

**Univerzita Karlova**

**Filozofická fakulta**

**Katedra psychologie**



**FILOZOFICKÁ FAKULTA**  
Univerzita Karlova

# **Diplomová práce**

Bc. Veronika Kubešková

**Programy pro původce domácího násilí**

**Programs for the originator of domestic violence**

Praha, 2018

Vedoucí práce: PhDr. David Čáp, Ph.D.

*Na tomto místě bych chtěla poděkovat svému úžasnému vedoucímu práce PhDr. Davidu Čápovi, Ph.D. za neutuchající podporu, trpělivost a laskavost i v nejtemnějších časech. Děkuji mu, že mě k tomuto tématu přivedl a šel po této cestě se mnou i přes mnohé překážky. Děkuji mu, že po konzultacích s ním jsem odcházela s pozitivní energií do další práce, byť jsem přicházela „ztracená“.*

*Dále chci poděkovat všem organizacím a jejím zaměstnancům, které se mnou navázaly spolupráci na výzkumu, jmenovitě: SOS centrum Diakonie SKP v Praze (PhDr. Anna Stodolová), Liga otevřených mužů (Mgr. Evžen Nový, Mgr. Petr Matoušek a výše zmíněný PhDr. David Čáp, Ph.D.), VIOLA (Mgr. Nad'a Soukupová, Mgr. Oleg Šuk) a NOMIA (Mgr. Miroslav Bubeník). Děkuji i všem ochotným respondentům.*

*Za poskytnutí odborné konzultace děkuji Tereze Herdové a Barboře Jakobsen. Za gramatické a stylistické korektury děkuji své mamce.*

*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.*

*V Praze dne 11.6.2018*

.....

*Veronika Kubešková*

## **Abstrakt**

Předložená diplomová práce si klade za cíl představit podobu a efektivitu programů pro původce domácího násilí. Práce je rozdělena na dva stěžejní celky. Prvním celkem je literárně-přehledová část a druhým je realizovaný výzkum vztahující se k předchozí teorii. Literárně-přehledová část shrnuje cíle programů a celkovou podobu (formu, průběh, využívané metody a techniky) programů. Nejvýznamnější pasáží je kapitola o efektivitě programů a posléze segment vypovídající o prvcích zvyšujících efektivitu daných programů.

Na kapitolu o efektivitě programů totiž navazuje uskutečněný výzkum, který se zaměřuje především na subjektivní zhodnocení (vnímanou efektivitu) navštěvovaného programu ze strany absolventů. Empirická část je rozdělena do třech samostatných úseků: 1. vytvoření sítě organizací, které pracují s původci domácího násilí, 2. tematická analýza vycházející ze závěrečných evaluačních dotazníků jednotlivých programů, 3. vyhodnocení rozhovorů s absolventy programů.

## **Klíčová slova**

Domácí násilí, původce násilí, program pro původce násilí, podoba programů, efektivita programů, prvky zvyšující efektivitu

## **Abstract**

The aim of this master thesis is to present the form and effectivity of domestic violence offender programs. The thesis is made up of two main parts. The first part is a literary review, while the other one is a research related to the previous theory. The literary review part summarises the programs' goals, and their overall form (form, process, used methods and techniques). The most significant text is the chapter about the effectivity of the programs and then the segment talking about factors increasing the effectivity of those programs.

The chapter about the effectivity of the programs is followed by a research, focusing mainly on subjective evaluation (perceived efficiency) of the program from the attendees' point of view. The empirical part is divided into three self-contained sections: 1. creating a network of organisations working with domestic violence offenders, 2. thematic analysis based on final evaluation questionnaires of the individual programs, 3. evaluation of program attendees' interviews.

## **Key words**

Domestic violence, violence offender, domestic violence offender program, program forms, program effectivity, effectivity increasing factors

# Obsah

Úvod.....	9
TEORETICKÁ ČÁST .....	11
1. Vymezení klíčových pojmů .....	11
2. Domácí násilí .....	14
2.1 Znaky domácího násilí .....	15
2.2 Formy domácího násilí.....	16
2.3 Cyklus domácího násilí .....	18
2.4 Aktéři domácího násilí .....	19
2.5 Postoj veřejnosti k domácímu násilí .....	20
3. Původci domácího násilí .....	23
3.1 Proč se zabývat původci domácího násilí .....	23
3.2 Charakteristiky původců domácího násilí .....	25
4. Programy pro původce domácího násilí .....	30
4.1 Cíle programů.....	30
4.2 Podoba programů .....	31
4.2.1 Příklady dobré praxe ze zahraničí a limity zavádění programů.....	32
4.2.2 Teoretická východiska programů.....	32
4.2.3 Kritéria pro vstup do programu .....	35
4.2.4 Základní charakteristiky programů .....	37
4.2.5 Metody, techniky a nástroje.....	40
5. Efektivita programů pro původce domácího násilí .....	46
5.1 Studie zabývající se efektivitou .....	46
5.2 Prvky zvyšující efektivitu .....	50
5.2.1 Skupinový program.....	50
5.2.2 Dlouhodobost terapie .....	51
5.2.3 Vedení programu v týmu .....	51

5.2.4	Genderově smíšený lektorský tým.....	51
5.2.5	Kvalifikovanost lektorského týmu.....	52
5.2.6	Dokončení programu .....	52
5.2.7	Motivace .....	53
5.2.8	Bezpečné prostředí, důvěrnost.....	53
5.2.9	Přijetí, podpora, pochopení a nemoralizování .....	53
5.2.10	Flexibilita a adaptabilita programu .....	54
5.2.11	Diferenciace podle typu osobnosti původce .....	54
5.2.12	Ambulantní forma léčby .....	54
5.2.13	Diferenciace služeb .....	55
	EMPIRICKÁ ČÁST .....	56
6.	Popis výzkumného problému.....	56
6.1	Typ výzkumu .....	56
6.2	Cíle výzkumu .....	57
6.3	Výzkumné otázky.....	57
7.	Etické aspekty výzkumu .....	58
8.	Rozdělení výzkumu do tří částí .....	59
9.	První část výzkumu.....	60
9.1	Průběh výzkumu a výzkumné metody .....	60
9.2	Výzkumný vzorek .....	61
9.3	Postup zpracování dat .....	62
9.4	Výstup z první části.....	62
10.	Druhá část výzkumu .....	65
10.1	Průběh výzkumu a výzkumné metody .....	66
10.2	Výzkumný vzorek .....	67
10.3	Postup zpracování dat.....	67
10.4	Výstup z druhé části .....	68

10.4.1	Identifikované kategorie opakujících se témat .....	68
11.	Třetí část výzkumu.....	80
11.1	Průběh výzkumu a výzkumné metody .....	80
11.2	Výzkumný vzorek .....	82
11.3	Postup zpracování dat.....	83
11.4	Výstup z třetí části .....	84
11.4.1	Odpovědi na 3. výzkumnou otázku .....	84
11.4.2	Odpovědi na 4. výzkumnou otázku .....	86
11.4.3	Odpovědi na 5. výzkumnou otázku .....	93
12.	Shrnutí výsledků .....	101
13.	Diskuze .....	104
14.	Závěrečná doporučení.....	107
	Závěr .....	109
	Seznam použitých zdrojů.....	110
	Příloha č. 1: Oslovené organizace.....	119
	Příloha č. 2: Otázky z evaluačních dotazníků.....	122
	Příloha č. 3: Okruhy otázek k rozhovoru.....	124
	Příloha č. 4: Přepsaný rozhovor respondenta č. 18.....	125
	Příloha č. 5: Přepsaný rozhovor respondenta č. 9.....	125



## Úvod

Jak název napovídá tématem předložené diplomové práce je problematika programů pro původce domácího násilí. Diplomová práce je rozšířením autorčiny bakalářské práce – *Psychologické souvislosti výcviků orientovaných na zvládnání vzteku* (Kubešková, 2016), jejíž souhrn vyšel rovněž jako kapitola v knize *Dítě traumatizované v blízkých vztazích*, konkrétně se jedná o kapitolu *Programy pro pachatele násilí v blízkých vztazích* (Kubešková, 2017). Vzhledem k tomu, že se jedná o rozšíření těchto dvou zdrojů, tak některé pasáže jsou přímou citací či parafrází informací již dříve napsaných. Jiné poznatky jsou vhodně doplněny o nejnovější odborné prameny a jsou nově pojímány. Největší podobost mezi dřívější bakalářskou prací (potažmo souhrnou kapitolou) a nynější diplomovou prací je možné sledovat v těchto úsecích: *Programy pro původce domácího násilí* (3. kapitola) a *Efektivita programů pro původce domácího násilí* (4. kapitola). Je nezbytné upozornit, že přímé citace a parafráze zmíněných prací nejsou v textu označeny a je nutné mít na paměti, že kvůli návaznosti na předchozí práce, mohou být některé úseky zcela totožné.

