního onemocnění (např. PTSD) se týraná osoba stává zranitelnější vůči násilí a zneužívání (Klepáčková, 2022, s. 59). Symptomy onemocnění značně omezují oběť v akceschopnosti a v řešení situace. I když dojde ze strany oběti k akci, například týraná osoba zavolá policii, neznamená to, že dojde ke zlepšení její situace. Násilná osoba se s policií „domluví“ a oběť si potvrdí svoje přesvědčení o všemocnosti partnera. Jednotlivé „úspěchy“ partnera dokreslují deformovanou realitu oběti a utvrzují ji v bezvýchodnosti celé situace. Ohrožená osoba se dostane do vážných psychických potíží v podobě výše zmíněných diagnóz a násilná osoba „získaný status psychiatrického pacienta pak dále používá při psychickém týrání oběti“ (Čírtková, Ptáček, Žukov, 2010). Pachatel například vyhrožuje hospitalizací, vyhrožuje odebráním dětí z péče nebo šíří pomluvy mezi přáteli a kolegy (Klepáčková, 2022). Oběť se dostane do začarovaného kruhu, neví, jakého konce se chopit, aby problém mohla začít řešit.

2.1.5 Cyklus domácího násilí

Nedílnou součástí domácího násilí je specifická dynamika vztahu, která se nazývá *cyklus* nebo *spirála domácího násilí*. Cyklus domácího násilí je jedním z důvodů, proč oběť ve vztahu zůstává. Tento cyklus zahrnuje fázi napětí, exploze a „líbanek“, které mohou v hlavě oběti způsobovat zmatek a falešnou naději na zlepšení situace.

Partnerské vztahy, v nichž se vyskytuje domácí násilí, mají podobný průběh. Na začátku se muž jeví jako pozorný a milý gentleman nebo zachránce. Svoji partnerku zahrnuje láskou a péčí, často rychle nabízí společné bydlení a slibuje, že vyřeší její problémy. Postupně muž přesvědčuje partnerku k tomu, aby mu věnovala svůj veškerý volný čas. Argumentuje svojí velkou láskou. Ženin sociální okruh a zájmy se postupně smršťují na osobnost partnera. Snaží se mu ve všem vyjít vstříc a udělá to, „co mu na očích vidí“ (Bednářová a kol., 2003).

První fyzické a psychické útoky jsou obvykle spojené s oznámením těhotenství a narozením dítěte. Násilník začne obviňovat partnerku, že „nedávala pozor“, nebo jí vyčítá, že otěhotněla naschvál, aby si vztah udržela. Po porodu se situace zhoršuje tím, že muž začne žárlit na

novorozence a vynucuje si partnerčinu pozornost výčitkami a peskováním za nedostatečné vedení domácnosti. Žena se tak stává součástí koloběhu plnění domácích, rodičovských a manželských povinností. Domnělým partnerovým důvodem k násilí je ženina „neschopnost“ být dobrou matkou, hospodyňkou a milenkou. Když partnerka projeví vlastní vůli nebo vyjadřuje názor, který je v rozporu s názorem muže, je partnerem potrestána. Žena je pokárána nebo napadena i v situacích, kdy se muži odváží vyčíst delikventní chování (abusus návykových látek, gamblerství, promiskuita, bezpříčinná nezaměstnanost, kriminalita). (Bednářová a kol., 2003) Tresty násilné osoby za přestupky v chování partnerky postupem času nabírají na intenzitě a síle. Tyto útoky se opakují s určitou frekvencí a vztah se cyklí ve třech fázích (Buskotte, 2008):

- **Fáze stupňování napětí.** Ve vztahu panuje negativní atmosféra, časté jsou hádky, na které podrážděný muž reaguje verbální agresí a projevy psychického násilí (např. výčitkami, ponižováním, nadávkami). Žena se konfliktům snaží vyhnout, je ještě milejší, starostlivější a hodnější. Postupem času ale zjistí, že se výbuchům partnera nedá předejít. Někdy se stává, že pokud žena „toto ‚vysoké napětí‘ vycítí a ví, že brzy přijde katastrofa, snaží se to nějakým způsobem dokonce sama vyprovokovat. Ne proto, že by měla sadomasochistické sklony, ale protože chce celou věc urychlit a prostě to mít co nejdříve za sebou“ (Buskotte, 2008, s. 64). Takovým způsobem je žena připravená a situaci má alespoň minimálně pod svou kontrolou.
- **Fáze exploze.** Po napětí přichází „uvolnění“ v podobě výbuchu muže formou psychického nebo fyzického násilí. Žena se přesvědčí, že i přes její veškerou snahu je útok nepředvídatelný a je proti němu bezmocná. Hned po napadení prožívá intenzivní pocity strachu, zloby a bolesti a chce vztah ukončit (Bednářová a kol., 2003). Přespává u rodiny nebo kamarádů. Muž v období jejího odchodu zahajuje jednání, které by přesvědčilo partnerku se vrátit.
- **Fáze „líbánek“.** Muž, který se bojí, že o ženu přijde, začíná s omluvami, nosí ženě kytky a dárky. Slibuje, že se už nikdy takového chování nedopustí, najednou jí pomáhá v domácnosti, snaží se partnerce dokázat, že se z této situace ponaučil, a slibuje jí, že vyhledá profesionální pomoc. Díky slibům v ženě roste pseudonaděje v lepší zítřky a ona věří, že tentokrát to muž opravdu myslí vážně (Buskotte, 2008, s. 65). Žena se k partnerovi vrátí a fáze „líbánek“ se postupně znovu proměňuje do fáze stupňování

napětí.

Postupem času se jednotlivé fáze střídají rychleji a dynamika vztahu se mění v pomyslnou spirálu. Fáze líbánek a klidu se krátí, na konci vztahu má tendenci mizet a muž ovládá ženu jen pomocí teroru. Když je po explozi žena odhodlaná k odchodu, muž vyhrožuje vraždou, sebevraždou, fyzickým útokem, odebráním dětí a podobně. Odpovědnost překládá na ženu, zpochybňuje její interpretaci incidentu nebo její důvěryhodnost (Ševčík a Špatenková, 2011; Vargová, 2008).

2.1.6 Fáze rozhodování oběti domácího násilí při odchodu z násilného vztahu

Z násilného vztahu není jednoduché kvůli jeho cykličnosti odejít. Nejsilnější motivaci má oběť hned po incidentu (Conweyová, 2007). Čím je ale větší pravděpodobnost odchodu, tím je větší snaha muže partnerku vrátit zpět. Partner ji „bombarduje láskou“. V ženě, která je po předešlých dvou fázích deprimovaná a vyčerpaná, toto období líbánek vyvolá omámení hezkými emocemi, které jí chyběly, vracejí se hezké vzpomínky na začátek jejich vztahu. Tento návrat můžeme přirovnat k tzv. *relapsu oběti domácího násilí*. V tzv. *transteoretickém modelu změny* amerických psychologů Prochasky a DiClementa, který popsali Miller a Rollnick (2003), je relaps součástí kruhového modelu změny. V průběhu rozhodování, zda odejít, nebo nikoliv, prochází žena určitými fázemi, které jsou obdobné jako u lidí závislých na drogách (Bednářová, 2009, s. 45). Relaps může nastat jak bezprostředně po útoku, tak i po situaci, kdy klientka využívá specializovaných služeb, například dochází do poradny.

Šest fází průběhu změny



Obrázek č. 2: upravený podle Libišové a Steinerové (2023)

Dle Chaloupkové (2022) je pro úspěšný odchod potřeba zjistit, v jakém stadiu motivace se žena nachází. V první fázi *prekontemplace* žena problém bagatelizuje, racionalizuje, nepřipouští si jeho rozsah a dopady. Představa, že situaci řeší odchodem, voláním policie nebo podáním trestního oznámení, ji děsí. Ve fázi *kontemplace* žena problém připouští a zvažuje pro a proti. Chce, aby násilí skončilo, ale nechce ukončit vztah. Příčiny násilí připisuje alkoholu, špatné finanční situaci, psychotraumatům muže z dětství. Žena reflektuje, že to, co se děje doma, není v pořádku, a zvažuje doporučení, která dostala. Ve fázi *rozhodování* má žena již více energie a myslí pozitivně, je připravena jednat. V samotné fázi *akce* realizuje konkrétní doporučení a od partnera odchází. Muž však nasazuje již zmíněné strategie v podobě „bombardování láskou“ nebo velkou eskalaci násilí s cílem oběť zastrašit a donutit ji se vrátit. Definitivní odchod se pro ženu stává buď příliš nebezpečným, nebo žena podlehne emocím a nastane relaps. Návrat k násilnému partnerovi může nastat kdykoliv během procesu změny.

Pokud se odchod podaří, je nutné nepodceňovat fázi *udržování změny* a ambivalentní pocity a pochybnosti spolu s ženou reflektovat. Pro snižování ambivalence se jako účinné ukázaly specifické techniky, například tzv. *motivační rozhovor*. Takový rozhovor je zaměřen na konkrétní chování, které oběť chce změnit. Celý proces má za cíl zkoumání důvodů oběti pro tuto změnu. Přitom se udržuje soucitný a přijímající postoj (Miller a Rollnick, 2013, in Heron, Eisma, Browne, 2022, překlad Steinerová).

2.2 Externí příčiny setrvávání ve vztahu

Heron, Eisma, Browne (2022) ve Velké Británii zkoumali příčiny setrvávání v násilných vztazích a důvody k jejich opuštění. Provedený kvalitativní výzkum ukázal, že příčiny setrvávání ve vztahu a důvody k jeho ukončení byly ve velké míře spojené se sociální situací oběti. Výzkumníci rozdělili příčiny setrvávání ve vztahu na tři hlavní širší témata, ta pak rozdělili na jednotlivá menší podtémata.

Téma č. 1: Investice

Investici jako příčinu setrvávání ve vztahu uvedlo 70 % žen. Myslí se tím určitý časový a emoční vklad, kterým ženy do vztahu přispěly, a to v podobě svatby (50 %), těhotenství (50 %) a také touhy po udržení rodiny pohromadě (20 %).

Téma č. 2: Chycení do pastí

Chycení do pastí uvedlo jako příčinu setrvávání ve vztahu 90 % žen. Podtémata se skládala z ekonomické závislosti (45 %), fyzického uvěznění / sociální izolace (60 %), internalizace viny (35 %), naučené bezmoci / pasivního zvládání (20 %), kulturního a náboženského přesvědčení (35 %).

Téma č. 3: Láska

Lásku uvedlo jako hlavní příčinu 30 % respondentek.

Z uvedeného výzkumu vyplývá⁵, že za největší bariéru odchodu ze vztahu ženy považují své oslabení na sociální a finanční rovině v důsledku domácího násilí a absence vlastní sociální sítě. Ženy uváděly, že násilní partneři je sociálně izolovali od rodiny a přátel nebo je doslova věznili doma. Ženy neměly kam odejít, neměly na to ani finanční prostředky. Naproti tomu jako důvod odchodu z násilného vztahu 70 % respondentek uvedlo vnější podporu. Ženy reflektovaly, že zvládnout odchod jim pomohla rodina, přátelé, kolegové nebo sousedé.

Oslabené sociální postavení žen reflektují autoři Čírtková (2008) a Ševčík a Špatenková (2011), když srovnávají okolnosti odchodu ze vztahu u žen a u mužů (také obětí domácího násilí). Muži mají zpravidla fyzické dispozice a ekonomické zdroje a s větší pravděpodobností si najdou práci a nové ubytování. Navíc po odchodu z domácnosti, kde bylo prokázáno domácí násilí, přebírá z větší části právě žena zodpovědnost za sebe, za děti a případně za stárnoucí rodiče (Davidová,

⁵ Je třeba uvést, že reprezentativní vzorek se skládal z 20 účastnic z jedné geografické oblasti, a není tudíž možné tvrdit, že výsledky mohou být zobecněny na celou populaci ve Velké Británii.

2010, s. 130). S otcem je soudem stanoven omezený kontakt, má povinnost platit výživné, často se tak ale neděje (Budinová, 2012).

Podle Davidové (2010, s. 46, upraveno) vypadá sociální postavení žen v době jejich odchodu z násilného vztahu následovně:

- žena se ocitá bez jakýchkoliv finančních prostředků i bez sociálních dávek,
- je bez možnosti jiného než společného bydlení,
- má nedostatek nosných sociálních kontaktů, žije v sociální izolaci,
- potřebuje bezpečný úkryt před násilným partnerem,
- má právně nevyřešené partnerské soužití, péči o děti a majetkové poměry,
- nedisponuje dostatečnou schopností orientace v sociální síti, která je spojená s nízkým právním vědomím,
- je nucena kvůli propojenosti s násilnou osobu často měnit sociální prostředí (např. změna školy u dětí nebo změna vlastního pracoviště).

Návrat do normálního života je pro ženu ohroženou domácím násilím velmi složitý. „Odchod od násilného partnera pro ženy s nezletilými dětmi znamená stát se osamělou matkou–samoživitelkou, což je skupina s velmi vysokým rizikem chudoby“ (Budinová, 2012, s. 16). Takovým způsobem se žena, oběť domácího násilí, stává osobou ohroženou sociálním vyloučením (Budinová, 2012; Davidová, 2010).

3 Ženy ohrožené sociálním vyloučením v kontextu domácího násilí

Domácí násilí je považováno v první řadě za závažný sociální problém, a to kvůli tomu, že oběti často musí čelit až fatálním dopadům a důsledkům (Kodymová, Davidová, 2018). Kvůli dlouhodobé izolaci ztrácejí oběti domácího násilí možnost srovnání, nadhledu a opory. (Kassiová a kol., 2018). Dle Davidové (2010, s. 61) se žena vzhledem k dlouhodobé sociální izolaci a již zmíněným psychickým problémům dostane do znevýhodněné pozice na trhu práce a existuje velké riziko jejího sociálního vyloučení. Těživá sociální situace může oběti domácího násilí dovést až do stavu bezdomovectví (Davidová, 2010).

Dle Budinové (2012), která vychází z výsledků studie z roku 2012, u žen postižených domácím násilím existuje vysoké riziko chudoby a následného bezdomovectví. Výzkum provedený na vzorku 3000 žen v ČR ukázal, že žena se při sociální reintegraci potýká s problémy v sedmi oblastech:

- 1) zdraví,
- 2) vzdělání,
- 3) příjmy a zaměstnání,
- 4) nedostatečné sociální dávky,
- 5) bydlení,
- 6) rozchod/rozvod,
- 7) zadluženost,
- 8) a výživné na děti (případně jeho vymáhání).

Všechny oblasti jsou úzce propojeny.

Ženy čelí diskriminaci na pracovním trhu, nižším výdělkům, které mají za následek nižší důchody a podobně. Tyto sociální nerovnosti je možné podle Davidové (2012) odstraňovat pomocí dobře nastavených preventivních opatření. Prevenci vymezuje jako jednu z nejdůležitějších oblastí, která má velký potenciál násilí na ženách zastavit. Preventivní opatření by měla podle Davidové (2012) spočívat ve dvou úrovních: v úrovni *individuální* a *sociální*.

Podle Davidové (2010) je *sociální rovina* v kontextu domácího násilí zcela opomíjena, velká pozornost je stále věnována zdravotním a psychickým důsledkům domácího násilí. Sociální rovinou se rozumí interakce mezi rodinou, komunitou a společností, tedy mezi oběťmi domácího násilí a jejich životním prostředím. Sociální neboli společenské faktory pomáhají formovat prostředí, kde násilí přestává být akceptovatelné, a to jak na úrovni vztahů (vrstevníci, partneři, rodina), tak i na úrovni komunity (sousedské vztahy, školy, pracoviště). Pomocí

preventivních opatření na úrovni společenských interakcí lze domácí násilí dostat za hranici normality.

Dále Davidová (2010) dává velkou pozornost vzdělávání jako klíčovému prostředku prevence. Konkrétně hovoří o vzdělávání veřejnosti, vzdělávání sociálních pracovníků a využívání informačních kampaní a školení pro lidi působící v oblasti práva, psychologie, zdravotnictví, policie, výchovy a vzdělávání a sociální práce. Edukaci jako účinnému prostředku zabránění sociálnímu vyloučení obětí domácího násilí budou věnované další kapitoly, přičemž pozornost bude soustředěna na edukaci, která je zaměřena na oběť domácího násilí ve fázi její sociální reintegrace.

3.1 Sociální reintegrace obětí domácího násilí

Pokud bychom se podívali na samotný termín *sociální reintegrace*, narazíme na to, že tento termín je spíše spojen s reintegrací osob po výkonu trestu nebo se o reintegraci často mluví v kontextu migrace. Nicméně zmíněné odbornice Davidová (2010), Ševčík a Špatenková (2011) a Filipová (2021) sociální reintegraci aplikují na oběti domácího násilí a tím se snaží o jejich návrat do normálního života po násilném vztahu.

Podle definice pojmu *integrate*⁶, kterou najdeme ve *Slovníku sociální práce* od Matouška (2008), lze konstatovat, že jde především o pracovní začleňování lidí, kteří jsou znevýhodněni po zdravotní stránce. Nicméně oběti domácího násilí nemůžeme považovat za takovou skupinu lidí, neboť „týrané ženy nejsou nemocné, potřebují podporovat ve své nezávislosti a pozitivním sebevědomí“ (Vargová, Vavroňová a Prokopová, 2003, s. 23).

Výzkumný institut OSN pro sociální rozvoj (1995, nestránkováno, překlad Steinerová) definuje sociální integraci v širokém významu, rozumí jí osvojení zavedených vzorců lidského chování a lidských poměrů v dané společnosti. Sociální integrace je „složitý pojem, který má pro různé lidi různý význam. Pro některé je to pozitivní cíl, který zahrnuje rovné příležitosti a práva pro všechny jednotlivce, přičemž větší integrace znamená zlepšení životních šancí. Pro jiné může zvýšení integrace evokovat pocit nežádoucího vnucování konformity. Pro další osoby samotný termín nemusí nutně znamenat žádný žádoucí nebo nežádoucí stav; je to pouze způsob, jak popsat zavedené vzorce lidských vztahů v dané společnosti“.

Reintegrace je tedy znovuosvojení těchto vzorců lidmi, kteří z nějakého důvodu nemohli vést plnohodnotný sociální život. Z tohoto širšího pohledu můžeme konstatovat, že v případě

⁶ „Integrate: snaha o začleňování sociálně nebo zdravotně znevýhodněných lidí do společnosti, včetně pracovního začleňování. Je to široce uznávaný ideál novodobé sociální práce – opak sociálního vyloučení, s nímž se hendikepovaní setkávali a dosud často setkávají.“ (Matoušek, 2008, s. 79)

domácího násilí se reintegrací obětí miní proces, při němž žena pomocí specializovaných sociálních služeb získává šanci a příležitost stát se samostatnou a nezávislou osobou.

4 Systém pomoci obětem domácího násilí

4.1 Interdisciplinární spolupráce v případě domácího násilí

Abychom předešli sociálnímu vyloučení obětí domácího násilí a pomohli ženám překonat izolaci, je důležité je podpořit v rozhodnutí ukončit vztah s násilným partnerem a podpořit jejich znovuzачlenění do společnosti. Takové ženy potřebují cílenou a odbornou pomoc, kterou mohou nabídnout specializované sociální služby (Filipová, 2021, překlad Steinerová). Specializované sociální služby poskytují neziskové organizace, nicméně nepostradatelnou roli hraje také státní pomoc. V případě domácího násilí má klíčový význam interdisciplinární přístup, který propojuje různé sektory a aktéry.

Interdisciplinární práce v kontextu domácího násilí znamená, že při jeho řešení je potřeba využívat poznatky a praktické zkušenosti z různých vědních disciplín: například z práva, sociologie, psychologie (Howlett a Ramesh, 1995, in Krejčíková, 2010). „Pohled jednotlivých vědeckých disciplín umožňuje hlubší porozumění vzniku domácího násilí i stanovení kroků nutných k jeho řešení. Každý zainteresovaný subjekt má s ohledem na danou disciplínu stanovené nejen postupy řešení, ale také kompetence a ohnisko zájmu práce“ (Kostřicová, 2017, s. 25).

Ševčík a Špatenková (2011, s. 151) uvádějí, že pro efektivní řešení domácího násilí je nepostradatelná spolupráce zástupců různých organizací. Jde především o spolupráci Policie České republiky, orgánů sociálně-právní ochrany dětí, poskytovatelů sociálních služeb či zástupce zdravotnických zařízení. Setkání interdisciplinárního týmu mohou mít podobu kulatých stolů, konferencí, přednášek, pracovních besed, a to jak na krajské, tak i na místní úrovni. K seznamu spolupracujících subjektů je možné bezesporu přidat školská zařízení, soudy a manželské či rodinné poradny, ambulance lékařů nebo probační a mediační služby.

Nelze nesouhlasit s Filipovou, která tvrdí, že „specializovaný zásah v případě domácího násilí je na jedné straně velmi citlivý, vzhledem k povaze problému, a na druhé straně je extrémně složitý, protože důsledky tohoto jevu jsou mnohostranné a ovlivňují oběť na různých úrovních jejího života. Specialisté pracující s oběťmi domácího násilí musí znát důležitost týmové práce, rozumět jí a spolupracovat s řadou institucí a také soudů, které jsou určeny k tomu, aby tento problém řešily z holisticky. Je zřejmé, že oběti domácího násilí mohou mít mnoho potřeb, jako

je potřeba zdroje příjmů, potřeba bydlení, a pokud jsou zde děti, pak i potřeba jejich vzdělávání a ochrany“ (Filipová, 2021, s. 17, překlad Steinerová),
Pro orientaci v systému pomoci obětem domácího násilí lze použít rozdělení na státní a nestátní pomoc, tj. pomoc neziskových organizací.

4.2 Státní pomoc

Dnem 1. 7. 2007 nabyl účinnosti zákon č. 135/2006 Sb., kterým se mění některé zákony v oblasti ochrany před domácím násilím. Návrh zákona byl zpracován z iniciativy neziskové organizace *Bílý kruh bezpečí*. Vznikla *Aliance proti domácímu násilí*, která se inspirovala zeměmi, jejichž zákonodárství vytváří komplexní právní rámec pro prevenci domácího násilí, především šlo o Spolkovou republiku Německo a Rakousko (Voňková, 2008, Kodymová a Davidová, 2018).

Kromě již zmíněného zákona č. 135/2006 Sb. existuje právní rámec, který upravuje součinnost orgánů státních, samosprávných a sociálních služeb, jež se podílejí na ochraně před domácím násilím. Tento právní rámec se skládá z následujících zákonů (Kodymová a Davidová, 2018, s. 98):

- zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky ve znění pozdějších předpisů opravňující policisty k vykázaní násilné osoby ze společného obydlí a k zákazu vstupu do něj i bezprostředního okolí na dobu 10 dnů;
- zákon č. 99/1963 Sb., občanský soudní řád zavádějící zvláštní předběžné opatření ochrany osoby ohrožené domácím násilím;
- zákon č. 40/2009 Sb., stanovující sankce za závažné nebo opakované porušení vykázaní nebo předběžného opatření nařízeného soudem.

Vláda ČR 23. srpna 2023 schválila nový akční plán prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2023–2026. Akční plán má za cíl zkvalitnit stávající úroveň pomoci obětem domácího a sexuálního násilí. Obsahuje celkem 22 opatření se 104 úkoly určenými pro jednotlivá ministerstva na další čtyři roky. Dokument je rozdělen do tří strategických oblastí: prevence, podpora obětí a systémové zabezpečení řešení genderově podmíněného násilí (Akční plán prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2023–2026, 2022).

Podle Voňkové (2008, s. 85) se z hlediska zákona č. 135/2006 Sb., na ochranu před domácím násilím, zajišťuje podpora ohrožené osoby tzv. třemi pilíři pomoci spočívajícími v policejních intervencích (realizují se prostřednictvím Policie České republiky), v sociální pomoci (realizuje

se prostřednictvím intervenčních center) a v soudní ochraně (uplatňování trestněprávních sankcí, případně občanskoprávní řízení v meritu věci).

4.2.1 Policie České republiky

Policisté jsou často prvními, kdo přichází do kontaktu s oběťmi a pachateli domácího násilí. Jejich úkolem je rychlé vyhodnocení situace a možných rizik pro zdraví a život oběti. Policisté musí projít speciálním školením o tom, jak jednat s osobami, které se ocitly v krizové situaci z důvodu domácího násilí, a také musí spolupracovat s intervenčními centry (Kotková, 2014). V případě přítomnosti nezletilých dětí má policista povinnost informovat sociálně-právní orgán ochrany dětí (Voňková, 2008). Po vykázání násilné osoby má policista nabídnout oběti pomoc a informovat o možnostech řešení situace (Kotková, 2014).

4.2.2 Institut vykázání

Institut vykázání je upraven zákonem č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky ve znění pozdějších předpisů. Policista, který zasahuje, má oprávnění vykázat násilnou osobu, přičemž souhlas ohrožené osoby k tomu není nutný. Policie používá diagnostický nástroj SARA DN k identifikaci rizikových faktorů, k odhalení sklonů k násilí a k vyhodnocení zranitelnosti oběti (Politzerová, 2022). Podle právničky není školení policistů na dostačující úrovni a k vykázání často ani nedojde, i když podle SARA DN by vykázání bylo vhodnou intervencí (Politzerová, 2022, s. 81). Policie může odkazovat násilné osoby na programy určené pro pachatele domácího násilí (Kotková, 2014).

4.2.3 Intervenční centra

Intervenční centra jsou pracoviště, která se zaměřují výhradně na domácí násilí. Kompetence center jsou upraveny v paragrafu 60a v zákoně o sociálních službách. Intervenční centra poskytují obětem v období vykázání pachatele psychologickou podporu, právní pomoc a také zajišťují spolupráci mezi institucemi na ochranu osoby ohrožené (Voňková, 2008).

Dle Kotkové (2014) existují dva typy klientů, kteří se dostanou do intervenčního centra: klienti nízkoprahoví (kontaktují intervenční centrum sami) a klienti z vykázání (intervenční centrum kontaktuje osobu ohroženou na základě policejního oznámení). Na rozdíl od klientů, kteří přijdou do intervenčního centra dobrovolně, klientům z vykázání náhled na jejich rodinnou situaci poskytne až radikální policejní zásah (Kotková, 2014). I přesto pracovníci intervenčního centra klientům z vykázání poskytují prostor pro samostatné rozhodování a možnost službu odmítnout (Kotková, 2014).

4.2.4 Zdravotnická zařízení

Lékaři a zdravotnický personál často jako první přicházejí do kontaktu s oběťmi domácího násilí, zejména bezprostředně po útoku. Ze strachu a studu oběti často neuvádějí skutečné příčiny zranění, což vyžaduje důkladné vyptávání se na okolnosti zranění a jejich přesné zaznamenání do dokumentace (Stop násilí, 2023). Zdravotníci hrají jednu z klíčových rolí při identifikaci násilí s ohledem na rozpoznání, zda zranění odpovídají výpovědi obětí. Zdravotníci mají oběť informovat o nepřijatelnosti násilí, nabídnout jí pomoc a zprostředkovat jí kontakty na poradny určené pro oběti domácího násilí.

4.2.5 Soudy

Poté, co dojde k vykazání pachatele násilí, je možné podat návrh na vydání předběžného opatření ve věci ochrany proti domácímu násilí. Tento návrh podává ohrožená osoba k příslušnému okresnímu soudu. Dále je možné žádat o prodloužení lhůty vykazání až na dobu 6 měsíců. O tomto návrhu rozhoduje do 48 hodin soud na základě předložených důkazů (Bílý kruh bezpečí, 2009). V průběhu občanského soudního řízení nese důkazní břemeno osoba ohrožená (Voňková, 2008).

Oběti by v případě podání předběžného opatření měly dosvědčit, že jsou oběťmi, a v návrhu násilí podrobně popsat. „Klientky pak dokládají jednání násilníka např. čestnými prohlášeními příbuzných, učitelek ze školy či ze školky, v některých případech mají nahrávky nebo fotografie následků útoku“ (Politzerová, 2022, s. 82). Je třeba podotknout, že uplatnění práva v soudním řízení záleží na rozhodnutích jednotlivých soudců a soudkyň a i v případě obdobných důkazních materiálů může být rozhodnutí u různých soudů zcela odlišné.

Oběť domácího násilí jako zvlášť zranitelná oběť, u níž je vyšší nebezpečí sekundární viktimizace nebo zastrasování pachatele, má během trestního řízení právo na bezplatnou odbornou pomoc. Dále má právo na zabránění kontaktu s pachatelem, právo na ochranu při výslechu nebo podání vysvětlení (vyslechnutí osobou stejného pohlaví), právo na zastupování zmocněncem bezplatně (Policie ČR, 2024). V české justici nicméně chybí senáty specializované na domácí násilí, jejichž členové by si systematicky doplňovali vzdělání (Politzerová, 2022).

4.3 Pomoc neziskových organizací

„Úlohou pracovníků v pomáhajících profesích je především podpora osob ohrožených domácím násilím a jejich reintegrace do společnosti“ (Ševčík a Špatenková, 2011, s. 153). V neziskových organizacích poskytujících komplexní specializované sociální služby najdou oběti

domácího násilí podporu pro objevování svých vnitřních zdrojů a pro získávání nových sociálních dovedností, které jim pomohou dosáhnout sociální reintegrace vlastními silami (Filipová, 2018, překlad Steinerová).

Pomoc neziskových organizací je v kontextu České republiky nepostradatelná. V roce 2023 se uskutečnil výzkum, který byl proveden iniciativou *Pod svícnem* ve spolupráci s výzkumnou agenturou Ipsos. Výsledky ukázaly, že soudům důvěřuje pouhých 8 % dotázaných a že 6 z 10 obětí neřešilo svoji situaci s policií. Neziskovým organizacím důvěřuje naopak až 90 % dotázaných. Tři čtvrtiny případů domácího násilí nedosáhly soudního projednání. Jen čtvrtina případů byla řešena u trestního soudu, z těchto případů bylo jen 40 % podle respondentů spravedlivě rozhodnuto. Taková data podle Studené (in Advokátní deník, 2024) „ukazují na velkou krizi důvěry v samotný systém“.

Michal Kormaňák komentuje výstupy výzkumu následovně: „Zatímco česká populace má větší důvěru v policii či soudy než samotné oběti domácího násilí, u důvěry v neziskové organizace je tento trend opačný. To hodně vypovídá právě o dobré práci neziskových organizací s těmi, kteří si domácím násilím prošli či stále procházejí“ (Kormaňák in Advokátní deník, 2024).

Pro demonstraci úlohy neziskových organizací využijeme příklad organizace ACORUS, z. ú., která poskytuje specializované komplexní služby obětem domácího násilí. Komplexnost těchto služeb spočívá v tom, že oběť domácího násilí může čerpat pomoc podle svých aktuálních potřeb, aniž by musela měnit organizaci. To eliminuje situace, kdy klient musí vyhledávat a využívat služby u různých poskytovatelů. V rámci ACORUS, z. ú., je například možné plynule přejít z pobytových služeb do služeb ambulantních, což zajišťuje kontinuitu péče a usnadňuje proces zotavení.

5 Specializované služby obětem domácího násilí organizace ACORUS, z. ú.

ACORUS, z. ú., poskytuje celkem pět registrovaných sociálních služeb: azylový dům, krizovou pomoc na utajené adrese, odborné sociální poradenství, poskytování právních informací obětem trestných činů a krizovou pomoc dětem. Všechny služby jsou navrženy takovým způsobem, aby na sebe smysluplně navazovaly. Vzájemná propojenost služeb umožňuje klientkám a klientům využívat více služeb současně nebo plynule přecházet z jedné služby do druhé. Posláním této organizace je poskytovat obětem domácího násilí „pomoc směřující k překonání nepříznivé sociální situace a k začlenění do běžného života bez přítomnosti násilí“ (Acorus, 2022). Takové poslání koresponduje s hlavním cílem sociálních služeb podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, který spočívá v začleňování lidí v nepříznivé sociální situaci a v předcházení vyloučení ze společnosti.

V této organizaci působím druhým rokem a níže uvedený popis služeb čerpám z jejích webových stránek – konkrétně ze standardů poskytování služeb, vnitřních směrnic, příruček a manuálů a ze své práce *Asistentská stáž*, která byla zpracována v rámci absolvování odborných stáží pod vedením PaedDr. Evy Valáškové Vincejové, Ph.D.

5.1 Odborné sociální poradenství

Služba odborné sociální poradenství je bezplatná ambulantní pomoc určená osobám, které zažívají nebo zažívaly domácí násilí, ženám, mužům a mladistvým od 16 let, s možností anonymizace údajů. Služba je určena i pro osoby jim blízké.

První konzultace zahrnuje citlivý rozhovor, který klientkám a klientům pomáhá uvědomit si, že jejich zkušenosti jsou vnímány jako domácí násilí, a získat na rodinnou situaci nezávislý odborný pohled. Sociální pracovnice s osobou ohroženou vyplní vstupní dotazník, který mapuje formy násilného chování: psychické, fyzické, sexuální, ekonomické a sociální násilí. Tento dotazník se vyplňuje formou citlivého rozhovoru. V rámci služby lze čerpat terapeutickou podporu a docházet na skupinovou terapii, kdy má klientka možnost zpracovat traumatizující zážitky a odpoutat se od partnera. Klientkám je poskytnuta pomoc v právních možnostech řešení situace (rozvodový proces, proces svěření dětí do péči, pomoc se sepsáním návrhů k soudu apod.). Nedílnou součástí spolupráce je podpora ve zlepšení finanční situace, sociální pracovnice klientku zorientuje v systému sociálního zabezpečení. Sociální pracovnice také pomáhá vytvořit bezpečnostní plán odchodu od partnera, poskytne kontakty na další podpůrné

organizace nebo doporučí a domluví nástup do navazující služby azylového domu ACORUS na utajené adrese.

5.2 Poskytování právních informací

Poskytování právních informací obětem trestných činů spáchaných v kontextu domácího násilí se poskytuje na základě zákona č. 45/2013 Sb., o obětech trestných činů. Tato služba se specializuje na poskytování právních informací v problematice trestního řízení. Klient či klientka dostane informace o průběhu trestního řízení, o realizaci práv obětí trestných činů, o postavení oběti trestného činu jako svědka a poškozeného v trestním řízení.

5.3 Krizová pomoc dětem

ACORUS, z. ú., poskytuje krizovou a terapeutickou podporu dětem klientek v azylovém domě (také prostřednictvím jiných služeb určených pro děti) a pokračuje v této spolupráci s dětmi ve specializovaném dětském centru i po ukončení pobytu. Dětem je poskytována individuální, skupinová a pohybová terapie, arteterapie, videotrénink interakcí a jiné aktivity podle potřeb dítěte a matky. Dětské terapeutky nabízejí matkám výchovné poradenství, v rámci kterého společně pracují na zlepšení rodičovských dovedností a na řešení výchovných problémů. Cílem je stabilizace dítěte a minimalizování dopadů domácího násilí na jeho vývoj. Součástí pomoci dětem je spolupráce s orgánem sociálně-právní ochrany dětí, se školskými zařízeními a dalšími odborníky za účelem nalezení nejlepších řešení pro děti.

5.4 Krizová pomoc

Služba Krizová pomoc poskytuje bezpečné bezplatné ubytování na maximálně sedm dní pro ženy s maximálně pěti dětmi. Tato služba je určena pro ženy, které se ocitly v akutní krizové situaci a jsou bezprostředně ohroženy na životě nebo zdraví v důsledku domácího násilí. Obvykle se jedná o závažnější fyzický útok nebo je takový útok vysoce pravděpodobný. Primárními cíli služby je bezprostřední zastavení násilí na ženě a dětech, stabilizace psychického stavu a zajištění bezpečí před násilnou osobou na utajené adrese. V rámci služby je samozřejmostí poskytování základního sociálně-právního poradenství a návrh možností řešení situace. Po uplynutí sedmi dní si klientka buď najde jinou možnost ubytování, nebo v rámci krizového pobytu požádá o navazující službu azylový dům, kde pokračuje v řešení své situace s odbornou pomocí.