Téma programů pro původce domácího násilí není v České republice dostatečně zpracováno, i proto se autorka rozhodla rozšířit již dříve sepsané poznatky. V posledních letech bývá problematika původců násilí velmi aktuální a ožehavá oblast, stává se středem zájmu a to především odborníků, jež se zabývají prevencí domácího a partnerského násilí. Diplomová práce je určena zejména organizacím a jejím zaměstnancům, které nabízejí služby původcům násilí. Na druhou stranu z ní mohou čerpat i centra zaměřující se na oběti a svědky násilí, státní orgány činné v oblasti domácího násilí či laická veřejnost, které může sloužit jako osvětový materiál.

Ústředním cílem diplomové práce je shromáždit veškeré dostupné poznatky o programech pro původce domácího násilí – kdo je původce násilí, proč je důležité se jimi zabývat, zmapování situace v České republice, odkrytí podoby programů (cíle, východiska, průběh, metody a techniky, atd.), prozkoumání efektivit programů a odhalení prvků (faktorů) zvyšujících efektivitu – a tím předložit komplexní a sjednocený materiál o probírané problematice. Dalším cílem je realizovat výzkum navazující na teoretickou část a předat závěry o subjektivním zhodnocení programů vycházející přímo od jejich absolventů. Ucelení teoretického základu a uskutečnění navrhovaného výzkumu může sloužit jako

podklad pro organizace při tvorbě metodik práce s danou cílovou skupinou a rovněž přispět ke zkvalitnění stávajících (či budoucích) programů, resp. zachycení jejich nedostatků a silných stránek. Což v podstatě vede k dalšímu cíli, jímž je rozšíření obzorů o původcích (domácího) násilí a zacházení s nimi. Cílem naopak není zabývat se domácím násilím z pohledu obětí a svědků, a postihnout tak celou oblast domácího násilí.

Diplomová práce byla zpracována za pomoci současné domácí i zahraniční odborné literatury. Autorka se snažila o předložení aktuálního pohledu na zmíněnou oblast, proto využívala především novější informační prameny (publikace, studie, výzkumy, atd.), které případně odkazují či navazují na starší díla. Práce by rovněž nemohla vzniknout bez konzultací s mnohými odborníky (např. lektory programů) a ochoty organizací (jejích pracovníků a jednotlivých klientů), jež s výzkumníci navázaly spolupráci především v empirické části studie. Všem, kdo se zapojili, patří velký dík.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Vymezení klíčových pojmů

Než se pustíme do podrobnějšího studia programů pro původce domácího násilí, je naprosto nevyhnutelné definovat si některé ústřední termíny (pojmy, označení), a ujasnit si, jak budou v následujícím textu pojímány.

### **Násilí**

V předložené diplomové práci budeme termín násilí chápat podle definice Pera Isdala (in Jakobsen & Råkil, 2017), která zní následovně: „*Násilí je čin namířený proti druhému člověku, který mu má ublížit, způsobit bolest, zastrašit ho nebo ponížit, aby jednal proti své vůli, respektive aby nejednal podle své vůle*“ (s. 31). Zajisté existuje mnoho různých definic násilí, pro naše účely však postačí vymezení, že násilí je reálný a záměrný čin související s mocí, převahou či kontrolou vztahující se k jiné osobě, k situaci či předmětu. Jednotlivé formy násilí si představíme v kapitole Formy domácího násilí.

### **Agrese**

Za agresi lze označit úmyslné chování, jehož záměrem je zničení, poškození, zranění, ublížení či znehodnocení určitého člověka či předmětu, byť se některé každodenní činnosti nebo například sportovní aktivity bez použití agrese – ovšem ve smyslu bojovnosti, energie a vůle – neobejdou (Gillernová et al., 2000; Jakobsen & Råkil, 2017; Nakonečný, 1997; Potter-Efron, 2005). Projev agrese je rovněž aktivní čin, stejně jako násilí.

### **Agresivita**

Odborníci se shodnou, že je nezbytné rozlišovat mezi agresí a agresivitou. Zatímco agrese je konkrétní čin – zvnějšku pozorovatelné chování, agresivita je pouze vnitřní predispozice (tendence, pohotovost) k agresivnímu chování. Agresivita je vlastnost, rys osobnosti, ne jednání samotné (Gillernová et al., 2000; Nakonečný, 1997).

### **Vztek**

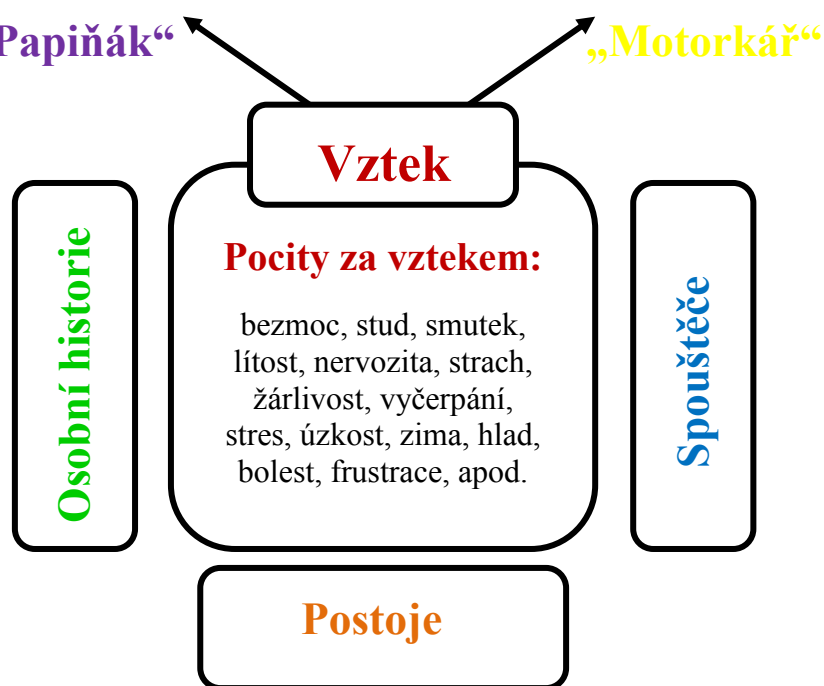
Vztek (hněv) je emoce, emoční prožitek, pocit, který se pohybuje v intenzitě od mírného podráždění až po extrémní záchvaty. Na rozdíl od násilí a agrese, jež jsou konkrétními

činy, prožitek vzteku nemá moc ublížit (Jakobsen & Råkil, 2017; Křivohlavý, 2004; Nakonečný, 2000; Potter-Efron, 2005; REFORM, 2013). Emoce, tudíž i hněv, jsou přirozenou a neodmyslitelnou součástí lidského života a každý má právo emoce pociťovat, přijímat je a pracovat s nimi (Nakonečný, 2000). Rozhodující ovšem je, jak člověk se svými emocemi naloží – chování pod vlivem emocí už škodlivé může být (Jakobsen & Råkil, 2017). Ke vzteku se taktéž pojí mnoho negativních, ale i pozitivních vlastností, které jsou jeho nedílnou přísadou (podrobněji viz Kubešková, 2016).

### Nezdravé způsoby zvládnání vzteku

Ve své podstatě jsou dvě základní podoby nezdravého zvládnutí vzteku. Za prvé je to potlačování vzteku, a za druhé jeho expresivní vybití (Dentemar & Kranz, 1996; LOM, 2015; REFORM, 2013). Oba procesy mohou mít negativní důsledky, jak pro prožívající osobu, tak pro její okolí. Potlačování vede k hromadění negativní energie uvnitř jedince a tím zvyšování napětí, tlaku a tenze, které nemají kam uniknout (Dentemar & Kranz, 1996; LOM, 2015; Potter-Efron, 2005; REFORM, 2013). Vybití oprotitomu rozeznáváme trojího druhu: 1. na jiných lidech, 2. na materiálních věcech, 3. na sobě samém (LOM, 2015; REFORM, 2013).