5.5 Azylový dům na utajené adrese

Azylový dům s utajenou adresou poskytuje přechodné dlouhodobé bezpečné bydlení pro ženy a jejich děti na maximálně jeden rok. Azylový dům má celkem osm bytů. Každý byt má samostatné pokoje s vlastní koupelnou, kuchyň je buď sdílená s vedlejší jednotkou, nebo je součástí bytové jednotky. Do azylového domu může být klientka přijata po krizovém pobytu nebo se na nástupu do služby azylový dům klientka domluví se sociální pracovnící v rámci služby odborné sociální poradenství.

Hlavním cílem pobytu není jen ochrana před násilím, ale také dlouhodobé řešení situace, které zahrnuje finanční nezávislost, emocionální stabilizaci a přípravu ženy na samostatný život. Během pobytu v azylovém domě ženy prostřednictvím podpůrných programů posilují svou sebedůvěru a rozvíjejí nové schopnosti.

Pobyt ohrožené ženy v azylovém domě lze rozdělit do několika fází, „které jí zaručují jistá privilegia a postupně zatěžují povinnostmi vyplývajícími z provozních podmínek zařízení vystavěného na komunitních principech“ (Bednářová a kol., 2009, s. 57):

- **První fáze pobytu** se zaměřuje na aklimatizaci uživatelky v novém prostředí. Cílem je zmapování aktuálních problémů klientky, zklidnění, získání odstupu od traumat, regenerace sil, orientace v současné situaci a rozmyšlení si individuálních cílů, kterých chce žena v průběhu pobytu dosáhnout pomocí nabízených služeb.
- **Druhá fáze** se soustředí na intenzivní řešení sociální situace uživatelky služeb. Klientka vytváří s klíčovou sociální pracovnící individuální plán obsahující kroky k dosažení stanovených cílů, tento plán společně průběžně vyhodnocují.
- **Třetí fáze** začíná měsíc před koncem pobytu a připravuje uživatelku na ukončení pobytu v azylovém domě. Cílem je odpoutání se od komunity, seznámení se s novým bydlíštěm a postupné stěhování se z azylového domu. Po ukončení jsou klientce zprostředkovány kontakty na navazující služby nebo může přejít do služby odborné sociální poradenství a děti mohou pokračovat ve službě krizová pomoc dětem.

5.6 Pobytový program: komplexní a odborná pomoc v azylovém domě

Práce s oběťmi domácího násilí nejintenzivněji probíhá v rámci pobytu klientek ve specializovaném azylovém domě pro oběti domácího násilí na utajené adrese. Azylový dům je sociální služba, která se řídí zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Azylové domy se řadí do služeb sociální prevence podle § 53. Služby sociální prevence jsou zaměřené na pomoc lidem, kteří se ocitli v krizových situacích a nemají možnost samostatného řešení svých

problémů. Služba sociální prevence se snaží zabránit sociálnímu vyloučení, podporuje opětovné začlenění osob do společnosti a minimalizuje patologické jevy. Azylové domy chrání jak jedince, tak společnost před negativními důsledky sociálního vyloučení a sociálních problémů (Centrum sociálních služeb Praha, 2023).

Podepsáním smlouvy ohledně poskytnutí azylového bydlení se klientka zavazuje dodržovat vnitřní pravidla azylového domu a zapojuje do tzv. pobytového programu, který zahrnuje jak povinné, tak i dobrovolné aktivity (dle regulí ACORUS, z. ú.). Jde o dlouhodobou, komplexní, kontinuální a intenzivní práci s oběťmi domácího násilí a s jejich dětmi, která zahrnuje několik typů odborné pomoci (Bednářová, Macková, Prokešová, 2006). Jedná se o sociálně-právní, psychologickou, pedagogickou a sociál nepedagogickou profesionální pomoc.⁷ I přesto, že tyto způsoby pomoci se při procesech často prolínají, je možné typy pomoci popsat následujícím způsobem.

5.6.1 Sociálně-právní pomoc

Sociálně-právní pomoc je poskytována prostřednictvím pravidelných konzultací klientky s její klíčovou sociální pracovníci, se kterou klientka úzce spolupracuje. Sociální pracovníce a klientka vytvářejí individuální plán, v němž stanovují krátkodobé a dlouhodobé cíle a potřebné kroky k jejich naplnění. Jednotlivé kroky a cíle lze strukturovat podle fází pobytu (aklimatizace, intenzivní práce a ukončení pobytu) ženy v azylovém domě. Na konci pobytu je individuální plán vyhodnocován.

Při tvorbě individuálního plánu je nejčastěji českými poskytovateli sociálních služeb uplatněn tzv. case management přístup. Do českého jazyka se překládá jako případové vedení nebo asertivní komunitní přístup (Bednářová a kol., 2009). Klíčová sociální pracovníce a klientka při tvorbě individuálního plánu zahrnují úkoly / cíle / akční kroky, které se týkají různých oblastí života klientky, například ohrožení partnerem, zaměstnání, dětí, financí, vztahů, zájmů a koníčků, zdravotního stavu či strukturace času (Bednářová a kol., 2009). V podstatě lze říci, že se zmíněné oblasti shodují s již zmíněnými sedmi oblastmi, ve kterých se ženy při své reintegraci potýkají s problémy (viz kapitola 3 *Ženy ohrožené sociálním vyloučením v kontextu domácího násilí*).

Sociálně-právní pomoc pro oběti domácího násilí se zaměřuje na poskytování informací o tom, jak zvládat a jak řešit náročnou sociální situaci po odchodu od násilného partnera. Ženy jsou

⁷Pro rozdělení a popis typů pomoci je použita publikace Bednářové, Mackové a Prokešové (2006). Sociálně pedagogická pomoc je přidána jako samostatný typ pomoci pro zdůraznění toho, že aktivity a činnosti, které autorky řadí do kategorie „podpůrné programy“, patří do oblasti sociální pedagogiky.

informovány o tom, jaká jsou jejich práva, povinnosti a nároky, které vyplývají ze systému sociálního zabezpečení. Právní poradenství v této oblasti zahrnuje poskytování právních doporučení pro řešení konkrétních problémů, přípravu potřebných dokumentů pro soudní řízení či pro jiné instituce a v případě složitějších případů také právní zastupování (Bednářová, Macková, Prokešová, 2006, s. 57).

5.6.2 Psychologická pomoc

Neoddělitelnou součástí poskytování pomoci obětem domácího násilí je psychologická pomoc. V azylovém domě je několik způsobů čerpání této pomoci. Za prvé, azylový dům má nepřetržitý provoz. Nonstop služba v případě potřeby poskytuje možnost kdykoliv a s čímkoliv se obrátit na pracovníka ve službě. Vyškolení pracovníci v případě potřeby poskytují krizovou intervenci. Dále pobytový program nabízí skupinové a individuální podpůrné rozhovory s využitím psychoterapeutických prvků. Klientka může docházet na skupinová terapeutická setkání každé pondělí. Na skupinových terapeutických setkáních klientky ventilují emoce týkající se násilného partnera, nachází pochopení svých ambivalentních pocitů, snižují míru citlivosti vůči prožitým traumatům a učí se zvládat symptomy posttraumatické stresové poruchy a jiných následků domácího násilí. Také je zde prostor k osvojování metod relaxace, např. Schulzův autogenní trénink.

Dále může klientka docházet na individuální podpůrné rozhovory s využitím psychoterapeutických prvků (obvykle jednou až dvakrát týdně), kde je více prostoru pro otevření hlubších a citlivých témat, které si klientka nepřála sdílet se skupinou.

Psychologická pomoc má za cíl odstranit psychické problémy a nastartovat změny životních stereotypů. V procesu psychického zotavení je klientka vedena k odbourání pocitů viny za chování partnera, k posílení sebevědomí a důvěry ve vlastní schopnosti. Klientka si postupem času uvědomuje vlastní hodnotu a stanovuje pevné individuální hranice (Bednářová, Macková, Prokešová, 2006, s. 57).

5.6.3 Pedagogická pomoc

Podle Bednářové, Mackové a Prokešové (2006) je pedagogická pomoc zaměřená na podporu dětí, které se staly oběťmi domácího násilí, a to buď v roli svědka nebo oběti. Cílem této podpory je odstranit úzkosti a trauma způsobené stresovými zážitky vyvolanými násilím v rodině a podpořit zdravý rozvoj osobnosti dítěte. Součástí této pomoci je také práce s matkami zaměřená na posilování jejich rodičovských kompetencí a rozšiřování jejich výchovných

metod. Efektivním nástrojem v této práci se ukazuje videotrénink interakcí, který pomáhá zlepšit vzájemnou komunikaci a interakce a trénink rodičovských dovedností.

Výchovně-vzdělávací aktivity, například trénink rodičovských dovedností, lze také zařadit do kategorie sociálně pedagogické pomoci, jelikož jde o záměrné výchovně-vzdělávací činnosti obou aktérů – matky a dítěte.

5.6.4 Sociálně pedagogická pomoc

V rámci pobytu v azylovém domě se klientka jednou měsíčně dostavuje na povinnou skupinu osobnostního rozvoje, na tzv. růstovou skupinu⁸, kde kromě seberozvojových aktivit dochází k edukaci oběti o domácím násilí jako jevu. Dále má klientka možnost využívat jiné doplňkové podpůrné programy preventivního charakteru. Jde o klubové, volnočasové, kulturní či rekondiční aktivity, během kterých bezprostředně dochází k výchovně-vzdělávacímu působení na klientky. „Cílem těchto programů je znovunavrácení obětí do plnohodnotného života a posílení jejich sebevědomí. Prostřednictvím podpůrných programů může oběť zažít pocit úspěchu a prospěšnosti, získat ocenění okolí“ (Bednářová, Macková, Prokešová, 2006, s. 57). Domácí násilí je bezesporu vnímáno jako sociálně patologický jev, kterým se zabývá především obor sociální práce. Práce s oběťmi domácího násilí tradičně patří do kompetence sociálních pracovníků a psychoterapeutů. Nicméně při řešení domácího násilí je třeba zahrnout také sociálně pedagogické aspekty práce s oběťmi. Sociální pedagogika jako obor má velký potenciál k pomoci obětem domácího násilí. V dalších kapitolách je věnována pozornost teoretickému ukotvení tohoto tvrzení.

⁸ Podrobnému popisu této skupiny je věnována praktická část diplomové práce.

6 Sociálně pedagogická práce s oběťmi domácího násilí

Součástí sociálně pedagogické pomoci v azylovém domě pro oběti domácího násilí je již zmíněná růstová skupina. Tato kapitola se věnuje teoretickému ukotvení růstové skupiny a dalším širším teoretickým souvislostem z pohledu několika disciplín, zejména z pohledu resocializační a sociální pedagogiky.

6.1 Sociální pedagogika

Sociální pedagogiku je „jako multidisciplinární obor, který integruje a rozvíjí poznatky věd o člověku a společnosti do edukačního, preventivního a působení. Analyzuje dynamické vztahy mezi jedincem a prostředím a usiluje o jejich optimalizaci. Zkoumá propojenost biopsychosociálních jevů ovlivňující sociální integraci a zvládání životních situací jedincem. Respektuje individuální potřeby a zájmy jedince a iniciuje takové změny v sociálním prostředí, které podporují jeho rozvoj. V sociálně pedagogických činnostech zdůrazňuje ochranu jedince před nežádoucími vlivy“ (Poláčková in Kraus, 2001, s. 13).⁹ Reintegrační, resocializační a preventivní aktivity jsou jednou ze specializací sociální pedagogiky (Kraus, 2001). Sociální pedagogická pomoc je poskytována prostřednictvím specializovaných služeb pro oběti domácího násilí v azylových domech, zejména prostřednictvím výchovně-vzdělávacích aktivit, které se s klientkami provádějí v rámci pobytového programu s cílem jejich sociální integrace a v kontextu azylového bydlení s cílem reintegrace a resocializace klientky. Resocializace je klíčovým cílem azylového bydlení jako služby sociální prevence (Centrum sociálních služeb Praha, 2023).

Podle Tokárové a kol. (2000, in Balvín a Prokaiová, 2013) se sociální pedagogika při začleňování jednotlivce do společnosti, při jeho socializaci a řešení problémů, které se objevují během přizpůsobování se současným socioekonomickým podmínkám, zaměřuje na využívání různých terapeutických a pracovních technik.

Resocializace v kontextu azylového domu pro oběti domácího násilí se zaměřuje na poskytování podpory a edukaci ve formě již zmíněných forem pomoci, které umožňují postupné začlenění do společnosti a zároveň předchází opětovnému vystavení násilí. Tento proces nejen pomáhá obětem znovu se postavit na vlastní nohy, ale také podporuje jejich dlouhodobou

⁹I přesto, že tématem diplomové práce není dětská problematika, je třeba dodat, že domácí násilí jako patologický sociální jev výrazně narušuje fungování celého rodinného systému. Rodina a její výchovné prostředí má v sociální pedagogice mimořádné postavení. Když se v rodině objeví jakákoliv forma domácího násilí, dochází k negativním dopadům na všechny její členy, včetně dětí a mladistvých, jež může ohrozit na zdravém vývoji. (Wünschová, 2009, in Bednářová, Macková, Wünschová, 2009) „Je nutno zdůraznit, že i děti, které jsou svědky domácího násilí, ale násilí na nich samotných není přímo páčeno, jsou i přesto VŽDY jeho oběťmi. Reagují obdobnými symptomy jako děti, které jsou samy týrány, zneužívány... vystavují se samy nebezpečí přímého fyzického nebo i psychického násilí.“ (Jeseník.cz, nedatováno)

bezpečnost a stabilitu v rámci širšího společenského systému. Umožňuje získat sebevědomí, nezávislost a schopnost znovu pečovat o vlastní život.

Za elementární metodologii tradiční resocializace jedinců lze považovat „individuální terapii, skupinovou terapii, ergoterapii (pracovní, zájmová, volnočasová) a režimovou terapii. Přičemž terapií není myšlena pouze terapie medicínská či psychoterapie, ale jakákoliv účelná intervence vůči resocializovanému jedinci“ (Mühlpachr, 2015/2016, in Sahula, 2017, s. 43).

Stejně jako Sahula (2017), který ve své diplomové práci zkoumal, jakým způsobem probíhá resocializace klientek a dětí v azylových domech pro matky s dětmi, taktéž uvádím specifická režimová opatření azylového domu pro oběti domácího násilí, která hrají zásadní roli v resocializaci klientek.

Režimová terapie v azylových domech spočívá ve stanovení konkrétních pravidel a pro klientky, které pobývají v domě, je povinná. Pravidla této terapie zahrnují: spolehlivé placení za pobyt, řádnou péči o děti v areálu azylového domu, dodržování nočního klidu, úklidy společných prostor, velmi klíčové je pravidlo docházení na aktivity zahrnuté do individuálního plánu. Využití specializovaných služeb pro oběti domácího násilí a intenzivní práce je jedním ze základních kritérií pro prodloužení smlouvy. Povinnými aktivitami pro klientku je růstová skupina, která se koná jednou měsíčně, a tzv. komunita, která se koná jednou za 14 dní. Komunita je společným setkáním klientek, domlouvají se zde provozní záležitosti pobytu v azylovém domě.

V kontextu azylového domu pro oběti domácího násilí, kde je třeba dobrovolný souhlas a motivace klientky, nelze mluvit o pobytovém programu (včetně růstové skupiny) jako o klasickém resocializačním programu, do kterého klientky vstupují dobrovolně jen výjimečně.¹⁰ Nicméně je nutné zdůraznit fakt, že i přesto, že pobyt v azylovém domě je dobrovolný, a má dokonce především za cíl posílit autonomii klientky (Vargová, 2003), účast na růstové skupině v azylovém domě je pro klientky povinná. Pokud klientka na tyto skupiny pravidelně nedochází, může právě to být důvodem k ukončení pobytu a výpovědi ze strany poskytovatele sociálních služeb.

Sociálně pedagogická pomoc je zejména ve funkcionální formě zprostředkována dodržením režimových opatření, tj. prostřednictvím nepřímé výchovy, a taktéž pomocí pedagogizace prostředí (Bendl, 2014). Systematické plánování konzultací a aktivit a dodržování závazných

¹⁰ Resocializace v pojetí Matouška (2013, s. 174) je „návrat k přijatelnému způsobu chování u lidí, kteří se od něj odchýlili. Neobejde se beze změn hodnotové orientace. Efekt resocializačních programů je závislý na jejich přiměřenosti a na tom, jak jsou klienty akceptovány. Jen výjimečně do nich klienti vstupují zcela dobrovolně...“

pravidel pomáhá klientkám a jejich dětem osvojit si a poznat základní normy a jistoty, které jim v předchozím prostředí chyběly (Sahula, 2017)¹¹.

Do funkcionálního působení můžeme zařadit i účast na růstových skupinách, během nichž se klientky, kromě procvičování sociálních a psychických dovedností, učí smysluplně a strukturovaně se vyjadřovat, obhajovat se a prezentovat svůj názor, cvičí takto např. schopnost mluvit před publikem.

Edukace obětí domácího násilí, která probíhá v azylovém domě prostřednictvím růstové skupiny, je klíčovým prvkem sociálně pedagogického působení. Růstová skupina pomáhá obětem domácího násilí rozvíjet osobnost a posilovat sociální a emocionální kompetence. „Práce na skupině je zaměřena především na posílení sebevědomí a schopnosti odolávat nátlaku, trénink chování a potřebných sociálně psychologických dovedností“ (ACORUS, 2022).

Podle popisu podobných programů od Ševčíka a Špatenkové (2011) je možné růstovou skupinu zařadit do výchovně-vzdělávacích programů, které si kladou za cíl změnu chování ohrožené osoby. Takové programy jsou zároveň formou sekundární prevence.

Nácvik dovedností v oblastech, které jsou vnímané u obětí domácího násilí jako nejvíce problematické (např. udržení hranic ve vztahu, upřednostňování a naplňování potřeb partnera, podléhání manipulaci), pomáhá minimalizovat riziko návratu k násilnému partnerovi a může být nápomocný při vybudování nového vztahu bez přítomnosti násilí (Hronová, Vavroňová 2011). Pro lepší pochopení problematiky domácího násilí a jeho zákonitých mechanismů (např. cyklu domácího násilí) probíhá v rámci růstové skupiny edukace klientek na jednotlivá odborná témata domácího násilí.

Skupina má za cíl pomocí výchovných a vzdělávacích metod podpořit klientky azylového domu k návratu do běžného života, tedy podpořit jejich resocializaci a preventivním způsobem minimalizovat riziko návratu k násilné osobě. V souvislosti s těmito cíli se můžeme na růstovou skupinu podívat perspektivou nově vznikající oblasti sociální pedagogiky, resocializační pedagogikou (Průcha, 2015).

¹¹ V domácím násilí jde totiž o vztahy s narušenou základní důvěrou – o to více je integrita osoby ohroženě zraněna. V takové domácnosti panuje nepředvídatelnost, náladovost a neustálé emoční vypětí. (Chaloupková, 2022)

6.2 Resocializační pedagogika

Resocializační pedagogika je tradičně spojená s vězeňskými zařízeními a postpenitenciární péčí, s detenčními ústavy, s zařízeními ústavní výchovy, nízkoprahovými zařízeními a podobně (Univerzita Pardubice, 2024). Zaměřuje se zpravidla na sociálně narušené, sociálně nepřizpůsobivé nebo na deviantně či nějakým jiným patologickým způsobem se projevující lidi (Škoviera, 2018).

Autor nicméně zkoumá možnosti použití resocializační pedagogiky na jiné sociální skupině lidí než sociálně narušených v kriminálním nebo deviantním smyslu. „V souvislosti s pojmem sociálně narušení vnímáme především to, že nemá jednosměrně negativní konotaci, pokrývá nejen odchylky socializace ve smyslu negativního začleňování, ale i ‚nezařazení‘ nebo nízké míry začlenění“ (Škoviera, 2018, s. 25).

Resocializační pedagogiku můžeme vztahovat i k lidem, u kterých došlo k narušení v oblastech jako „sebeřízení, sebevnímání, sebepojetí, sebeobraz, sebehodnocení, ale i v oblasti sociálních dovedností“ (Škoviera, 2018, s. 25). V tomto ohledu lze do této kategorie zařadit i oběti domácího násilí, u kterých v těchto oblastech došlo k výrazným změnám a narušením. Různé formy domácího násilí oslabují oběť na sociálních a jiných dovednostech a poškozují její vnímání sebe a okolí. Domácí násilí je „chronická kumulovaná krize, kdy nové akutní zážitky nasedají na nezpracované krizové situace z minulosti a oběť je opakovaně vystavená traumatizujícím událostem“ (Chaloupková, 2022, s. 26). Duševní stav oběti je silně ovlivněn dlouhodobým emocionálním vyčerpáním a symptomy posttraumatického stresového syndromu. Dochází k výraznému poklesu sebevědomí, ztrátě úcty k sobě samému. Zkreslené negativní sebehodnocení proniká téměř do všech struktur osobnosti.

K možnosti použití resocializační pedagogiky na oběti domácího je možné přidat několik podpůrných argumentů. V rodinné anamnéze obětí často vyskytovalo domácí násilí v jejich primárních rodinách (Šobánková, 2024). Odbornice uvádí, že „až třetina dotazovaných, kteří mají zkušenost s domácím násilím, uvedla, že toto násilí už se v jejich rodině objevilo u předchozí generace“ (Šobánková, 2024). Rodina, kde se vyskytuje násilí, nemůže poskytnout zdravé a bezpečné prostředí pro vývoj dítěte: „Násilí v rodině totiž zasahuje nejen psychosociální vývoj dítěte, ale i vztahy v rodině a rodičovské kompetence obou rodičů. Dítě tak často nemá možnost v rodině vytvořit bezpečnou vztahovou vazbu s rodičem ani naplnit další psychosociální potřeby“ (Šobánková, 2024). Tito jedinci jsou ohroženi traumatizací a psychickou deprivací (Šobánková, 2024). Dospělí, u kterých se v anamnéze vyskytuje

transgenerační přenos domácího násilí, mohou proto být zařazeni do skupiny osob, u kterých byla narušena nebo selhala socializace. Resocializační pedagogika vhodným nástrojem pro práci s jedinci, kteří se nejen vymezují vůči obecně uznávaným společenským normám, ale také působí obtíže ostatním i sobě samým (Škoviera, 2018).

V souvislosti s tím je třeba zdůraznit skutečnost, že pokud matka v domácnosti setrvává nebo několikrát domácnost opustila a vrátila se k násilnému partnerovi nebo problém bagatelizuje, popírá a nespolupracuje s orgány, které jsou schopné tuto pomoc nabídnout (zejména orgány sociálně-právní ochrany dětí a jiné), ohrožuje takovým způsobem i svoje děti a neřešením situace přispívá k psychickému týrání dítěte¹² (Tomešová, 2023).

V souvislosti se resocializační pedagogikou se používá pojem *převýchova* (Škoviera, 2018; Veteška, 2015). Tento pojem směřem k obětem domácího násilí může být vnímán jako příliš paternalistický a jako patologizující, obzvlášť kdybychom přemýšleli o resocializační pedagogice v její širším pojetí jako o pedagogické subdisciplíně „mající za cíl korekci chování jedinců, skupin, komunit za účelem návratu“, a tedy směřující k vyvolání změny (Mühlpachr, 2019, s. 71). Veteška (2015) vzápětí ve své definici resocializace¹³ konstatuje, že místo pojmu převýchova se stále častěji používá pojem edukace, respektive i reedukace, protože v sobě zahrnuje vedle výchovy i vzdělávání.

Jako jeden ze základních principů resocializační pedagogiky v její širším pojetí Mühlpachr vidí právě celkový rozvoj a edukaci jedince: „V každém člověku bez ohledu na jeho biodromální zkušenosti a preferovaný způsob současného života či aktuální stav sociálního fungování existuje rozvojový a tvořivý potenciál. Tyto potenciály je možné za pomoci speciálních forem práce a metodických způsobů resocializačního zacházení rozvíjet a edukovat“ (Mühlpachr, 2019, s. 74).

Konopczynski (in Škoviera, 2018, s. 51) stejně jako Mühlpachr jednotlivce „nepatalogizuje“, klíčové je pro něj objevovat potenciál jedince k rozvoji. Resocializační pedagogiku Konopczynski spojuje s experienciálními (humanistickými), zejména expresivními terapiemi. Takto pojatá resocializační pedagogika má blízko k přístupům sociální pedagogiky, které vycházejí z humanisticky orientované výchovy a psychoedukace. Resocializační pedagogika se

12 Pokud orgán sociálně-právní ochrany dětí vyhodnotí situaci jako závažnou, může uložit výchovná opatření podle zákona, například napomenutí rodiče, zavedení dohledu nad výchovou dítěte nebo nařídí rodičům využít odbornou poradenskou pomoc. Tato opatření mohou být zaměřena jak na násilnou osobu, tak na rodiče, který se o dítě stará. I když se může zdát přísné ukládat tato opatření i vůči ohroženému rodiči, je to nezbytné v případech, kdy neřešení situace přispívá k psychickému týrání dítěte. (Tomešová, 2023)

13 Veteška (2015, s. 30) definuje resocializaci jako „výchovné působení na klienta (příslušníka rizikové sociální skupiny, pachatele trestního činu atd.) směřující k jeho opětovnému zařazení do řádného života společnosti. V této souvislosti se někdy používá pojem převýchova. Stále se však prosazuje i pojem edukace, respektive i reedukace, neboť v sobě zahrnuje vedle výchovy i vzdělávání“.

využívá jak při práci se skupinami, tak s jednotlivci, přičemž jsou aplikovány pedagogické i speciálně pedagogické terapeutické postupy (Hartl, 2010, in Škoviera, 2018).

„Úlohou resocializační pedagogiky je pomáhat člověku, který se z objektivních a subjektivních důvodů ocitl na delší dobu mimo běžné fungování společnosti, resp. jeho sociální kontakty jsou výrazně redukovány. Může to být spojeno s jeho emocionálními problémy a problémy s chováním, aktuálním zdravotním stavem, přestěhováním se do ‚nepřijímacího‘ prostředí, ale např. i částečnou izolací spojenou se založením rodiny“ (Škoviera, 2018, s. 100). Nelze nesohlasit s Mühlbachem (2019, s. 71), že takto široce pojaté cíle resocializační pedagogiky jsou identické s cíli sociální práce: „Sociální práce v rámci svých služeb a metod hledá řešení pro situaci klienta a může ji nalézt v jeho rozvoji, v jeho vzdělávání a sebepoznání právě přes učení. Vzdělávání dospělých je proces, ve kterém se dospělý člověk aktivně, systematicky a kontinuálně učí za účelem změny znalostí, názorů, hodnot, schopností a dovedností“ (Mužík, 1999, in Gulová, s. 73).

Těsnému propojení sociální práce a pedagogiky se věnují Balvín a Prokaiová (2013). Odborníci uvádějí, že sociální práce se vyvíjela a stále se rozvíjí ve spolupráci s dalšími humanitními vědami, přičemž dnes staví své ideové základy na několika vědních oborech, zejména filozofii, etice a pedagogice.

Strieženec tvrdí (1999, in Balvín a Prokaiová, 2013), že v případě sociální práce jde o vědomou výchovnou činnost, a proto tento obor přímo zařazuje do soustavy věd pedagogických. Jde o snahu cíleně ovlivňovat klientovu osobnost a jeho chování pomocí schopností a zkušeností sociálního pracovníka, který čerpá jak z pedagogiky, tak ze sociální pedagogiky. Praktické problémy nelze vyřešit pouze v rámci jedné vědecké disciplíny (Barták a Demjanenko, 2021, s. 20). Sociální pedagogika a sociální práce se vzájemně doplňují. Když porovnáme sociální pedagogiku se sociální prací, zjistíme, že sociální práce je více zaměřena na praktické stránky života jednotlivců. Zabývá se širším kontextem sociálních problémů a snaží se vytvářet vhodné podmínky pro jejich řešení, což přesahuje rámec sociální pedagogiky (Strieženec, 1999, in Balvín a Prokaiová, 2013).

„Výchova je prítomná všade tam, kde sa jedná o interakciu dvoch alebo viacerých ľudí, za cieľom dosiahnuť pozitívnu zmenu, ktorá by bola v súlade s očakávaniami spoločnosti, v súlade so spoločenskými normami“ (Balvín a Prokaiová, 2013, s. 20). Pro profesionální výkon sociální práce a dosažení dlouhodobé pozitivní změny je nezbytné opírat se o pedagogickou teorii a aplikovat ji v praxi. Pedagogika pomáhá sociálním pracovníkům chápat procesy v životě člověka, odhalovat příčiny negativních postojů a předvídat jejich následky. Tím také umožňuje včasné odhalení a prevenci (Balvín a Prokaiová, 2013).

Pedagog by si měl podle Bendla (2014) pamatovat, že nejde jen výchovu, ale o člověka v situaci výchovy. Bendl zdůrazňuje, že při studiu edukační reality je třeba uplatňovat antropologický přístup. „Antropologický přístup lze chápat jako určitou pojistku proti snahám či trendům zvědčtit pedagogiku ve smyslu uplatňování přírodovědního (přírodovědeckého), empiricko- kvantitativního a scientistního přístupu, používání experimentálních metod a statistického vyhodnocování dat v úzké spolupráci s psychologií, sociologií, popř. kybernetikou“ (Bendl, 2014, s. 70).

Obecné perspektivy a cíle jsou „v pedagogice nahrazovány pragmatickými koncepty jednotlivých a roztržtých kompetencí, které již nevyžadují kladení otázek po jejich smyslu jinak než v rovině ‚účel–prostředek‘. Ačkoliv se pedagogika po mnoho let snaží osvobodit od filosofických idejí a etablovat se jako ‚čistá věda‘, nikomu se dosud nepodařilo tento cíl naplnit. V pedagogice, stejně jako v dalších humanitních vědách, totiž nikdy nešlo (a ani do budoucna nemůže jít) pouze o přesný popis vybraných aspektů reality. Vždy se také jednalo o porozumění smyslu lidského jednání, zamyšlení nad morálním a společenským cílem výchovné činnosti a nad kreativním rozvojem v oblasti vzdělávání“ (Kořa a Strouhal, 2014, s. 11).

Výchova je způsob, jak člověka osvobodit od předsudků a bezmyšlenkovitě převzatých názorů druhých (Kořa a Strouhal, 2014, s. 14). Tento cíl má podobnou povahu jako snaha vést osoby ohrožené domácím násilím ke kritickému myšlení. Zdá se, že jde o to, aby oběti dokázaly rozpoznat škodlivé názory a potřeby, které jim vnuly jejich násilné protějšky, a tím se osvobodily z toxických vzorců chování.

Výchova a vzdělávání tak může obětem pomoci získat nový pohled na situaci, lépe chápat vlastní hodnotu a jednat nezávisle na manipulačních vlivech. Odborníci konstatují, že ve filozofii výchovy jde také o „utváření niterné formy života“ (Kořa a Strouhal, 2014, s. 14). Lze usoudit, že i v tomto případě růstových skupin jde o tu niternost, tedy o hluboké vnitřní prožívání a pochopení, o sebepoznání, posílení sebevědomí, sebereflexi, sebeúctu a seberozvoj, které jsou intenzivně podporovány během růstových skupin. Tyto skupiny poskytují prostor pro rozvoj vědomí vlastních emocí, postojů a hodnot, čímž pomáhají účastníkům lépe chápat sebe samé a své potřeby. „Člověk prostřednictvím filosofického myšlení projevuje starost o sebe sama, o to, kým je a kým se může a má stát“ (Kořa a Strouhal, 2014, s. 14) – tato myšlenka se může přímo vztahovat na edukaci obětí domácího násilí. Pomocí tohoto přístupu se oběti učí věnovat pozornost svému niternému já, rozvíjet hlubší uvědomění sebe samých, a tím znovu nacházet svou hodnotu, identitu a sílu.

Edukace musí mít i morální a filozofický rozměr, zamyšlení se nad mravním účelem výchovné aktivity – je třeba nejen pomoci obětem přizpůsobit se novým podmínkám a překonat trauma,

ale také podporovat jejich osobní růst a rozvoj. To zahrnuje citlivý přístup k jejich zkušenostem, posilování jejich sebevědomí a poskytování podpory, která obětem domácího násilí umožní obnovit místo ve společnosti. Tímto způsobem se pedagogika v kontextu edukace obětí domácího násilí stává nejen vědou o vzdělávání, ale také humanitním úsilím o podporu a transformaci životů jednotlivců.

6.3 Přizpůsobení edukace a forma předávání informací

V oblasti edukace obětí domácího násilí je klíčové chápat komplexnost jejich situace a emocionálního prožívání. Sociálně pedagogická pomoc musí být citlivě přizpůsobena specifickým potřebám oběti, přičemž forma předávání informací by měla být respektující. Direktivní přístup, kdy sociální pracovník vystupuje jako autorita, může vést k sekundární viktimizaci, a vyvolat v oběti pocit tlaku nebo odsouzení. Místo toho je třeba volit metody, které obětem umožní zpracovávat informace vlastním tempem a porozumět situaci postupně. Správné pojmenování problému je však nezbytné, protože umožňuje jeho efektivní řešení. Přestože si oběti nemusí být plně vědomy závažnosti situace nebo doufají v pozitivní změnu v chování partnera, tento stav často pramení z manipulace, psychologického nátlaku násilného partnera nebo nízkého sebevědomí oběti. Proto je důležité, aby vzdělávací aktivity citlivě osvětlovaly skutečnou podstatu problému bez obviňování či nálepkování.

Podpora a empatie hrají zásadní roli. Pro oběti je důležité cítit, že jejich pocity jsou chápány a respektovány a že mohou sdílet své zážitky bez obav z odsudku. Informace je potřeba předávat strukturovaně a krok za krokem, aby si oběti mohly samy zvolit další postup a měly pocit kontroly nad svým životem. Tento přístup podporuje autonomii a činí rozhodování méně stresujícím.

Cílem je nabídnout informace, které posilují kompetence obětí, aniž by vyvolávaly pocit bezmoci nebo stigmatizace. Jakékoliv formy nálepkování musí být eliminovány, protože mohou prohloubit izolaci a oslabit důvěru. Tento přístup staví na hlubokém porozumění a respektu k jedinečné zkušenosti každé oběti, což přispívá k budování její síly a autonomie. Edukace tedy musí být komplexní a flexibilní, přizpůsobená potřebám jednotlivce.

II PRAKTICKÁ ČÁST

1 Cíle a metodologie výzkumu

Empirická část diplomové práce se věnuje kvalitativnímu výzkumu zaměřenému na růstovou skupinu v azylovém domě pro oběti domácího násilí v ACORUS z.ú. Růstová skupina ve výzkumu je reprezentována ze dvou perspektiv.

První perspektiva výzkumu se zaměřuje na praktické aspekty fungování růstové skupiny v azylovém domě. Cílem této perspektivy je získat hlubší vhled do toho, jak konkrétně růstová skupina funguje z organizačního a praktického hlediska. Prostřednictvím zúčastněného pozorování je detailně popsána struktura a průběh růstových skupin. Témata, která nejvíce převažují, a cíle růstových skupin, ukazuje obsahová analýza dokumentů. Data z pozorování a z obsahové analýzy dokumentů pak tvoří základ pro doporučení týkající se metodiky vedení skupiny z pedagogického pohledu stejně jako pro návrhy na obsah studijních materiálů s ohledem na preventivní funkci azylového domu.

Druhá perspektiva prezentuje růstovou skupinu „očima klientek“ – odpovídá na hlavní výzkumnou otázku „Jaký význam měla účast na růstové skupině pro klientky azylového domu?“ prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů. Pro interpretaci dat z rozhovorů byla použita interpretativní fenomenologická analýza.

V následující tabulce jsou seskupeny výzkumné otázky pro všechny tři metody sběru dat.

<u>Výzkumná otázka pro zúčastněné pozorování</u>	Jak probíhá skupinové setkání z hlediska času a struktury a jaké pedagogické postupy a metodické přístupy jsou během něj využívány? (Například cíle, pomůcky a materiály, role a postavení vedoucích skupiny.)
<u>Výzkumné otázky pro obsahovou analýzu materiálů k vedení růstové skupiny</u>	Která témata se objevují nejčastěji a která z nich převažují? Na základě těchto dat identifikovat hlavní cíle růstové skupiny.

<u>Výzkumné otázky pro rozhovory s klientkami</u>	Hlavní výzkumná otázka (HVO) Jaký význam měla pro ženy účast na růstové skupině azylového domu?
	Dílčí výzkumné otázky (DVO) DVO1: Jaké téma klientky považují za nejdůležitější a proč? DVO2: Jaké podle klientek existují rozdíly mezi růstovou a terapeutickou skupinou? DVO3: Jakým způsobem dokázaly klientky aplikovat získané poznatky ve svém životě či vztazích?

Pro účely této diplomové práce byl zvolen kvalitativní výzkum. Jako metody sběru dat byly využity polostrukturovaný rozhovor s klientkami, obsahová analýza interních dokumentů k vedení růstové skupiny a zúčastněné pozorování růstových skupin.

Data z rozhovorů, data z analýzy dokumentů a data získaná pozorováním jsou základními typy dat pro realizaci kvalitativního výzkumu (Švaříček a kol., 2014). Tato metodologická triangulace umožňuje komplexnější pohled na výzkum, obohacuje a doplňuje výsledky zkoumaného jevu (Hendl, 2016).

Úrovně reality, které popisujeme pomocí kvalitativního výzkumu, jsou podle Gulové (2013) vysoce komplexní a proměnlivé. Je třeba podotknout, že součástí tohoto výzkumu je snaha porozumět specifickému problému – edukaci dospělých obětí domácího násilí – na příkladu skupiny osobnostního rozvoje. Můžeme tedy konstatovat, že kvalitativní analýza je pro takový cíl práce vhodnou metodou.

Podle Creswella je kvalitativní výzkum „proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků

výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách“ (Creswell, 1998, s. 12, in: Hendl, 2016). Kvalitativní výzkum prováděný pro účely této práce odpovídá Creswellově definici: výzkum probíhal v přirozených podmínkách, tj. v místě přechodného bydliště obětí (v azylovém domě), a soubor metod byl použit k vytvoření holistického obrazu o tom, jak růstová skupina v azylovém domě funguje a jaký má význam pro účastnice skupiny.

Kvalitativní výzkum je dobrou volbou při počáteční exploraci fenoménu (Hendl, 2016). Z toho vyplývá, že kvalitativní výzkum je užitečný, pokud se jedná o jev dosud málo probádaný nebo nejasný. Výzkumník pomocí kvalitativního výzkumu identifikuje klíčové oblasti a aspekty, které stojí za další hlubší prozkoumání.

Výzkumy v sociální pedagogice se pravidla zabývají sociálně problémovými skupinami a jevy, které se nachází mimo hranici nebo na hranici společenských norem. Tam bezesporu zařazujeme i domácí násilí. K odhalování zkušeností, na něž se sociální pedagogika jako obor soustředí, jsou nepostradatelné kvalitativní výzkumy. Tato diplomová práce zkoumá specifický jev, který stojí na pomezí sociální práce a sociální pedagogiky – edukaci dospělých obětí domácího násilí pomocí růstových skupin. Interpretativní fenomenologická analýza, která byla použita u rozhovorů, je taktéž užitečná v situacích, kdy je předmětem výzkumu neobvyklá skupina, specifická situace nebo netradiční zdroj dat (Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

Kvalitativní výzkum je v průběhu zkoumání flexibilní a otevřený změnám. To znamená, že jak výzkumník shromažďuje data a objevuje nové vzorce nebo témata, může měnit svůj přístup, klást nové otázky nebo se zaměřit na jiné aspekty fenoménu (Hendl, 2016). To je velmi užitečné při počáteční exploraci, kdy se mohou objevit neočekávané faktory nebo souvislosti. V této práci bylo například při analýze interních dokumentů zjištěno, že témata probíraná v růstové skupině by mohla být rozšířena o témata zaměřená přímo na jev domácího násilí. Růstová skupina by pak efektivněji plnila preventivní a resocializační cíle azylového domu.

Výzkum byl prováděn dlouhodobou intenzivní prací v terénu, což je také jednou z charakteristik kvalitativního výzkumu (Hendl, 2016). Započal v dubnu roku 2023 a skončil v prosinci 2024. Výzkumnice je součástí personálu azylového domu a klientky měly možnost vybudovat si s ní důvěrný kontakt, který při rozhovorech napomáhal k navození atmosféry bezpečí, jež je pro práci s oběťmi domácího násilí velice důležitá.

Získaná data byla podrobena induktivní interpretaci a analýze a celkový obraz byl konstruován v průběhu sběru dat a při poznávání každé jeho části. To je podle Hendla (2016, s. 48) pro provádění kvalitativního výzkumu typické.

Kvalitativní výzkum pomáhá odhalit, jakým způsobem skupina osobnostního rozvoje v azylovém domě funguje a jaký význam má pro participující ženy účast v takové skupině. Nabízí

se tak vzhled do zkušeností účastnic jejich vlastníma očima. Získaná data mají potenciál k prohloubení zkoumaného tématu – jak v rámci resocializace klientek v azylovém domě zefektivnit výchovné a vzdělávacího působení. Závěrečný výstup diplomové práce může být užitečný pro efektivní plánování, hodnocení a zlepšování podpůrných programů pro oběti domácího násilí v azylových domech.

1.1 Výzkumný soubor a etický aspekt výzkumu

Domácí násilí je velmi citlivé téma a rozhovory o něm snadno mohou u klientek vyvolat negativní pocity spojené se vzpomínkami na prožité násilí. Koutná Kostínková a Čermák (2013) doporučují, aby rozhovory o závažných tématech nebyly vedeny s respondenty, kteří se se zátěžovou situací stále vyrovnávají. Proto byly pro rozhovor osloveny pouze klientky, které se nacházely ve své poslední fázi pobytu, tedy v období, kdy lze předpokládat, že už krizovou situaci zvládly.

Respondentky byly předem vytypovány, následně osloveny prostřednictvím své klíčové sociální pracovnice během konzultace v azylovém domě. Po souhlasu s účastí byl dohodnut přesný termín a čas rozhovoru s výzkumníci. Všechny rozhovory se uskutečnily v areálu azylového domu.

Nejdůležitějším kritériem pro výběr respondentek byla jejich účast v růstové skupině, konkrétně jejich docházka na minimálně třech sezeních. Tímto způsobem byly vybrány klientky, které v azylovém domě pobývaly více než tři měsíce. Vzhledem k povaze výzkumné metody byl vzorek záměrně malý (3 respondentky). Interpretativní fenomenologická analýza totiž vyžaduje hloubkovou analýzu a pečlivou interpretaci dat (Koutná Kostínková a Čermák, 2013). Všechny respondentky byly ženského pohlaví, starší 18 let, alespoň tři měsíce pobývaly v azylovém domě a osobně zažily domácí násilí. První respondentka ve věku 36 let se zúčastnila 11 skupin, druhá respondentka ve věku 25 let se zúčastnila 6 skupin a třetí respondentka ve věku 57 let se zúčastnila 5 skupin.

Před zahájením rozhovoru podepsala každá klientka informovaný souhlas, který je uveden v příloze 1 této práce. Také před zahájením skupiny poskytly klientky souhlas (ústní) s přítomností výzkumnice v roli pozorovatelky na růstové skupině. Celý výzkum byl prováděn v souladu s etickým kodexem sociálních pracovníků České republiky, aby byla zajištěna ochrana a důstojnost všech účastnic výzkumu.

2 Zúčastněné pozorování na růstové skupině

Zúčastněné pozorování zahrnuje popis událostí a aktivit tak, aby bylo zřejmé, kdo jsou účastníci, kdy a kde se pozorování odehrává, jakým způsobem k událostem dochází a jaké jsou jejich příčiny. Tato metoda se běžně využívá v etnografickém výzkumu nebo případových studiích zaměřených na podrobný a hloubkový popis a analýzu určitého fenoménu (Hendl, 2016). Výzkumnice byla přítomna celkem na devíti setkáních růstové skupiny.

Zúčastněné pozorování na růstových skupinách probíhalo otevřeně: účastníci byli informováni o přítomnosti výzkumnice a souhlasili s její přítomností. Pokud se na skupinu dostavila nová klientka, výzkumnice se představila a stručně vysvětlila cíle své diplomové práce.

Z hlediska participace lze označit přítomnost výzkumnice jako zúčastněné pozorování. Výzkumnice se nicméně nevměšovala do diskusí ani se aktivně nezapojovala do skupinových aktivit.

Role pozorovatelky může být v tomto případě podle Hendla (2016) označena jako „pozorovatel jako účastník“. V této roli má výzkumník sice omezené možnosti, nedokáže podrobněji popsat zkušenosti jednotlivců ve skupině (Hendl, 2016), to však odpovídá stanovenému cíli tohoto pozorování, tedy zmapování struktury a průběhu skupiny, nikoliv popis zkušeností konkrétních klientek.

Pozorování bylo nestrukturované. Předem nebyl stanoven žádný přepis nebo konkrétní postup. Cílem sběru dat pomoci zúčastněného pozorování bylo odpovědět na otázku, jak probíhá skupinové setkání z hlediska času a struktury. Pozornost byla věnována pedagogickým postupům, například tomu, jak byly stanoveny cíle na začátku skupinového setkání, jaké pomůcky a materiály byly k dispozici a jakou roli a postavení měli vedoucí skupiny.

Výstupem z pozorování se staly ručně psané terénní poznámky výzkumnice, které heslovitě popisovaly dění na skupině, přičemž poznámky měly jak popisný, tak reflektující charakter. Ve druhé fázi byl záznam doplněn o další podrobnosti (které si výzkumnice ze setkání pamatovala) a z poznámek se stal souvislý záznam z pozorování. Ve třetí fázi byla vytvořena struktura s popisem každé růstové skupiny. Data byla pro lepší přehled redukována do zjednodušené a zkrácené verze, která se nachází v následující podkapitole.

K popisu pozorování byla použita klasifikace dle Hendla (2016).

2.1 Struktura, průběh a popis růstových skupin

Povinná edukační růstová skupina probíhá každé první pondělí v měsíci. Skupinu vedou dvě ženy – ředitelka azylového domu a terapeutka. Obě mají dokončený psychoterapeutický výcvik

a vysokoškolské nebo vyšší odborné vzdělání podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách. Struktura hodiny se skládá ze tří částí –úvodní část s tzv. „icebreaker“ aktivitami, které slouží ke sdílení aktuálního stavu žen a případně k představení nových klientek, dále hlavní část, která se věnuje ústřednímu tématu, a část závěrečná, kde se reflektuje celá aktivita, a shrnují se dojmy. Po konci skupiny, bez přítomnosti klientek, provedou vedoucí společnou reflexi. Ta spočívá ve sdílení dojmů, postřehů a poznámek o konkrétních klientkách, vedoucí si také shrnují podstatné informace, případně rozebírají, co jim na skupině připadalo komplikované. Protože klientky mohou program kdykoliv opustit nebo se skupiny neúčastnit, je složité navázat na předchozí hodiny. Každá lekce je tedy rozvržena tak, aby byla tematicky kompletní.

Úvodní část – kolečko a zjištění očekávání (10–15 minut)

Skupinová setkání začínají úvodním kolečkem, kdy vedoucí přivítají všechny účastnice a vyzvou je, aby se podělily o své aktuální pocity, zážitky a očekávání. Tento čas lze využít také ve chvíli, kdy má některá z klientek urgentní téma, které by ráda hned na začátku řešila. Úvodní část slouží jako prostor pro naladění se na skupinu, podporuje otevřenou a bezpečnou atmosféru.

Představení hlavního tématu – edukace (15–20 minut)

Následně vedoucí představí hlavní téma setkání. To se může týkat například sebeobrazu, manipulace, sebevědomí nebo sebeprosazení (další témata jsou v Příloze č. 4). Součástí tohoto bloku je krátká přednáška, díky níž se klientky s daným tématem seznámí hlouběji. Vedoucí podporují diskusi, klientky tak mají možnost navázat na téma vlastními příspěvky vycházejícími z jejich zkušeností.

Hlavní aktivita – technika, cvičení, diskuze (20–30 minut)

Následuje hlavní aktivita, která tvoří ústřední část setkání a umožňuje klientkám pracovat na cvičení souvisejícím s tématem. Vedoucí rozdají materiály k prostudování. Poté si klientky plní zadání. Po studiu materiálů přichází diskuze nebo sdílení zkušeností, např. zkušenost s projevy manipulace u bývalého partnera.

Zpětná vazba a sdílení (cca 15–20 minut)

Po dokončení hlavní aktivity se klientky setkávají v kruhu, kde sdílejí své výtvary a dojmy ze zadání. Tento blok je zaměřen na zpětnou vazbu, klientky reagují na sdílení ostatních a přidávají své postřehy.

Závěrečná reflexe a shrnutí (5–10 minut)

Vedoucí na závěr shrnou klíčové body celého setkání.

Závěrečná zpětná vazba vedoucích skupiny

Jakmile klientky odejdou, vedoucí si navzájem poskytují zpětnou vazbu o průběhu celé lekce a diskutují o změnách, které u klientek zaznamenaly, či o celkovém rozpoložení skupiny. Tento poslední krok je důležitý pro zaznamenání pokroku, nálad a potřeb klientek, jež tak mohou být zohledněny při plánování dalších setkání.

V následující tabulce je představeno osm růstových skupin. Tabulka poskytuje přehled růstových skupin podle kategorií: téma, edukační cíle, technika a pomůcky, aktivita, výstup a pedagogická doporučení.

Stručný popis pozorování zúčastněných skupin

1. SKUPINA	
Téma	Pozitivní sebeobraz – Co vidím já a jak mě vidí ostatní
Edukace – cíle	1. Pomoci ženám uvědomit si své silné stránky 2. Rozvíjet dovednost pozitivně vnímat a ocenit samu sebe i jiné lidi 3. Poskytnout zpětnou vazbu ostatním klientkám, která podpoří sebevědomí a pozitivní sebereflexi
Technika a pomůcky	Technika: kreativní sebevyjádření kresbou Pomůcky: papíry, pastelky, tužky, hudba pro navození uvolněné atmosféry
Aktivita	Ženy kreslí symbolické nebo realistické zobrazení sebe samých, popisují své vlastnosti a píší alespoň tři věci, které na sobě mají rády. Po dokončení obrázku nechávají papír na židli a obejdou výtvary ostatních klientek. Mají za úkol napsat

	pozitivní věci o ostatních klientkách. Ženy se vracejí na svá místa, nahlas předčítají pozitivní vlastnosti a sdílejí své dojmy ohledně toho, co o nich ostatní ženy napsaly. Při zpětné vazbě jsou klientky překvapené, že na nich ostatní našly tolik pozitivních věcí.
Výstup	1. Ženy si uvědomí své pozitivní vlastnosti a získají podporu od skupiny. 2. Posiluje se jejich sebevědomí, získávají pozitivní zpětnou vazbu, nový náhled na sebe samé.
Pedagogické doporučení	Na konci skupiny mohou vedoucí klientky vyzvat, aby si na sobě zvolily jednu pozitivní věc, na niž se budou v následujícím týdnu soustředit a vědomě ji posilovat. Je také možné ženy povzbudit, aby si zpětnou vazbu zapsaly do osobního deníku, což by mohlo posílit efekt pozitivního sebepotvrzení.

2. SKUPINA	
Téma	Manipulace – Jak ji poznat a jak je možné jí čelit, kontramaniplulace
Edukace – cíle	1. Uvědomit si, co manipulace je a jak ji rozpoznat.

	2. Získat schopnosti rozpoznat manipulaci v osobních vztazích. 3. Naučit se na manipulaci asertivně reagovat.
Technika a pomůcky	Technika: diskuze Pomůcky: vytištěné studijní materiály a) seznam 30 znaků manipulátora podle Isabelle Nazare-Agy b) příklady kontramanipulačních odpovědí
Aktivita	Práce s materiálem: Studium znaků manipulátora a kontramanipulačních odpovědí Vedoucí rozdají studijní materiál 30 znaků manipulátora podle Isabelle Nazare-Agy. Klientky si materiál prostudují a vypíší si poznámky. Poté diskutují o tom, jak rozeznávají, že s nimi někdo manipuluje, jaké emoce chce manipulátor vyvolat – tyto emoce pojmenovávají. Dále probíhá sdílení zkušeností s manipulací. Klientky mluví o tom, co jim pomáhá manipulaci odolat. Vedoucí následně rozdá druhý studijní materiál, v němž jsou představeny konkrétní příklady kontramanipulačních odpovědí.
Výstup	1. Klientky si uvědomují manipulaci ve svých vztazích a umí se jí bránit. 2. Klientky získaly nástroje pro asertivní jednání.

Pedagogické doporučení	Více se zaměřit na praktické zkoušení konkrétních výroků a reakcí. Klientky by mohly pracovat ve dvojicích, kde by si navzájem zkoušely vyslovovat různé manipulativní věty a zároveň na ně reagovat pomocí kontramanipulačních technik. Další možností je vybídnout klientky k tomu, aby samy vymýšlely příklady manipulace a vhodné kontramanipulační odpovědi.
-------------------------------	---

3. SKUPINA	
Téma	Květ sebevědomí – Jak a ve kterých oblastech lze zvyšovat sebevědomí
Edukace – cíle	1. Posílit uvědomění důležitosti péče o sebe 2. Podporovat sebereflexi v klíčových oblastech života 3. Motivovat k malým, dosažitelným krokům ke zvýšení sebevědomí
Technika a pomůcky	Technika: kreslení květu s lístky představujícími oblasti života Pomůcky: papíry, pastelky, tužky

Aktivita	Vedoucí rozdává instrukce ke cvičení: klientky mají nakreslit květ se šesti lístky, přičemž každý lístek představuje jednu důležitou oblast života. Do každého lístku si klientky zapisují, co dělají pro zlepšení sebevědomí v dané oblasti a kde vidí ještě prostor pro zlepšení. Oblasti květu: • základní potřeby (jídlo, bezpečí, oblečení, sex), • fyzické a duševní zdraví, • vyjadřování pocitů a názorů, komunikace, asertivní jednání, • vnímání a pojmenování úspěchů, • pozitivní myšlení – od „nemůžu“ k „můžu“.
Výstup	1. Kresba květu se zaznamenanými oblastmi pro zlepšení sebevědomí. 2. Klientky mají přehled o vlastních potřebách a rezervách. 3. Klientky lépe rozumí tomu, z jakých oblastí se život skládá a jak o každou oblast pečovat.
Pedagogické doporučení	Více povzbudit klientky k vytvoření konkrétních kroků pro zlepšení, např. lepší stravování či pravidelný pohyb. Jasněji rozvrhnout čas na každou oblast, aby diskuse byla vyvážená (některé oblasti se nestihly). Je možné poskytnout doporučení týkající se denního režimu, např. Tipy na zdravou stravu a relaxační techniky ve formě materiálů, které si klientky mohou odnést.

4. SKUPINA

Téma	Sebeprosazení, já-výrok, asertivní komunikace, pocity a potřeby
Edukace – cíle	1. Podpora schopnosti identifikovat a vyjadřovat pocity a potřeby 2. Rozvoj asertivního vyjádření potřeb 3. Naučit klientky používat já-výrok v konfliktních situacích
Technika a pomůcky	Pomůcky: lístečky s emocemi, pohlednice s obrázky Technika: intuitivní výběr kartiček pro identifikaci emocí a potřeb, cvičení s já-výrokem pro řešení konfliktních situací

Aktivita	Aktivita 1: Vedoucí náhodně rozmístí na podlahu kartičky s názvy emocí a vyzve klientky, aby si vybraly tři emoce, které tento den prožily. Společně s ostatními klientkami je v kruhu reflektují (která emoce převažovala, co bylo jejím zdrojem). Aktivita 2: Vedoucí ke kartičkám přidá pohlednice. Klientky si mají vybrat pohlednici s obrázkem, který symbolizuje jejich potřebu. Následuje společná diskuze na téma uspokojování potřeb a přání. Aktivita 3: Vedoucí rozdá materiál s konkrétními větami já-výroků. Klientky se seznámí s materiálem a mají za úkol vzpomenout nedávnou konfliktní situaci. Následně jsou vyzvány ji zkusit zpětně vyřešit pomocí já-výroku. Závěr: Reflexe aktuálních potřeb, klientky sdílejí své dovednosti a schopnosti.
Výstup	1. Klientky identifikují své emoce a potřeby. 2. Klienty zlepšily své schopnosti asertivní komunikace. 3. Klientky znají techniku já-výroku a umí jej využívat k řešení konfliktů. 4. Klientky sdílely své dovednosti a vzájemně se podporovaly.
Pedagogické doporučení	Je vhodné povzbuzovat klientky k pravidelnému používání já-výroků v každodenních situacích. Vhodné by bylo zařadit cvičení, při kterých ženy trénují já-výroky ve dvojicích, což umožňuje intenzivnější nácvik v bezpečném prostředí. Zároveň by mělo být vyhrazeno více času pro každou aktivitu, aby si ženy mohly osvojit nové dovednosti a upevnit je v praxi.

5. SKUPINA	
Téma	Moje zdroje
Edukace – cíle	1. Uvědomit si osobní zdroje energie a radosti 2. Podporovat schopnosti identifikovat, co nám přináší potěšení a doplňuje energii 3. Rozvíjet kreativitu a schopnosti vizualizace osobních hodnot a zájmů
Technika a pomůcky	Technika: koláž Pomůcky: staré časopisy, nůžky, lepidla, papír formátu A3, fixy, pastelky
Aktivita	Vedoucí představí téma dnešního setkání – „Moje zdroje“ a klade následující otázky: • Co jsou naše zdroje? • Čím si doplňujeme energii, „dobíjíme baterky“? • Co rádi děláme ve volném čase? Klientky z časopisů vybírají obrázky, které představují jejich zdroje radosti a energie, a lepí je na papír A3.
Výstup	1) Klientky odnesou hotové koláže znázorňující osobní zdroje energie a radosti.

	2) Klientky uvědomují a identifikují osobní zdroje energie. 3) Klientky rozumí, jak zdroje využívat pro psychickou pohodu.
Pedagogické doporučení	Je důležité motivovat klientky k zamyšlení nad smysluplným plánováním a trávením volného času. Je vhodné diskutovat výhody a nevýhody aktivního a pasivního odpočinku. Je také důležité vysvětlit rozdíly mezi těmito dvěma typy odpočinku a jejich funkci, přičemž by měl být kladen důraz na vyváženost, která je pro optimální regeneraci klíčová.

6. SKUPINA	
Téma	Růstová skupina: Představení růstové skupiny novým klientkám (pravidla, výběr témat)
Edukace – cíle	1. Seznámit s cílem a strukturou skupiny 2. Ujasnit pravidel skupiny (význam respektu, dochvilnosti a pravidla STOP) 3. Poskytnout prostor pro klientky, vybrat témata, která je zajímají a oslovují 4. Pomoci klientkám zjistit, jaké oblasti života vnímají jako problematické
Technika a pomůcky	Technika: diskuze

	Pomůcky: vytištěný materiál s tématy skupiny
Aktivita	Jelikož na skupinu dorazily nové klientky, představila vedoucí účel skupiny, pravidla (respekt, pravidlo STOP, dochvilnost a důvěrnost informací, tedy povinnost mlčenlivosti) a rozdíl mezi terapeutickou a edukační skupinou. Klientky byly vyzvány k tomu, aby si vybraly dvě témata, která je nejvíce zajímají. Tak si měly snáze ujasnit, v jaké oblasti mají nejvíce problémů.
Výstup	1. Klientky byly seznámeny s pravidly skupiny a cíli setkání na růstových skupinách. 2. Klientky si zvolily témata, která je oslovují. 3. Klientky pojmenovaly oblasti, které jsou podle nich problematické, a proto by se na ně měly podrobněji zaměřit.
Pedagogické doporučení	Bylo by vhodné s klientkami promluvit o tom, proč se v růstové skupině pracuje s tématy souvisejícími se sebevědomím apod. a tato témata propojit s tématem domácího násilí. Konkrétně probrat každé téma v souvislosti s násilným vztahem – vést diskusi, proč si klientky myslí, že jsou tato témata (např. efektivní jednání) zahrnuta, a co to pro ně znamená.

7. SKUPINA

Téma	Dynamika násilného vztahu, cyklus násilí, bariéry v odchodu, moc a kontrola ve vztahu.
Edukace – cíle	1. Uvědomit si bariéry v odchodu ze vztahu 2. Pochopit cyklus násilí a jeho dopad na rozhodování oběti
Technika a pomůcky	Technika: diskuze a otázky Pomůcky: tabule a fixy, papír A4
Aktivita	Vedoucí zahájí aktivitu představením tématu domácího násilí a zadává úkol: ženy napíší na papír, co jim bránilo odejít ze vztahu. Po 10 minutách samostatné práce následuje diskuze, kde sdílejí své odpovědi, a vedoucí zapisuje hlavní důvody, jako je strach nebo finanční nejistota. Vedoucí dále vysvětluje cyklus domácího násilí (napětí, výbuch, usmíření) a propojuje jej s důvody setrvávání. Během výkladu pokládá otázky, které ženám pomáhají pochopit, proč je odchod tak obtížný, např.: Kdy si ženy myslí, že je člověk nejvíce rozhodnutý odejít?
Výstup	1. Klientky disponují seznamem nejčastějších důvodů, proč ženy setrvávají ve vztahu. 2. Klientky si uvědomují vlastní bariéry odchodu. 3. Klientky rozumí cyklu násilí a vlivu na rozhodování vztah ukončit / dát ještě partnerovi šanci.
Pedagogické doporučení	Tuto hodinu je možné rozdělit na dvě části a věnovat více pozornosti argumentaci, proč zůstat nebo proč odejít ze vztahu, a to jak z pohledu násilné osoby, tak i oběti. Role oběti a násilné osoby je možné zahrát a projít společně ve dvojicích či trojicích následující otázky: Co oběť považuje za

	neřešitelné? Který argument násilné osoby byl nejsilnější? Kdy se cítila nejslabší? Přesvědčila oběť násilnou osobu, že chce vztah ukončit? apod. (Bednářová a kol. 2003)
--	---

8. SKUPINA	
Téma	Partnerský vztah – Co od něj očekávám, co mohu nabídnout
Edukace – cíle	1. Ujasnit si, jaké vlastnosti preferují klientky u partnera a co mohou nabídnout do vztahu 2. Zamyslet se nad tím, jaké hodnoty jsou pro klientky ve vztahu důležité
Technika a pomůcky	Technika: inzerát, diskuze Pomůcky: papíry A4, tabule, popisovače
Aktivita	1. aktivita: Klientky dostanou papíry A4, rozdělí je na dvě části – první sloupec: vlastnosti, které preferují u partnera, druhý sloupec: co ony mohou ve vztahu nabídnout. Vyplňování probíhá nejdříve samostatně, poté klientky vyplňují společně na tabuli. Vedoucí stojí u tabule a zapisuje vlastnosti, které klientky říkají. Následuje diskuze – proč klientky vybraly konkrétní požadavky (pozornost, péče, bezpečí apod.)

	2. aktivita: Klientky píšou fiktivní inzerát na seznamku, kde popisují, co hledají u partnera a co by mu mohly nabídnout. Po sepsání inzerátu čtou klientky své texty nahlas a diskutují o tom, co je pro ně v partnerství klíčové. Závěrem probíhá diskuze – jak poznám, že mě partner miluje.
Výstup	1. Klientky umí pojmenovat jednotlivé vlastnosti a vědí, kterými vlastnostmi samy disponují. 2. Klientky získaly jasnou představu o svých očekáváních od partnera a o tom, co mohou do vztahu nabídnout. 3. Klientky si uvědomily, které vlastnosti partnera jsou pro ně prioritní. 4. Klientky umí popsat své přednosti.
Pedagogické doporučení	Bylo by vhodné, aby se klientky zamyslely nad tím, jaké konkrétní věci představují jednotlivé vlastnosti. Co konkrétně si představují pod pojmem "péče"? Co přesně partner dělá, když se o ně stará? Je důležité prodiskutovat, že tyto představy se mohou u každého člověka lišit.

2.2 Funkcionální působení během růstových skupin

Během absolvování růstových skupin dochází u žen nejen k přímému a záměrnému působení, ale také k funkcionálnímu působení, tedy k nezáměrným vlivům prostředí. Tyto vlivy mohou klientky formovat přirozeným způsobem, aniž by byly cíleně plánovány nebo řízeny.

Během růstových skupin podporují vedoucí skupiny klientky v poskytování zpětné vazby, čímž jim pomáhají analyzovat jejich reakce a vnitřní prožívání. Verbalizace pocitů je klíčovým nástrojem, který podporuje rozvoj vnímavosti vůči vlastním emocím, myšlenkám a chování a následně schopnost porozumět sobě samému. Během skupin klientky reflektují své zkušenosti a tímto způsobem se učí vědomě kontrolovat své emoční projevy a postupně rozvíjet schopnost pojmenovat a verbalizovat vnitřní procesy. Klientky se také učí mluvit před lidmi a

strukturovaně a v souvislých větách sdělovat své myšlenky. To jim umožňuje překonávat tendence potlačovat své emoce, které často byly důsledkem traumatických zkušeností, násilí nebo kritiky z minulosti.

Pravidla zavedená ve skupině, jako je například „pravidlo stop“, mají za cíl naučit klientky rozpoznat negativní myšlenky či reakce a požádat například o možnost skupinu opustit, nebo naopak dále hovořit. Práce s pravidly má přímý vliv na zvládání stresových situací a podporuje klientky v dodržování vlastních hranic.

2.3 Doporučení pro praxi z pedagogického pohledu

Z pedagogického hlediska je možné se zaměřit na strukturu skupinové práce detailněji. Růstová skupina může být zpracována metodicky, s popisem techniky a předem stanovenou časovou náročností jednotlivých aktivit. Na začátku každého setkání růstové skupiny je důležité stanovit jasný cíl lekce a ujistit se, že ho účastníci chápou. Úvodní přednáška vedoucích může být stručnější, například prezentovaná formou krátkého informačního materiálu v písemné podobě, který si klientky mohou odnést domů.

Růstová skupina má sice stanovené téma, přesto mohou diskuse sklouzávat ke konkrétním problémům klientek. Pokud se objeví nová členka, některá témata pro ni mohou být příliš citlivá, což může vést až k tomu, že skupinu opustí. Účastnice se zaměřují na své vlastní emoce a intenzivně je prožívají, například pláčem nebo odchodem ze skupiny. To může narušit efektivitu společné práce.

Z pedagogickému hlediska by mohlo být vhodné používání materiálů / pracovních sešitů, kam by ženy během skupin mohly zapisovat své postřehy a následně si je odnést k prostudování na později nebo je v případě potřeby použít.

Bylo by přínosné více procvičovat jednotlivé techniky (asertivní výroky, jak říkat „ne“ apod.), například ve dvojicích či trojicích nebo pomocí inscenace smyšlené situace. Tím by si účastnice mohly tyto dovednosti lépe osvojit a snadněji je aplikovat v reálných situacích.

I přesto, že každá skupina představuje tematicky ucelenou jednotku a není téměř možné navazovat na předchozí hodinu, bylo by vhodné dát klientkám krátký domácí úkol. Například cvičení mimo skupinu ve formě já-výroků. Na skupině by se poté mohlo diskutovat, zda domácí úkol klientky zvládly splnit. V případě potřeby by klientka svými slovy vysvětlila novým účastnicím smysl domácího úkolu nebo shrnula předchozí hodinu svými slovy.

3 Obsahová analýza interních materiálů k vedení růstové skupiny

V rámci výzkumu byla provedena obsahová analýza dokumentů, která se zaměřila na témata, aktivity, lekce a cvičení, jež vedoucí skupiny používají jako pomůcky a materiály při práci s růstovou skupinou.

Analýza dokumentů patří mezi základní metody kvalitativního výzkumu. V těchto dokumentech se odrážejí vědomé i nevědomé postoje, hodnoty a ideje jednotlivců nebo skupin. Výhodou této metody je, že shromážděná data nejsou ovlivněna chybami nebo zkreslením, které často vznikají při rozhovorech, pozorováních, měření nebo testování. Jde o nereaktivní způsob sběru dat, který je vhodný pro doplnění nebo ověření poznatků získaných jinými metodami (Hendl, 2016).

Dokumenty, které byly analyzovány, jsou aktuální a primární. Materiály výzkumnici poskytla ředitelka azylového domu ze svého archivu.

Výzkumnou otázkou, a tedy cílem obsahové analýzy bylo zjistit, která témata se objevují nejčastěji a která z nich převažují, a na základě těchto dat identifikovat hlavní cíle růstové skupiny. To bylo umožněno zmapováním toho, čemu se klientky během růstové skupiny konkrétně učí. Materiály byly analyzovány z hlediska prevence, a to jak z primárního hlediska, tedy celkového rozvoje osobnosti, tak z terciárního, zaměřeného na minimalizaci rizika návratu k násilné osobě.

Z obsáhlého množství materiálů, které byly shromážděny za dobu existence organizace ACORUS, bylo analyzováno a vypsáno 125 cvičení. Tyto materiály slouží jako interní pomůcky pro vedoucí skupin. Jedná se o sbírku okopírovaných materiálů k různým aktivitám, pocházejících z různých zdrojů, jako jsou knihy, kurzy či manuály. Tyto zdroje se zaměřují na témata sebezrovoje, procvičování sociálních dovedností a další podobné oblasti. Každé cvičení bylo v rozsahu přibližně půl až jedna a půl strany.

Vybraných 122 cvičení bylo nadále rozřazeno do větších tematických kategorií. Tento proces vedl k vytvoření dokumentu, který obsahuje 16 tematických okruhů s jednotlivými cvičeními.¹⁴

Díky provedené analýze bylo možné zjistit, která témata převažují, a která by naopak mohla být do skupinových aktivit přidána, aby tyto aktivity lépe odpovídaly preventivním cílům azylového domu. Na základě těchto dat byly také formulovány cíle skupiny.

¹⁴ Lze je nahlédnout v Příloze 3.

3.1 Výsledky obsahové analýzy dokumentů: nejčastější témata a cíle růstové skupiny

Po analýze aktivit bylo zjištěno, že hlavním tématem, na které se zaměřuje největší počet cvičení, je rozvoj osobnosti. Většina aktivit se soustředí na oblast sebepoznání, seberozvoje, sebevědomí a sebedůvěry – celkem 28 aktivit. Na druhém místě se nachází témata týkající se životních plánů, životních změn a hodnot – 25 aktivit. Třetí místo obsadil okruh emocionální inteligence a zvládání emocí – 20 aktivit. Tématu sociální inteligence a sociálních dovedností patřilo 19 aktivit, rodině a vztahům 13 aktivit, manipulaci a kontramaniplulaci 7 aktivit, domácímu násilí 4 aktivity, osobnosti a její struktuře 3 aktivity, naplňování potřeb také 3 aktivity a stresu a zvládání tlaků 2 aktivity.¹⁵

Je třeba poznamenat, že některé aktivity mohly spadat do dvou kategorií současně, například emocionální inteligence je úzce propojena s naplňováním potřeb. Řazení aktivit probíhalo intuitivně a na základě subjektivního vnímání výzkumnice.

Výsledkem analýzy je tak zjištění, že cílem růstové skupiny pro oběti domácího násilí v azylovém domě je posílit sebevědomí a osobní identitu klientek. Skupina podporuje ženy v budování pozitivního sebeobrazu a přijetí vlastní identity mimo roli oběti. Soustředí se na rozvoj sociálních a emocionálních dovedností, jako jsou asertivita, komunikace a schopnost odolávat stresu, což klientkám lépe pomáhá zvládat emocionální zátěž a stresové situace.

Skupina rovněž podporuje zlepšení dovedností v oblasti osobních vztahů, zejména efektivního vyjadřování potřeb a přání, a pomáhá ženám rozvíjet zdravé vztahové vzorce a vyhýbat se opakování negativních schémat chování. S cílem prevence návratu k násilnému partnerovi se klientky učí identifikovat a posilovat dovednosti potřebné k udržení osobních hranic a odolávání manipulacím.