Organizace REFORM užívá k edukaci svých klientů následující Model nezdravého zvládnání vzteku<sup>1</sup>:



<sup>1</sup> Upraveno podle lektorů z LOM (PhDr. David Čáp, Ph.D. a Mgr. Evžen Nový)

## **Zdravé způsoby zvládnání vzteku**

Jak bylo již výše řečeno, emoce vzteku patří k lidskému životu a nelze ji z něj vymítit. Ve většině případů si nemůžeme vybrat, zda budeme hněv cítit či nikoliv, můžeme ovšem ovlivnit naše jednání pod vlivem této silné emoce (Dentemar & Kranz, 1996; Křivohlavý, 2004). Abychom mohli ovládnout své jednání pod vlivem vzteku, je důležité znát prostředky zdravého zvládnání vzteku, jimiž jsou například: přijetí zodpovědnosti za své činy, práce s bezpečnými ventily vzteku, přijatelná fyzická aktivita, relaxační techniky (práce s dechem), přiměřené a konstruktivní vyjádření svých potřeb, schopnost empatie, atd. (Křivohlavý, 2004; LOM, 2015; Yorke, Friedman & Hurt, 2010). Adekvátním způsobům zvládnání negativních emocí se učí právě v programech pro původce násilí, o kterých pojednává předložená práce.

Vztahy mezi popisovanými pojmy nejsou snadné. Jednotlivé proměnné se mezi sebou mohou spojovat, prolínat, objevovat se současně, ale také spolu souviset nemusí a mohou stát každá zvlášť. Například vztek na jednu stranu může podnítit násilí, na druhou stranu ne všechno násilí v sobě zahrnuje vztek, apod.

Pojmy jako je domácí násilí, původce násilí a jiné si vysvětlíme v následující kapitole, protože autorka se domnívá, že těmto termínům by měla být věnována důkladnější pozornost a měly by být vysvětleny detailněji.

## 2. Domácí násilí

V následující kapitole si velmi stručně nastíníme problematiku domácího násilí, představíme si znaky a formy domácího násilí, vysvětlíme si, v jakých fázích probíhá jeho cyklus, a řekneme si, kdo jsou aktéři domácího násilí. Jak bylo naznačeno již v úvodu, diplomová práce si neklade za cíl popsat fenomén domácího násilí do všech jeho podrobností, na to se specializují jiné odborné publikace – především ty, které budou uváděny jako zdroje citací a parafrází. Pro ty, co se chtějí dozvědět podrobnější detaily o dané problematice, odkazují právě k těmto pramenům. Pro naše účely bude stačit pouze strohý, avšak kompletní souhrn daného tématu. Nejprve pár obecných informací. Termín domácí násilí se začal používat v 70. letech dvacátého století (Voňková & Oplatek, 2015; Voňková & Spoustová, 2016). Považuje se za velmi komplexní, mnohostranný fenomén, protože zasahuje do několika různých oborů jako například oblast práva, kriminologie, sociální politiky, psychologie, medicíny, aj. (Cimrmanová et al., 2013; Kotková et al., 2014; Voňková & Oplatek, 2015).

Vývoj samotného pojmu domácí násilí i jeho definice je komplikovaný a stále není dovršen. Už jenom samotné označení „domácí násilí“ není snadné. Prvotní význam totiž zahrnoval v podstatě pouze fyzické násilí muže, manžela, partnera vůči jeho ženě, manželce, partnerce žijící ve společné domácnosti (McHugh & Frieze, 2006; Voňková & Oplatek, 2015; Voňková & Spoustová, 2016). Postupem času se pojetí domácího násilí začalo rozšiřovat a modifikovat. V současné době v sobě zahrnuje jak partnerské násilí (a to i násilí žen vůči mužům nebo násilí v homosexuálních vztazích), tak tzv. transgenerační násilí, resp. násilí rodičů vůči dětem nebo naopak násilí dětí vůči rodičům a seniorům v domácnosti (Čírtková, 2004; McHugh & Frieze, 2006). Od toho se pak začal odvíjet a upravovat název pro násilí páchané v domácnosti. K dnešnímu dni se můžeme setkat s termíny: intimní násilí, rodinné násilí, partnerské násilí, násilí v rodině a domácnosti, intimní terorismus a mnoho dalších variací (Cimrmanová et al., 2013; Ševčík & Špatenková, 2011; Voňková & Spoustová, 2016). Skutečností však zůstává, že vymezení daných jevů je velmi podobné. Zpravidla se jedná o uplatňování moci (využívání převahy a síly, vyvolování strachu) jednoho člena domácnosti, rodiny, partnerství nad druhým příslušníkem (Cimrmanová et al., 2013; Ševčík & Špatenková, 2011; Voňková & Spoustová, 2016). Z tohoto důvodu budou v následujícím textu jednotlivé pojmy užívány jako synonyma. Je ovšem nezbytné uvést, že diplomová práce se bude zaměřovat

především na násilí páchané v partnerském či manželském svazku (agresivní chování mezi partnery, manželi).

Mnozí autoři se ve svých publikacích snaží o jakousi všeobecně platnou definici domácího násilí. Nicméně pravdou zůstává, že neexistuje univerzální a jednotné vymezení předkládaného fenoménu. Definice jsou v neustálém procesu a vývoji, přizpůsobují se kontextu a potřebám soudobé společnosti (Čírtková, 2004; Kotková et al., 2014; Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008). Nespočet učebnic a jiných materiálů definuje domácí násilí „oklikou“ pomocí znaků a forem domácího násilí (např. Akční plán 2015-2018; Čírtková & Vitoušová, 2007; aj.). Proto se ani my nebudeme pokoušet o formulaci zbrusu nové, jednotné a obecně uznávané definice a spokojíme se s výčtem znaků domácího násilí a jeho typických forem. Jen pro zajímavost uvádím spíše poetické vyjádření jedné z pisatelek, na které jsem při studiu zdrojů narazila:

*„Domácí násilí lze vnímat jako narušení domova ve smyslu bezpečného prostoru v nejužším slova smyslu, kdy je uplatňování moci a kontroly přítomno v každodenním životě“ (Cimrmannová et al., 2013, s. 80).*

Kořeny páchaní (domácího) násilí je podle studie Chester & DeWall (2017) možné spatřit zejména ve třech širokých oblastech: **a) interpersonální faktory** (dehumanizace jednoho z pohlaví; odpověď na nevěru; reakce na odmítnutí a provokaci); **b) intrapersonální faktory** (psychopatologie – poruchy osobnosti, posttraumatická stresová porucha, a jiné duševní poruchy; narušené sebevládní a nedostatečná seberegulace; zneužívání návykových látek); **c) biologické faktory** (přenos genů; traumatické poškození mozku; vyšší hladina testosteronu).

## 2.1 Znaky domácího násilí

V nejrůznějších publikacích, člancích, studiích se dozvíme, že existují typické znaky domácího násilí, proto i zde bude představen souhrn rysů určujících domácí násilí. Výčet znaků byl sestaven na základě zdrojů uvedených v závorce u posledního představovaného bodu.

- **Blížkost osob** – násilí neprobíhá mezi cizími lidmi, naopak aktéři jsou povětšinou v partnerském či manželském svazku, mají mezi sebou citové pouto, ekonomickou vazbu a společné materiální zázemí;

- **Neveřejnost** – charakteristickým místem, kde k násilí dochází, je společná domácnost (dům, byt), resp. jakékoliv privátní místo poskytující dostatečné soukromí a neumožňující společenskou kontrolu (nezřídka se setkáváme s označením „násilí za zavřenými dveřmi“);
- **Neměnnost rolí** – role původce násilí (násilné osoby) a oběti (ohrožené osoby) jsou jednoznačně rozděleny a v průběhu času se nemění (jedná se o tzv. vztahovou asymetrii);
- **Dlouhodobost a opakování** – za domácí násilí se zpravidla nepovažuje jednorázová záležitost, naopak partnerské násilí má tendenci se opakovat a vykazuje známky vytrvalosti a dlouhodobosti (objevuje se i pojmenování „násilí na pokračování“);
- **Cyklický charakter** – domácí násilí má své fáze a probíhá v charakteristických cyklech (více viz kapitola Cyklus domácího násilí);
- **Eskalace násilí** – neboli stupňování jednotlivých incidentů od drobných deliktů až po hrubé agresivní jednání či dokonce týrání, eskaluje četnost poklesků i jejich intenzita (Cimrmannová et al., 2013; Čírtková, 2004; Čírtková & Vitoušová, 2007; Ježková, et al., 2015; Kotková et al., 2014; Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Ševčík & Špatenková, 2011; Vitoušová & Vedra, 2009; Voňková & Spoustová, 2016).