Program rovněž podporuje resocializaci, tedy návrat klientek do běžného života a společnosti, včetně rozvoje praktických dovedností nezbytných pro samostatný život, jako je hledání a udržení zaměstnání či vzdělávání nebo procvičování konkrétních složitějších životních situací, např. soudní stání, pohovor v práci.¹⁶

Z preventivního hlediska je výsledkem analýzy zjištění, že většina aktivit ve skupině se zaměřuje spíše na primární prevenci (seberozvojové aktivity), což znamená, že aktivity jsou orientovány na všeobecnou populaci.

¹⁵ Kompletní seznam aktivit a cvičení je k nahlédnutí v Příloze 3.

¹⁶ Přehledný seznam cílů je k nahlédnutí v Příloze 4.

Azylový dům plní ze své podstaty funkci terciární prevence, tedy poskytuje přímou pomoc a podporu ženám, které se již staly oběťmi domácího násilí, a usiluje o předcházení vzniku problémů a o resocializaci klientek. S ohledem na resocializační cíle by skupinové aktivity měly přirozeně směřovat k sekundární/terciární prevenci, tedy k předcházení dalším negativním důsledkům (konkrétně jde o minimalizaci rizika návratu k násilnému partnerovi nebo vstup do dalšího násilného vztahu).

Lze konstatovat, že velké množství sebezvojových aktivit naznačuje potřebu přidat taková cvičení, která by byla zaměřena přímo na domácí násilí z jeho odborného hlediska. Prostřednictvím edukace o základních mechanismech domácího násilí získají ženy odborné informace, které jim umožní včas násilí rozpoznat. Pokud by se vrátily do vztahu s násilným partnerem, mohou se díky těmto znalostem rychleji odhodlat k odchodu z takového vztahu. Znalost mechanismů domácího násilí (cyklus domácího násilí, důvody setrvání v násilném vztahu apod.) zároveň přispívá k tomu, že si dotyčná žena uvědomí svou roli oběti a přizná si, že se tento problém týká přímo jí. Toto uvědomění představuje jeden ze základních stimulů k řešení problému, případně k rozhodnutí vztah ukončit. Poskytování odborných informací o domácím násilí v ženách také buduje důvěru a respekt vůči odborníkům. Jsou pak ochotnější naslouchat doporučením a plně využívat specializované služby.

4 Rozhovory s klientkami azylového domu

V empirickém výzkumu se data sbírají především prostřednictvím naslouchání vyprávění, pokládání otázek respondentům a shromažďování jejich odpovědí, tj. pomoci rozhovorů. Hlavním úkolem kvalitativních výzkumů, a tedy i rozhovorů, je podle Hendla (2016) objasnit, jak lidé v konkrétním prostředí a situaci získávají porozumění tomu, co se jim děje a proč jednají určitým způsobem. To znamená, že výzkumník zkoumá, jak si účastníci dané situace interpretují své zkušenosti, co je motivuje k určitým činům a jaký význam přiřkládají svému chování v daném kontextu. Nápodobně i cílem rozhovorů tohoto výzkumu bylo zjistit, jak klientky vnímají zkušenost s růstovou skupinou a jaký význam této zkušenosti přiřkládají.

4.1 Hlavní a dílčí výzkumné otázky rozhovorů

Klientky byly tázány formou polostrukturovaného rozhovoru, který vychází ze seznamu předem připravených otázek (Švaříček a kol., 2014). Otázky by měly být respondentům v kvalitativním výzkumu formulovány tak, aby byly otevřené, neutrální, citlivé a srozumitelné (Hendl, 2016). Klíčovým úkolem při tvorbě otázek je zajistit, aby formulace neovlivňovala odpovědi (Hendl, 2016).

Polostrukturovaný rozhovor se řídí pomocí hlavních, navazujících a pátracích otázek (Švaříček a kol., 2014). Při formulaci hlavní otázky se výzkumnice řídila postupem dle interpretativní fenomenologické analýzy dat. Hlavní otázka proto byla zaměřená fenomenologicky, tj. na porozumění individuálním zkušenostem klientek, a byla formulována otevřeně (Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

V rámci tvorby otázek pro rozhovor byl proveden předvýzkum, tj. pilotní rozhovor s klientkou. Po pilotním rozhovoru byly ze seznamu vyřazeny ty otázky, které bylo pro klientku obtížné odpovědět (např. byly příliš abstraktní). Nicméně z důvodu menšího počtu klientek předvýzkum je použit jako součást hlavního výzkumu, protože poskytl relevantní a hodnotné informace. Celkem proběhly tři rozhovory, každý trval přibližně 20 minut.

Hlavní výzkumnou otázkou (HVO) rozhovorů s klientkami azylového domu bylo prozkoumat, jaký význam pro ně měla účast na růstové skupině. První dílčí výzkumná otázka (DVO1) se zaměřuje na to, jaké téma považují klientky za nejdůležitější a proč. Výzkumnice se pomocí této otázky doptávala na momenty ze skupinových setkání, které klientkám nejvíce utkvěly v paměti. Důraz byl kladen na to, co je nejvíce oslovilo, co považovaly za užitečné, či naopak za zbytečné. Druhá dílčí výzkumná otázka (DVO2) se zaměřovala na to, zda klientky vnímají rozdíl mezi terapeutickou a růstovou skupinou. Výzkum se okrajově zaměřil na zjištění, v čem

se tyto skupiny překrývají a zda plní stejné cíle, případně se zaměřují na různé potřeby. Prostřednictvím třetí výzkumné otázky (DVO3) byly klientky dotazovány, jestli se jim podařilo poznatky z růstové skupiny aplikovat v praxi.

Dotazování probíhalo přirozeně, bez pevného pořadí otázek, což umožnilo reagovat na odpovědi a podrobněji rozvést názory a zkušenosti respondentek. Cílem rozhovorů bylo rovněž zachytit témata, která se ukázala být pro klientky významná v kontextu jejich osobní zkušenosti ve skupině. Na závěr byly respondentky dotázány na celkové hodnocení skupiny. Výzkumnice se zároveň zajímala o možné negativní stránky či dopady růstové skupiny. Tázala se také, zda klientky něco postrádaly, nebo zda naopak zaznamenaly něco, co jim nevyhovovalo. Poslední dotaz byl zaměřen na to, jestli by růstovou skupinu doporučily novým klientkám a případně proč.¹⁷

4.2 Interpretativní fenomenologická analýza

Pro analýzu rozhovorů byla zvolena metoda interpretativní fenomenologické analýzy.

Interpretativní fenomenologická analýza se zaměřuje na zkoumání toho, jak lidé prožívají své zkušenosti. Umožňuje nám důkladně pochopit, jak jednotlivci pojímají své prožitky a dávají jim smysl. To poskytuje hlubší vhled do konkrétních událostí nebo procesů – tedy fenoménů (Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

Interpretativní fenomenologická analýza se zakládá na třech teoretických zdrojích: na fenomenologii, hermeneutice a na idiografickým přístupu (Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

Ve vztahu k fenomenologii se zaměřuje na zkoumání jedinečné a individuální zkušenosti, tedy na to, jak lidé prožívají svět ve specifických situacích a čase. Klíčovým termínem pro interpretativní fenomenologickou analýzu je žitá zkušenost sama o sobě (Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

Z hlediska hermeneutického přístupu výzkumník „prozkoumává zkušenost konkrétního člověka z jeho perspektivy a zároveň si uvědomuje, že v tomto porozumění hraje ústřední roli také výzkumníkova zkušenost a jeho pohled na svět, stejně jako interakce mezi ním a participantem“ (Smith, 2004, in: Koutná Kostínková a Čermák, 2013, s. 10). Výzkumník otevřeně uznává, že jeho vlastní přesvědčení, postoje a interpretace jsou nepostradatelné pro to, aby mohl pochopit prožívání druhé osoby. Tento proces probíhá na bázi hermeneutického

¹⁷ Strukturovaný přehled otázek pro rozhovor s klientkami je uveden v Příloze 2.

kruhu: respondent nějakým způsobem rozumí své zkušenosti, následně výzkumník respondentovo porozumění interpretuje a komentuje. „Zároveň způsob, jakým výzkumník používá svoji subjektivitu, je vždy dialogický, systematický a rigorózní“ (Koutná Kostínková a Čermák, 2013, s. 11). Svoje interpretace výzkumník vždy zakotvuje v rozhovorech pomocí úryvků (Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

Třetí pilíř interpretativní fenomenologické analýzy je idiografický přístup, který se zaměřuje na podrobnou analýzu jednotlivců prožívajících specifické situace. Interpretativní fenomenologická analýza začíná zkoumáním jednoho případu, dokud není dosaženo hlubokého porozumění, a teprve poté se přechází k případu dalšímu. Každý jedinec může nabídnout jedinečnou perspektivu na zkoumaný fenomén, a pokud je tato perspektiva dostatečně bohatá, může být zkoumána samostatně (Smith, Flowers a Larkin, 2009, in: Koutná Kostínková a Čermák, 2013).

4.3 Postup analýzy rozhovorů

Sebereflexe je jedním z klíčových prvků interpretativní fenomenologické analýzy a je nutnou fází v postupu analýzy dat (Koutná Kostínková a Čermák, 2013). Moje motivace k provádění výzkumu růstové skupiny v azylovém domě se skládá ze dvou rovin. Z profesní roviny: jako sociální pracovnice v organizaci ACORUS z. ú., usiluji o zlepšení kvality poskytovaných sociálních služeb. K provádění výzkumu mě motivuje také rovina osobní, jelikož mám s domácím násilím zkušenost ze své primární rodiny (ze strany otce). Během procesu vyrovnávání se se zkušeností s domácím násilím v rodině se zlomovým bodem stalo uvědomění si toho, co se v mé rodině dělo, že se skutečně jednalo o domácí násilí. Proto jsem přesvědčená, že je důležité domácí násilí rozpoznat a pojmenovat – jinak není možné docílit jakékoliv změny či pokroku. Jsem si nicméně vědoma skutečnosti, že v roli výzkumnice je třeba zachovat profesionální odstup a v této roli zůstat i během celého výzkumného procesu.

Ve svém výzkumu jsem si položila otázku, zda jsou ženy schopné vztáhnout zkušenost s růstovými skupinami zaměřenými na domácí násilí na sebe, na svoji osobní situaci, nebo svou účast vnímají spíše jako povinnost bez většího osobního dopadu. Zajímalo mě, zda témata probíraná na růstových skupinách pronikla do jejich „přirozeného světa“.

Zkoumala jsem, jestli se klientkám azylového domu podařilo „přetavit“ nové poznatky v konkrétní kroky či rozhodnutí. Tázala jsem se, do jaké míry ženy vnímají účast na těchto skupinách jako smysluplnou součást svého procesu osobní transformace a jestli jim tato zkušenost pomáhá lépe porozumět vlastním potřebám, pocitům a prožitkům. Tímto jsem se snažila pochopit, jak růstové skupiny ovlivňují schopnost reflektovat vlastní zkušenosti.

Další fází bylo čtení a opakované čtení transkripce jednotlivých rozhovorů. V této fázi jsem si dělala poznámky a komentáře na okrajích textu k jednotlivým pasážím a výročkám respondentek. Tento proces mi pomohl nejen pochopit příběh, ale odhalil první náznaky klíčových témat, která se v rozhovorech objevovala.

V další fázi jsem analyzovala své vlastní poznámky a začala identifikovat klíčová témata. K těmto tématům jsem přiřazovala kratší interpretující komentáře, které byly více abstraktní a nabízely širší a zobecňující pohled. Témata z rozhovoru jsem sloučila do jednoho souboru, čímž jsem získala souhrn témat respondentky.

Následně jsem tento soubor témat dekonstruovala – tedy rozstříhala na jednotlivá témata, která jsem poté seskupovala do širších kategorií. Tato kategorizace mi pomohla vytvořit seznam nadřazených témat, která vyvstala z odpovědí respondentek, včetně odpovědí na dílčí výzkumné otázky. Takovým způsobem jsem postupovala u všech rozhovorů.

Po tematické analýze jsem přistoupila k analýze a interpretaci odpovědí na dílčí výzkumné otázky. Vypsala jsem výsledky pro každou otázku zvlášť i jejich interpretace, postavené na získaných datech. V této fázi jsem vždy dávala důraz na odpovědi, které byly přímo doloženy přímými citacemi respondentek, čímž jsem zajistila věrohodnost analýzy podle zásad interpretativní fenomenologické analýzy – „věrohodná interpretace je ta, která je založena především na výrazech, jejichž autorství patří respondentovi, a je doložena přímými citacemi“ (Smith, Flowers a Larkin, 2009 in Kostínková a Čermák, 2013, s. 22).

Po dokončení analýzy a interpretaci dílčích výzkumných otázek jsem se zaměřila na témata, která nebyla zahrnuta v rámci těchto otázek. Tato témata jsem přidala k odpovědím na hlavní výzkumnou otázku o významu růstové skupiny pro klientky azylového domu. Spojením této analýzy a interpretace dílčích výzkumných otázek s těmito nově identifikovanými tématy jsem vytvořila ucelenější obraz prožitků klientek.

Dále jsem se zaměřila na analýzu společných témat a vycházela jsem z předpokladu, že „analýza by měla ukazovat jak podobnosti, tak rozdíly mezi jednotlivými příběhy. Klíčové pro mě bylo identifikovat nejen společná témata napříč respondenty, ale i jedinečné aspekty individuálních zkušeností, které dokreslují konkrétní téma“ (Kostínková a Čermák, 2013, s. 41). Proto jsem při analýze společných témat shrnula to, co zaznělo alespoň u dvou klientek. Vzhledem k malému vzorku však nelze tvrdit, že by se obecně jednalo o téma, které by bylo důležité pro všechny klientky. Zaměřila jsem se spíše na popis unikátních zkušeností každé z nich a na to, v čem se jejich prožitky lišily, než abych hledala pouze společné prvky. Cílem bylo zachytit, co činí jejich zkušenosti jedinečnými.

5 Výsledky a interpretace rozhovorů s klientkami azylového domu

Při plánování výzkumu bylo původně zamýšleno provést 5 až 6 rozhovorů s klientkami, které se účastnily růstové skupiny. V průběhu sběru dat však výzkumnice narazila na několik neočekávaných překážek, které počet rozhovorů ovlivnily. Ukázalo se, že kvůli frekvenci setkání růstové skupiny, která se konají pouze jednou za měsíc, bylo obtížné najít větší počet klientek, jež by během doby daného výzkumu absolvovaly alespoň tři sezení. Výzkum diplomové práce byl započat v lednu 2023 a skončil v prosinci 2024. Do té doby se podařilo realizovat rozhovory se třemi ženami, které měly více než tři účasti na skupině. Důvodem k tomu byla skutečnost, že některé klientky bohužel na růstové skupiny z různých důvodů nedocházely pravidelně, např. onemocněly, nemohly z pracovních důvodů nebo zcela ukončily pobyt v azylovém domě.

Při analýze rozhovorů a jejich interpretaci jsem vycházela z předpokladu, že to, co se klientkám „vynořilo“ z paměti, je pro ně skutečně klíčové. Tento přístup můžeme popsat „jako vyhledávání něčeho, co nebylo řečeno, co je skryto v textu, či jako skeptický postoj k vyslovenému“ (Koutná Kostínková a Čermák, 2013, s. 22). Na otázku, jaké téma klientky považují za nejdůležitější, všechny tázané uvedly manipulaci. Během rozhovoru se však implicitně vracely k dalším tématům, nebo je alespoň zmiňovaly vícekrát. Tento proces „vynořování“ významných témat v průběhu rozhovoru naznačuje, že právě tato témata byla v daný okamžik pro klientky nejdůležitější, i když je za taková explicitně neoznačily.

Rozhovory s klientkami slouží ve výzkumu vedle pozorování a obsahové analýzy dokumentů jako doplňující, „dokreslující“ materiál.

5.1 Výsledky a interpretace výsledků na dílčí výzkumné otázky

5.1.1 DVO1

Jaké téma klientky považují za nejdůležitější a proč?

Respondentka č. 1

Výsledky:

Pro respondentku č. 1 jsou klíčovými tématy manipulace, vize do budoucna a péče o děti.

Téma manipulace považuje za nejdůležitější, protože se je vědoma skutečnosti, že nechce opakovat chyby z minulosti, nechce se znovu nechat ve vztazích manipulovat. Na požádání, aby téma „manipulace“ vzhledem ke své osobě trochu rozvinula, žena upřesňuje: „Nenechat se zmanipulovat dalšíma... Mám za sebou tři tyhle vztahy a pokaždé to vypadalo katastroficky. Vlastně ti partneři, nejdřív – oni, oni, oni, a člověk musel něco vynahrazovat, a pokud nebylo po jejich, tak člověk byl bit.“ Pro klientku je tedy klíčové rozpoznat manipulátory a před takovými vztahy se do budoucna ochránit.

Dalším zásadním tématem je pro respondentku vize do budoucna, cítí potřebu vědět, kam směřuje, plánování jí pomáhá držet směr. Jak sama popisuje svou zkušenost na růstové skupině: „Vlastně dělaly jsme ty vize do dalších let, nebo bylo to teda na ten rok, lepily jsme obrázky, čeho bychom za tady ten rok chtěly dosáhnout, a je to takové, člověk si může odškrtnout, čeho dosáhl, čeho ne, a může si eventuálně to, co nedosáhl, přivést třeba do příštího roku, aby věděl ty výhledové body. ...To je takový hnací motor, čeho by chtěl člověk dosáhnout, na co by se měl zaměřit, a na co ne. Měli bychom myslet sami na sebe než většinou na ty druhé.“

Téma dětí je pro respondentku rovněž důležité. Uvědomuje si, že péče o sebe samu ovlivňuje její schopnost pečovat o děti. Aktivitu na růstové skupině komentuje takto: „Potom tam byl ten, seberozvoj, že když člověk bude pečovat dobře sám o sebe, tak potom... a vzhledem k dětem, že čím líp bude člověk pečovat o sebe, tak potom vlastně ta péče je lepší dál i o ty děti. Protože pokud člověk uspokojí svoje vlastní potřeby, tak může uspokojovat potřeby druhých.“

Téma propojení péče o sebe a péče o děti si klientka osvojila, protože pochopila, oporou pro své děti může být jedině v případě, kdy sama bude spokojená: „My jsme to vlastně právě řešily s přesahem dál na ty děti. Vlastně když se člověk sám sebe nenasytí psychicky, tak potom nemůže rozdávat tu psychickou podporu dál. A přece jenom ty naše děti, co prožily... Třeba těmi traumatickými zážitky, tak tu psychickou podporu od rodičů nejvíc potřebují, a to teda většinou od matek.“

Děti jsou pro ni i motivací celou situaci řešit: „A většinou jsou tou motivací děti, aby ty děti to neviděly, aby v tom nevyrůstaly.“

Interpretace:

Respondentka č. 1 v rozhovoru prokázala hluboké uvědomění si vlastní minulosti, výzev, kterým čelila, a současně aktuální potřeby zajistit zdravější a stabilnější život pro sebe i své děti. Zmiňovaná témata (manipulace, budoucí vize a péče o sebe a o děti) se vzájemně doplňují a ukazují na její silnou motivaci postavit se na vlastní nohy, přestat se podřizovat manipulativním partnerům a soustředit se na osobní růst.

Téma manipulace je pro respondentku jasně spojeno s minulostí, nicméně po růstových skupinách je odhodlána se podobným dynamikám, které ji v minulosti poškodily, vyhnout. Tento její postoj naznačuje, že je pro ni důležité identifikovat signály manipulace, aby se vyhnula opakování chyb.

Respondentka zdůrazňuje, jak pro ni bylo na růstové skupině podstatné zaměřit se na stanovení vizí do budoucna, které by jí poskytly jasný směr. Aktivitu zaměření na plánování jí pomohly získat kontrolu nad budoucností a vedly jí také k uvědomění, že má moc svůj život měnit. Klientka zmiňuje aktivitu, během níž lepením obrázků zobrazovala své plány na následující rok a uvědomila si, že má možnost měnit svou situaci a nesplněné cíle přesouvat do dalších let. Tento postoj ukazuje, že pro respondentku je důležité mít strukturovaný plán a konkrétní cíle, které jí dávají motivaci. Vize do budoucna je pro ni jakýmsi „hnacím motorem“, který jí umožňuje překonávat těžkosti a soustředit se na to, čeho chce v životě dosáhnout.

Velmi silné je pochopení propojení osobní pohody se schopností pečovat o děti. Respondentka chápe, že pokud bude psychicky a emocionálně vyčerpaná, nebude schopna být pro své děti dostatečnou oporou. To naznačuje, že rozumí procesu prioritizace potřeb. Růstová skupiny jí poskytla nástroje pro lepší sebepěči a zdravý přístup k budoucnosti.

Respondentka č. 2

Výsledky:

V rozhovoru s respondentkou č. 2 se jako nejdůležitější téma vyprofilovalo téma manipulace, které klientka explicitně označila pro svou osobu za klíčové. Přesto uvádí další témata, která se vynořují v rozhovoru. Jedná se o: rozpoznání varovných signálů násilného vztahu, vztah s novým partnerem a otevřenou a upřímnou komunikaci. Všechna tři témata jsou úzce propojená. Manipulaci klientka vnímá jako zásadní aspekt své minulosti, jelikož ji zažila ve vztahu s bývalým partnerem, kde byla opakovaně manipulována. Klientka popisuje, jak ji její bývalý partner manipuloval a jak její vlastní povaha – „být hodná a vždy souhlasit“ – manipulaci umožnila. „Ta manipulace určitě, vzhledem k tomu, že jsem si to zažila s A. , docela dost, skoro necelých pět let, co jsme byli spolu... Ten to používal vlastně pořád, ten mě manipuloval, a vzhledem k tomu, že jsem takový člověk, který sebou nechal manipulovat, hodná a na všechno jsem kývla, takže to pro mě bylo docela... Jsem se vrátila do toho zpátky a probírala jsem to zpětně,“ říká respondentka.

Kromě samotné manipulace klientka v rozhovoru také zmínila důležitost vzdělávání a povědomí o manipulaci, nejen pro jednotlivce, ale i pro širší veřejnost, dokonce jako součást školního programu. Uvědomuje si, že manipulace je problém, který není ve společnosti dostatečně tematizován, a že by se na něj mělo zaměřit více lidí, například v práci nebo ve školách. „Uvědomila jsem si, že manipulaci ani zažít nechci a že je to důležité téma celkově pro všechny lidi, i pro ty, kteří nejsou ohroženi násilím. Mělo by se na to zaměřit hodně lidí, i třeba v práci nebo si myslím i ve škole... Mělo by se na to zaměřit víc lidí.“

Dalším důležitým tématem, které se v rozhovoru objevuje, je rozpoznání varovných signálů násilného vztahu. Klientka si zpětně uvědomuje, jak jí varovné signály od matky, když ji upozornila na nebezpečí vztahu s bývalým partnerem, unikly. Tato zkušenost ji naučila být v současnosti mnohem opatrnější, více si všímat náznaků, které mohou být signálem problémů ve vztahu. „To je, kdybych vynechala určité náznaky něčeho špatného, to je přesně to, co jsem vynechala třeba s A. na začátku našeho vztahu. Tenkrát, když jsem ukázala A. mamce, tak mamka, ta mi řekla, že to není dobrá partie a že bych měla odejít, protože se jí to nezdá, a že vypadá teda i A. na to, aby mě mohl začít mlátit.“

Stěžejním tématem, jejž klientka několikrát zmiňuje, je upřímná komunikace v novém partnerském vztahu. Je pro ni klíčové mluvit o svých pocitech a názorech otevřeně a na rovinu: „...ale je to něco ve mně, co říká: ‚řekni to narovinu‘, a buď to přijme, nebo ne. Mamka mi radila, abych s B. mluvila narovinu, jak se cítím, jak to teď mám, už skoro několikrát jsme mluvili, ty už se mají rádi s mamkou...“

V novém vztahu partnerovi otevřeně říká, co se jí líbí, a co nikoliv: „...mluvím s B. o všem, i co se týče... co se mi líbí, kde se necítím dobře a tak dále...“ S novým partnerem mluví dokonce upřímně také o své minulosti a domácím násilí. „Všechno jsem mu vysvětlila, jak to teď mám, jak jsem to měla taky teda...“ Uvědomuje si, jak důležité je mluvit narovinu a být otevřený, například vypráví, jak byla schopná říct svému partnerovi, že potřebuje odejít z místa, které jí připomínalo násilného partnera: „...na Václaváku a tam byli feťáci, v takovém úseku pod koněm kousek dál, a tam byl fakt cítit alkohol a já jsem se tím alkoholem dostávala do těch chvílí, kdy byl A. opilý. Já jsem ho prostě poprosila, abychom odešli, že mu po cestě vysvětlím proč, tak jsem mu po cestě vysvětlila a on řekl, že vůbec se nemusím ničeho bát, že když chci odněkud odejít, tak odejdeme, má pro mě pochopení.“ Zároveň tímto uvádí, že s vyjádřením upřímností měla dobrou zkušenost – partner ji totiž pochopil a ve sdělování autentických pocitů podpořil.

Interpretace:

Výsledky rozhovoru interpretuji tak, že pro klientku č. 2 je téma manipulace klíčové nejen z důvodu její vlastní minulosti, ale také kvůli potřebě prevence a edukace ostatních. Klientka si uvědomuje, jak hluboce ji manipulace ovlivnila v minulém vztahu, kde její ochota podvolit se partnerovým přáním vedla k dlouhodobým problémům. Zmiňuje, že je pro ni v budoucnu nezbytné se opakování těchto zkušeností vyhnout. To ukazuje její posun od pozice oběti k pozici, kde má události svého života pod kontrolou, reflektuje je a umí jim pomocí poznatků z růstové skupiny předcházet.

Respondentka vyzdvihuje schopnost rozpoznat varovné signály násilného vztahu. Tato schopnost není jen o zpětné analýze minulého vztahu, ale i o aplikaci naučených poznatků na současný vztah. Respondentka ukazuje na to, jak varovné signály – například obavy matky o klientčin vztah – byly ignorovány a jak tato skutečnost vedla k jejímu utrpení. Nyní si je klientka těchto signálů vědoma: ve vztahu s novým partnerem je mnohem opatrnější. Tento posun ukazuje na její rostoucí schopnost autoreflexe.

Upřímná komunikace v současném vztahu se pro klientku stala klíčovým nástrojem, jak vztah zlepšit. Pro respondentku je téma nového vztahu velmi důležité. Oceňuje podporu a pochopení, které jí její současný partner poskytuje. Otevřenost a schopnost mluvit o svých pocitech a potřebách je nyní základem jejího fungování ve vztazích. Tímto způsobem se klientka snaží předejít nejasnostem a zraněním, která by mohla dříve či později neschopnost vyjádřit se způsobit. Je zřejmé, že pro klientku bylo klíčové naučit se vyjadřovat otevřeným a upřímným způsobem. Tato dovednost, kterou si začala osvojovat během růstových skupin, pro ni představuje zásadní změnu v přístupu k sobě i k ostatním. Uvědomuje si, že bez této upřímnosti by si nemohla vybudovat zdravý a stabilní vztah.

Respondentka č. 3

Výsledky:

Nejdůležitějším tématem pro respondentku č. 3 byla během růstových skupin manipulace, uvědomění si domácího násilí, racionalizace situací, reflexe zisků a ztrát.

Respondentka za nejdůležitější označila téma „jak poznat manipulátora“. Uvedla například, že manipulátora lze rozpoznat podle naléhavosti a způsobu přesvědčování, kdy nejde o její dobro, ale o jeho vlastní prospěch. „Třeba to, jak poznat manipulátora. Třeba v té naléhavosti, v tom přesvědčování, kdy se snaží přesvědčit, ne že to je k mému dobru, ale vlastně k jeho.“ Dále respondentka uvádí, že už je schopná poznat, jak se manipulátor chová: „Musím si dávat pozor,

aby se mě nikdo nesnažil měnit. Takové varovné světýlko: když se někdo snaží mě měnit, jak by to chtěl on, tak rychle pryč.“

Klientka si v růstové skupině uvědomila, jak moc svým násilným partnerem byla zmanipulována. Dříve tuto manipulaci považovala za normální součást vztahu, což jí bránilo v tom, vidět skutečnou situaci. Říká k tomu: „Hodně ta manipulace pro mě byla důležitá, abych já v sobě dokázala nějak rozkrýt, protože jsem to brala úplně za normální věc, co se mi dělá, a během toho... těch setkání a hovorů o té manipulaci jsem viděla, že jsem dělala věci, které jsem ani nechtěla dělat, a byla jsem do toho zmanipulovaná vlastně a byly to věci, které se mi přičily, jako mně, morálně a podobně, co partner vyžadoval, co jsem musela dělat za něj, a nelíbilo se mi to.“

V souvislosti s tématem manipulace bylo pro respondentku rovněž významné uvědomění si domácího násilí a pochopení, že se jí tento problém osobně týkal. „Přemýšlím... člověk většinou ty věci ví, ale když se ho to týká, tak o tom přemýšlí jinak.“ Respondentka si uvědomuje, že o domácím násilí jako o jevu, který ale nedokázala vztáhnout na svůj život s partnerem, věděla. Říká, že si myslela, že má „normální“ vztah, a bylo pro ni důležité v sobě „rozkrýt“, že se v jejím případě jedná o domácí násilí. Růstová skupina jí také otevřela oči k pochopení situace jiných žen. „Získala jsem širší rozhled, jak ženy přemýšlí o tom domácím násilí a co všechno musejí řešit...“

Reflexe zisků a ztrát odchodu z násilného vztahu byla dalším klíčovým bodem. Během skupinových aktivit si klientka uvědomila, že odchodem od násilného partnera získala mnohem víc, než ztratila. „Já myslím, že jsme si psaly, že jsme porovnávaly, co jsem odchodem od násilného partnera získala a co ztratila, jo, a to mám schované, to mám schované, to, co jsem získala, asi desetinásobně převyšuje to, co jsem ztratila.“

Respondentka také začala vědomě analyzovat své myšlenky a racionalizovat situace, a to pomocí aktivit, kde může jasně vidět zisky i ztráty odchodu od násilného partnera. Takovým způsobem získala nadhled nad tím, co se ve vztahu s násilným partnerem dělo: „Pak když jsem se na to fakt podívala, protože to mám schované, protože se na to podívám, když se dostanu do takového stavu... tak mě to vrátí zpátky nohama na zem, trošku si to zracionalizuji a řeknu si, že to je vlastně můj život a že ho chci žít podle svého...“ Poznámky a materiály z této aktivity respondentka používá, když přemýšlí o návratu k násilnému partnerovi.

Sebereflexe na skupině jí dále pomohla pochopit, že rozhodnutí odejít bylo správné, a zbavit se pocitu sebeobviňování, který ji pronásledoval. „Takže to pro mě bylo sebeuvědomění, že to mám dobře nasměrované, protože jsem si furt jela ve svých sebeobviňováních, sebe..., v takovém navracení, že jsem to mohla řešit jinak, chudák, co on – a podobně.“

Důležitým tématem pro klientku bylo také hledání vysvětlení svých reakcí a lepší pochopení emocí. Skupinová reflexe ji přiměla o svých emočních reakcích více přemýšlet: „...člověk většinou ty věci ví, ale když se ho to týká, tak o tom přemýšlí jinak. Takže to mě hodně donutilo o tom přemýšlet, a to jsem se vlastně naučila a dělám to pořád... Hned mně to naskočí a přemýšlím o tom, proč to tak je, proč to tak mám. A dřív člověk jel furt jako fretka a vůbec se sebou nezabýval, tak v tomhle mi to pomohlo. I sama pro sebe hledám nějaké vysvětlení, proč třeba tak reaguju, z čeho to pochází a jak bych mohla reagovat, abych z toho já nebyla frustrovaná.“

Interpretace:

Pro klientku bylo velmi důležité zpracovat svoji zkušenost s domácím násilím na intelektuální rovině a najít odborné vysvětlení pro své chování a reakce. Opakovaně se v rozhovorech objevuje slovo *racionalizace*, *vysvětlení*, *přemýšlet*, což ukazuje na její potřebu rozumově pochopit a zracionalizovat to, co se jí stalo. Důležité pro ni bylo také potvrzení, že na její otázky existují odpovědi, a to odpovědi odborného charakteru, které by jí dodaly pocit jistoty, stability a kontroly.

Tato intelektuální podpora byla poskytnuta vedoucími růstových skupin, kteří jí pomohli pochopit domácí násilí nejen jako osobní zkušenost, ale také jako širší sociální a psychologický jev. Skupina jí poskytla prostor k tomu, aby se se svými reakcemi vyrovnala prostřednictvím odborných informací, a to jí dodávalo pocit, že situace, kterou prošla, je pochopitelná a že pro ni existuje racionální vysvětlení.

Respondentka přiznává, že i přes obecné povědomí o fenoménu domácího násilí si dlouho neuvědomovala, že se tento problém týká i jejího vlastního vztahu. Tato reflexe ukazuje na běžný problém mnoha obětí – normalizaci násilí v rámci vztahu a obtížnost rozpoznání jeho vzorců. Moment „rozkrývání“ pro ni představoval klíčový krok k tomu, aby pochopila svou situaci a dokázala ji jako domácí násilí pojmenovat.

Kromě vlastního uvědomění jí růstová skupina poskytla prostor k tomu, aby nahlédla situace jiných žen, které zažívají podobné problémy. Tento proces jí rozšířil perspektivu a umožnil pochopit různé aspekty domácího násilí stejně jako výzvy, kterým čelí ostatní ženy. Výrok o „širším rozhledu“ ukazuje na význam podpůrného prostředí, kde ženy mohou sdílet zkušenosti a navzájem se inspirovat k reflexi a změně.

Celkově lze říct, že proces uvědomění pro respondentku zahrnoval nejen popis a pojmenování osobní zkušenosti, ale také vyšší míru empatie a solidarity vůči ostatním ženám v podobné situaci.

Klientka se navíc často vrací k zapsaným materiálům a poznámkám, které si uchovala. Tyto písemné záznamy pro ni představují důležitý zdroj podpory a oporu a ukazují její potřebu moct se opřít o něco racionálního a evidentního. Materiály jí umožňují si připomenout a potvrdit získané informace, a to jí pomáhá udržet si nadhled a zůstat pevně nohama na zemi.

Dalším zásadním tématem byla reflexe zisků a ztrát spojených s odchodem od násilného partnera. Klientka si díky skupinovým aktivitám uvědomila, že výhody tohoto kroku výrazně převažují nad ztrátami. Tato reflexe jí dodala sílu a podpořila její rozhodnutí. Klientka se tak zbavila neustálého sebeobviňování a výčitek, které ji trápily. Získala jistotu, že odchod byl správný krok, a tento uvědomělý pohled jí umožnil opustit smyčku sebeobviňování.

5.1.2 DVO2

Jaké podle klientek existují rozdíly mezi růstovou a terapeutickou skupinou?

Respondentka č. 1

Výsledky:

Respondentka č. 1 popisuje růstovou a terapeutickou skupinu jako odlišné především ve struktuře a zaměření. Růstová skupina byla podle ní více organizovaná a zaměřená na konkrétní témata, která přinášely vedoucí. „Při těch růstových máte témata zvenku, to přinesla paní ředitelka s A. Tak jsme se držely těch témat, co přinesly ony.“ Tato struktura pomáhala klientkám zaměřit se na důležitá témata – „udělat si lepší obrázek“ zejména o informacích o domácím násilí a partnerských vztazích. Sama klientka k tomu dodává: „...jak se přinesla témata zvenku, tak určitě informativní a člověk se víc našel v tom. Mohl si udělat lepší obrázek o okolí nebo o těch partnerských vztazích a vlastně mohl si uvědomit, co víc chce... a co nechce.“

Terapeutická skupina se naopak zaměřovala na sdílení a zpracování aktuálních pocitů a osobních problémů. Témata přinášely samotné klientky, a tak se skupina mohla více přizpůsobit jejich individuálním potřebám. Respondentka se k tomuto tématu vyjadřuje následovně: „Při těch nepovinných pondělkách – co se nám za ten týden stalo, co bychom chtěly řešit my, co jsme nosily my. Vždycky jsme si po kolečku poklábosily, co jsme dělaly, nedělaly, jak se máme...“ Tento formát klientka vnímala jako více otevřený a spontánní – podporovalo sdílení a vzájemnou empatii. Terapeutická skupina byla více o sdílení v kruhu, kde klientky mohly otevřeně mluvit o tom, jak se aktuálně mají a co prožívají.