## 2.2 Formy domácího násilí

Domácí násilí může nabývat nejrůznějších podob, my si zde představíme ty nejpalcivější. Dříve než se do toho pustíme, je ovšem nutné podotknout, že jednotlivé formy bývají vzájemně provázané a ve vztahu dvou osob se může vyskytovat více období násilí najednou (Cimrmannová et al., 2013; Kotková et al., 2014; Topinka, 2016a). Následující řádky si kladou za cíl především vyvrátit mylnou domněnku, že násilí se týká pouze fyzické agrese, na což ostatně upozorňují i mnozí odborníci (např. Ježková et al., 2015 a další jež pojmenovávají formy domácího násilí). Až 81% klientů Alternative to Violence (organizace v Norsku) uvedlo, že používá více než 3 druhy násilí (Askeland, Evang & Heir, 2011). Autoři Lockton & Ward (2016) dokonce zdůrazňují, že jakékoliv výhrůžky a hrozby mohou vyvolat stejné utrpení jako skutečný čin.



Zahraniční i české publikace se shodnou na třech základních formách domácího násilí:

- **Fyzické násilí** – nejvíce očividné, oběť má zpravidla zjevná tělesná zranění, modřiny, šrámy, zlomeniny, atd. Jedná se o použití fyzické síly a převahy za účelem způsobení bolesti, fyzického utrpení, zastrašení a nadvlády nad partnerem/kou. Pod fyzické násilí spadá například: cloumání, kousání, bránění v pohybu, fackování, pálení cigaretou, kopání, škracení, řezání, vytrhávání vlasů, bránění ve spánku, omezování zdroje tepla, apod. V nejhorším případě končí až vraždou partnera/ky.
- **Psychické (emoční) násilí** – navenek téměř neviditelné, a proto i mnohem hůře prokazatelné oproti fyzickému násilí. Vztahuje se k používání nejrůznějšího chování a technik, které mají za cíl ponížit a ovládat jiného člověka (poškodit sebeúctu ohrožené osoby). Příklady psychického násilí jsou: opakované kritizování, vydírání, urážky, výhrušky, patologická žárlivost, zesměšňování, aj.
- **Sexuální násilí** – týká se faktického donucení partnera/ky k sexuálnímu styku či k sexuálním praktikám, které druhému nejsou příjemné. Spadá sem též nucení k vykonávání ponižujících sexuálních služeb, nedobrovolný pohlavní styk bez řádné ochrany, napadání sexuality a sexuální orientace člověka, sexismus, atd. (Ali, Dhingra & McGarry, 2016; Cimrmannová et al., 2013; Jakobsen & Råkil, 2017; Ježková et al., 2015; Lockton & Ward, 2016; Topinka, 2016a; Vitoušová & Vedra, 2009).

Některé odborné zdroje přidávají ještě několik dalších podob domácího násilí, není však zcela jasné, zda jsou to samostatně stojící kategorie či pouze součást předchozích třech druhů násilí (Ali, Dhingra & McGarry, 2016). My si je zde uvedeme samostatně, protože autorka práce se domnívá, že je potřeba daleko jemnějších nuancí pro kompletní pochopení daného fenoménu.

- **Sociální násilí** – dává se do spojitosti především se sociální izolací, redukcí životního prostoru a svobody pohybu, omezováním či úplným zákazem společenských styků, kontrolou elektronických médií (sms zpráv, e-mailů, profilů na sociálních sítích, apod.). V extrémním případě původce zakazuje oběti chodit do zaměstnání a tím u oběti vytváří ekonomickou závislost na násilné osobě.
- **Ekonomické násilí** – neposkytování finančních prostředků na společnou domácnost, přehnaná kontrola financí, odebrání všech vydělaných peněz, nechat se

vyživovat od druhého, manipulace se společným majetkem či s majetkem druhého bez jeho souhlasu, aj.

- **Materiální násilí** – činy cílené proti společným materiálním statkům či proti hmotným věcem druhého z páru. Typické je například rozbíjení nábytku, házení věcmi, trhání oblečení, pálení fotografií, ničení dárků, údery do zdi, atd.
- **Latentní násilí** – pouhá domněnka (možnost), že za určitých podmínek může (znovu) dojít k agresivnímu chování, též splňuje charakter násilí. Jedná se o fázi, kdy původce je relativně v klidu, ale oběť cítí riziko dalšího konfliktu, a tak ohrožená osoba hlídá atmosféru v domácnosti a koriguje veškeré své činnosti tak, aby vyhověla partnerovi/ce a vyhnula se tím novému útoku.
- **Stalking** – též označováno jako nebezpečné pronásledování. Následuje po ukončení vztahu a jedná se o více či méně tajné sledování, obtěžování a monitorování bývalé/ho partnera/ky, které oběti značně komplikuje život (Cimrmanová et al., 2013; Jakobsen & Råkil, 2017; Kotková et al, 2014; Lockton & Ward, 2016; McHugh & Frieze, 2006; REFORM, 2013; Ševčík & Špatenková, 2011; Topinka, 2016a).

Partnerské násilí obvykle začíná velmi nenápadně, například náznaky kontroly (kde se partner/ka pohybuje, jaký má denní program) jsou považovány za vyjádření zájmu, touha být s partnerem/kou všechnen volný čas je interpretována jako příslib láskyplného vztahu, atd. Postupem času se však tyto „důkazy lásky“ stanou narušujícím a ovládajícím nástrojem – druhý je sociálně izolován, neustále kontrolován a manipulován (McHugh & Frieze, 2006).

### 2.3 Cyklus domácího násilí

Domácí násilí probíhá v charakteristických periodách. Tento cyklus je v odborných učebnicích znázorňován jako kruh o třech (někdy dokonce čtyřech) etapách (Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Ševčík & Špatenková, 2011). My se odchýlíme od kruhové předlohy a přikloníme se k přesnějšímu vyobrazení a pojmenování – k modelu spirály (Voňková & Oplatek, 2015; Voňková & Spoustová, 2016). Podle autorčina neskromného názoru spirála věrněji kopíruje znaky domácího násilí, resp. násilí postupuje od mírných ataků probíhajících v delších časových intervalech až po vrchol spirály, který představuje rychle po sobě jdoucí a extrémně agresivní útoky. Uzavřený kruh tuto

představu může zkreslovat a čtenář pak nabude dojmu, že útoky jsou pořád stejně intenzivní a mají mezi sebou podobný časový interval.

Dílčí stádia cyklu navrhla ve své knize *The Battered woman* (1979) autorka jménem L.E.A. Walker. Od té doby ji mnoho pozdějších odborníků cituje a přebírá její model a my nebudeme výjimkou, akorát budeme čerpat z novější knihy zmíněné expertky, konkrétně *The Battered woman syndrome* (Walker, 2009). Pojd'me si nyní jednotlivé fáze představit:

- 1. Fáze: **Zvyšování napětí** – stupňuje se tlak mezi partnery, což se projevuje v běžných každodenních činnostech (např. při servírování večeře). Původce začíná vyjadřovat nespokojenost, podrážděnost a negativistický postoj. Ohrožená osoba se naopak snaží neprovokovat, uklidňovat původce, vyhovět mu, zatímco v ní roste strach a tím i tenze, že dojde k dalšímu útoku.
- 2. Fáze: **Incident** – samotný útok, výbuch ze strany původce násilí. Ohrožená osoba se postupem času může naučit, kdy k této nevyhnutelné fázi dojde a tím se pokusit eliminovat následky a minimalizovat tělesná zranění (např. zaujmout výhodnější polohu umožňující ochránit citlivá místa, atd.). Fáze akutního útoku končí ve chvíli, kdy se původce zastaví a dojde u něho k fyziologickému snížení napětí.
- 3. Fáze: **Usmíření** – nebo též stádium „líbánek“ a klidu (bez násilí, bez tenze). Původce se snaží ospravedlnit, omluvit, vynáší sliby, činí láskyplná gesta, prokazuje laskavost, stud a výčitky. Udělá vše proto, aby oběť uvěřila, že už se to nebude opakovat, případně se snaží incident bagatelizovat a obviňovat ohroženou osobu (například slovy: „vyprovokovala jsi mě“ nebo „kdybys udělala, co jsem ti říkal, tak by se to nestalo“, apod.). Kvůli fázi usmíření ohrožená osoba uvěří, že násilník není tak špatný a zůstává s ním i několik let, než je schopna ze spirály vystoupit. Fáze klidu se postupem času zpravidla zkracuje a může i zcela vymizet. Někdy se stádium usmíření a stádium klidu uvádí jako samostatné fáze cyklu (další zdroje zabývající se cyklem domácího násilí: Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Ševčík a Špatenková, 2011; Vargová & Vavroňová, 2006).

## 2.4 Aktéři domácího násilí

Klíčovými aktéry domácího násilí jsou původce domácího násilí (neboli násilná osoba), oběť domácího násilí (neboli ohrožená osoba) a svědci (resp. ostatní členové domácnosti),

kterí jsou přítomni u daných incidentů, nejčastěji jsou to děti partnerů (Kotková et al., 2014; Topinka, 2016a). Do samotného řešení domácího násilí poté vstupují další aktéři jako např. Policie ČR, soudy, OSPOD, neziskové organizace působící v oboru, apod. Tyto instituce však nejsou přímými účastníky samotného násilí, proto si zde vymežíme pouze přímé aktéry:

- **Násilná osoba** – jedinec, který používá jakoukoliv formu násilí proti druhému členu společné domácnosti. Původci domácího násilí se budeme více zabývat v 3. kapitole.
- **Ohrožená osoba** – bytost, která je vystavena nějaké formě násilí ze strany jiného příslušníka rodiny.
- **Svědci** – jsou tzv. pasivní účastníci domácího násilí, aktivně nepáchají ani nepřijímají násilí, ale „tiše“ mu přihlížejí. Mohou to být děti, prarodiče a jiní členové společné domácnosti (Akční plán 2015-2018; Kotková, et al., 2014; Topinka, 2016a).

Autorky Voňková a Spoustová (2016) zastávají následující názor: „*V zásadě je možné, aby násilí vycházelo od kohokoliv a směřovalo vůči komukoliv*“ (s. 20), s čímž souhlasí i další odborníci tvrdící, že výskyt domácího násilí není vázán na žádné demografické charakteristiky. Domácí násilí se tedy objevuje jak v nižších sociálních vrstvách, tak v bohatších rodinách, jak v mladším věku, tak ve věku seniorů, jak na vesnici, tak ve velkoměstě, atd. Jinými slovy násilí se neohlíží na věk, vzdělání, náboženství nebo sociální původ (Ševčík & Špatenková, 2011; Vitoušová & Vedra, 2009).

## **2.5 Postoj veřejnosti k domácímu násilí**

Poznání, jak na domácí násilí nahlíží společnost (potažmo odborná komunita), je velmi důležité. Bez něho je obtížné zavádět preventivní, osvětová či nápravná opatření. Postoje k domácímu násilí se mohou značně lišit od striktního neuznávání jakéhokoliv násilí v rodině (například skandinávské země) až po benevolentní tolerování agresivních tendencí (kultury se silně zakořeněnou patriarchální tradicí). V každé z těchto společností musí být zvolen jiný postup k eliminaci domácího násilí – například národ, jež uznává násilí jako legitimní prostředek, musí nejprve přehodnotit své názory a postoje, resp. přijmout skutečnost, že násilí je něco, co by nemělo být v žádném případě tolerováno, obhajováno či dokonce veřejně oslavováno.

V rámci České republiky bylo uskutečněno několik výzkumů zkoumající postoje veřejnosti k domácímu násilí. Zde si představíme výsledky ze studie STEM (2006) a Topinka (2016b). Podle těchto zdrojů většina občanů (až 97%) ví, co znamená pojem domácí násilí – zařazují pod tento termín fyzické, psychické i ekonomické násilí, sociální izolaci a stalking, přičemž k těmto incidentům (podle respondentů) dochází opakovaně a dlouhodobě. Respondenti však projeví zájem o podrobnější a obsáhlejší informace. Téměř 91% probandů odmítá ubližování ženskému pohlaví (a vymezuje se proti patriarchálním normám). Na druhou stranu „*veřejnost si nespojuje téma domácí násilí výlučně s 'klasickou' představou 'muže násilníka' a 'ženy oběti'*“ (Topinka, 2016b, s. 11). Lidé z výzkumů (cca 84%) považují domácí násilí za společenský problém, jež by neměl zůstat pouze v rodině, ale měl by ho řešit i stát a další pomáhající profese. Oproti tomu pro mnoho lidí je obtížné rozpoznat, zda situace odpovídá domácímu násilí a s oznámením (zásahem, řešením) váhá. Zásah společnosti by měl primárně směřovat k ochraně oběti, teprve poté ke stíhání (či potrestání) pachatele. Celkově se postoje k násilí v České republice zlepšují (viz porovnání Topinka, 2016b) – občané ČR (89,1%) se domnívají, že společnost by neměla domácí násilí tolerovat a přehlížet ho (STEM, 2006; Topinka, 2016b).

Výzkumy ze zahraničí navíc naznačují, že čím je vyšší tolerance k násilí, tím se zvyšuje pravděpodobnost výskytu partnerského napadání – například ženy, které připouštějí a obhajují možnost násilí, se častěji stávají jeho oběťmi a naopak partneři/ky vystavení/é násilí považují takové jednání za běžnou součást vztahu (Wang, 2016). Ospravedlňování násilí úzce souvisí se vzděláním – čím vyšší vzdělání, tím menší tolerance partnerského (i jiného) násilí. Dalšími prediktory akceptace domácího násilí jsou: mladší věk; ženy žijící na venkově; kultura uznávající násilí; výrazná patriarchální tradice; nízký ekonomický status a dlouhodobá nezaměstnanost (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016; Wang, 2016). Protektivními faktory naopak jsou: kultura odsuzující ceškré druhy násilí a náboženské přesvědčení neuznávající agresi vůči druhým (Wallach, Weingram & Avitan, 2010).

Naneštěstí stále přetrvávají některé mýty ohledně domácího násilí. Například muži častěji obviňují oběť, že původce vyprovokovala k ataku a přenášejí na ní část viny (Bryant & Spencer, 2003). Rovněž lidé, kteří v dětství zažili nebo byli svědky rodinného násilí, přisuzovali vinu spíše společnosti a vnějším okolnostem (Bryant & Spencer, 2003). Ve

společnosti dosud dochází ke stigmatizaci ohrožené osoby – je považována za slabou, nedůvěryhodnou, submisivní a panuje názor, že si tzv. nechává vše líbit (Topinka, 2016b).

## **Závěrem**

Je nutné mít neustále na paměti, že výše popisované znaky, formy i fáze domácího násilí nemusí být vždy univerzálně platné. Stejně tak charakteristiky aktérů násilí (především rysy uváděné v kapitole Původci domácího násilí) se mohou značně lišit, je tudíž potřeba ke každému případu domácího násilí přistupovat velmi individuálně a rigidně negeneralizovat jednotlivé teoretické koncepce.

### 3. Původci domácího násilí

Následující kapitola má za cíl seznámit nás s osobami, které se dopouštějí domácího (či jiného) násilí. Můžeme se ptát, a rozhodně je tento dotaz na místě, proč se zabývat zrovna původci násilí. A právě na tuto i mnohé další otázky se zaměříme v příštích řádcích. Budeme též pátrat po typických charakteristikách původců domácího násilí a představíme si některé výzkumy souvisejících přímo s pachateli násilí. Záměrem předložené práce naopak není obšírněji se zabývat ohroženou osobou (obětí domácího násilí) či svědky domácího násilí. Pro zájemce o zmíněnou problematiku odkazuji například na knihy Čírtkové či publikaci Voňkové & Spoustové (2016) *Domácí násilí z pohledu žen a dětí* a mnoho dalších odborných děl (některá z nich se objevila v předchozích citacích či parafrázích a jsou tudíž uvedena v Seznamu použitých zdrojů).