Dalším rozdílem byla míra emoční náročnosti. Respondentka popisuje terapeutickou skupinu jako intenzivnější v práci s emocemi, což bylo spojeno s častým sdílením těžkých příběhů

ostatních žen: „Třeba ty povinné ne, ale potom, když jsme měly ty nepovinné nebo teď holky, co přinášely, tak vyprávěly ty svoje životní příběhy a hromada těch příběhů jsou teda úplně stejné... Ne co mně vadilo, ale člověku to přijde líto, to je spíš tak, co jste povolila, čemu jste nemohla zabránit, nebo člověk si nechal všechno líbit jenom proto, aby byl klid.“ Růstová skupina podle respondentky naopak působila pozitivněji a zaměřovala se na rozvoj a změny.

Interpretace:

Respondentka rozlišuje růstovou a terapeutickou skupinu zejména na základě struktury, zaměření a emočního dopadu. Růstová skupina se vyznačovala strukturou a tématy, která přinášely vedoucí. Tento přístup poskytoval klientkám jasné zaměření, které jim umožnilo zpracovávat konkrétní informace o domácím násilí a partnerských vztazích. Tato skupina tak působila edukativně a prakticky, pomáhala klientkám porozumět jejich osobní situaci a formulovat představy o tom, co chtějí, nebo naopak nechtějí ve svých vztazích.

Terapeutická skupina byla naopak volnější, její obsah tvořily osobní zážitky a aktuální potřeby samotných klientek. Tento formát posiloval pocit zapojení a individuality, protože klientky měly možnost přispět vlastními tématy a tím ovlivnit průběh setkání. Diskuze v kruhu umožňovala sdílení a vzájemnou podporu mezi ženami, což vytvářelo intimnější a empatické prostředí.

Emoční náročnost byla dalším zásadním rozdílem. Terapeutická skupina byla intenzivnější, protože se v ní často probíraly těžké životní příběhy. To mohlo být emocionálně vyčerpávající, ale zároveň se tak nabízel prostor pro hlubší práci s pocity. Naproti tomu růstová skupina byla pro respondentku méně emočně zatěžující. Zaměřovala se na rozvoj a pozitivní změny, což jí umožnilo pracovat na svém růstu bez nutnosti vracet se k nepříjemným emocím.

Respondentka č. 2.

Podle respondentky č.2 existují mezi růstovou a terapeutickou skupinou jen nepatrné rozdíly, obě skupiny vnímá velmi podobně. Sama se doptává: „Tou dobrovolnou? Tak já nevím, jaký je rozdíl, mně to přijde takové podobné. Já to беру terapeuticky i z té růstové i z té... [terapeutické].“ Vyjadřuje, že obě skupiny mají terapeutický charakter a vnímá je jako součást jednoho celku: „Já to беру celkově terapeuticky. Věnujete se nám tady, bavíte se s námi o věcech, které by nám nemusely dělat dobře, tak nám řeknete, že se o tom nemusíme bavit nebo můžeme třeba odejít, když je nám těžko.“

Podobné jsou pro ni obě skupiny především v přístupu pracovníků azylového domu. Respondentka oceňuje vstřícnost a pochopení. „To samé s terapeutkou F., se kterou máme ty soukromé sezení, tak taky když vidí, že je to na mě moc, tak přestaneme se o tom bavit.“

Klientka si nicméně uvědomuje, že na růstových skupinách na rozdíl od těch terapeutických probíhaly určité aktivity – a zpočátku se potýkala s jejich nepochopením, především těch zaměřených na pozitivní sebepoznání. Například při jedné z aktivit přemýšlela: „Tak jsem nad tím přemýšlela, proč bych to vlastně měla dělat?! No tak to udělám, a pak jsem nemohla přijít na to, co mám na sobě dobrého.“ Postupně však začala aktivity více chápat a bavit se jimi. „A to vystřihování z těch časopisů, to bylo dobré, tam jsme měly dávat, co by se nám líbilo, co se nám celkově líbí, co do budoucnosti si myslím taky... Takže to bylo dobré, akorát s tím papírem... napsat ty pozitivní věci o sobě, tak to bylo pro mě hrozně těžké.“

Interpretace:

Respondentka č. 2 vnímá růstovou i terapeutickou skupinu jako podobné. To naznačuje, že obě vnímá především jako bezpečné a podpůrné prostředí, které přispívá k jejímu osobnímu rozvoji. Fakt, že nevidí mezi skupinami výrazné rozdíly, může odrážet to, že pro ni skupiny představují jednotný celek. Tento pohled naznačuje, že pro klientku je podstatnější samotný pocit podpory a reflexe než formální rozdělení jednotlivých aktivit.

Vstřícnost a empatický přístup pracovníků azylového domu jak při individuálních terapiích, tak během skupinových aktivit byl pro klientku klíčový. Její zkušenost ukazuje, že ocenila respektování hranic a tempa práce.

Respondentka zpočátku nerozuměla některým aktivitám, především těm zaměřeným na pozitivní sebepoznání – mohlo to souviset s jejími dosavadními zkušenostmi a nízkým sebevědomím. To se ukázalo například v jejím přemýšlení nad úkolem popsat své pozitivní vlastnosti. Postupně však začala aktivity vnímat jako přínosné a zábavné. To naznačuje její postupné otevírání se novým možnostem a hlubší reflexi vlastního života. Skutečnost, že si nakonec aktivity oblíbila, ukazuje na její adaptabilitu a ochotu růst.

Celkově lze říci, že respondentce proces zpočátku přinášel výzvy, ale díky podpůrnému prostředí pracovníků i skupiny postupně objevila smysl těchto aktivit i jejich význam pro svou budoucnost.

Respondentka č. 3

Podle respondentky č. 3 přinesly obě skupiny, růstová i terapeutická, významnou podporu. Klientka zdůrazňuje, že obě formy skupinového setkávání měly zásadní vliv na její osobní změnu: „Jo, pomohly mi jak ty růstové, tak i terapeutické. Chodila jsem na ně ráda, myslím si, že bych to úplně nedala bez nich. U individuální terapie byla výhoda, že jsem měla pohlídané dítě, takže jsem na skupinu mohla chodit fakt pravidelně. Takže to byla velká výhoda. Kdyby toho nebylo, tak by u mě nedošlo k té změně myšlení.“

Po dalším zamyšlení uvedla, že hlavní rozdíl mezi terapeutickou a růstovou skupinou spočíval v jejich formátu. Terapeutická skupina byla volnější, více zaměřená na povídání a sdílení, zatímco růstová skupina nabízela jasně strukturované aktivity a tematický program. Sama k tomu řekla: „No to je pravda, no, protože na té terapeutické jsme asi víc povídaly, na té růstové jsme měly více ten program, že jsme měly nějaké ty aktivity, že jsme se zapojovaly do nějakých tematických, jak bych to řekla... do situací, které jsme měly řešit nebo vysvětlovat nebo říkat, jak to máme my, každý sám za sebe.“

Růstová skupina měla strukturu, která klientce poskytla rámec pro učení. Témata byla prezentována odborně, ale přístupným a srozumitelným způsobem. Sama tuto zkušenost shrnula slovy: „Tak určitě, protože to mělo strukturu a odborný rámec, i když polidštěný.“ Tato jasná organizace a zpřístupnění odborných témat pomohly klientce lépe porozumět domácímu násilí a získané poznatky lépe aplikovat ve svém životě.

Interpretace:

Interpretace rozdílů mezi růstovou a terapeutickou skupinou, jak je popsala respondentka, ukazuje, že obě formy se vzájemně se doplňovaly. Individuální terapie a terapeutická skupina pro ni představovala bezpečné prostředí pro ventilování emocí a povídání, popisuje je jako volnější formu práce.

Růstová skupina se vyznačovala strukturou a konkrétními aktivitami zaměřenými na osobní rozvoj a praktické učení. Tato organizovanost klientce umožnila lépe pochopit a systematicky řešit různé situace. Aktivity, které byly součástí programu, poskytly respondentce rámec pro zkoumání vlastních postojů, hodnot a přístupů. Témata byla odborná, ale díky přístupné a „polidštěné“ formě prezentace jim mohla snadno porozumět a aplikovat je na svou situaci.

Respondentka považuje obě skupiny za zásadní pro svůj pokrok a potvrzuje, že bez jejich kombinace by nedosáhla tak výrazné změny vnímání sebe samé i svého života.

5.1.3 DVO3

Jakým způsobem dokázaly klientky aplikovat získané poznatky ve svém životě či vztazích?

Respondentka č. 1

Výsledky:

Respondentka dokázala získané poznatky a dovednosti z růstových skupin úspěšně aplikovat ve svém každodenním životě. Velký posun nastal v její schopnosti vymezit se vůči druhým, zejména vůči bývalému partnerovi, se kterým má staršího syna. Dříve měla problém říct „ne“ a podvolovala se jeho požadavkům, ale díky práci na sobě dokázala své chování a postoje změnit. Popsala tuto změnu těmito slovy: „Co se mi během tohoto roku povedlo, tak říct bývalému partnerovi, se kterým mám staršího syna, říct mu „ne“ na cokoli, co jsem chtěla. Předtím jsem mu všechno povolila, ale tady během toho roku jsem se naučila, že ne, že vlastně to, co se mi nelíbí...“

Klientka také uvádí, že dokáže vyjadřovat nesouhlas bývalému partnerovi a stát si za svými názory. Jak říká: „Jo, zatím mi to funguje, zatím sice do zavřeného prostoru se s ním nezavřu, to ne, ale když mu prostě řeknu, takhle se mi to nelíbí, takhle to nepůjde, tak mu to řeknu i do očí.“

Velkým přínosem pro klientku byl pocit úlevy a zadostiučinění, který přišel s tím, že se naučila hájit své hranice. Popsala tuto zkušenost slovy: „Jo, dobrý, jo, říkám, nedávno jsem se neudržela, dostal ode mě facku a nevrátil mi ji. Mně se tak po těch sedmi letech ulevilo... Fakt se mi ulevilo, ale pak jako říkám, nevrátil mi ji, dokázala jsem mu říct ne a držím se toho.“

Pokrok zaznamenala v oblasti komunikace – jak sama uvedla: „Neměla jsem ráda tyhle skupinové, ty první ze začátku, bylo těžké sdílet s ostatními, ale čím dál tady člověk byl a vyslyšel tady ty příběhy okolo, tak se zapojil do rozhovoru a mohl vést rozhovor i sám.“ Dále svá vlastní slova vysvětluje: „Sám znamená, že člověk sám vypráví ty příběhy. Bez toho, aby se ho ptali: ‚Nemáte k tomu co říct?‘ Člověk začne sám.“ Respondentka se naučila lépe vyjadřovat své myšlenky, potřeby a pocity, a to přispělo k její sebedůvěře a schopnosti vést rozhovory, dokonce má odvahu rozhovor sama iniciovat.

Další praktickou oblast, kterou zmiňuje, jsou přípravy na pracovní pohovory. Na růstové skupině probíhal trénink dovedností potřebných pro úspěšné uplatnění se na trhu práce: „Trénovaly jsme ještě pohovory do práce, jak vlastně prodat sám sebe, to jsme trénovaly.“

Interpretace:

Rozhovor s klientkou ukazuje zásadní posun v jejím osobním rozvoji, zejména v oblasti vymezování hranic, komunikačních dovedností a profesní přípravy. Nejvýraznější změnou je její schopnost postavit se bývalému partnerovi, kterému dříve neuměla říct „ne“. Naučila se jasně vyjadřovat své hranice, a to jí přineslo pocit úlevy a osobní síly. Tento pokrok vnímá jako zásadní krok k získání kontroly nad vlastním životem.

Díky růstovým skupinám se klientka také zbavila ostychu, začala lépe komunikovat a otevřeně vyjadřovat své názory a potřeby. Rozvoj komunikačních dovedností posílil její sebevědomí a schopnost hovořit s lidmi.

V oblasti profesního rozvoje se zaměřila na přípravu na pracovní pohovory a trénink sebe prezentace. Tyto aktivity jí pomohly získat pocit kompetence a motivace pro návrat do zaměstnání. Celkově je zřejmé, že klientka dokázala získané poznatky efektivně uplatnit v různých aspektech svého života.

Respondentka č. 2

Výsledky:

Klientka si z růstové skupiny odnesla důležité poznatky, které nyní aplikuje ve vztahu se svým současným partnerem. Klade důraz na otevřenou komunikaci a upřímné sdělování pocitů, které jsou pro ni ve vztahu klíčové. Sama uvádí: „Já mám teďka toho přítele B. Tak já aplikuju všechno, co jsme si povídaly, vlastně co jsem si prožila s A.“ Skupinová setkání vnímá jako zásadní zdroj těchto změn, zejména pokud jde o komunikaci, kterou nyní zkouší v běžných situacích. Věřící, že použitím těchto dovedností by mohla předejít opakování negativních vzorců z minulosti a vyhnout se návratu do toxických vztahů: „...už těma věcmama ani nemusí procházet, a když to začne používat do těch normálních běžných věcí, co dělat s lidma, nebo prostě máte ve vztahu, tak si myslím, tím by ten člověk nemusel projít.“

Klientka také zaznamenala výrazné zlepšení v komunikaci s institucemi, jako je orgán sociální právní ochrany dětí, kde dříve vnímala značné obtíže. Popsala tuto změnu slovy: „Taky chtěli vědět mou situaci, tam to teda pro mě bylo těžké. Teď už spolu komunikujeme úplně normálně, vždycky všechno probíhá vlastně hladce.“ Posun zaznamenala i v pracovní oblasti, kde dokáže efektivněji komunikovat se zaměstnavatelem: „I když jsem kolikrát volala o práci, taky jsem s tím neměla problém.“ Tyto zkušenosti potvrzují, že schopnost komunikovat a otevřeně sdělovat své potřeby se odráží nejen ve vztazích, ale i v každodenním životě. Jak klientka sama řekla: „...když už do té komunikace vložím něco, tak už komunikuju v rámci možností normálně.“

Interpretace:

Nejdůležitější oblast, kde respondentka zkouší aplikovat poznatky, je její nový vztah. Ve vztahu se současným partnerem klade důraz na otevřenou komunikaci a upřímnost, které považuje za klíčové. Získané poznatky pojímá jako prevenci před návratem do destruktivních vztahů. Skupinová setkání jí poskytla praktické nástroje, jak zlepšit interakci s ostatními.

Zlepšení se neprojevuje jen v osobním životě, ale také v komunikaci s institucemi, jako je sociální právní ochrany dětí, kde se dříve cítila nejistě. Nyní situace probíhají hladce, což odráží nárůst její sebedůvěry a schopnosti zvládat obtížné situace. Podobný posun je viditelný v profesní oblasti, kde nyní dokáže lépe komunikovat se zaměstnavatelem.

Respondentka č. 3

Výsledky:

Respondentka uvedla, že poznatky získané na růstové skupině jí pomohly v komunikaci s různými organizacemi, zejména při řešení asistovaného styku s její dcerou. Poprvé v životě dokázala jasně vyjádřit svůj nesouhlas a formulovat vlastní požadavky: „Jo, podařilo vlastně... Když se teďka nedávno jednalo... Protože měla jsem soud první už konečně, kvůli A., a soudkyně řekla, že tam musí být asistovaný kontakt... To se nepodařilo zajistit OSPODu žádné organizace, které dělají asistované kontakty, takže nakonec domluvila s mojí doprovázející organizací, s naší, s naší teda... Furt jsme oba poručníci, tak oba máme. Teďka vlastně ta doprovázející pracovnice k nám přijela a začala řešit, jakým způsobem to bude probíhat, no a mně se nějaké věci nelíbily, kvůli bezpečí A., tak jsem si sama řekla, jak to chci, nechci a vlastně koho tam nechci mít. A ono to tak dopadlo dobře, takhle to udělali přesně tak. A to je poprvé v životě, co jsem se ozvala, co nechci, jak to nechci, tohleto mě právě v tom pomohlo.“ Nastavila si podmínky pro asistovaný styk tak, aby vyhovovaly jejím představám o bezpečí dcery, a byla překvapená, že její přístup fungoval. „Jo, právě že jo, to jsem nečekala, že to tak půjde, že se to učím, já jsem vždycky byla ta holka, která všem všechno odkývala, každé všechno chtěl – tak ano, a nikdy jsem si neřekla vlastně, co já chci, sama od sebe.“

Klientka také aktivně využívá výstupy a materiály ze skupiny, které jí pomáhají zvládat náročné situace, kdy se potřebuje uklidnit. „Pak když jsem se na to fakt podívala, protože to mám schované, protože se na to podívám, když se dostanu do takového stavu... tak mě to vrátí zpátky nohama na zem, trošku si to zracionalizuji a řeknu si, že to je vlastně můj život a že ho chci žít podle svého...“

Zároveň však připouští, že dosud neměla mnoho příležitostí uplatnit naučené dovednosti v běžném životě: „Zatím moc nemám možnosti, teďka zatím.“

Interpretace:

Rozhovor s respondentkou ukazuje, že růstové skupiny jí poskytly praktické dovednosti, které dokázala úspěšně použít především při jednání s organizacemi. Schopnost vyjádřit nesouhlas, jasně formulovat své potřeby a prosazovat vlastní podmínky pro asistovaný styk s dcerou pro ni představuje výraznou změnu. Sebe samu dříve popisovala jako osobu, která všem „všechno odkývá“, nikdy se neozve. Změna v jejím chování naznačuje velký osobní posun směrem k asertivitě a sebevědomí. Respondentka navíc dokázala získané dovednosti využít i v komunikaci s představitelkou orgánu sociálně-právní ochrany dětí, měla odvalu nastavit své podmínky i před osobou v autoritativní pozici.

Respondentka byla překvapená, že její vyjádření nesouhlasu a nastavení vlastních pravidel vedlo k pozitivním výsledkům. To naznačuje, že zkušenost z růstových skupin nejen posílila její komunikační dovednosti, ale také změnila její vnímání vlastních možností a síly.

Důležitým aspektem je také její práce s materiály ze skupin, které využívá k tomu, aby zvládala emočně náročné situace a dokázala se vrátit do stabilního stavu. Tato schopnost svědčí o tom, že poznatky ze skupin vnímá jako nástroje, které jí pomáhají v dlouhodobém zlepšování kvality života.

Na druhé straně respondentka přiznává, že zatím neměla dostatek příležitostí uplatnit získané dovednosti v širším kontextu běžného života. To naznačuje, že proces integrace těchto poznatků do každodenního fungování je stále v počátcích a vyžaduje další příležitosti a čas, aby se tyto nové dovednosti plně upevnily.

5.2 Význam růstové skupiny pro klientky – další aspekty a témata

Pro doplnění celkového obrazu, co pro klientky znamenaly růstové skupiny, uvádím další významná témata, která se v rozhovoru s nimi objevila. Další témata dokreslují odpovědi klientek a ukazují hloubku jejich zkušeností.

Respondentka č. 1

Dalšími významnými tématy pro první respondentku se staly: *hledání ztracené identity, samostatnost a nezávislost, sebeláska a osobní transformace.*

Z rozhovoru vyplývá, že klientka aktivně využívá dovednosti získané v růstových skupinách k *hledání své ztracené identity*, svého původního já. Skupiny jí pomáhají znovu nalézt vnitřní sílu a vrátit se sama k sobě, jaká byla před vztahem s bývalým partnerem. „Jo, třeba, než jsem se ho osobně poznala, tak jsem zvládla, držela jsem se toho, v čem jsem sama sobě věřila. Ale když jsem po vztahu s ním, tak člověk, je to takový... psychicky zlomený. Neví, co si může dovolit, co si nemůže dovolit, jestli ta rána přiletí, nepřiletí... A dostává se zpátky do těch kolejí předtím. A to jim vlastně pomáhají ty skupiny, ty témata, co přináší paní ředitelka, tak člověk hledá sám sebe, jakoby zpátky, v čem byl.“

Tato slova potvrzují, že respondentka prožívá proces znovuobjevení sebe samé. Vzpomíná na dobu před vztahem s bývalým partnerem, kdy si věřila a byla sebevědomá. Uvědomuje si, že partner ji „zlomil“ a omezoval její svobodu, určoval, co si může, či naopak nemůže dovolit. Díky skupinám se učí hledat samu sebe, vracet se ke své původní podstatě a schopnosti si věřit. Dalším důležitým tématem je pro ni *samostatnost a nezávislost*. Klientka si uvědomila, že pro nový život musí být nezávislá a musí spoléhat sama na sebe. Naučila se, že nesmí být závislá na ostatních a že její svoboda je klíčová pro budoucí pohodu. „Přece jenom všichni tady začínáme vlastně od znova... nebýt na nikom závislý, spoléhat se sám na sebe. Protože většinou ty partneři chtěli, aby se ten člověk spoléhal na toho partnera, aby měli moc nad druhým životem. A když jste se chtěla osamostatnit, no tak jako nešlo to.“

Klientka také zdůrazňuje: „A to teď v tomto prostředí prostě nejde, aby se člověk užíral. Pokud se člověk užírá, tak ho to semele a nemůže se postavit sám znova na nohy a začít znovu.“ Klientka jasně zmiňuje prostředí, ve kterém nebylo možné nesdílet. Dále říká, že prostředí bylo fungující a nápomocné k jejímu růstu a zotavení se z násilného vztahu. Začala chápat, že pro uzdravení je nutné pracovat s vlastními emocemi. Potlačování pocitů jí bránilo v pokroku, a proto se naučila je zpracovávat a neudržovat je v sobě.

Dalším významným momentem v rozhovoru s klientkou je její reflexe na téma *sebelásky*. Klientka se vyjadřuje k tomu, že jí dělá problém soustředit se na sebe a uspokojovat své vlastní potřeby. „Mně to moc nejde, já většinou jakoby... Mně bylo kolikrát řečeno, že jsem manipulativní blbec, že sebou nechám manipulovat, myslím na okolí, a ne na sebe a furt mi to nějak moc nejde. Já už to mám v povaze.“

Je patrné, že klientka stále zápasí s konceptem naplňování vlastních potřeb, ale tuto svou vlastnost si uvědomuje a pojímá ji jako výzvu, kterou se snaží překonat. „Měli bychom myslet

sami na sebe než většinou na ty druhé.“ Toto vědomí je pro ni motivací k tomu, aby se více soustředila na péči o sebe, a to i přesto, že je to pro ni stále obtížné.

Respondentka porovnává, jak se cítila před rokem, a popisuje svou *transformaci*. Uvědomuje si, že během této doby nabyla sílu a sebevědomí, díky nimž je připravena zvládnout nové výzvy. Popisuje, že před rokem se cítila „jako hromádka nervů“, a nyní si uvědomuje, že je silnější a schopná vyřešit problémy samostatně. Po roce v azylovém domě získala větší důvěru v sebe a věří, že zvládne samostatně čelit životu. „Jo, já si myslím, tady momentálně se z toho stává po těch skupinách silnější člověk. Přece jenom, když se člověk nastěhuje sem, tak je to taková hromádka nervů. A cítím sama na sobě... vy jste nás přijali s A., já jsem byla ráda, že jsme tu sedli. A teď po tom roce, co jsme tady, tak jako jo, když vím, že odsud půjdu, tak jako jo, zvládnou to.“

Respondentka č. 2

Pro respondentku č. 2 se jako nosná témata ukázaly: kontrola nad emocemi, ponaučení a ambivalentní pocit z aktivit na růstové skupině.

Klientka si uvědomuje, jak důležitá je schopnost udržet si kontrolu nad svými emocemi, a to zejména ve vztahu k novému partnerovi. Přestože je zamilovaná, snaží se zůstat realistická a obezřetná, aby nepřehlédla případné varovné signály. Tento přístup vysvětluje slovy: „Ano, určitě. A nezkouší se mnou vůbec manipulovat, já jsem zamilovaná, ale stojím nohama na zemi! Stojím nohama na zemi, musím, protože kdybych se odpojila těma nohama od té země, přestanu koukat na to, co by se mohlo dít.“

Respondentka pocituje potřebu být v novém vztahu obezřetná a opatrná a reflektuje své pocity spojené se zamilovaností. Zároveň tímto naznačuje, že má obavy z prožívání emocí. Jednou ji právě pocity zamilovanosti dovedly do problému s násilným partnerem, a proto se obává, že by se situace mohla opakovat. Pocity zamilovanosti už proto nechce prožívat naplno. Myslí si, že přehnané emoce by ji mohly negativně ovlivnit. „Mně tenkrát ho bylo líto, že jeho maminka umřela na rakovinu a on si prostě nevěděl rady, co má dělat, skončil na ulici, aplikoval drogy jehlou, dva měsíce jsme se na to poznali, co dva měsíce si aplikoval drogy, já jsem mu řekla, že mu pomůžu se z toho dostat, a byly to problémy.“

V rozhovoru klientka také reflektuje důležitost ponaučení se z minulých zkušeností a to také v souvislosti s tím, že se poddala zamilovanosti: „Takže už místo jehel jel nosem... To byla asi moje největší blbá zkušenost, a to dělala přesně ta zamilovanost...“

Téma ponaučení z předchozího vztahu se projevuje i zde, kdy klientka aktivně reflektuje chování nového partnera, aby se ujistila, že s ním nemanipuluje. Uvádí, že v současném vztahu, pokud si všimne náznaků, že jí partner nerozumí nebo jí rozumět nechce, bere to jako signál k ostražitosti a korekci své interakce s ním. „Tu manipulaci, to bití, nějaký náznak, že mně nerozumí nebo že mně nechce rozumět, tak já si to беру... to je blbě řečeno... ale беру si to tady do toho vztahu, jsem z toho bývalého vztahu ponaučena, takže aplikuju některé věci tady, mluvím s B. o všem, i co se týče...“

Silné téma pro ni je porovnání násilného a současného partnera. Respondentka několikrát srovnává jednoho s druhým. Je tedy schopná rozpoznat, co bylo u násilného partnera špatně, a je schopná procítit a popsat, jakého chce mít partnera nyní, v čem je současný partner lepší.

Respondentka vnímá, že jí naslouchá, snaží se jí porozumět a chápe její pocity. Partner přijímá její minulost, včetně těžkých zkušeností s domácím násilím, a nikdy ji za ni neodsuzuje. Tím jí dává pocit bezpečí a prostor pro otevřenou komunikaci. „Já nevím právě sama, ale je to něco ve mně, co říká: ‚řekni to narovinu‘, a buď to přijme, nebo ne. Mamka mi radila, abych s B. mluvila narovinu, jak se cítím, jak to teď mám, už skoro několikrát jsme mluvili, ty už se mají rádi s mamkou... No ale... Všechno jsem mu vysvětlila, jak to teď mám, jak jsem to měla taky teda... B. říkal, že s tím nemá žádný problém, že si zasloužím teda víc než to, co jsem si prožila, a že se bude snažit... Za mě s B. je to fakt skvělé, naslouchá, je milej...“

Klientka si váží toho, že se s partnerem může bavit o čemkoliv, včetně nepříjemných témat, a cítí, že mu může důvěřovat. Oceňuje také jeho milou povahu a snahu o to, aby se ve vztahu cítila dobře a bezpečně. Vnímá jeho upřímný zájem o ni a ujišťuje se, že s ním nemanipuluje, což jí dodává jistotu. Zvlášť oceňuje, že její partner udržuje dobré vztahy s blízkými, například se svou matkou, a pojímá to jako znak jeho dobrého charakteru.

Dále respondentka popisuje ambivalentní zkušenost s aktivitami na růstové skupině, když měla napsat tři pozitivní věci o sobě. Aktivitu popisuje zčásti jako ulevující, ale zároveň jako náročnou. „Ne, nepřišly mi těžké, to mi spíš přišlo jako ulevující, ale... vzhledem k tomu, že nevím o sobě ty dobré věci, tak to pro mě bylo v rámci možností těžké... Fakt jsem nad tím musela přemýšlet, a kolik jsem napsala... možná tři, no a to bylo všechno. Takže pro mě to bylo těžké... Co se mi třeba líbí nebo co bych chtěla do budoucnosti, to není nic těžkého!“ U toho se respondentka sama sobě ironicky směje.

Její výrok naznačuje, že je zvyklá zaměřovat se spíše na své nedostatky než na své kladné stránky. To ztěžuje proces, kdy má hledat „dobré věci“ na sobě samé. Náročnost této činnosti může pramenit z nízkého sebevědomí klientky nebo z dlouhodobého zpochybňování vlastní

hodnoty. „No tak to udělám, a pak jsem nemohla přijít na to, co mám na sobě dobrého... A to vystříhování z těch časopisů, to bylo dobré, tam jsme měly dávat, co by se nám líbilo, co se nám celkově líbí, co do budoucnosti si myslím taky... Takže to bylo dobré, akorát s tím papírem... napsat ty pozitivní věci o sobě, tak to bylo pro mě hrozně těžké. Pořád je pro mě těžké si na sobě uvědomit dobré vlastnosti nebo nějaké pozitiva, to je asi prostě tím, co jsem asi prožila...”

Pozoruhodné je, že zatímco psaní o vlastních kvalitách vnímá jako obtížné, témata zaměřená na budoucnost (např. „co bych chtěla“) jí připadají přirozenější a snadnější. To může naznačovat, že respondentka má větší schopnost uvažovat o změnách a o svých cílech než o zhodnocení současného já. Možná se cítí komfortněji při přemýšlení o tom, čeho by mohla dosáhnout, než aby si přiznala, že už nyní má dostatečné schopnosti i vlastnosti.

Respondentka č. 3

Pro respondentku č. 3 se v průběhu rozhovoru vyskytla následující významná témata: *posílení razance a osobní změna*.

Posílení razance a schopnosti prosazovat své potřeby bylo pro respondentku významným tématem. Respondentka si uvědomila, že razance není negativní vlastnost, ale nástroj, který jí pomůže docílit toho, co potřebuje. „...i taková ta trošku razance někomu pomáhá, se tím docílí nějakých věcí, které člověk potřebuje a chce...“. Uvědomila si, že chce být razantnější a že vyjadřovat své potřeby není sobecké. „...že chci být trošku razantnější a že chci mluvit sama za sebe a říkat si, co chci, nemá nic společného s tím, že bych byla sobecká, že bych byla neochotná, ale taková... jak bych to řekla, drzá... nebo něco takového.“

Klientka si uvědomila, že být razantní a prosazovat své potřeby není sobecké, ale naopak zdravé a nezbytné pro její seberealizaci. Reflexe ve skupině jí pomohla pochopit, že vyjadřovat své touhy a přání není známkou neochoty nebo drzosti, ale legitimní snahou o ochranu vlastních hranic a životních hodnot.

V kontextu budoucnosti a nových vztahů klientka zmiňuje svoji zvýšenou opatrnost a obezřetnost. O novém vztahu říká: „Nemám žádný, nechci a ani nebudu chtít. Jsem hodně opatrná teď.“ Tento postoj ukazuje, že se rozhodla být ve vztazích obezřetnější a chránit se před možným opakováním negativních zkušeností z minulosti.

Respondentka mluví také o významu osobní změny. Uvědomila si mimo jiné i riziko opakování role oběti, pokud by u ní samé nedošlo k vnitřní změně. Toto uvědomění je pro ni zásadní, protože chápe, že osobní transformace je klíčem k tomu, aby se znovu neocitla v začarovaném kruhu násilí. „A to je hrozně důležité, aby se člověk začal měnit i sám u sebe, protože jen tak

pak podle mě odolá nějakému chování jiných osob, které si nepřeje a které mu ubližují. Myslím si, že když člověk nezačne sám od sebe... Kdo byl v takovém násilném vztahu, se může velmi často stát obětí někoho dalšího a zase se ocitne v tom začarovaném kruhu.“

Důležitou součástí jejího procesu zotavení je i změna, kterou zažila. Klientka si uvědomuje, že pokud nezačne měnit samu sebe, může se znovu stát obětí a zůstat v začarovaném kruhu násilných vztahů. Vnímá, že pouze změnou přístupu k sobě a životu může vytvořit zdravější hranice a lépe se chránit před chováním, které by jí mohlo ubližovat.

5.3 Společná témata respondentek

Témata společná pro všechny tři klientky byla následující: násilný partner, skupinový formát a sdílení, překonání těžkých začátků, těžké příběhy a pocit lítosti, respektování hranic a ohleduplnost vedoucích skupiny. Je samozřejmé, že i přesto, že tématem rozhovoru byla růstová skupina, hovořily klientky o svých násilných partnerech. Jedna z respondentek například popisuje, jak se jí některé vzpomínky vracejí: „Pořád hrozně přemýšlím zpátky nad tím životem, furt se mi vracejí situace, ale po hrozně dlouhé době, třeba před deseti lety, a vždycky mě to tak vyskočí.“

Další respondentka vzpomíná: „Vlastně ti partneři, nejdřív – oni, oni, oni, a člověk musel něco vynahrazovat, a pokud nebylo po jejich, tak člověk byl bit.“ Násilní partneři jsou samozřejmě důležitým tématem, protože klientky potřebují porovnávat svou minulost se současností, vidět, jak se situace změnila, a proto se opírají o svou minulost a porovnávají ji se současným stavem. Dalším klíčovým a společným tématem bylo sdílení, které ženy zmiňovaly v těsné souvislosti se skupinovým formátem. Na růstové skupině pro ně bylo velice důležité, že mohou sdílet podobné emoce a zkušenosti. Toto sdílení vytvářelo silnou empatii, ženy se necítily osaměle v tom, co prožily nebo prožívají. Neobviňovaly se navzájem a nebyly odsuzovány. Atmosféra vzájemné podpory umožnila otevřeně mluvit o problémech a pocitech bez obavy z kritiky. Pro respondentky byla velkou výhodou možnost ventilovat emoce ve skupině. Dříve si spoustu věcí nechávaly pro sebe, a to je zatěžovalo. Skupina jim ukázala, že potlačování emocí škodí psychice. Sdílení problémů s ostatními ženami, které je chápou, tak bylo osvobozující.

„Tak ta výhoda je, že člověk fakt může něco ventilovat, to, co potřebuje, nemusí to dusit sám v sobě, protože co jsme si i říkaly, čím víc to člověk sám v sobě dusí, tím víc sám sebe ubíjí.“

„Mohly jsme to sdílet s každým, každý nám k tomu mohl říct, co ho třeba napadá, a to jsou takové rady do života, čeho se vyvarovat, co naopak zlepšit sám v sobě.“

„Říkám, ty příběhy byly hodně podobné, spíš taková ta empatie, že vlastně člověk v tom není sám, protože přece jenom, když člověk vidí, jak je to stejné, tak nikoho za nic neodsuzuje, nikdo neříká: „jo, tak je to tvoje vina“, protože většinou fakt ty příběhy promíjejí...“

„Mně to hodně pomáhalo, já jsem tam ráda chodila, bylo to dobrý i kvůli sdílení, jak to každý má, i taková ta trošku razance někomu pomáhá, se tím docílí nějakých věcí, které člověk potřebuje a chce, takže to mi taky pomohlo, to sdílení...“

Dalším důležitým tématem pro ženy bylo překonání těžkých začátků, které byly náročné jak v azylovém domě, tak i ve skupinách. „Bylo to složitější, protože jsem se z toho dostávala hrozně těžko, na začátku třeba jsem nemohla spát, furt jsem se budila s brekem. Vstala jsem z postele takovým způsobem, že jsem rychle dýchala, i s brekem jsem teda vstávala, ale pak už to ustalo... Ted' s tím fakt nemám problém.“

Další klientka říká, že bylo těžké mluvit před ostatními lidmi, ale postupem času se ženy začaly do skupiny integrovat a aktivně se zapojovat do diskuzí. „Neměla jsem ráda tyhle skupinové, ty první ze začátku, bylo těžké sdílet s ostatními, ale čím dál tady člověk byl a vyslychal tady ty příběhy okolo, tak se zapojil do rozhovoru a mohl vést rozhovor i sám.“

Další respondentka to vnímá podobně: „Ale to je jenom postupem času, ty první skupiny byly těžké, člověk nevěděl, co ho má čekat, jak to bude...“ Toto porovnání počátečního stavu se stavem, kdy již ženy byly těsně před odchodem z azylového domu, ukazuje, že jsou schopné vnímat své vnitřní změny, reflektovat je a samy v sobě je zpracovat. „Takže... já nevím, jak to popsat... Minule jsem říkala, že se cítím dobře na všech těch skupinách, ted' už, po té delší době, už to vnímám o dost líp, ta situace už ode mě odchází...“

Všechny ženy také vnímaly, jak náročná a těžká témata přinášela skupinová setkání. Uvědomovaly si pocity lítosti vůči sobě i ostatním. Dvě klientky zmínily, že zažívaly pocity lítosti nad příběhy ostatních žen. Uváděly, že slyšet těžké příběhy druhých pro ně bylo velmi náročné.

„Jo, je mi to líto, že se to děje, a pak hromada ženských si zažívá to samé. A to už je potom na těch ženských, jestli si to nechají líbit dál, nebo jestli s tím začnou něco dělat.“

„Také občas z některých těch příběhů, co slyšíme od ostatních, se mi udělalo špatně, ale jinak, já si z toho беру teda dost... Bavily jsme se... o čem jsme se to bavily... o manipulaci.“

I když k tomu docházelo spíše na terapeutických sezeních, toto téma se občas objevilo i na skupinách růstových. Zajímavé je, že ačkoliv ženy vnímají, jak těžké mohou být příběhy ostatních, svůj vlastní příběh často nevidí jako stejně závažný. Násilí ve vztahu si totiž ospravedlňují a vinu přisuzují samy sobě. Tím pádem svůj příběh činí méně významným a méně závažným.

Dalším společným tématem se stalo respektování hranic a ohleduplnost vedoucích na skupině. Na růstové skupině bylo klíčové, že klientky měly možnost rozhodnout se, o čem chtějí, nebo nechtějí mluvit. Respektování jejich osobních hranic bylo zásadní – nikdo nebyl nucen do diskuse o tématu, pokud se necítil pohodlně. Tento přístup podporoval bezpečné prostředí, ve kterém se ženy mohly otevřít ve chvíli, kdy se pro to samy rozhodly. Taková atmosféra umožňovala zdravé nastavení hranic a komunikaci založenou na vzájemném respektu.

„Mně se to líbilo, vlastně když se člověk fakt nechce bavit, tak nemusí, nikdo ho neláme, jo, musíš, teď, okamžitě, ne, pokud je to člověku fakt nepříjemné, tak nemusí. Stačí říct ne, nikdo ho nenutí.“

„Věnujete se nám tady, bavíte se s námi o věcech, které by nám nemusely dělat dobře, tak nám řeknete, že se o tom nemusíme bavit nebo můžeme třeba odejít, když je nám těžko, že jo.“

Samotný fakt, že ženy mluví o tom, že je nikdo do ničeho nenutí, naznačuje, že se v rámci růstové skupiny naučily respektovat a chránit své osobní hranice. Tento proces je klíčový, zvláště pro ženy, které byly oběťmi domácího násilí.

Diskuze

Omezením této práce je malý počet rozhovorů s klientkami, což samozřejmě znemožňuje jakékoliv zobecnění na celkovou populaci. Diplomová práce měla původně vycházet z rozhovorů s větším počtem respondentek. Během realizace se však ukázalo, že vyhovující počet respondentek, které by absolvovaly více než tři sezení růstových skupin, není možné naplnit, a to i přes snahu zachovat vhodnou časovou rezervu na realizaci diplomové práce. Metody jako obsahová analýza dokumentů a pozorování, které měly původně hrát doplňkovou roli, se tak staly plnohodnotným zdrojem dat.

Zúčastněné pozorování a obsahová analýza dokumentů nakonec poskytly hlubší a objektivní vhled do kontextu fungování růstových skupin a umožnily získat bohatá a hodnotná data. I když by rozhovory mohly přinést osobnější perspektivu, výsledky z pozorování a obsahové analýzy nabídly širší pohled a podpořily kvalitnější zpracování tématu z pedagogického pohledu. V tomto kontextu se ukazuje, že situace nakonec přispěla k vytvoření ucelenějšího pohledu na zkoumaný problém.

Na základě zjištění, že jen malý počet žen se účastní růstových skupin více než třikrát během celého roku, vyvstala otázka, zda frekvence setkávání růstových skupin jednou měsíčně je pro klientky v prostředí azylového domu dostatečná. Toto zjištění naznačuje potřebu zvážit, zda by častější setkání nemohla zvýšit účast, a tím i efektivitu programu, zejména v kontextu intenzivní podpory, kterou oběti domácího násilí během svého procesu zotavení potřebují. Azylové domy často plní funkci resocializační a zaměřují se na podporu rychlé adaptace a posílení kompetencí obětí. Na druhou stranu příliš časté skupinové aktivity mohou být pro klientky náročné a odrazující. Jedním z možných návrhů dalšího výzkumu je zjištění, zda by klientky preferovaly častější setkávání.

Dalším doporučením ke zkoumání je použití širšího vzorku účastníků výzkumu. Tento krok by mohl poskytnout hlubší a různorodější poznatky o tom, jak různé faktory (region, věk, země, kulturní prostředí) ovlivňují efektivitu růstových skupin a jaký je jejich vliv na osobní transformaci obětí domácího násilí.

Tato práce představuje sondážní výzkum do oblasti, která na území ČR z teoretického hlediska není dostatečně prozkoumána. Vzhledem k tomu, že řešerše nepřinesla mnoho podobných studií zaměřených přímo na edukaci obětí domácího násilí v azylových domech, je možné budoucí výzkumy v této oblasti zaměřit na zahraniční azylové domy a prozkoumat, které metody a techniky byly v těchto oblastech použity a jaké výsledky přinesly. To by mohlo pomoci vyplnit mezery v dosavadní literatuře. Prozkoumání zahraničního výzkumu by také

mohlo přinést nové nápady na zlepšení současných přístupů v českém prostředí, zejména pokud jde o efektivitu růstových skupin a jejich roli v dlouhodobé transformaci obětí.

Bylo by rovněž užitečné zaměřit se na dlouhodobé dopady účasti na růstových skupinách a jejich vliv na život obětí (zejména na jejich schopnost budovat zdravé vztahy) a prevenci dalších případů násilí.

Dále je důležité zdůraznit, že růstová skupina nemůže být chápána pouze jako edukace o domácím násilí, kterou by bylo možné nabídnout lidem, kteří tuto zkušenost nezažili. Růstová skupina má také terapeutický charakter a je určena klientkám, které procházejí různými fázemi traumat. Mezi edukativními a terapeutickými prvky může existovat překryv, a proto ženy někdy obtížně vnímají rozdíly mezi těmito dvěma formami. Během těchto setkání se často vracejí k traumatickým zážitkům, což může způsobit, že edukace se někdy promění v terapeutickou intervenci, kdy je potřeba okamžitá podpora, například krizová intervence, aby se účastnice cítily v bezpečí. Tento propojený přístup ukazuje na důležitost zohlednění jak terapeutických, tak vzdělávacích aspektů v rámci růstových skupin. To ukazuje na komplexnost a mnohohvrstevnatost těchto intervencí, které vyžadují flexibilitu a schopnost kombinovat různé přístupy, jako jsou krizová intervence, terapeutická podpora a dlouhodobější edukace.

Dalším návrhem k rozvoji metodiky by mohlo být vytvoření příručky nebo metodického manuálu zaměřeného na cvičení a strukturu růstových skupin pro oběti domácího násilí. Taková příručka může zvýšit efektivitu těchto programů. Příručka by mohla nabídnout jasné pokyny pro facilitátory a pracovníky v azylových domech, jak organizovat a vést růstové skupiny, aby byly co nejúčinnější. Měla by zahrnovat různé techniky, jakými jsou například metodicky zpracované hodiny s časovou dotací nebo ucelené vzdělávací moduly, které by na sebe mohly navazovat. Zahrnutí teoretických základů i praktických nástrojů pro facilitátory by pomohlo systematizovat celý proces. Taková příručka se může stát cenným nástrojem pro další organizace i profesionály v oblasti pomoci obětem domácího násilí, kteří hledají efektivní metody pro tuto specifickou cílovou skupinu.

Příručka by také měla reflektovat specifika práce s oběťmi domácího násilí, kde je nutné brát v úvahu různé fáze traumatu, včetně posttraumatického stresu, strachu a nejistoty, které mohou klientky pociťovat. Metodika by měla být citlivá k těmto aspektům a měla by zahrnovat flexibilitu v přístupu podle aktuálních potřeb účastnic. Klíčový je důraz na bezpečí a důvěryhodné prostředí.

Závěr

Domácí násilí je komplexní a multifaktorový jev, který se projevuje v různých formách – fyzické, psychické, sexuální, ekonomické, sociální a symbolické násilí na blízké osobě. Definice se liší podle perspektivy, z níž je domácí násilí zkoumáno, podle primární oběti i podle forem násilí nebo znaků, které jej charakterizují.

V praxi se ukazuje, že striktní definice často nepostačují k adekvátnímu řešení domácího násilí. Rozdíly v definicích ztěžují poskytování efektivní pomoci obětem, a to nejen z hlediska samotné identifikace domácího násilí, ale také při vytváření intervenčních strategií.

Současně je zřejmé, že domácí násilí je jevem, který si žádá multidisciplinární přístup. Aby bylo možné účinně pomáhat obětem domácího násilí, je třeba přehodnotit dosavadní přístupy a zajistit jednotný a flexibilní rámec pomoci, který bude respektovat různé podoby domácího násilí a zohlední sociální, kulturní i genderové faktory.

Kriminologický pohled na domácí násilí se soustředí na skutkovou podstatu trestného činu domácího násilí, jak ji definuje trestní právo, bez ohledu na pohlaví pachatele. Mnohdy nezohledňuje jiné formy domácího násilí než násilí ve smyslu týrání. Feministický pohled zaujímá jasnou pozici – nerovnost mezi pohlavími je hlavním zdrojem domácího násilí, které je historicky pojímáno především jako forma patriarchálního terorismu. Tento typ násilí, charakterizovaný systematickým ovládnutím a podřizováním žen mužům, je zasazen do historických a kulturních souvislostí. Feministická hnutí naopak zdůrazňují kořeny domácího násilí v genderové nerovnosti a patriarchálních strukturách společnosti. Feministická hnutí také významně přispěla ke kriminalizaci domácího násilí.

Postupem času se domácí násilí začalo více zkoumat a odborníci odhalili jeho další typy. Došlo k diferenciaci typů domácího násilí.

Diferenciace domácího násilí ukázala, že násilí není statickým jevem, ale spíše procesem, který se vyvíjí v závislosti na interakcích mezi partnery. K definování domácího násilí je třeba použít tzv. interaktivní přístup, tj. zaměřit se na dynamiku vztahů a na postupné vyhodnocování vývoje násilí v čase. Toto zachycení párového soužití jako „živého příběhu“ se nazývá kalendář partnerského násilí. Při konstruování tohoto kalendáře se používá typologie domácího násilí, kterou představil Michael P. Johnson. Typologie domácího násilí umožňuje detailněji mapovat tento vývoj, lépe chápat příčiny i důsledky domácího násilí. Kalendář je nezbytný pro cílené intervence. Zaměřuje se na dynamiku vztahů a na postupné vyhodnocování vývoje násilí v čase. Dalším tématem, které bylo v diplomové práci rozebráno, je problematika setrvávání obětí v násilných vztazích. Setrvání oběti v násilném vztahu bývá pro její nejbližší okolí i širší veřejnost

často nepochopitelné a vzbuzuje řadu otázek. Rozhodnutí zůstat v takovém vztahu je často výsledkem komplexní interakce mezi interními a externími faktory.

Interní příčiny, jako je syndrom týrané osoby, psychické změny spojené s násilím a cyklický charakter domácího násilí, značně ovlivňují vnímání oběti a její schopnost jednat. Zvláštní důraz je třeba klást na fáze rozhodování oběti, kdy přechod od pasivity k akci není vždy lineární a může docházet k častým relapsům, tj. návratům oběti k násilné osobě.

Popis externích faktorů, které komplikují odchod oběti, zdůrazňuje sociální a ekonomické postavení žen, které se rozhodly od násilné osoby odejít. Toto oslabené sociální a ekonomické postavení oběti je důsledkem dlouhodobého sociálního násilí, které ji často dostává do situace, z níž nemá kam odejít, a nemá ani prostředky na zajištění nové existence pro sebe a své děti po odchodu. Proto se oběti řadí mezi osoby ohrožené sociálním vyloučením, tj. jsou ohrožené bezdomovectvím, chudobou a zadlužeností.

Vzhledem k těmto skutečnostem je třeba neustále pracovat na zlepšení podpůrných služeb a na poskytování adekvátní pomoci obětem, aby byl proces jejich komplexní sociální reintegrace adekvátně podporován. V diplomové práci je popsán systém pomoci obětem domácího násilí, včetně úlohy Policie České republiky, zdravotnických zařízení, intervenčních center a soudů. Důraz je však kladen na pomoc neziskových organizací, které dlouhodobě oběti domácího násilí podporují a zaměřují se na jejich komplexní reintegraci do společnosti po odchodu od násilné osoby.

Nejčastěji neziskové organizace nabízejí obětem pobytové služby, jako jsou azylové domy pro oběti domácího násilí. Sociální reintegrace obětí v azylových domech pro oběti domácího násilí není pouze procesem zajištění materiálních podmínek pro živobytí, ale jde o obnovení jejich postavení ve společnosti, posílení sebevědomí a prevenci návratu do násilného vztahu.

Na příkladu neziskové organizace ACORUS, z. ú., je popsáno, jakým způsobem může vypadat komplexní podpora obětí domácího násilí. Díky nabídce různých služeb – od krizové pomoci přes odborné sociální poradenství až po dlouhodobé ubytování v azylovém domě – ACORUS, z. ú., zajišťuje kontinuální podporu, bezpečí a potřebné odborné vedení. Pozornost je věnována službě azylový dům, kde jsou klientkám poskytovány různé typy pomoci, jako je pomoc sociálně-právní, psychologická, pedagogická a sociálně pedagogická podpora. Sociálně pedagogická práce s oběťmi domácího násilí probíhá zejména prostřednictvím skupiny osobnostního rozvoje, tzv. růstové skupiny.

Růstová skupina v azylovém domě je povinnou výchovně-vzdělávací aktivitou, která se zaměřuje na rozvoj sociální a emoční inteligence, posílení sebevědomí a edukaci o domácí

násilí. Růstové skupiny pomáhají klientkám osvojit si schopnosti, které jsou klíčové pro prevenci návratu k násilnému partnerovi a pro budování zdravých vztahů v budoucnosti.

Růstovou skupinu můžeme zařadit do oblasti nově se rozvíjející disciplíny v rámci sociální pedagogiky, do resocializační pedagogiky. Resocializační pedagogika se tradičně zaměřuje na sociálně narušené jedince, nicméně nachází své uplatnění i v práci s oběťmi domácího násilí.

Resocializační pedagogika je orientovaná na rozvoj a edukaci, může těmto jedincům pomoci znovuobjevit vnitřní hodnoty a potenciál pro osobní růst.

V kontextu edukace obětí domácího násilí je kladen důraz na proces sebereflexe, posílení sebevědomí a obnovu osobní identity. Pedagogika, která se zde využívá, by měla mít nejen edukativní, ale i morální a filozofický rozměr, zaměřený na pomoc obětem v jejich přizpůsobení se novým životním podmínkám a zároveň na podporu jejich celkového rozvoje. Tento přístup k edukaci obětí domácího násilí ukazuje, že pedagogika je nejen vědou o vzdělávání, ale i nástrojem pro hlubší změny v životě jednotlivců, kteří se nacházejí v těžkých sociálních podmínkách.

Vzdělávací proces musí být nicméně citlivě přizpůsoben individuálním potřebám obětí, s důrazem na respekt, empatii a podporu. Místo direktivního přístupu, který by mohl vést k sekundární viktimizaci, je nezbytné vytvářet bezpečné prostředí, kde oběti mohou zpracovávat informace svým vlastním tempem a postupně se seznamovat se skutečnou podstatou svého problému. Správné pojmenování problému je klíčové pro efektivní řešení, ale musí být provedeno bez obviňování či stigmatizace. Cílem edukace obětí domácího násilí je posílit kompetence obětí, podpořit jejich autonomii a umožnit jim převzít kontrolu nad jejich životem. Flexibilní a komplexní přístup v edukaci tak může obětem domácího násilí pomoci nejen porozumět jejich situaci, ale také najít cestu k uzdravení a k plnohodnotnému životu bez násilí.

Praktická část diplomové práce představila kvalitativní výzkum, který přináší informace o fungování růstových skupin v azylovém domě pro oběti domácího násilí a jejich vlivu na účastnice. Výzkum byl postaven na metodologické triangulaci, která zahrnuje zúčastněné pozorování, obsahovou analýzu dokumentů a polostrukturované rozhovory s klientkami, což tak umožňuje získat holistický pohled na růstovou skupinu.

Výzkum byl prováděn s maximálním ohledem na etické standardy a ochranu účastnic. Bylo zajištěno, že účastnice rozhovorů se nacházely ve fázi odchodu z azylového domu a byly schopny reflektovat svou zkušenost s růstovou skupinou bez negativních psychických následků. Výzkum respektoval soukromí a osobní hranice respondentek.

Výzkumnice uskutečnila osm zúčastněných pozorování růstových skupin. Cílem tohoto sběru dat bylo zjistit, jak probíhají skupinová setkání z hlediska časového rozvrhu a struktury. Pozornost také byla zaměřena na identifikaci pedagogických postupů, jako je stanovení cílů na začátku setkání, dostupnost pomůcek a materiálů a role a postavení vedoucích skupiny. Výstupem z pozorování byla tabulka, která každou skupinu charakterizovala podle tématu, edukačních cílů, popisu konkrétních aktivit a výstupů ze skupiny. Poslední kategorií v tabulce byla doporučení pro vedení růstových skupin z pedagogického hlediska.

Pozorování ukázala, že růstová skupina má strukturu, která zahrnující úvod, edukaci, hlavní aktivitu a reflexi. Vedoucí skupin využívají škálu metod, včetně kreativních technik, diskusí a praktických nácviků, což klientkám pomáhá lépe pochopit klíčová témata a aktivně se zapojit. Skupinová setkání se zaměřují na rozvoj praktických dovedností, jako je zvládání manipulace nebo prosazování vlastních potřeb. Pozitivní zpětná vazba od ostatních účastnic podporuje jejich sebedůvěru a osobní růst.

Mezi hlavní výzvy patří zajištění kontinuity pro klientky, které se neúčastní pravidelně, a rozšíření možností pro praktické procvičování dovedností.

Z pedagogického pohledu je důležité pokračovat v metodickém přístupu k podrobnějšímu plánování setkání, dávat důraz na jasné stanovování cílů a struktury aktivit. Úprava výukových materiálů a procvičování technik ve dvojicích nebo trojicích by mohla výrazně zvýšit efektivitu výcviku a pomoci klientkám lépe aplikovat nabyté dovednosti v každodenním životě. Krátké domácí úkoly by klientkám umožnily udržovat a dále rozvíjet naučené dovednosti i mezi jednotlivými setkáními. Rovněž se doporučuje nabídnout více metodických materiálů, které by si klientky mohly odnést sebou a v případě potřeby materiály ze skupin zopakovat.

Bylo popsáno i funkcionální působení růstových skupin, tedy nezáměrného vlivu prostředí na klientky, které hraje významnou roli v procesu jejich osobního rozvoje. Pozitivní vliv na klientky má nejen cílené působení vedoucích skupiny, ale také interakce mezi účastnicemi a pravidla růstové skupiny, která pomáhají regulovat jejich chování a reakce. Skupina pomáhá klientkám rozvíjet schopnosti strukturovaně vyjadřovat myšlenky a pocity před ostatními.

Cílem obsahové analýzy interních materiálů bylo zjistit, která témata se v růstových skupinách objevují nejčastěji a která převládají. Na základě těchto dat byly identifikovány hlavní cíle růstových skupin. Obsahová analýza interních materiálů růstové skupiny ukázala, že nejčastěji se v programu vyskytují cvičení na sebezpoznání, sebevědomí, sebedůvěru a sebelásku, životní plány, změny a hodnoty, emoční inteligenci a zvládání emocí. Dalšími významnými tématy se staly sociální inteligence a sociální dovednosti, rodina a vztahy, manipulace a obrana proti manipulaci, domácí násilí, osobnost a její struktura, naplňování potřeb, stres a zvládání tlaků.

Z toho vyplývá, že cíle růstové skupiny se soustředí na posílení sebevědomí a osobní identity, rozvoj sociálních a emocionálních kompetencí, zlepšení dovedností v oblasti osobních vztahů, identifikaci a nácvik udržení osobních hranic a odolávání manipulaci a také na edukaci o dynamice domácího násilí.

Z analýzy také vyplývá, že většina aktivit se zaměřuje na primární prevenci, což naznačuje potřebu doplnění aktivit, které by byly zaměřené na domácí násilí, zejména na edukace o jeho mechanismech a důsledcích, tj. byly by zaměřené na sekundární prevenci a minimalizovaly by návrat k násilné osobě.

Poskytování odborných informací o domácím násilí zároveň podporuje důvěru v odborníky a jejich doporučení, což je klíčové pro efektivní využívání dostupných služeb.

Třetí metodou sběru dat se staly polostrukturované rozhovory s klientkami azylového domu. Rozhovory se zaměřily na jejich osobní zkušenosti s účastí na růstových skupinách. Cílem rozhovorů bylo zjistit, jaký význam měla pro ženy účast na růstové skupině azylového domu. Menší počet respondentek, konkrétně tři, umožnil provést hloubkovou analýzu a získat kvalitní data pro interpretativní fenomenologickou analýzu. Interpretativní fenomenologická analýza poskytla hluboký vhled do toho, jak ženy se svými zkušenostmi s růstovou skupinou pracují, jak je využívají, a ukázala, že jejich prožitky jsou ovlivněny individuálními okolnostmi a tím, co aktuálně prožívají.

V rámci dílčích výzkumných otázek, pomocí kterých se zjišťovalo, jaký význam měla pro klientky růstová skupina, byla klientkám položena otázka, zda vidí rozdíly mezi růstovou a terapeutickou skupinou. Jejich odpovědi umožnily pochopit, zda růstová skupina plní svou edukační funkci.

Další dílčí výzkumná otázka se soustředila na témata, která klientky považovaly za nejdůležitější, a na důvody, proč jsou právě tato témata pro ně klíčová. Rozhovory také zkoumaly, zda a jak byly ženy schopny aplikovat poznatky získané během růstových skupin ve svém každodenním životě nebo v nových vztazích.

Dále klientky hodnotily svou celkovou zkušenost s růstovými skupinami, vyjadřovaly se k tomu, zda v nich něco vnímaly jako nadbytečné, případně co jim ve skupinách chybělo. Součástí rozhovorů bylo také zjišťování, zda by klientky doporučily účast na těchto skupinách jiným ženám a z jakých důvodů.

Všechny respondentky označily za nejdůležitější manipulaci a témata s ní spojená, například jak rozpoznat manipulátora. Toto zjištění potvrzuje, že si klientky cení informací, které jim objasňují a poskytují odborné vysvětlení toho, co se jim ve vztazích dělo.

Respondentky si uvědomovaly, jak manipulace ze strany násilných partnerů ovlivnila jejich životy, a soustředily se na to, aby se v budoucnu dokázaly chránit před manipulátory. Uvědomění si manipulací a varovných signálů násilných vztahů poskytlo klientkám jistotu, že budou schopny včasné identifikace takového chování a dokážou takové osoby odmítnout.

Jedna respondentka se zaměřila na téma budoucnosti a plánování. Uvedla, že jí aktivity v růstových skupinách pomohly utvořit si jasnou vizi, která jí nyní slouží jako „hnací motor“. Plánování a stanovování cílů jí pomohlo zaměřit se na to, co je pro ni důležité, a zároveň ji motivovalo překonávat těžkosti. Pro další ženu se stalo důležitým téma propojení péče o sebe samu s péčí o děti. Jedna respondentka si uvědomila, že její schopnost být dobrou matkou je úzce spjatá s jejím vlastním psychickým zdravím. Důraz na sebepečí jí pomohl pochopit, že spokojený rodič může lépe podporovat své děti, zvláště pokud čelily traumatickým zážitkům. Motivací k osobnímu růstu byly pro některé ženy právě děti – snaha, aby nevyrůstaly v toxickém prostředí, je vedla k hledání změny. Dalším klíčovým tématem se pro jednu z respondentek stala upřímná komunikace, zejména v kontextu budování nových vztahů. Žena popisovala, jak se naučila otevřeně sdílet své pocity a potřeby se současným partnerem, což pro ni bylo dříve nepředstavitelné. Tento přístup jí umožnil vytvořit vztah založený na vzájemném pochopení. Sdílením svých zkušeností z minulých vztahů získala nejen podporu od partnera, ale také pocit větší sebeúcty a kontroly ve vztahu.

Velký význam mělo taktéž intelektuální zpracování vlastních zkušeností. Jedna z žen si během skupin uvědomila, že situace, které dříve považovala za „normální“, byly ve skutečnosti důsledkem manipulace a domácího násilí. Díky aktivitám zaměřeným na reflexi respondentky získaly odstup, a byly schopné racionálněji vnímat svou minulost i přítomnost. Tento proces jim pomohl zvládat emocionální výkyvy a soustředit se na budoucí cíle.

Růstová skupina pomohla jedné z žen tím, že jí umožnila „zrationalizovat“ své zkušenosti a přestat si dávat vinu za násilí ve vztahu. Tento prvek racionalizace byl klientkou vnímán jako velmi hodnotný a osvobozující, protože přispěl k hlubšímu uvědomění si situace domácího násilí. Tento poznatek podtrhuje význam správně zvoleného přístupu a obsahu aktivit růstových skupin, které by měly reflektovat nejen terapeutické, ale i vzdělávací a praktické aspekty podpory. Proces racionalizace může klientkám pomoci zpracovat zkušenosti a dát jim smysl v širším kontextu, což je klíčové pro jejich osobní růst.

Rozdíly mezi růstovou a terapeutickou skupinou podle respondentek ukazují na různé aspekty těchto forem podpory. Růstová skupina se vyznačovala strukturou a konkrétními aktivitami zaměřenými na praktické učení a rozvoj. Tento formát měl edukativní charakter a poskytoval jasné rámce pro práci na osobním růstu.

Na druhé straně terapeutická skupina byla flexibilnější a více zaměřená na osobní sdílení a zpracování aktuálních emocí. Tento prostor pro ventilování pocitů a vyprávění osobních příběhů byl pro některé klientky intenzivní, ale zároveň jim poskytoval podporu v těžkých obdobích.

Ačkoliv pro některé klientky byly rozdíly mezi těmito skupinami nepatrné, přičemž obě skupiny vnímaly jako terapeutické, většina respondentek rozpoznala specifické rozdíly v jejich struktuře, zaměření a emoční náročnosti. Kombinace obou skupin přitom klientkám pomohla dosáhnout významného pokroku v osobním rozvoji a změně vnímání sebe samých.

Výsledky rozhovorů s respondentkami ukazují na výrazné pozitivní změny, které se v jejich životech díky účasti na růstových skupinách odehrály. Klientky totiž také dokázaly aplikovat získané dovednosti v různých oblastech svého života, zejména v oblasti komunikace a vymezování hranic.

Pro první respondentku byla klíčová změna v komunikaci s bývalým partnerem a schopnost vymezit si jasné hranice, což jí přineslo pocit úlevy po prožitém násilí z jeho strany. Dále se rozvinula v profesní oblasti, naučila se efektivně komunikovat a připravovat na pracovní pohovory.

Druhá respondentka využila poznatky ze skupiny ve vztahu s novým partnerem. Porovnává ho s násilným partnerem a zkoumá, zda nový partner neprojevuje známky manipulace. Zároveň se zlepšila i její schopnost komunikovat s institucemi a zaměstnavateli.

Třetí respondentka dosáhla významného posunu v asertivitě. To se projevilo v situaci, kdy byla schopná nastavit své vlastní podmínky pro asistovaný styk s dcerou v dialogu s představitelkou orgánu sociálně-právní ochrany dětí. I když zatím neměla mnoho příležitostí plně aplikovat nové dovednosti v běžném životě, proces integrace těchto poznatků je v její situaci stále na začátku, což vyžaduje čas a praxi.

Dále byla představena další důležitá témata, jedinečná pro každou z klientek. Dokreslovala význam růstových skupin pro každou z nich.

Respondentka č. 1 prokázala během svého působení v růstových skupinách výrazný osobní pokrok, který zahrnuje hledání ztracené identity, rozvoj samostatnosti, budování sebelásky a celkovou osobní transformaci. Díky podpůrnému prostředí skupin si uvědomila vliv své minulosti, naučila se zpracovávat emoce a začala hledat cestu zpět k sobě samé takové, jaká byla před manipulativním vztahem. Proces znovuoobjevení své síly a nezávislosti jí umožnil získat větší důvěru v sebe, překonat pocit závislosti na ostatních a začít se soustředit na své potřeby, i když je to stále výzvou. Její proměna z „hromádky nervů“ v silnější a odolnější

osobnost ukazuje, že je připravena čelit novým výzvám a budovat život na pevných základech osobního růstu a sebepoznání.

Respondentka č. 2 v rozhovoru prokázala snahu o sebepoznání, práci na sebekontrolě a ponaučení z minulých zkušeností, které ji vedly k obezřetnosti v novém vztahu. Její odhodlání chránit se před manipulací a zároveň budovat důvěru v partnera svědčí o hluboké reflexi a touze po zdravých vztazích. Ambivalentní pocit z aktivit na růstové skupině, zejména při hledání svých pozitivních stránek, odráží její boj s nízkým sebevědomím a přetrvávajícími vlivy traumat. Přesto se respondentka dokáže zaměřovat na budoucí cíle, což ukazuje její motivaci k osobnímu růstu a schopnost přenést pozornost od minulosti k nadějně perspektivě, kde cítí prostor pro změnu a zlepšení.

Respondentka č. 3 reflektuje proces své osobní proměny, který je pro ni klíčem k tomu, aby se vyhnula opakování role oběti v budoucích vztazích. Naučila se vnímat razanci jako pozitivní nástroj pro prosazování svých potřeb a budování zdravých hranic, přičemž si uvědomila, že vyjadřování vlastních přání není sobecké, ale zdravé a nezbytné. Rozhodla se být opatrná v navazování nových vztahů a chránit se před možnými riziky. Reflexe v růstových skupinách jí umožnila pochopit, že pouze vnitřní změnou a transformací svého přístupu k životu i sobě samé může předejít návratu do toxických vztahů a vybudovat pevný základ pro budoucnost.

Analýza rozhovorů také odhalila společná témata všech klientek, která poukazují na to, co bylo pro klientky azylového domu významné v růstových skupinách. Respondentky vyzdvihovaly důležitost sdílení podobných zkušeností, vzájemné podpory a bezpečné atmosféry, která umožnila otevřené diskuse. Ženy zmiňovaly terapeutický přínos sdílení ve skupině žen, kde všechny měly zkušenost s domácím násilím. Zároveň však ženy podceňovaly vlastní příběh nebo závažnost prožitého násilí.

V rámci růstových skupin došlo nejen k překonání těžkých začátků, ale také k postupné integraci do skupiny a rozvoji dovednosti aktivně se podílet na diskusích. Ženy také oceňovaly respektování osobních hranic a možnost mluvit o citlivých tématech jen tehdy, když byly připraveny. Vedoucí skupin hrály zásadní roli v tom, že vytvářely bezpečné a podporující prostředí, kde se ženy mohly cítit přijímány a pochopeny.

Růstové skupiny tak pro klientky představovaly nejen podporu a sdílení, ale i cestu k praktickým změnám v jejich životě. Pomohly jim posílit sebevědomí, důvěru v sebe samé a připravit se na budoucnost, ve které mohou žít nezávisle, svobodně a v souladu se svými potřebami.

Tento proces proměny byl klientkami pojímán jako přínosný – znamenal zásadní krok k obnovení jejich osobnosti. Lze říci, že růstová skupina nabízí klientkám perspektivu do

budoucná, na rozdíl od terapeutické skupiny, která je zaměřena na minulost a na zpracování traumatických zážitků. Výzkum ukázal, že účast v růstových skupinách má pro klientky významný resocializační efekt.

Zmíněná zjištění odpovídají původnímu předpokladu, že podobné skupiny mohou významně přispět k osobní transformaci účastnic. Lze však tento „předpoklad“ interpretovat i tak, že ve své podstatě nepřináší nic v zásadě nového, protože růstové skupiny jako zavedená forma podpory v azylovém domě již dlouhodobě fungují. Jejich přínos a obohacující charakter nejsou tedy otázkou, která by se musela potvrzovat či vyvracet.

Název „růstová skupina“ už sám o sobě naznačuje pozitivní zaměření – zaměření na osobní růst a rozvoj, které ovlivnilo vnímání skupin účastnicemi. Nicméně důležitým bodem je skutečnost, že růstová skupina je povinným programem. Neúčast na ní může potenciálně ohrozit pobyt klientek v azylovém domě. Tento aspekt vyvolává otázky o míře svobodné volby a o tom, zda povinná účast skutečně podporuje zapojení klientek a osobní rozvoj, nebo naopak může být vnímána jako další zdroj tlaku v již tak náročné životní situaci. Respondentky však své zkušenosti se skupinou hodnotily pozitivně, nezazněla žádná kritika, přestože by byla celkem vítána. Výzkumnice se snažila zachovat maximálně objektivní přístup a využívat neutrální jazyk. Místo výrazů jako „přínos“ nebo „obohacení“, které by mohly do rozhovorů vnášet hodnotící prvek, upřednostňovala termíny jako „zkušenost“, „význam“ nebo „dojem“.

„Zaujatost“ výzkumu je celkem očividná. Výzkumnice je zaměstnankyní azylového domu a tato skutečnost jí poskytla důvěru kolegů a celé organizace k provádění odborné činnosti. Měla přístup k interním dokumentům, interním metodikám a postupům organizace. Cílem výzkumu však nebylo hodnotit či kritizovat stávající metody, ale identifikovat možnosti jejich vylepšení a efektivnějšího využití. Otázka neutrality nebo objektivity také nebyla původním cílem ani výzvou tohoto výzkumu.

Dalším důležitým faktorem, který ovlivnil hodnocení respondentek, byla skutečnost, že výzkumnice s účastnicemi rozhovorů spolupracovala delší dobu. Tento vztah vznikl přirozeně, protože výzkumnice se s klientkami pravidelně setkávala a společně řešily záležitosti i mimo růstovou skupinu. Vzájemný vzniknuvší vztah mezi výzkumnicí a respondentkami vedl k výrazně větší otevřenosti a pocitu důvěry během rozhovorů. To usnadnilo sdílení osobních zkušeností, které by jinak respondentky nemusely být ochotny sdílet.

V širším sociálně pedagogickém kontextu je také nutné více hovořit o tom, co domácí násilí je, jak se projevuje a jaké jsou jeho dopady. Systematické vzdělávání veřejnosti o tomto fenoménu může přispět ke změně společenských norem a prevenci násilí na širší úrovni.

Ze sociálně pedagogického hlediska je zásadní, aby domácí násilí bylo identifikováno a řešeno co nejdříve. Nejlepšími nástroji pro prevenci násilí je především zvyšování povědomí společnosti o tom, co je nezdravé a „toxické“ chování ve vztazích, které může eskalovat až do násilí. Jedna z respondentek výzkumu například uvedla, že by uvítala, kdyby podobné růstové skupiny byly zavedeny již na školní úrovni. Ve školách se nyní klade zvýšený důraz na výchovu dětí v oblasti sociálních a osobnostních dovedností, což ukazuje na rostoucí potřebu rozvíjet schopnosti, jako je sociální a emoční inteligence celé společnosti. Chybějící dovednosti či nedostatečně rozvinuté schopnosti v těchto oblastech se mohou projevit neschopností navazovat a udržovat zdravé mezilidské vztahy. Růstové skupiny tedy vyplňují mezeru ve vzdělání, které by ženy mohly získat již v rámci standardních vzdělávacích programů.