V České republice je mnoho institucí určených primárně obětem domácího násilí (od intervenčních center až po neziskové organizace), ale je jen málo zařízení, kde by se věnovali původcům násilí. Přitom by se snadno dalo souhlasit s větou „*v tom rodinném systému není nepřítel ten dejme tomu, muž, který se chová násilně, ale to samotné násilí je ten nepřítel, který ničí život manželce, dětem, ale taky tomu pachateli*“ (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016, s. 42). Pisatelka se tudíž domnívá, že společnost by se na problematiku domácího násilí měla přestat dívat jako na zápas mezi obětí a násilníkem, a naopak jí nahlížet jako boj společnosti (každého jednotlivce, včetně všech aktérů domácího násilí) proti samotnému násilnému chování.

#### 3.1 Proč se zabývat původci domácího násilí

Odpověď na otázku „Proč se zabývat původci domácího násilí?“ není snadná, důvodů je však hned několik, a když prodloužíte svou pozornost o chvíli déle, společně do nich pronikneme. Není to tak dávno, kdy většinová veřejnost zastávala názor, že násilník zaslouží trest a rozhodně není hoden toho, aby se mu pomáhalo, zkoumalo jeho potřeby nebo dokonce nabízelo podpůrných prostředků. Téma „původci násilí“ a budování organizací na jejich podporu budí rozpaky i dnes, což je pochopitelné. Ovšem jen tak lze dosáhnout požadované změny chování u člověka, který se dopouští násilné činnosti (Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Slánský, 2006). Pokusme se nyní tento zastaralý a nevyzrálý názor (o pouhém trestání a zavržení původců násilí) překonat.

Předně je potřeba zdůraznit, že pomáhání původcům domácího násilí nesnímá z násilníků zodpovědnost za spáchané činy a už vůbec nepřesouvá vinu na oběť. Zodpovědnost si stále nese sám pachatel i se všemi důsledky jeho jednání (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Kotková et al., 2014). Organizace nabízející pomoc původcům domácího násilí, ať už formou individuální terapie či skupinových programů, neschvalují násilné chování (jak by se mohlo na první pohled zdát), ale na druhou stranu ani nestigmatizují samotného jedince. Nepřijatelné a zavrženíhodné je pouze chování člověka, ne bytost samotná (BAG TāHG, 2007; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Kotková et al., 2014). Toto je první předpoklad pro práci s původci domácího násilí. Z toho rovněž vyplývá, že programy pro původce násilí nemají být trestem, ale pomocí k lepšímu životu všech aktérů násilí (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

Další podmínkou by měla být snaha, aby se poskytování pomoci původcům násilí nedělo na úkor ohrožených osob. Rozuměj, aby se zvláště financovala pomoc obětem domácího násilí a zvláště péče o násilníky. Ochránit ohroženou osobu samozřejmě zůstává hlavní prioritou (BAG TāHG, 2007; Jakobsen & Råkil, 2017; Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008). Tím se předejde kritice veřejnosti, že plýtváme peněžními prostředky na „vyvrhele“ a oběť zanecháváme bez pomoci. Nicméně samotné hájení ohrožených osob a instruování potencionálních obětí, nebude účinným nástrojem, dokud neobrátime svou pozornost i k původci násilí. Pokud dokážeme podat pomocnou ruku původcům násilí, ochráníme tím i ohroženou osobu, protože přerušíme kruh násilného chování a nabídneme alternativu (Slánský, 2006).

Skrze základní předpoklady práce s původci domácího násilí se dostáváme k již výše zmíněným důvodům, proč se jimi zabývat. Ze zkušeností odborníků vyplývá následující tvrzení: „*Pouhé potrestání pokutami a vězením pachatele nepřiměje kriticky zhodnotit a ukončit násilné chování*“ (BAG TāHG, 2007, s. 3). Všeobecně by se dalo shrnout, že samotné zadržení, uvěznění, izolace od oběti nebo jednoduše jakýkoliv **trest na nápravu chování či získání náhledu nestačí** (Jakobsen & Råkil, 2017; Mátel, 2009). Násilné chování jedinců neodejde samo od sebe, musí se s ním systematicky pracovat. Jen tak lze zabránit neustálému koloběhu opakování jednotlivých cyklů násilí (Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Vitoušová & Vedra, 2009). Je potřeba se obrátit přímo ke zdroji násilí a neohlížet se jen na viditelné důsledky (Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008).



Jedním z řady dalších důvodů, proč obracet pozornost k násilné osobě, je skutečnost, že **mnoho žen se i přes počáteční odloučení od agresivního partnera vrací do původního vztahu**. Mátel (2009) ve svém výzkumu odhalil, že téměř každá pátá žena se z azylového domu opět navrátí k agresorovi. Aaron & Beaulaurier (2016) uvádějí dokonce ještě hrozivěji vypadající číslo, z výzkumného vzorku 132 žen zůstalo s násilným partnerem celých 34%. Z předchozích výsledků nelze přehlédnout neustálé vynakládání nemalého úsilí (včetně finančních prostředků) na pomoc ohroženým osobám, přičemž zhruba v jedné třetině případů je pokus o změnu promarněn a konečný výsledek je jalový. Navíc, i když ohrožená osoba odejde od agresora, násilník si snadno nalezne novou oběť a násilí má možnost pokračovat dále (Jakobsen & Råkil, 2017; Kotková et al., 2014). Z toho důvodu je nezbytné pracovat na nápravě (chování) rovnou u pachatelů domácího násilí. Následující citace je přinejmenším hodna zamyšlení: „*Mnohé ženy chtějí ukončit násilie, ale nie vzťah*“ (Mátel, 2009, s. 159).

Navážeme myšlenkou, že v rámci řešení domácího násilí je potřeba **pracovat s celým rodinným systémem** (nejen s ohroženou osobou), se všemi aktéry domácího násilí (s původcem, obětí i svědky). Pokud změna proběhne jen u jednoho ze zmíněných jedinců, nemusí se náprava povést, protože z ostatních stran nemusí být pochopena nebo přijata (Kotková et al., 2014). I přes negativní nahlížení veřejnosti na původce násilí, není pochyb o tom, že důsledky plynoucí z násilí negativně zasahují právě i pachatele. Původci například z počátku pociťují výčitky svědomí, bezmoc, pocit provinění, apod. Uvězní se v koloběhu „špatných“ návyků a společensky nepřijatelných vzorců chování a neví, jak z tohoto cyklu vystoupit (Gjuričová, Kocourková & Koutek, 2000). Zde nastupuje úkol profesionálů, kteří původci vymezí jasné a striktní hranice (například: násilí je naprosto nepřijatelné a zavrženíhodné) a zároveň mu pomůžou vymanit se ze stereotypního chování, jednání a vnímání a nabídnou mu alternativní řešení (Slánský, 2006).

### **3.2 Charakteristiky původců domácího násilí**

Dříve než se pustíme do hledání typických charakteristik osob dopouštějících se domácího násilí, je důležité zabývat se označením těchto osob. Autorka práce se přiklání k názoru odborníků jako je Bohall, Bautista & Musson (2016) a Kotková et al. (2014), kteří tvrdí, že pojmenování jako „násilná osoba“, „pachatel násilí“ či anglický název „batterer“ nejsou vhodně zvolená. Naopak vedou ke stigmatizaci a degradaci dané osoby, a jak už jsme si několikrát řekli – zavrženíhodné je pouze chování člověka, ne člověk sám. Navíc termíny

jako „násilník“, „agresor“, aj. vytvářejí dojem, že se jedná o trvalý rys osobnosti, který nelze změnit (Jakobsen & Råkil, 2017). Z těchto důvodů předložená práce používá většinou přijatelnější označení jako je například „původce násilí“ či „osoba nezvládající svou agresi“, apod. K tomuto opatření ostatně přistoupila i většina programů pro původce násilí, aby to nemělo negativní vliv na rozhodnutí dobrovolně přichozích zájemců o terapeutickou pomoc (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

Mnohé vědecké prameny se pokoušejí o jakousi všeobecně platnou typologii původců domácího násilí a o sjednocení příznačných charakteristik a vlastností těchto osob. Pravdou však zůstává, že prozatím neexistuje žádná typologie, která by se dala generalizovat na celý soubor jedinců, jež se násilí dopouštějí. Jednotliví původci se od sebe odlišují ve všech složkách osobnosti, včetně kognitivních schopností (vzděláním), demografických údajů, povolání i socioekonomického statusu (Jakobsen & Råkil, 2017; Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Topinka, 2016a). Zkrátka domácí násilí se prolíná všemi vrstvami společnosti. Přesto se pokusy o vytváření typologie (a odhalování příčin násilí) považují za zásadní mezník pro případnou prevenci či (potencionální) intervenci domácího násilí, respektive kdybychom znali podrobnější profil původce násilí, mohli bychom navrhnout efektivní program pro jeho „nápravu“ (Kotková et al., 2014). I přesto, že dosud není navržena obecně přijímaná typologie charakteristik původců násilí, některé rysy se přece jen objevují častěji a na ty se nyní podíváme.