Táto diplomová práce nejenže přispívá k teoretickému porozumění role růstové skupiny v azylovém domě, ale také poskytuje praktické návrhy pro zefektivnění růstových skupin, zejména s ohledem na prevenci domácího násilí a resocializaci klientek. Výsledky výzkumu mohou posloužit jako základ pro budoucí zlepšení metodiky a obsahu podpůrných programů. Také mají potenciál pozitivně ovlivnit procesy uzdravení a obnovy sebeúcty obětí domácího násilí.

Seznam literatury

BARTÁK, Jan a DEMJANENKO, Milan. *Sociální andragogika: andragogika v procesu socializace člověka*. Pedagogika. Praha: Grada, 2021. ISBN 978-80-247-3997-7.

BEDNÁŘOVÁ, Zdena; ČACKÁ-PAVLÍKOVÁ, Iva; HOLEDOVÁ, Olga; MACKOVÁ, Kateřina a PROKEŠOVÁ, Hana. *Domácí násilí: Manuál ke kurzům*. Psychosociální centrum Acorus, 2003.

BEDNÁŘOVÁ, Zdena; MACKOVÁ, Kateřina a PROKEŠOVÁ, Hana. *Studijní materiál o problematice domácího násilí*. Psychosociální centrum ACORUS, z. ú., 2006.

BEDNÁŘOVÁ, Zdena Zuzana. *Domácí násilí: zkušenosti z poskytování sociální a terapeutické pomoci ohroženým osobám*. Praha: ACORUS, z. ú., 2009. ISBN 978-80-254-5422-0.

BENDL, Stanislav. *Nárys sociální pedagogiky*. Praha: Univerzita Karlova, 2014. ISBN 978-80-7290-668-0.

BUSKOTTE, Andrea. *Z pekla ven: žena v domácím násilí*. Brno: Computer Press, 2008. ISBN 978-80-251-1786-6.

CONWAY, Helen L. *Domácí násilí: příručka pro současné i potenciální oběti se zákonem č. 135/2006 Sb. platným od 1. ledna 2007*. Praha: Albatros, 2007. ISBN 978-80-00-01550-7.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Moderní psychologie pro právníky: [domácí násilí, stalking, predikce násilí]*. Psyché. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2207-8.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Domácí násilí: nebezpečné rodinné vztahy ve 21. století*. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2020. ISBN 978-80-7380-806-8.

GULOVÁ, Lenka. *Sociální práce: pro pedagogické obory*. Praha: Grada Publishing, 2011. ISBN 978-80-247-3379-1.

GULOVÁ, Lenka a ŠÍP, Radim, ed. *Výzkumné metody v pedagogické praxi*. Praha:

Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4368-4.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přeprac. a rozšíř. vydání. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.

CHALOUPKOVÁ, Jaroslava; BEDNÁŘOVÁ, Zdena Zuzana; POLITZEROVÁ, Helena; MRZENOVÁ, Kateřina a HEŘMÁNKOVÁ, Zlata. *25 let práce s domácím násilím, Acorus 1997–2022*. Praha: ACORUS, z. ú., 2022. ISBN 978-80-11-02245-7.

KLEPÁČKOVÁ, Olga; KREJČÍ, Zuzana a ČERNÁ, Martina. *Trauma-informovaný přístup v sociální práci*. Praha: Grada Publishing, 2020. ISBN 978-80-271-1049-0.

KOTKOVÁ, Martina. *Domácí násilí v kontextu rodiny a práce*. Brno: Spondea, 2014. ISBN 978-80-260-7191-4.

MACKOVÁ, Kateřina a VLACHOVÁ, Olga. Posttraumatická stresová porucha ve vztahu k domácímu násilí. In: *Posttraumatická stresová porucha v kontextu domácího násilí, mezinárodní konference, Praha 2011*. Praha: Bario, s. r. o, 2011, s. 71–79.

MACHALOVÁ, Tatiana. *Domácí násilí: filosofická analýza pojmu*. Brno: Masarykova univerzita, 2014. ISBN 978-80-210-6765-3.

MATOUŠEK, Oldřich. *Encyklopedie sociální práce*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0366-7.

MILLER, William Ross a ROLLNICK, Stephen. *Motivační rozhovory: příprava lidí ke změně závislého chování*. Tišnov: Sdružení SCAN, 2003. ISBN 80-86620-09-3.

POLITZEROVÁ, Helena. Domácí násilí jako trestný čin. In: CHALOUPKOVÁ, Jaroslava; BEDNÁŘOVÁ, Zdena Zuzana; MRZENOVÁ, Kateřina a HEŘMÁNKOVÁ, Zlata. *25 let práce s domácím násilím, Acorus 1997–2022*. Praha: ACORUS, z. ú., 2022, s. 76–87. ISBN 978-80-11-02245-7.

PRŮCHA, Jan. *Přehled pedagogiky: úvod do studia oboru*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0872-3.

STEINEROVÁ, Maria. *Asistentská stáž*. Online. Semestrální práce, vedoucí PaedDr. Eva Valášková Vincejová, Ph.D. Praha: Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Katedra pedagogiky, 2023. [cit. 2024-11-06].

STOČESOVÁ, Veronika. Často je těžké si připustit, že bychom mohli být obětí. *Psychologie dnes*. 2021, roč. 27, č. 2, s. 8–21. ISSN 1212-9607.

STŘÍLKOVÁ, Patricie a FRYŠTÁK, Marek. *Vykázání jako prostředek ochrany před domácím násilím*. Právo. Ostrava: Key Publishing, 2009. ISBN 978-80-7418-020-0.

ŠEVČÍK, Drahomír a ŠPATENKOVÁ, Naděžda. *Domácí násilí: kontext, dynamika a intervence*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-690-2.

ŠKOVIERA, Albín. *Resocializační pedagogika – kontexty a trendy*. Pardubice: Univerzita Pardubice, 2018. ISBN 978-80-7560-139-1.

ŠVARŤÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.

VARGOVÁ, Branislava; POKORNÁ, Dana a TOUFAROVÁ, Marie. *Partnerské násilí*. Praha: Linde, 2008. ISBN 978-80-86131-76-4.

VARGOVÁ, Branislava; VAVNOŇOVÁ, Marie a PROKOPOVÁ, Zdenka. *Azylový dům není jen střecha nad hlavou*. Občanské sdružení ROSA, 2003.

VETEŠKA, Jaroslav. *Mediace a probace v kontextu sociální andragogiky*. Praha: Wolters Kluwer, 2015. ISBN 978-80-7478-898-7.

VOŇKOVÁ, Jiřina a SPOUSTOVÁ, Ivana. *Domácí násilí v českém právu z pohledu žen*. 2., přeprac. vyd. Praha: proFem, 2008. ISBN 978-80-903626-7-3. Dostupné také z: <http://www.digitalniknihovna.cz/mzk/uuid/uuid:17481a50-30b3-11e7-a38c-005056827e51>.

Online zdroje

ACORUS, z. ú. *Naše poslání*. Online. 2022. Dostupné z: <https://www.acorus.cz/nase-poslani/>. [cit. 2024-11-06].

Acorus, z. ú. Online. 2022. Dostupné z: <https://www.acorus.cz/co-je-domaci-nasili/>. [cit. 2024-10-28].

Akční plán prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2023–2026. Online. 2023. Úřad vlády ČR, 2003. Dostupné z: https://vlada.gov.cz/assets/ppov/rovne-prilezitosti-zen-a-muzu/dokumenty/AP_DGPN-2023_final.pdf. [cit. 2024-10-28].

Azylový dům jako nástroj pomoci. Online. Centrum sociálních služeb Praha. 2023. Dostupné z: <https://www.csspraha.cz/post/azylov%C3%BD-d%C5%AFm-jako-n%C3%A1stroj-pomoci>. [cit. 2024-11-06].

BALVÍN, Jaroslav a PROKAIOVÁ, Júlia. *Pedagogické a filozoficko-etické aspekty sociální práce, sociální pedagogiky a andragogiky*. Online. Praha: Hnutí R, 2013. ISBN 978-80-86798-24-0. Dostupné z: <https://jaroslavbalvin.eu/wp-content/uploads/2014/07/Balv%C3%ADn-Pal%C5%A1%C4%8D%C3%A1kov%C3%A1-Prokaiov%C3%A1.pdf>. [cit. 2024-11-06].

BENDL, Stanislav. Sociální pedagogika a její antropologické paradigma. Online. In: a HOFERKOVÁ, Stanislava, PELCÁK, Stanislav (ed.). *Perspektivy sociální pedagogiky v 21. století*. Hradec Králové: Gaudeamus, 2014, s. 61–77. ISBN 978-80-7435-407-6. Dostupné z: https://arl.uhk.cz/arl-hk/cs/detail-hk_us_cat-0041581-Socialni-pedagogika-a-jeji-antropologicke-paradigma/. [cit. 2024-11-08].

BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ. *Ochrana před domácím násilím*. Online. Domácí násilí.cz. 2009. Dostupné z: <https://www.domacinasili.cz/ochrana-pred-domacim-nasilim/>. [cit. 2024-11-06].

BUDINOVÁ, Adriena. *Rizika chudoby žen postižených domácím násilím a jejich dětí*. Praha: proFem, 2012. ISBN 978-80-904564-2-6.

BURIÁNEK, Jiří a PODANÁ, Zuzana, ed. *Násilí tváří v tvář: Zkoumání kalamitních podob partnerských vztahů*. Online. Karolinum Press, 2023. Dostupné z: [https://www.proquest.com/docview/2871731831/\\$N?sourcetype=Books](https://www.proquest.com/docview/2871731831/$N?sourcetype=Books). [cit. 2024-10-28].

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. Domácí násilí ve faktech a teoriích. Online. *Gender a výzkum*. 2002, roč. 2002, č. 1, s. 1–6. ISSN 1213-0028. Dostupné z: https://www.genderonline.cz/incpdfs/inf-200201-0000_10_003.pdf. [cit. 2024-11-01].

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. Domácí násilí: fakta a paradoxy. Online. *Sociální práce: časopis pro teorii, praxi a vzdělávání v sociální práci*. 2006, roč. 2006, č. 2, s. 54–67. ISSN 1213-6204. Dostupné z: <https://socialniprace.cz/wp-content/uploads/2020/10/2006-2.pdf>. [cit. 2024-10-28].

ČÍRTKOVÁ, Ludmila; PTÁČEK, Radek a ŽUKOV, Ilja. Aktuální otázky domácího násilí v soudně znalecké praxi. Online. *Česká a Slovenská psychiatrie*. 2010, roč. 2010, č. 106(4), s. 234–238. ISSN 1212-0383. Dostupné z: <http://www.cspsychiatr.cz/detail.php?stat=640>. [cit. 2024-10-31].

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Forenzně psychologické poznatky k domácímu násilí*. Online. Justičná akadémia Slovenskej republiky. 2021. Dostupné z: <https://ja-sr.sk/files/13%20%C4%86%C3%ADrtkov%C3%A1%20DN%20pro%20JA%20a%20SK%202.pdf>. [cit. 2024-08-02].

DAVIDOVÁ, Ivana. *Riziko sociálního vyloučení žen-obětí partnerského násilí: explorativní sonda do problematiky z pohledu pomáhajících profesí*. Online. Rigorózní práce, vedoucí Olga Havránková. Praha: Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Katedra sociální práce, 2010.

Děti jako svědci domácího násilí: Máš právo vyrůstat v bezpečném a klidném domově / nejsi zodpovědný za chování svých rodičů [online]. Dostupné z: <https://jesenik.cz/storage/user-1132/module-1761/mm-deti-jako-svedci-domaciho-nasili-15835034280php21mvno.pdf>. [cit. 2023-05-30].

FEJTOVÁ, Karolína. *Alarmující výsledky průzkumu: Soudům důvěřuje jen osm procent obětí domácího násilí*. Online. Refresher news. 2024. Dostupné z: <https://news.refresher.cz/152738->

Alarmující výsledky průzkumu: Soudům důvěřuje jen osm procent obětí domácího násilí.
[cit. 2024-11-01].

GABRIELOVÁ, Jana. *Vizuální symbolické násilí na ženách a zvířatech jako prostředek reprezentace a ukotvení patriarchální moci*. Online, Diplomová práce, vedoucí doc. PhDr. Blanka Knotková-Čapková, Ph. D. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta humanitních studií, Katedra genderových studií, 2017. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/92389/120275890.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [cit. 2024-10-29].

HERON, Rebecca L.; EISMA, Maarten a BROWNE, Kevin. Why Do Female Domestic Violence Victims Remain in or Leave Abusive Relationships? A Qualitative Study. Online. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*. 2022, roč. 2022, č. 31, s. 677–694. ISSN 1545-083X. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/10926771.2021.2019154>. [cit. 2024-11-02].

HRONOVÁ, Martina a VAVROŇOVÁ, Marie. *Vliv domácího násilí na zdraví žen-obětí násilí a jejich dětí, které jsou svědky násilí v rodině*. Online. ROSA, 2011. Dostupné z: https://www.rosacentrum.cz/wp-content/uploads/2014/05/2010_STATS.pdf. [cit. 2024-11-08].

KODYMOVÁ, Pavla a DAVIDOVÁ, Ivana. Domácí násilí bez domova. Online. *Forum sociální práce*. 2018, roč. 2018, č. 1. ISSN 2336-6664. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/100482/Pavla_Kodymova-Ivana_Davidova_95-103.pdf?sequence=1&isAllowed=y. [cit. 2024-11-05].

KOŤA, Jaroslav a STROUHAL, Martin. Obecná pedagogika – mezi filosofií a vědou. Online. *e-Pedagogium*. 2014, roč. 14, č. 3, s. 7–24. Dostupné z: <https://doi.org/10.5507/epd.2014.025>. [cit. 2024-11-08].

KREJČÍKOVÁ, Jana. *Domácí násilí na dětech se zaměřením na analýzu systému péče o ohrožené děti*. Online. Diplomová práce, vedoucí PhDr. Gabriela Munková, CSc. Univerzita Karlova v Praze, Fakulta sociálních věd, Katedra veřejné a sociální politiky, 2010. Dostupné z:

<https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/30775/120010526.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. [cit. 2024-11-05].

LINKOVÁ, Marcela. Domácí násilí: genderová perspektiva. Online. In: PIKÁLKOVÁ, Simona (ed.). *Mezinárodní výzkum násilí na ženách – Česká republika / 2003: příspěvek k sociologickému zkoumání násilí v rodině*. Praha: Sociologický ústav AV ČR, 2004, s. 23–33. ISBN 80-7330-054-0. Dostupné z: <https://www.soc.cas.cz/images/drupal/publikace/2004-2.pdf>. [cit. 2024-10-31].

MATOUŠEK, Oldřich. Interpretační schémata domácího násilí. Online. *Forum sociální práce*. Roč. 2015, č. 2, s. 66–70. ISSN 2336-6664D. Dostupné z: https://forumsocialniprace.ff.cuni.cz/wp-content/uploads/sites/10/2016/04/Oldrich_Matousek_66-70.pdf. [cit. 2024-11-01].

MARVÁNOVÁ VARGOVÁ, Branislava. Vláda schválila návrh zákona o domácím násilí. Povede k větší ochraně obětí, tisková zpráva. Online. 2024. Vláda České republiky. Dostupné z: <https://vlada.gov.cz/scripts/detail.php?id=213733&tmplid=50>. [cit. 2024-12-16].

MÜHLPACHR, Pavel. *Sociální propedeutika postmoderny*. Online. Fakulta veřejných politik v Opavě, Slezská univerzita v Opavě, 2019. ISBN 978-80-7510-336-9. Dostupné z: <https://www.pf.ujep.cz/wp-content/uploads/2020/10/34-Soci%C3%A1ln%C3%AD-propedeutika-postmoderny.pdf>. [cit. 2024-11-08].

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY. *Zvlášť zranitelné oběti*. Online. 2024. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/zvlast-zranitelne-obeti.aspx>. [cit. 2024-11-06].

Pouze 8 % obětí domácího násilí důvěřuje soudům, neziskovkám 90 %. Online. *Advokátní deník*. 2024. Dostupné z: <https://advokatnidenik.cz/2024/01/23/pouze-8-obeti-domaciho-nasili-duveruje-soudum/>. [cit. 2024-11-06].

SAHULA, Jan. *Specifika (re)socializačního působení v azylovém domě pro matky s dětmi*. Online. Diplomová práce, vedoucí prof. PhDr. Mühlpachr Pavel, Ph.D. Univerzita Pardubice, Fakulta filozofická, 2017. Dostupné z: <https://theses.cz/id/ux1vzs/?lang=en> [cit. 2024-11-08].

SEDLAK, Jiří. Alkohol a domácí násilí. Online. In: *Domácí násilí*. 2012. Dostupné z: <https://domacinasili.estranky.cz/clanky/clanky/alkohol-a-domaci-nasili---clanek.html>. [cit. 2024-10-31].

STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV. *Domácí násilí: co to je?* Online. Národní zdravotnický informační portál. 2024. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/101-domaci-nasili-zakladni-informace>. [cit. 2024-10-28].

STOP NÁSILÍ. *U lékaře v ordinaci*. Online. 2023. Dostupné z: <https://www.stopnasili.cz/pomahajici-profese/pro-zdravotniky/>. [cit. 2024-11-06]

ŠOBÁŇOVÁ, Petra. Roste počet dětí vystavených domácímu násilí, upozorňuje na to kampaň. *Kolotoč násilí*, tisková zpráva. Online. 2024. Dostupné z: <https://www.eeagrants.cz/cs/programy/lidska-prava/aktuality/2024/zastavme-kolotoc-nasili-4377> [cit. 2024-11-08].

TICU, Ioan. Short Incursion in the History of Domestic Violence. Online. *Logos Universality Mentality Education Novelty: Law*. 2020, roč. 2020, č. 8, s. 35–46. ISSN 2284-596. Dostupné z: <https://doi.org/https://doi.org/10.18662/lumenlaw/8.1/34>. [cit. 2024-11-01].

TOMEŠOVÁ, Jana. *Dítě jako svědek domácího násilí – část 2: Role OSPOD při ochraně dětí*. Online. Právní prostor. 2023. Dostupné z: <https://www.pravniprostor.cz/clanky/trestni-pravo/dite-jako-svedek-domaciho-nasili-cast-2-role-ospod-pri-ochrane-deti>. [cit. 2024-11-08].

Úmluva Rady Evropy o prevenci a potírání násilí vůči ženám a domácího násilí. Online. Council of Europe. 2011. Dostupné z: <https://rm.coe.int/1680462471>. [cit. 2024-10-28].

UNITED NATIONS RESEARCH INSTITUTE FOR SOCIAL DEVELOPMENT. *Social Integration: Approaches and Issues*. Online. 1994. Dostupné z: <https://cdn.unrisd.org/assets/library/papers/pdf-files/bp1.pdf>. [cit. 2024-11-05].

UNIVERZITA PARDUBICE, FILOZOFICKÁ FAKULTA. *Resocializační pedagogika*. Online. 2024. Dostupné z: <https://studuj.upce.cz/obor/ff-resocializacni-pedagogika-navazujici-magisterske-prezencni-cestina>. [cit. 2024-11-08].

ZÁCHOVÁ, Anna. Syndrom týrané osoby. Online. *Psychologon*. 2014. ISSN 1805-7160. Dostupné z: <https://www.psychologon.cz/component/content/article/277-syndrom-tyrane-osoby>. [cit. 2024-11-02].

Seznam příloh

Příloha 1: Informovaný souhlas

Příloha 2: Otázky pro rozhovory s klientkami

Příloha 3: Seznam aktivit a cvičení k růstové skupině

Příloha 4: Cíle růstové skupiny

Příloha 5: Přepis rozhovorů

Přílohy

Příloha 1

Informovaný souhlas s účastí ve výzkumu (rozhovor) a se zpracováním osobních údajů

Informace o výzkumu

Výzkum probíhá pro účely zpracování diplomové práce Bc. Marii Steinerové, studentky navazujícího magisterského studia oboru sociální pedagogika na Katedře pedagogiky Filozofické fakulty Univerzity Karlovy. Výzkum se zaměřuje na skupinu osobnostního rozvoje – *růstovou skupinu*, věnující se edukaci dospělých obětí domácího násilí v azylovém domě organizace ACORUS, z. ú.

Diplomová práce s názvem *Edukace dospělých obětí domácího násilí* analyzuje postoje klientek azylového domu, a to s ohledem na to, jaký význam pro ně měla právě účast na růstové skupině. Diplomová práce je vedena Doc. PhDr. Jaroslavem Koťou.

Diplomantka s Vámi povede rozhovor o maximální délce 30 minut. Vaše odpovědi budou nahrané na záznamové zařízení, diplomantka si také bude během rozhovoru dělat písemné poznámky. Zvukový záznam bude převeden do písemné podoby. Informace získané v rozhovoru diplomantka využije výhradně ke zpracování diplomové práce. Veškerá vlastní jména budou anonymizována.

Informace o účastníkovi výzkumu

jméno a příjmení:

datum narození:

Prohlášení

Já níže podepsaná potvrzuji, že:

a) jsem se seznámila s informacemi o cílech a průběhu výše popsaného výzkumu (dále též jen „výzkum“);

b) dobrovolně souhlasím s účastí své osoby v tomto výzkumu;

- c) rozumím tomu, že se mohu kdykoliv rozhodnout ve své účasti na výzkumu nepokračovat;
- d) jsem srozuměna s tím, že jakékoliv užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu nezakládá můj nárok na jakoukoliv odměnu či náhradu, tzn. že veškerá oprávnění k užití a zveřejnění dat a výstupů vzešlých z výzkumu poskytují bezúplatně.

Zároveň prohlašuji, že:

- a) souhlasím se zveřejněním anonymizovaných dat a výstupů vzešlých z výzkumu a s jejich dalším využitím;
- b) souhlasím se zpracováním a uchováním osobních a citlivých údajů v rozsahu v tomto informovaném souhlasu uvedeném ze strany Univerzity Karlovy, Filozofické fakulty, IČ 00216208, se sídlem nám. Jana Palacha 2, 116 38 Praha 1, a to pro účely zpracování dat vzešlých z výzkumu, pro účely případného kontaktování z důvodu zpracování dat vzešlých z výzkumu či z důvodu nabídky účasti na obdobných akcích a pro účely evidence a archivace; a s tím, že tyto osobní údaje mohou být poskytnuty subjektům oprávněným k výkonu kontroly projektu, v jehož rámci byl výzkum realizován;
- c) jsem seznámena se svými právy týkajícími se přístupu k informacím a jejich ochraně podle § 12 a § 21 zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, tedy že mohu požádat Univerzitu Karlovu v Praze o informaci o zpracování mých osobních a citlivých údajů a jsem oprávněna ji dostat a že mohu požádat Univerzitu Karlovu v Praze o opravu nepřesných osobních údajů, doplnění osobních údajů, jejich blokaci a likvidaci.

Výše uvedená svolení a souhlasy poskytují dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazují se je neodvolat bez závažného důvodu spočívajícího v podstatné změně okolností.

Vše výše uvedené se řídí zákony České republiky, s výjimkou tzv. kolizních norem, a bude v souladu s nimi vykládáno, přičemž případné spory budou řešeny příslušnými soudy v České republice.

Potvrzuji, že jsem převzala podepsaný stejnopis tohoto informovaného souhlasu.

Souhlasím s poskytnutím rozhovoru Marii Steinerové pro účely výše popsání výzkumného projektu.

Dne:

Podpis:

Příloha 2

Otázky pro rozhovory s klientkami azylového domu

Polostrukturovaný rozhovor pro klientky:

Kolik vám je let?

Kolik měsíců se nacházíte v AD?

Kolik návštěv růstové skupiny jste absolvovala?

1. Můžete definovat rozdíly mezi růstovou a terapeutickou skupinou?
2. Jaké téma pro sebe považujete za nejdůležitější a proč?
3. Bylo možné poznatky získané v růstové skupině aplikovat v životě nebo v novém vztahu?
4. Jak hodnotíte svou zkušenost s návštěvami růstové skupiny?
5. Bylo ve skupině něco, co na vás působilo jako nadbytečné? A naopak, co vám chybělo?
6. Doporučila byste skupinu jiným ženám? Proč?

Příloha 3

Seznam aktivit a cvičení k růstové skupině podle kategorií

1. Manipulace a kontramaniplulace

1. Jak jednat s manipulátorem? 7 zlatých kopů komunikačního juda (jednoduché odpovědi, které se v komunikaci mohou hodit)
2. Co je manipulace a jak ji poznáme? Typy manipulátorů: Chudáček, Počtář, Břečťan, Drsňák, Obětavec, Poslední spravedlivý, Táma-Máma, Mafián
3. Test rozpoznání manipulátora
4. Zásady a nástroje kontramaniplulace
5. Charakteristické znaky vztahového manipulátora
6. Pasivní agrese, jak na ni
7. Jak odolat pokušení rychlého souhlasu

2. Sebepoznání, seberozvoj, sebevědomí, sebedůvěra

1. Vnitřní životní „programy“, čím jsme ovlivňováni (1. Musíš být perfektní, 2. Buď silný, 3. Musíš být milý, 4. Musíš se víc snažit, 5. Musíš pospíchat)
2. Své hranice: Poznejte je a hlídejte je
3. Pracovní typy a jejich problematické oblasti
4. Test asertivity
5. Sebeuvědomění – na kterém stojí vše ostatní
6. Škála vlastností (jak klient vidí sám sebe a jak ho vnímá rodič anebo někdo jiný)
7. Poznávání vlastní agresivity
8. Test na sebelásku/sebepřijetí od Michaela Labkovského
9. Seznam vlastností nebo sebechvála NEsmrdí (jak ukázat klientce, že má kladné vlastnosti)
10. Přehled vlastností (zajeté představy o potomkovi / které vlastnosti by měl mít potomek klienta)
11. Křivka života – nahlédnutí očima klienta na hodnocení jeho vlastního života
12. Jaký jsem? Orientace ve svých vlastnostech a pohled na sociální role
13. Mé silné a slabé stránky
14. Mé nejlepší já. Jsou před vámi velké možnosti a teď si je sami odhalíte

15. Sebekoučovací dotazník
16. Nedokončená pohádka (projekční technika využitelná ve chvíli, kdy má klientka problém o sobě hovořit)
17. Jak vnímám sám/samu sebe a jak ostatní
18. Pozornost sám sobě
19. Kolo zdravého sebevědomí
20. Cesty podporující růst sebevědomí
21. Metoda emočních rovnic jako cesta k vyššímu sebevědomí
22. Sebevědomí
23. Šest pilířů sebeúcty
24. Technika „Miluji sám sebe“
25. R. Geogie, H. Reavis: Škola zvířat (každý je v něčem jiný a má jinou schopnost)
26. Struktura času – čemu věnujete nejvíc svého času (izolace, rituály, zábava, činnosti, hry, intimita)
27. Neuvědomělou neschopností k neuvědomělé schopnosti
28. AKME – BOLT. Konfliktní hra J. Křivohlavého. Zamyšlení nad vlastním chováním v konfliktních situacích.

3. Sociální inteligence a sociální dovednosti

1. 4 styly chování: pasivní, agresivní, asertivní, manipulativní
2. Jak dávat zpětnou informaci, aby druhému pomáhala
3. Komunikační předpoklady
4. KO – ST nebo komunikační stopky
5. Stavba promluvy v 1. osobě (tzv. já-vzkazu)
6. Přehled možných problematických oblastí: schopnost vyjádřit pozitivní pocity, negativní pocity, své osobní mínění, hněv, schopnost odmítnout žádost a pozvání
7. Já-výrok – asertivní komunikace
8. Proč si stěžujeme? 5 důvodů
9. Co je přímé a co je nepřímé vyjádření pocitů (test)
10. Nesouhlasit spolu, a přesto nebýt ve sporu
11. Asertivní dovednosti
12. Asertivní reakce
13. Výhody asertivního chování
14. Hodnocení naší schopnosti říct „ne“

15. Dotazník sebeprosazování
16. Reakce a druhy chování v konfliktech
17. Soudy, které se maskují jako pocity
18. Konverzační kontexty. 9 typů kontextu podle očekávání od konverzace
19. Předsudky sociální percepce

4. Emocionální inteligence a zvládání emocí

1. Emoční minimum neboli co jste se měli ve škole dozvědět o emocích
2. Špatná nálada a negativní emoce
3. Nakažlivost emocí
4. Emoce – jak je vyjadřuji (sebeuvědomění = sebevědomí). Kary DIXI + technika na rozhýbání a uvědomění si, jak můžeme ovládnout svoji náladu
5. Zvládání emocí (myšlenka – emoce – tělesná reakce – chování)
6. Příběhy k rozpoznávání emocí
7. Kruh emocí. Jaké emoce nejčastěji prožívám
8. Bludný kruh: myšlenka – emoce – tělesná reakce – chování
9. Pozornost sám sobě
10. Reakce na ohrožení – náš emoční mozek a „amygdalický únos“
11. Vegetativní nervový systém: jemná regulace, „čeho si všímat“
12. Pocity a potřeby
13. Zdravá empatie: 5 kroků ke zdravé empatii
14. Dva vlci v nás: jeden je špatný, ten druhý dobrý
15. Pocitový dopis (1. vyjádření negativního pocitu, 2. podpora, 3. pozitivní pocit)
16. Uzavření nedokončeného gestaltu
17. Kategorie studu podle výzkumu Breného Browna
18. Vina: druhy viny, příčiny a účinky. Koncept morální vyváženosti
19. Vděčnost. Jak souvisí vděčnost s psychickou pohodou a jak ji povzbudit
20. Umíte jezdit na slonovi? (slon = emoce, jezdec = rozum)

5. Naplňování potřeb

1. Jak rádi naplňujeme potřebu XY? Jaká je vaše oblíbená strategie k naplnění potřeby XY? Cvičení na dovednost napojení se na svoje potřeby
2. Vývojové potřeby podle teorie Pessa Boydena

3. Potřeby podle Maslowa

6. Životní plány, životní změna a životní hodnoty

1. Afirmace pro váš šťastný život (život, hojnost/peníze, rodina/vztahy, odpočinek / volný čas, změna/odpuštění, zdraví, práce/kariéra)
2. Minidotazník životního scénáře
3. Moje hodnoty a role, které by mě mohly těšit
4. O pozitivní psychologii
5. Koláž (možná témata: můj život, moje budoucnost, moje minulost, moje duše, můj svět, má přání, svět okolo mě, jaký chci být, strach, hněv, bolest, láska)
6. Dotazník životní spokojenosti
7. Obrázek dne. Možná že se vůbec nevěnujeme těm skutečně důležitým věcem...
8. Sebekoučovací dotazník
9. Změna – jak na ni
10. Naplánování individuální změny
11. O mrtvém koni – měním to, co nefunguje
12. Robinsonova metoda změny myšlení „Naštěstí“
13. Za nejceněnější hodnoty v životě považuji...
14. Hodnoty
15. Žebříček hodnot
16. Oprava nezdravých postojů
17. Jak odolat pokušení rychlého souhlasu
18. Kruh aktivit. Jak klient tráví svůj den, svůj volný čas
19. Praktický průvodce očistou myslí aneb jak si uklidit ve své vlastní hlavě
20. 7 otázek na řešení problému
21. Návod na život podle Jaroslava Duška
22. Technika Drak (práce s problémy)
23. Co dobrého se dnes stalo? Jak nemyslet pořád jenom na to, co nefunguje
24. Teď a tady. Diskuze
25. Řčení o penězích

7. Rodina a vztahy

1. Rodina, rody a rodinná terapie (komunikace, struktura rodiny, hranice)

2. Stává se vám ve vztahu, že... 12 otázek na chování partnera
3. Přehled vlastností (zajeté představy o potomkovi / které vlastnosti by měl mít potomek klienta)
4. Rozpoznání rizikového partnera
5. Dohoda (pravidla soužití s potomkem)
6. Konflikty v životě aneb jaký má rodič názor na konfliktní chování svého potomka
7. Rodina – hlubší pohled na vztahy v rodině, jak je vnímá klient
8. Sociální status – kam sebe zařazuje klient
9. Tohle mi neříkej
10. Přirozenost: ve vztahu být sám sebou
11. Proč žena zůstává? Cvičení ve stylu motivačního rozhovoru, např. dát výpověď z práce / zůstat
12. Zmapování systému podpory
13. Životní pole – otázky na širší vztahy a interakční potřeby

9. Stres a zvládání tlaků

1. Stres – metoda zvládání nepříjemných stavů N.E.S.T.
2. Umíte pracovat pod tlakem času? 3minutový test

14. Osobnost a její struktura

1. Struktura osobnosti – rodič, dítě, dospělý
2. Mnohohrstevnatost osobnosti aneb naše chování $\neq$ naše osobnost
3. Ego stavy – rodičovský ego stav, strukturální model

15. Domácí násilí

14. Proč žena zůstává? Cvičení ve stylu motivačního rozhovoru, např. dát výpověď z práce / zůstat
1. Příprava k soudnímu jednání
2. Cvičení – mýty o domácím násilí
3. Násilná osoba

Příloha 4

Cíle růstové skupiny pro oběti domácího násilí v azylovém domě

1. Posílení sebevědomí a osobní identity

- a. Pomoc klientkám vybudovat a posílit pozitivní sebeobraz a sebevědomí
- b. Podpora v nalezení a přijetí vlastní identity mimo roli oběti

2. Rozvoj sociálních a emocionálních kompetencí

- a. Trénink a zlepšení schopností, jako jsou asertivita, komunikace a odolnost vůči stresu
- b. Posílení schopnosti zvládat emocionální zátěž a stresové situace

3. Zlepšení dovedností v oblasti osobních vztahů

- a. Nácvik efektivního vyjadřování potřeb a přání ve vztazích
- b. Podpora v rozvoji zdravých vztahových vzorců a prevence opakování negativních vzorců chování

4. Prevence návratu k násilnému partnerovi

- a. Identifikace a nácvik dovedností potřebných k udržení osobních hranic a odolávání manipulacím
- b. Učení o zdravých vztazích a prevenci násilí v budoucnu

5. Edukace o dynamice domácího násilí

- a. Poskytování informací o cyklu domácího násilí, jeho mechanismech a důsledcích
- b. Bariéry odchodu od násilné osoby

6. Podpora resocializace

- a. Pomoc klientkám při návratu do běžného života a společnosti, včetně rozvoje praktických dovedností potřebných pro samostatný život
- b. Podpora při hledání a udržení zaměstnání, vzdělávání a dalších aspektů integrace do společnosti
- c. Poskytování příležitostí k osobnímu růstu prostřednictvím různých vzdělávacích a rozvojových aktivit

7. Zajištění bezpečného a podporujícího prostředí

- a. Vytvoření bezpečného a důvěryhodného prostoru pro sdílení a učení se
- b. Podpora vzájemného porozumění a solidarity mezi členkami skupiny

Příloha 5

Přepis rozhovorů s respondentkami azylového domu

T: Tazatel

R: Respondent

Rozhovor č. 1

T: No a první otázka by zněla... Měla jste tady růstovou skupinu, jaký význam pro vás měla růstová skupina?

R: Ta růstová?

T: Přímo ta růstová, ta, co bývá v pondělí. Já ještě budu psát poznámky, když tak průběžné...

R: Mně to bylo určitě... jak se přinesla témata zvenku, tak určitě informativní a člověk se víc našel v tom. Mohl si udělat lepší obrázek o okolí nebo o těch partnerských vztazích a vlastně mohl si uvědomit, co víc chce... a co nechce.

T: Říkáte jakože témata z venku?

R: Ano, co přinesla třeba paní ředitelka s A.

T: Jojojo.

R: Byly (témata) určitě, pro mě osobně hodně zajímavé, byly informativní. Snažím se třeba v tom něco najít a dál se tím řídit do budoucího života. Člověk našel v tom, co dělal, chyby, čeho by se mohl vyvarovat do budoucna.

T: Aha, aha, takže to byl přesah nějaký do budoucna, to, co v tom vidíte, jo? Vzpomenete si na nějaké téma, které vás nejvíc oslovilo?

R: My jsme vlastně měli, jak poznat manipulanta...

T: Jo? Manipulace?

R: Ano, manipulace. Potom tam byl ten, seberozvoj, že když člověk bude pečovat dobře sám o sebe, tak potom... a vzhledem k dětem, že čím líp bude člověk pečovat o sebe, tak potom vlastně ta péče je lepší dál i o ty děti. Protože pokud člověk uspokojí svoje vlastní potřeby, tak může uspokojovat potřeby druhých.

T: Hmhm, tak to je pěkné, že má to přesah na ty děti...

R: My jsme to vlastně právě řešily s přesahem dál na ty děti. Vlastně když se člověk sám sebe nenasytí psychicky, tak potom nemůže rozdávat tu psychickou podporu dál. A přece jenom ty naše děti, co prožily... Třeba těmi traumatickými zážitky, tak tu psychickou podporu od rodičů nejvíc potřebují, a to teda většinou od matek.

T: Jojo, i ta manipulace, že jo, s těma dětma, tak je to také zajímavé téma... A co pro vás konkrétně ta manipulace znamená?

R: Nenechat se zmanipulovat dalšíma... Mám za sebou tři tyhle vztahy a pokaždé to vypadalo katastroficky. Vlastně ti partneři, nejdřív – oni, oni, oni, a člověk musel něco vynahrazovat, a pokud nebylo po jejich, tak člověk byl bit.

T: Hmhm, jo, no a vzpomenete si na nějaké téma, ještě třeba jste zmínila manipulaci, sebeobraz, pamatujete si ještě na něco zajímavého, co jste tady zažila?

R: Tak jako témat bylo hromada... Vlastně dělaly jsme ty vize do dalších let, nebo bylo to teda na ten rok, lepily jsme obrázky, čeho bychom za tady ten rok chtěly dosáhnout, a je to takové, člověk si může odškrtnout, čeho dosáhl, čeho ne, a může si eventuálně to, co nedosáhl, přivést třeba do příštího roku, aby věděl ty výhledové body.

T: Co pro vás znamená ta vize do budoucna?

R: To je takový hnací motor, čeho by chtěl člověk dosáhnout, na co by se měl zaměřit, a na co ne. Měli bychom myslet sami na sebe než většinou na ty druhé.

T: Takže je tam zase nějaký obrat na sebe?

R: Jo, taková ta sebeláska člověka.

T: Co pro vás znamená ta sebeláska?

R: To tak jako... Mně to moc nejde, já většinou jakoby... Mně bylo kolikrát řečeno, že jsem manipulativní blbec, že sebou nechám manipulovat, myslím na okolí, a ne na sebe a furt mi to nějak moc nejde. Já už to mám v povaze.

T: Tak to je běh na dlouhou trať, ta sebeláska... Chodila jste také na ty terapeutické skupiny. Čím se podle vás liší ta růstová od těch terapeutických?

R: Při těch růstových máte témata zvenku, to přinesla paní ředitelka s A. Tak jsme se držely těch témat, co přinesly ony. Při těch nepovinných pondělkách – co se nám za ten týden stalo, co bychom chtěly řešit my, co jsme nosily my. Vždycky jsme si po kolečku poklábosily, co jsme dělaly, nedělaly, jak se máme...

T: Jo, na ty terapie?

R: Jo, jestli chceme řešit něco důležitého, co by nemělo odklad.

T: Aha, takže jak říkáte, přinesly to ty vedoucí, bylo to více direktivní?

R: Při těch pondělkách, těch povinných, to řídila ta paní ředitelka s A. To jsme se vlastně vysloveně držely tématu, co přinesly ony. To bylo třeba ty vize, potom jak jsme si kreslily tu postavu a připisovaly si, čeho si na sobě ceníme a jak nás vidí ostatní.

T: Jojojo, to bylo fajn, to jsem také zažila. Na které setkání si vzpomínáte nejvíc v rámci těch růstových skupin? Jste tady od listopadu?

R: Od května.

T: Jo aha! Tak to je už rok! To teda letí! No, vlastně už je to rok. Co si ještě vzpomínáte, nějaké setkání, co vás oslovilo za ten rok vůbec, když si na to vzpomenete?

R: Jakoby ty témata? Ty témata byly hodně podobné.

T: A jaká tam byla ještě témata?

R: Všechno se to týkalo těch špatných partnerů, té sebelásky, ukojení těch vlastních potřeb, kolem toho se točilo vlastně všechno. Trénovaly jsme ještě pohovory do práce, jak vlastně prodat sám sebe, to jsme trénovaly.

T: Aha, super! Měla jste možnost něco využít v novém životě, v novém vztahu? Jestli se něco osvědčilo, fungovalo?

R: No... Co se mi během tohoto roku povedlo, tak říct bývalému partnerovi, se kterým mám staršího syna, říct mu „ne“ na cokoliv, co jsem chtěla. Předtím jsem mu všechno povolila, ale tady během toho roku jsem se naučila, že ne, že vlastně to, co se mi nelíbí... Že se mu nemusím bát říct ne a on to musí respektovat.

T: A fungovalo to?

R: Jo, zatím mi to funguje, zatím sice do zavřeného prostoru se s ním nezavřu, to ne, ale když mu prostě řeknu, takhle se mi to nelíbí, tahle to nepůjde, tak mu to řeknu i do očí.

T: Hmhm, fajn. A bral to? Jaký z toho máte pocit?

R: Jo, dobrý, jo, říkám, nedávno jsem se neudržela, dostal ode mě facku a nevrátil mi ji. Mně se tak po těch sedmi letech ulevilo...

T: Jo, vrátit tu agresi musí být příjemné samozřejmě.

R: Fakt se mi ulevilo, ale pak jako říkám, nevrátil mi ji, dokázala jsem mu říct ne a držím se toho.

T: Hmhm, takže jste něco zkoušela, to, co jste se naučila...

R: Jo, třeba, než jsem se ho osobně poznala, tak jsem zvládla, držela jsem se toho, v čem jsem sama sobě věřila. Ale když jsem po vztahu s ním, tak člověk, je to takový... psychicky zlomený. Neví, co si může dovolit, co si nemůže dovolit, jestli ta rána přiletí, nepřiletí... A dostává se zpátky do těch kolejí předtím. A to jim vlastně pomáhají ty skupiny, ty témata, co přináší paní ředitelka, tak člověk hledá sám sebe, jakoby zpátky, v čem byl. A nemusí se fakt bát, jestli ta rána přiletí, nepřiletí, a pokud přiletí, tak ten člověk nestojí za to.

T: Jojo, no a zmínila jste... Právě jsem se chtěla zeptat, jestli byly nějaké věci v rámci skupiny, které vám byly nepříjemné nějakým způsobem?

R: Třeba ty povinné ne, ale potom, když jsme měly ty nepovinné nebo ted' holky, co přinášely, tak vyprávěly ty svoje životní příběhy a hromada těch příběhů jsou teda úplně stejné... Ne co

mně vadilo, ale člověku to přijde líto, to je spíš tak, co jste povolila, čemu jste nemohla zabránit, nebo člověk si nechal všechno líbit jenom proto, aby byl klid.

T: No a co to znamená teda, jestli jsou ty příběhy stejné, co to ve vás vyvolává? Lítost nějakou, nebo...?

R: Jo, je mi to líto, že se to děje, a pak hromada ženských si zažívá to samé. A to už je potom na těch ženských, jestli si to nechají líbit dál, nebo jestli s tím začnou něco dělat.

T: Jako že tam musí být nějaká ta motivace k řešení?

R: A většinou jsou tou motivací děti, aby ty děti to neviděly, aby v tom nevyrůstaly.

T: Jo, bývá to tak. Je něco, co byste změnila na té povinné skupině, co by mohlo být trošičku jinak?

R: Mně se to líbilo, vlastně když se člověk fakt nechce bavit, tak nemusí, nikdo ho neláme, jo, musíš, teď, okamžitě, ne, pokud je to člověku fakt nepříjemné, tak nemusí. Stačí říct ne, nikdo ho nenutí.

T: No a ta atmosféra, to už jste říkala... když ty ženské vyprávěly ty příběhy... I když je to to samé, jestli to ve vás nevyvolávalo nepříjemný pocit, nebo spíš naopak příjemný pocit, že ty příběhy jsou stejné?

R: Emm... asi... Říkám, ty příběhy byly hodně podobné, spíš taková ta empatie, že vlastně člověk v tom není sám, protože přece jenom, když člověk vidí, jak je to stejné, tak nikoho za nic neodsuzuje, nikdo neříká: „jo, tak je to tvoje vina“, protože většinou fakt ty příběhy promíjejí...

T: Takže ta skupinová atmosféra vám nějak jako nevadila?

R: Ne, ne, ne.

T: Právě jsem se chtěla zeptat na tu skupinu... že, zažila jste individuální terapii u A. a pak s klientkami spolupráci... Jak vidíte tu skupinovou? Ten pocit, že sdílíte s někým, nebo vám bylo pohodlnější třeba individuální terapie? Nebo takhle ve skupince je lepší?

R: Mně to nevadí sdílet s ostatními, protože buď z toho má člověk nějaké ponaučení, nebo aspoň něco si z toho odnese a pak cítí, jo, nejsem v tom sám.

T: Takže ten pocit sdílení stejných emocí... A jaké výhody a nevýhody vnímáte teda u těch skupin? Něco vás napadá?

R: Tak ta výhoda je, že člověk fakt může něco ventilovat, to, co potřebuje, nemusí to dusit sám v sobě, protože co jsme si i říkaly, čím víc to člověk sám v sobě dusí, tím víc sám sebe ubíjí.

R: A to teď v tomto prostředí prostě nejde, aby se člověk užíral. Pokud se člověk užírá, tak ho to semele a nemůže se postavit sám znova na nohy a začít znovu. Přece jenom všichni tady

začínáme vlastně od znova... nebýt na nikom závislý, spoléhat se sám na sebe. Protože většinou ty partneři chtěli, aby se ten člověk spoléhal na toho partnera, aby měli moc nad druhým životem. A když jste se chtěla osamostatnit, no tak jako nešlo to.

T: A tady šlo naopak o to sdílení s ostatními lidmi...

R: Jo.

T: Takže se vám ten formát vlastně osvědčil... A co jsou teda ty výhody, pro vás konkrétně? Říkala jste sdílení, ještě něco vás napadá?

R: Mohly jsme to sdílet s každým, každý nám k tomu mohl říct, co ho třeba napadá, a to jsou takové rady do života, čeho se vyvarovat, co naopak zlepšit sám v sobě.

T: No a jaký pak tedy vidíte smysl, tu zkušenost po těch návštěvách růstové skupiny, jak hodnotíte svoji zkušenost?

R: Jo, já si myslím, tady momentálně se z toho stává po těch skupinách silnější člověk. Přece jenom, když se člověk nastěhuje sem, tak je to taková hromádka nervů. A cítím sama na sobě... vy jste nás přijali s A., já jsem byla ráda, že jsme tu sedli. A teď po tom roce, co jsme tady, tak jako jo, když vím, že odsud půjdu, tak jako jo, zvládnou to.

T: Kdybychom se nezaměřovaly konkrétně na témata... Jestli jste se naučila ještě v rámci té skupiny něco jiného, jestli třeba mluvit před lidmi?

R: Ano, sdílení. Neměla jsem ráda tyhle skupinové, ty první ze začátku, bylo těžké sdílet s ostatními, ale čím dál tady člověk byl a vyslyšel tady ty příběhy okolo, tak se zapojil do rozhovoru a mohl vést rozhovor i sám.

T: Hm, co znamená, že mohl sám vést rozhovor, že jste nabízela témata nějaká?

R: Sám znamená, že člověk sám vypráví ty příběhy. Bez toho, aby se ho ptali: „Nemáte k tomu co říct?“ Člověk začne sám. Ale to je jenom postupem času, ty první skupiny byly těžké, člověk nevěděl, co ho má čekat, jak to bude...

R: Ale tady A. s ředitelkou měly chápavý, milý přístup při těch skupinách. A hlavně fakt se mi líbí, že když člověk řekne, že ne, tak ne.

T: Chtěla jsem se ještě zeptat na ty vedoucí těch skupin, jak hodnotíte jejich práci?

R: Já si nemůžu stěžovat... Mě s Filipem viděla O. poprvé v poradně a taky teda celá z Filipa byla nešťastná, ale sama říkala, že se Filip tady hodně uklidnil. O. taky... když s ní něco nechci řešit, tak taky nemusím.

T: No a využila jste někdy materiály, které se vám rozdávaly, jestli si vzpomenete na nějaký užitečný materiál?

R: Já jsem žádný nedostala, my jsme dlouho nebyli kvůli práci.

T: Tak minule jste nebyla, a za celý rok? Žádné papíry, nic jste nedostala?

R: Ne, nic jsem nedostala. Ale vždycky, co jsem třeba jako četla, přesně, tak tam byly ty manipulace.

T: Já myslím ty papíry, které J. rozdává.

R: Nene.

Rozhovor č. 2

T: První otázky jsou úvodní. Kolik je vám let?

R: 25.

T: Jak dlouho už jste v azylovém domě?

R: Od 8. listopadu.

T: Pamatujete si, kolik návštěv růstové skupiny jste měla?

R: Ne, to si nepamatuju... Ale bylo jich dost, já chodím na všechny, asi kromě dvou, na které jsem možná nešla...

T: Takže cca nějakých 5–6 setkání, dejme tomu. *Já počítám měsíce.*

R: Asi jo.

T: No a hlavní otázka – jaký význam pro vás měla ta účast přímo na té růstové pondělní skupině, která je povinná jednou za měsíc, vedená A. a B.? Ta, která je zaměřená více edukativně.

R: Za mě... Mně to pomohlo teda dost, celkově... Zezačátku, když jsem přišla, tak to bylo pro mě těžké, jak se o některých těch věcech mluvilo, jak se cítím, jak to vnímám, tak to bylo těžké, ale pak už jsem začala chodit k A. na terapii, tak už to bylo lepší. Ted' už to vnímám... Nevím ani, jak to popsat...

T: Jak se cítím, jak vnímám... Myslíte popis svých pocitů během té růstové skupiny?

R: Určitě, už žádný problém v tom nebyl po těch pozdějších... hm... jak se tomu říká... Já se ted' nemůžu vymáčknout...

T: Co myslíte? Tu terapeutickou?

R: Nepovinnou! Také občas z některých těch příběhů, co slyšíme od ostatních, se mi udělalo špatně, ale jinak, já si z toho беру teda dost... Bavily jsme se... o čem jsme se to bavily... o manipulaci.

T: Jo, to bude potom moje další otázka. Jaké téma považujete za nejdůležitější a proč? Co vám utkvělo v hlavě během těch růstových skupin? Nějaké téma, které vám přišlo fakt důležité pro sebe?

R: Ta manipulace určitě, vzhledem k tomu, že jsem si to zažila s A, docela dost, skoro necelých pět let, co jsme byli spolu... Ten to používal vlastně pořád, ten mě manipuloval, a vzhledem k

tomu, že jsem takový člověk, který sebou nechal manipulovat, hodná a na všechno jsem kývla, takže to pro mě bylo docela... Jsem se vrátila do toho zpátky a probírala jsem to zpětně, uvědomila jsem si, že manipulaci ani zažít nechci a že je to důležité téma celkově pro všechny lidi, i pro ty, kteří nejsou ohroženi násilím. Mělo by se na to zaměřit hodně lidí, i třeba v práci nebo si myslím i ve škole... Mělo by se na to zaměřit víc lidí.

T: Jako nějaký návyk? Odolávání...

R: Odolávání manipulaci.

T: I mimo jakékoliv násilí? Hm, no a když se vrátíme... Další otázka by byla, jestli můžete definovat rozdíl mezi růstovou a tou terapeutickou skupinou, tou dobrovolnou?

R: Tou dobrovolnou? Tak já nevím, jaký je rozdíl, mně to přijde takové podobné. Já to беру terapeuticky i z té růstové i z té... Já mám dneska blbý den...

T: Růstovou a terapeutickou?

R: Já to беру celkově terapeuticky. Věnujete se nám tady, bavíte se s námi o věcech, které by nám nemusely dělat dobře, tak nám řeknete, že se o tom nemusíme bavit nebo můžeme třeba odejít, když je nám těžko, že jo. Takže... já nevím, jak to popsat... Minule jsem říkala, že se cítím dobře na všech těch skupinách, teď už, po té delší době, už to vnímám o dost líp, ta situace už ode mě odchází...

T: Takže na začátku to bylo složitější?

R: Bylo to složitější, protože jsem se z toho dostávala hrozně těžko, na začátku třeba jsem nemohla spát, furt jsem se budila s brekem. Vstala jsem z postele takovým způsobem, že jsem rychle dýchala, i s brekem jsem teda vstávala, ale pak už to ustalo... Ted' s tím fakt nemám problém.

T: Dobře, další otázka. Jestli bylo možné poznatky, co jste získala v té růstové skupině, aplikovat, používat v životě nebo v novém vztahu? Možná si pamatujete něco konkrétního?

R: Já mám teďka toho přítele B. Tak já aplikuju všechno, co jsme si povídaly, vlastně co jsem si prožila s A. Tu manipulaci, to bití, nějaký náznak, že mně nerozumí nebo že mně nechce rozumět, tak já si to беру... to je blbě řečeno... ale беру si to tady do toho vztahu, jsem z toho bývalého vztahu ponaučena, takže aplikuju některé věci tady, mluvím s B. o všem, i co se týče... co se mi líbí, kde se necítím dobře a tak dále, a B. ve všem mi rozumí... My jsme... bylo to někde... na Václaváku a tam byli feťáci, v takovém úseku pod koněm kousek dál, a tam byl fakt cítit alkohol a já jsem se tím alkoholem dostávala do těch chvilí, kdy byl A. opilý. Já jsem ho prostě poprosila, abychom odešli, že mu po cestě vysvětlím proč, tak jsem mu po cestě vysvětlila a on řekl, že vůbec se nemusím ničeho bát, že když chci odněkud odejít, tak odejdeme, má pro mě pochopení.

T: Jak říkáte ty dovednosti? Říct, že mě něco není příjemné?

R: Jak říkám ty dovednosti?

R: Já nevím právě sama, ale je to něco ve mně, co říká: „řekni to narovinu“, a buď to přijme, nebo ne. Mamka mi radila, abych s B. mluvila narovinu, jak se cítím, jak to teď mám, už skoro několikrát jsme mluvili, ty už se mají rádi s mamkou... No ale... Všechno jsem mu vysvětlila, jak to teď mám, jak jsem to měla taky teda... B. říkal, že s tím nemá žádný problém, že si zasloužím teda víc než to, co jsem si prožila, a že se bude snažit... Za mě s B. je to fakt skvělé, naslouchá, je milej...

T: Takže poznatky jste aplikovala...

R: Ano, určitě. A nezkouší se mnou vůbec manipulovat, já jsem zamilovaná, ale stojím nohama na zemi! Stojím nohama na zemi, musím, protože kdybych se odpojila těma nohama od té země, přestanu koukat na to, co by se mohlo dít.

T: Co znamená pro vás „odpojit se nohama od země“?

R: To je, kdybych vynechala určité náznaky něčeho špatného, to je přesně to, co jsem vynechala třeba s A. na začátku našeho vztahu. Tenkrát, když jsem ukázala A. mamce, tak mamka, ta mi řekla, že to není dobrá partie a že bych měla odejít, protože se jí to nezdá, a že vypadá teda i A. na to, aby mě mohl začít mlátit. A vzhledem k tomu, že věděla, že bral drogy a já jsem ho z toho dostávala, tak ona už také měla zkušenosti s takovými lidmi, a že nemyslí, že by A. byl nějaký lepší, že se z těch drog zblázní a že to nebude nic dobrého, což měla pravdu.

T: Takže to byl ten znak na začátku?

R: ...který já jsem od mamky nechtěla slyšet.

T: A jaké ještě znaky podle vás?

R: Potom náznak byl, že když jsem ho odnaučovala, A., brát ty drogy, občas po mně vyběhl, začal na mě rvát, že žiju s feťákem, říkám: „Ddobrý no, ale ne každý feťák může být

T: No, jak byste to pojmenovala?stejně.“ Říkám mu: „Můžeš s tím přestat, můžeš založit rodinu, jít normálně do práce.“ No, tak se to nějakou chvíli potom dařilo, pak zase do toho spadnul, protože potkal nějaké známé. Takže už místo jehel jel nosem... To byla asi moje největší blbá zkušenost a to dělala přesně ta zamilovanost... Mně tenkrát ho bylo líto, že jeho maminka umřela na rakovinu a on si prostě nevěděl rady, co má dělat, skončil na ulici, aplikoval drogy jehlou, dva měsíce jsme se na to poznali, co dva měsíce si aplikoval drogy, já jsem mu řekla, že mu pomůžu se z toho dostat, a byly to problémy.

T: Takže jste se ty varovné znaky naučila vnímat dřív nebo je přijímat od ostatních... No a naučila jste se něčemu, co se netýká vůbec domácího násilí, například mluvit před lidmi nebo nějaké jiné dovednosti, které vůbec...?

R: Jo, no, mluvit s lidma, můj počátek mluvení s lidma, to je... že se člověk prostě stydí. Já se prostě stydím, koktám, nevím, jak se mám vymáčknout na začátku, ale když už si začnu zvykat... Nebo v něčem novém, tak vždycky koktám, když už do té komunikace vložím něco, tak už komunikuju v rámci možností normálně. No a s úřady třeba, tak tam to s nima furt nejde, to je prostě komunikace k ničemu, ale co se týče úřadu práce, sociálních dávek, kvůli dceři, ač teda půjde do školky, jako se sociálním OSPODem, co jsme spolu začali mluvit kvůli C., když jsem odcházela od A. Taky chtěli vědět mou situaci, tam to teda pro mě bylo těžké. Ted' už spolu komunikujeme úplně normálně, vždycky všechno probíhá vlastně hladce, i když jsem kolikrát volala o práci, taky jsem s tím neměla problém.

T: Já jsem myslela, dala jsem jako příklad... mluvit před lidmi... Jestli jste se naučila něčemu během té růstové skupiny, co se netýká toho násilí? Jestli jsou nějaké dovednosti, které vás napadají v rámci těch setkání... nemusí to být...

R: Má krátká paměť... To je prostě se mnou těžké, občas si vzpomenu na všechno, pak jsou chvíle, kdy já mám takhle tmou a nevím...

T: V pořádku. Předposlední otázka, která shrnuje dvě poslední... Jak hodnotíte svoji zkušenost s návštěvami růstové skupiny? Co se vám zdálo jako moc? A co jste postrádala?

R: Já jsem nepostrádala vůbec vlastně nic, ani moc ničeho nebylo. Když se člověk dostane do chvíle, kdy sem přijde a začne se bavit o nějakém takovém tématu, já za sebe jsem mluvila o svém tématu... Jak A. zabil toho mého králíčka, když tady byla ještě jedna... Byla tady sama, jak se jmenovala? Taková nemocná trošku. Taky se jí z toho neudělalo dobře, ta se omluvila s tím, že teda musí odejít, ale samozřejmě paní odešla... a myslím D. za ní...?

T: Jo, B.?

R: Ne, ještě před B., taková... tak ta taky, se jí z toho udělalo špatně, i B. se z toho udělalo špatně, z toho, jak A. zabil toho králíčka. Já to myslím tak, když se něco takového špatného řekne, tak na nic netlačíte, a spíš se o tom přestaneme bavit nebo jako terapeutka jdete za tím člověkem, takže si myslím, že na nic netlačíte. To samé s terapeutkou F., se kterou máme ty soukromé sezení, tak taky když vidí, že je to na mě moc, tak přestaneme se o tom bavit.

T: Někaké třeba aktivity, které jste nemusela?

R: Jo, s paní ředitelkou... Ne... ale si říkám, k čemu nám to vlastně je... to lepení těch, z těch časopisů, jak jsme vystřihávaly...

T: Ta koláž?

R: Nebo vlastně ty postavy, jak jsme měly namalovat a napsat si k tomu to dobré, vlastně bez těch negativ, to dobré. Tak jsem nad tím přemýšlela, proč bych to vlastně měla dělat?! No tak to udělám, a pak jsem nemohla přijít na to, co mám na sobě dobrého... A to vystříhování z těch časopisů, to bylo dobré, tam jsme měly dávat, co by se nám líbilo, co se nám celkově líbí, co do budoucnosti si myslím taky... Takže to bylo dobré, akorát s tím papírem... napsat ty pozitivní věci o sobě, tak to bylo pro mě hrozně těžké. Pořád je pro mě těžké si na sobě uvědomit dobré vlastnosti nebo nějaké pozitiva, to je asi prostě tím, co jsem asi prožila...

T: Ty aktivity vám přišly těžké na plnění?

R: Ne, nepřišly mi těžké, to mi spíš přišlo jako ulevující, ale... vzhledem k tomu, že nevím o sobě ty dobré věci, tak to pro mě bylo v rámci možností těžké... Fakt jsem nad tím musela přemýšlet, a kolik jsem napsala... možná tři, no a to bylo všechno. Takže pro mě to bylo těžké... Co se mi třeba líbí nebo co bych chtěla do budoucnosti, to není nic těžkého!

T: Dobře... Chceme ještě něco k té růstové skupině říct? Něco vás napadá?

R: Ne, ani ne, celkově růstová skupina si myslím, že pomáhá víc než dost pro nás všechny, a jsem za to ráda, o čem jsme se bavily, ty témata, ta manipulace, pak bylo ještě... Pak bylo ještě něco... Já už si to nepamatuju... To je prostě... si to vezme člověk k srdci, a když si to promítne v tom zpětném životě nebo v tom, čím člověk prošel, vlastně těma věcmi prošel a už těma věcmi ani nemusí procházet, a když to začne používat do těch normálních běžných věcí, co dělat s lidma, nebo prostě máte ve vztahu, tak si myslím, tím by ten člověk nemusel projít. Já si myslím, že to je víc než dost za učinění tady Acorusu.

T: Hm, tak ten program se tvořil tady léta, je to promyšlené.

R: Jo.

T: Dobře, za mě to je takhle všechno, moc děkuji za sdílení a upřímnost, takhle to stačí, děkuji mockrát.

R: Já děkuji.

Rozhovor č. 3

T: Já se vás zeptám pár (otázek) nejdřív takových úvodních... Kolik je vám let?

R: 57.

T: A vy jste v azylovém domě jak dlouho?

R: Od 3. března.

T: Takže jste navštěvovala kolik skupin?

R: Víceméně, pokud jsme nebyli v těch lázních, no tak pokaždé...

T: Takže manipulace... Ta poslední teda byla „moje zdroje“, to jste dělaly koláž, pak

sebeprosazení, to bylo asertivní já-výrok, máme pak květ sebevědomí jsme dělaly, s A. jsme dělaly... A pak tam byly dvě skupiny: jedna manipulace, manipulace dva a nevím, jestli jste byla na té manipulaci, si myslím, že v dubnu...

R: Já vím, že jsem nebyla jenom na té, když jsme byli v těch lázních, v tom červenci, červen, červenec.

T: Jo, takže nějakých třeba 3–4 skupiny, jo?

R: Já byla víc, já jsem byla každé pondělí...

T: To je právě ta povinná, která je jednou měsíčně, takže 4krát asi... No a právě... Vnímala jste nějaký rozdíl mezi tou růstovou, tou jednou, kde je tam A. a B., jednou měsíčně, a tou terapeutickou, která je každé pondělí dobrovolně?

R: No to je pravda, no, protože na té terapeutické jsme asi víc povídaly, na té růstové jsme měly více ten program, že jsme měly nějaké ty aktivity, že jsme se zapojovaly do nějakých tematických, jak bych to řekla... do situací, které jsme měly řešit nebo vysvětlovat nebo říkat, jak to máme my, každý sám za sebe.

T: Takže to vidíte, že tam bylo určité téma a program?

R: Jo.

T: Dobře, z těch témat, co jste měla, pro vás bylo nejdůležitější které a proč?

R: Hodně ta manipulace pro mě byla důležitá, abych já v sobě dokázala nějak rozkrýt, protože jsem to brala úplně za normální věc, co se mi dělá, a během toho... těch setkání a hovorů o té manipulaci jsem viděla, že jsem dělala věci, které jsem ani nechtěla dělat, a byla jsem do toho zmanipulovaná vlastně a byly to věci, které se mi přičily, jako mně, morálně a podobně, co partner vyžadoval, co jsem musela dělat za něj, a nelíbilo se mi to. A když jsem to říkala, vždycky mě nějakým způsobem přesvědčil, že to je potřeba, a potom to... To vlastně o tom já, to sebevědomění, co já jako chci, abych si uměla říct, co nechci, to pro mě bylo důležité se to začít učit.

T: Hm, vzpomněla byste něco konkrétního z toho, co jste tam dělali s tím „já“, nějakou techniku třeba?

R: Já myslím, že jsme si psaly, že jsme porovnávaly, co jsem odchodem od násilného partnera získala a co ztratila, jo, a to mám schované, to mám schované, to, co jsem získala, asi desetinásobně převyšuje to, co jsem ztratila. Takže to pro mě bylo sebevědomění, že to mám dobře nasměrované, protože jsem si furt jela ve svých sebeobviňováních, sebe..., v takovém navracení, že jsem to mohla řešit jinak, chudák, co on – a podobně. Pak když jsem se na to fakt podívala, protože to mám schované, protože se na to podívám, když se dostanu do takového stavu... tak mě to vrátí zpátky nohama na zem, trošku si to zracionalizuji a řeknu

si, že to je vlastně můj život a že ho chci žít podle svého... Jo, mám takový pocit... zrovna dnes jsem nad tím přemýšlela, že jsem si vlastně kus svého života nechala ukrást... A tyhle techniky mi k tomu pomáhají dospět, abych si to uvědomovala.

T: Takže uvědomění... A přímo na papíře, že se k tomu můžete vrátit... Chci navázat, jestli jste někdy použila poznatky, jestli jste aplikovala v tom životě, fungovalo třeba něco, podařilo se něco použít?

R: Jo, podařilo vlastně... Když se teďka nedávno jednalo... Protože měla jsem soud první už konečně, kvůli A., a soudkyně řekla, že tam musí být asistovaný kontakt... To se nepodařilo zajistit OSPODu žádné organizace, které dělají asistované kontakty, takže nakonec domluvila s mojí doprovázející organizací, s naší, s naší teda... Furt jsme oba poručníci, tak oba máme. Ted'ka vlastně ta doprovázející pracovnice k nám přijela a začala řešit, jakým způsobem to bude probíhat, no a mně se nějaké věci nelíbily, kvůli bezpečí A., tak jsem si sama řekla, jak to chci, nechci a vlastně koho tam nechci mít. A ono to tak dopadlo dobře, takhle to udělali přesně tak. A to je poprvé v životě, co jsem se ozvala, co nechci, jak to nechci, tohleto mě právě v tom pomohlo.

T: A fungovalo to? Přihlíželi k vám?

R: Jo, právě že jo, to jsem nečekala, že to tak půjde, že se to učím, já jsem vždycky byla ta holka, která všem všechno odkývala, každý všechno chtěl – tak ano, a nikdy jsem si neřekla vlastně, co já chci, sama od sebe.

T: A v novém vztahu?

R: Nemám žádný, nechci a ani nebudu chtít. Jsem hodně opatrná teď'.

T: Tak nemusí to být s partnerem... Jako i takhle skrz lidi, organizace, instituce...

R: Zatím moc nemám možnosti, teďka zatím.

T: A jak celkově hodnotíte svou zkušenost s růstovými skupinami?

R: Mně to hodně pomáhalo, já jsem tam ráda chodila, bylo to dobrý i kvůli sdílení, jak to každý má, i taková ta trošku razance někomu pomáhá, se tím docílí nějakých věcí, které člověk potřebuje a chce, takže to mi taky pomohlo, to sdílení...

T: Takže ten skupinový rozměr se vám líbil?

R: Jojo.

T: Ta forma... Nějak vás neomezovala, nepřičila se vám... ti ostatní...?

R: Ne, ne, mně to právě pomáhalo.

T: A v čem vám to pomáhalo?

R: Pomáhalo ve dvou rovinách, i v osobní, i v profesní... Získala jsem širší rozhled, jak ženy přemýšlí o tom domácím násilí a co všechno musejí řešit, a brala jsem příklad, jak je dobré

třeba... že chci být trošku razantnější a že chci mluvit sama za sebe a říkat si, co chci, nemá nic společného s tím, že bych byla sobecká, že bych byla neochotná, ale taková... jak bych to řekla, drzá... nebo něco takového.

T: To byla ta osobní rovina, nebo profesní?

R: Ta osobní.

T: A profesní? Říkala jste, že máte přehled, jak se ženy cítí... a ještě že skupina pomáhala. Ještě něco... přítomnost ostatních lidí?

T: Kdo skupinu vedl?

R: Tak určitě, protože to mělo strukturu a odborný rámec, i když polidštěný. Přemýšlím... člověk většinou ty věci ví, ale když se ho to týká, tak o tom přemýšlí jinak. Takže to mě hodně donutilo o tom přemýšlet a to jsem se vlastně naučila a dělám to pořád... Hned mně to naskočí a přemýšlím o tom, proč to tak je, proč to tak mám. A dřív člověk jel furt jako fretka a vůbec se sebou nezabýval, tak v tomhle mi to pomohlo. I sama pro sebe hledám nějaké vysvětlení, proč třeba tak reaguju, z čeho to pochází a jak bych mohla reagovat, abych z toho já nebyla frustrovaná.

T: Zdálo se vám něco moc? Něco byste pozměnila, něco, co jste postrádala, chybělo?

R: To myslím, že ne, nic mě nenapadá.

T: Jaké zjištění byste do budoucna nejvíc použila?

R: Hm... Třeba to, jak poznat manipulátora. Třeba v té naléhavosti, v tom přesvědčování, kdy se snaží přesvědčit, ne že to je k mému dobru, ale vlastně k jeho. Pořád hrozně přemýšlím zpátky nad tím životem, furt se mi vracejí situace, ale po hrozně dlouhé době, třeba před deseti lety, a vždycky mě to tak vyskočí. Rozeberu si to sama v sobě, řeknu si, že jsem vlastně byla úplně zmanipulovaná, že jsem to nechtěla. Třeba i poslouchání hudby, protože teď poslouchám, co chci, oblékání se, úplná změna. Vzpomněla jsem si nedávno, když jsme byli kupovat věci do školy a sportovní oblečení, jak mě nutil běhat a dělat všechno, abych byla štíhlá. A já to dělala – práce a všechno – a ještě jsem dojízďela... Běhání ale není můj radostný koníček. Jak jsem se do toho dostala... Musím si dávat pozor, aby se mě nikdo nesnažil měnit. Takové varovné světýlko: když se někdo snaží mě měnit, jak by to chtěl on, tak rychle pryč.

T: Doporučila byste skupinu pro nové klientky?

R: Jo, pomohly mi jak ty růstové, tak i terapeutické. Chodila jsem na ně ráda, myslím si, že bych to úplně nedala bez nich. U individuální terapie byla výhoda, že jsem měla pohlídané dítě, takže jsem na skupinu mohla chodit fakt pravidelně. Takže to byla velká výhoda. Kdyby toho nebylo, tak by u mě nedošlo k té změně myšlení.

T: Co byste řekla nové klientce o růstové skupině?

R: No, že to je pro ni, to není jenom něco, aby se splnilo. To je kvůli tomu, že jí to pomůže přemýšlet sama o sobě, co chce a co nechce. A to je hrozně důležité, aby se člověk začal měnit i sám u sebe, protože jen tak pak podle mě odolá nějakému chování jiných osob, které si nepřeje a které mu ubližují. Myslím si, že když člověk nezačne sám od sebe... Kdo byl v takovém násilném vztahu, se může velmi často stát obětí někoho dalšího a zase se ocitne v tom začarovaném kruhu.

T: Takže aby se neocítl zase ve vztahu, který si nepřeje. Dobře, to je za mě všechno. Děkuji vám mockrát.

R: Není zač.