Jedním z mýtů, které stále ještě částečně ovládají problematiku domácího násilí, je představa, že násilí páchají pouze muži vůči ženám. Nicméně v posledních letech se konečně přestalo odkládat tabuizované téma „násilí na mužích“. Zpravidla se odborné publikace a nejrůznější studie zaměřují na muže jako toho, kdo je původcem partnerského násilí a většinou i z nejnovějších statistik a výzkumů vyplývá převaha původní varianty (Kotková et al., 2014; Mátel, 2009; Voňková & Oplatek, 2015). Nicméně podle Buriánka & Pikálkové (2014) „*násilí žen vůči mužům ani zdaleka není výjimečnou záležitostí*“ (s. 10), muži však častěji násilí ze strany partnerky nepřiznají, a proto je obtížné tento fenomén zachytit. V posledních letech se rovněž často píše o tzv. situačním násilí v rodinném kruhu či o vzájemném partnerském násilí, kdy nedochází k asymetrii násilí a nejsou tudíž naplněny typické znaky domácího násilí (Kelly & Johnson, 2008). Tuto skutečnost je nutné zohlednit při potencionálních nápravných intervencích.

Obratme teď svou pozornost k rysům a charakteristikám, které podle řady odborníků náleží právě původcům násilí:

- **nedostatek empatie** – původci nemají dostatečný náhled na své chování, a tak se nedokáží vcítit do oběti, mnohdy ani neznají důsledky násilných činů, atd.
- **nízká sebeúcta** – někteří mohou zvnějšku vypadat jako sebevědomé osoby, ale skrze partnerku si poté kompenzují své komplexy méněcennosti
- **dvojitá tvář** – navenek vystupují jako ohleduplní, vnímaví lidé, ale v soukromí se chovají jako bezcitní tyraní
- **rozdělení genderových rolí** – mnozí muži páchající násilí vyznávají tradiční patriarchální vztah a tím i nadřazenost mužů nad ženami
- **násilí v primární rodině** – většina současných původců násilí zažila nějakou dobu domácího násilí už v dětství (buď jako svědek či jako oběť)
- **násilí je legitimní prostředek** – v procesu socializace došlo k upevnění vzorce, že násilí je nástroj k dosahování cílů, nebo je možné využít své agrese, když nevidíme jiné východisko ze situace
- **majetnické tendence a přílišná žárlivost** – partner/ka má touhu druhého vlastnit a tím i kontrolovat a řídit jeho život
- **vyšší míra impulzivity** – především pak nekontrolovatelnost impulzů a nedostatečné sebeovládání (seberegulace)
- **odmítání odpovědnosti za své chování** – původce se snaží přenést vinu a zodpovědnost na své okolí, vnější a situační podmínky či samotnou oběť; používá k tomu řadu obranných mechanismů: bagatelizaci, popírání, fragmentaci, racionalizaci, apod.
- **snížená odolnost vůči stresu** – respektive snížená frustrační tolerance; původce obvykle reaguje intenzivněji na zátěž
- **zneužívání alkoholu či jiných omamných látek** – řada jedinců páchá násilí pod vlivem návykových látek a ospravedlňují tak své chování
- **nezaměstnanost** – úzce souvisí se sníženou sebeúctou a nízkou odolností vůči zátěži (Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová, 2008; Mátel, 2009; Slánský, 2006; Ševčík & Špatenková, 2011; Voňková & Spoustová, 2016).

Výčet uvedených rysů a charakteristik je pouze orientační a rozhodně nelze označit za obecně platný. Ke každému původci násilí je potřeba přistupovat individuálně, každý z nich totiž může mít odlišné vlastnosti a určující faktory.

Z množství koncipovaných typologií si zde představíme pouze dvě nejhojněji užívané a nejčastěji citované. První z těchto dvou teorií sestavili Holtzworth-Munroe & Stuart (1994) a rozdělují v ní původce násilí na 3 podtypy:

1. **Člověk páchající násilí pouze v rodině** (Family only) – omezují své činy na rodinné příslušníky (většinou nepáchají násilí mimo domov); spíše mírnější formy násilí; je u nich menší pravděpodobnost sexuálního násilí či psychického teroru; nevykazují příliš vysokou míru psychopatie či poruch osobnosti; podle autorů do tohoto podtypu spadá až 50% všech původců domácího násilí;
2. **Dysforický, hraniční jedinec** (Dysphoric/bordeline) – násilné akty jsou opět směřovány primárně k rodině, ale občas se agresivní tendence projeví i na veřejnosti; mírnější formy přechází ke středně těžkým, včetně sexuálního a psychického zneužívání; jsou emocionálně nestálí a inklinují k hraničním a schizoidním charakteristikám; mívají problémy s návykovými látkami;
3. **Obecně násilná, antisociální osoba** (Generally violent/antisocial) – ataky se rozšiřují i na vnější okolí; dochází k závažnému, někdy až brutálnímu partnerskému násilí; hojně zneužívání návykových látek; často jsou u nich diagnostikovány rysy (či přímo porucha) antisociální osobnosti nebo psychopatie.

Druhá typologie byla publikována v roce 1998 a vytvořili jí Jacobson & Gottman. My budeme vycházet z toho, jak je prezentována v článku Ali, Dhingra & McGarry (2016) a v publikaci Marvánová-Vargová, Pokorná & Toufarová (2008):

1. **Typ „kobra“** – extrémně násilní, emocionálně zneužívající a antisociální osoby; většinou neprožívají pocity viny, soucit a empatie s obětí; obvykle se chová násilně i mimo rodinu; vůči klasické terapii obvykle bývá rezistentní; pod tento typ spadá cca 20% všech původců;
2. **Typ „pit bull“** – mírnější formy násilí směřované převážně jen na členy rodiny; jsou výbušní (neovládají negativní emoce) a vykazují známky emoční závislosti na druhém z páru (bojí se, že je partner/ka opustí); s tím souvisí extrémní žárlivost a snaha, aby se na nich stala oběť závislá.

Blíže zkoumanou charakteristikou původců domácího násilí, zda je potencionální souvislost současného partnerského násilí s násilím v primární rodině (během dětství a dospívání). Ze studie Askeland, Evang & Heir (2011) vyplývá, že 60% původců přicházejících do terapie se v dětství či dospívání setkalo s nějakou podobou rodinného násilí, což zapříčinilo vyšší míru násilného jednání než u těch, kteří tuto zkušenost nemají. Podle tohoto výzkumu vystavení fyzickému násilí vede k psychologicky kontrolujícímu jednání a sexuální zneužívání v dětství má za následek sexuální násilí v partnerském vztahu. K podobným závěrům došel už o pár let dříve výzkum Murrell, Christoff & Henning (2007), který se však ještě zabýval jinými aspekty – například poukázal na skutečnost, že čím byla vyšší míra vystavení násilí, tím větší byla naměřená psychopatologie (především antisociální, depresivní a hraniční rysy osobnosti).

## 4. Programy pro původce domácího násilí

Přes stručné nastínění problematiky domácího násilí a vymezení charakteristik původců domácího násilí se dostáváme k ústřednímu tématu, na které se diplomová práce soustředí primárně. Tímto stěžejním středobodem není nic jiného než oblast programů pro původce násilí. Programům pro původce domácího (či jiného) násilí se přidělují rozmanité názvy jako například Život bez násilí, Zvládání vzteku, Stop násilí ve vztazích, Mužské centrum, Program pro osoby nezvládající agresi v blízkých vztazích, atd. Ze zahraničních názvů se nejčastěji objevují Batterer intervention programmes, Anger management, Anti-Gewalt programm, Program for reducing anger, aj. Podle Herdové, Jarkovské, Pešákové & Trávníčka (2016) názvy programů odrážejí zkušenost, že zájemci si raději vybírají program s názvem, jež není stigmatizující, například neužívá slovo „pachatel“ nebo nemá v názvu spojení „domácí násilí“, apod.

Různorodost se rovněž projevuje v nabízených formách programu. Podoby programů se pohybují od individuálních terapií, přes nejrůznější kurzy a výcviky, až po skupinová setkání. Třebaže se mění názvy (označení) i formy programů, účel je u všech totožný a jasně ohraničený – **zastavit** současné **násilné chování** mezi lidmi v blízkých vztazích a pokud možno **zabránit opakování** násilných tendencí do budoucna. Z toho důvodu budou v předložené práci jednotlivá označení (program, kurz, terapie, atd.) užívána jako synonyma.

Pojďme se nyní společně zabrat hlouběji do zmíněné problematiky. Svou cestu zahájíme u cílů programů pro původce násilí, poté se přesuneme k východiskům a principům, jež jsou základním kamenem programů, pozastavíme se u tzv. příkladů dobré praxe ze zahraničí, a pak se ponoříme ke konkrétním podobám programů, až pronikneme k jednotlivým technikám a nástrojům, které se v rámci těchto terapií hojně využívají.

### 4.1 Cíle programů

Klíčovým cílem programů pro původce násilí je samozřejmě **zastavit samotné násilí**, resp. zajistit (nebo alespoň zvýšit) bezpečí ohrožených osob, především členů rodiny, domácnosti. Přinejmenším by se mělo podařit zmírnit tendenci k expresivnímu a nekontrolovatelnému vyjádření vzteku (Hořáková, 2007; Kraus & Logar, 2008; Praško, Možný & Šlepecký, 2007). Za druhý základní cíl lze považovat záměr, aby původci násilí **přijali zodpovědnost** za své chování a za své násilné činy minulé, přítomné i budoucí.

Úmyslem je omezit (vymítit) snahu jedinců svádět vinu na své okolí (především pak na samotné oběti) a na vnější situační podmínky. Bez odbourání opakovaného přesouvání zodpovědnosti není možné dosáhnout změny (Hořáková, 2007; REFORM, 2013; Yorke, Friedman & Hurt, 2010). Ke zmírnění násilí a přijetí zodpovědnosti přispívá **rozbití ego obranných mechanismů** osob nevládající svou agresi, jakožto další cíl programů. (Netík et al., 2004). Programy si rovněž kladou za cíl vzdělávat osoby potýkající se s tendencemi k násilným reakcím. Účastník programu se dozví základní informace o emocích, vzteku, agresi, násilí, důsledcích násilných činů, apod. **Odborná edukace** může vést ke změně postojů k násilí, k zbourání genderových stereotypů, ke změně myšlení a potažmo chování (Hořáková, 2007; REFORM, 2013; Yorke, Friedman & Hurt, 2010). Neméně důležitým cílem je představení **alternativních**, společensky přijatelných **způsobů chování** (myšleno bez použití násilí jako prostředku k dosažení cílů a naplnění svých potřeb). Nestačí pouhé vysvětlování, že se jedinec chová špatně. Naopak je naprosto nezbytné ukazovat jiné možnosti, případně návody, jak dělat věci správněji (LOM, 2015; Potter-Efron, 2005; Praško, Možný & Šlepecký, 2007; REFORM, 2013). Součástí programů bývá též **nácvik dovedností** směřujících k zastavení (omezení) nezdravých způsobů jednání. Takovým nácvikem se stává například trénink empatie, procvičování mezilidské komunikace, zkoušení asertivního vyjadřování (svých potřeb a pocitů), a mnoho dalších (Hořáková, 2007; Potter-Efron, 2005; Yorke, Friedman & Hurt, 2010). Kromě výše zmíněných cílů je záměrem programů i **zpochybnění tzv. spravedlivého hněvu**, kdy se násilník domnívá, že se rozhněval a jednal oprávněně, například když ho někdo vyprovokoval (REFORM, 2013). Programy prováděné ve věznicích na sebe berou ještě jeden úkol, a to **snížit** případnou **recidivu** (Biedermanová & Petras, 2011; Landenberger & Lipsey, 2005; Lipsey, Landenberger & Wilson, 2007). Souhrnně by se dalo říci, že programy pro původce násilí směřují ke **zlepšení kvality života** všech zúčastněných osob, ke **zkvalitnění společenských vztahů** a přispívají k **prevenci** domácího či jiného násilí (BAG TäHG, 2007; Kraus & Logar, 2008; Mátel, 2009).

## 4.2 Podoba programů

Podoba konkrétních programů se odvíjí od několika stěžejních dilemat a odlišností. Tak například velice záleží na jednotlivých organizacích a jejich lektorech, terapeutech. Každá instituce (potažmo její pracovníci) zabývající se původci násilí pracuje pochopitelně trochu odlišně, vyznává jiné hodnoty, staví na různých principech a východiscích, stanovuje si odlišné koncepce a metodiky, apod. Vliv na podobu programů má nepochybně i míra

finančních prostředků, například zda je program financován z nejrůznějších dotací či grantů, nebo zda instituce získává finanční prostředky od zahraničních partnerů a podporujících sponzorů, či je program zajišťován pouze z peněžního přebytku organizace. Určující dopad na podobu programů má však několik základních bodů: teoretická východiska programů (případně inspirace ze zahraničí), cílová skupina, délka a intenzita programu, dobrovolný či nařízený vstup do terapie, práce pouze s původcem či celým rodinným systémem a volba konkrétních technik, metod a nástrojů. V následujících řádcích vyjmenované body prozkoumáme důkladněji.

#### 4.2.1 Příklady dobré praxe ze zahraničí a limity zavádění programů

V této skromné podkapitole si stručně shrneme organizace, které nabízejí péči a podporu původcům násilí v zahraničí. Zahraniční zkušenosti jsou totiž mnohdy inspirací pro české programy. Podrobnější informace zde nebudou uváděny (jedná se pouze o vyjmenování organizací), zabývají se jimi jiné práce, např. Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček (2016) nebo Voňková & Spoustová (2008). Nyní už následuje **výčet institucí**: Alternativ til Vold (zkráceně ATV; Norsko), Respect (Velká Británie), REFORM (Norsko), Change (Skotsko), DAIP (USA), New Directions (Kanada), Emerge (USA), Das Wiener Anti-Gewalt-Programm (Rakousko), aj.

Na území České republiky prozatím existuje jen hrstka center, kam se původce násilí může obrátit o radu či pomoc. Hlavními **limity zavádění programů** v České republice jsou:

- omezený počet center a organizací, které se věnují přímo původcům násilí
- nedostatek finančních prostředků
- slabá podpora ze strany státu a veřejné politiky
- nedostatek pracovníků (odborníků), kteří by chtěli pracovat s původci násilí
- neexistence standardů pro práci s původci násilí
- nízké povědomí veřejnosti (ale i státních institucí jako je PČR či OSPOD) o podpůrných prostředcích pro původce násilí a tím i nižší zájem o službu (Akční plán 2015-2018; Hájková, 2017)

#### 4.2.2 Teoretická východiska programů

Kořeny teoretických konceptů (východisek) jednotlivých programů pro původce násilí lze nejčastěji nalézt v kognitivně-behaviorální terapii (dále jen KBT). Není však výjimkou, že v rámci programů dochází ke kombinaci různých psychoterapeutických přístupů (Lilley-



Walker, Hester & Turner, 2016; Netík et al., 2004). Kromě KBT se využívá prvků psychodynamického přístupu, narativního směru, arteterapie, muzikoterapie, relaxačních technik a další (Hakvoort, 2002; Liebman, 2004; Netík et al., 2004; Stehlíková, 2015). Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček (2016) ve své studii uvádějí, že „*společné přístupům, které terapeuti/ky využívají, je především orientace na změnu, aktuální sebeuvědomění, respekt a získání náhledu situace*“ (s. 40). Následující odstavce budou sloužit jako stručný nástin těchto jednotlivých přístupů, jejich postojů k násilí (resp. zmírnění násilných tendencí), a jak konkrétně je lze využít v rámci programů pro původce násilí.

### **Kognitivně-behaviorální terapie**

Kognitivně-behaviorální přístup nechápe násilí jako trvalý stav, ale jako naučený vzorec chování. A vzhledem k tomu, že se jedná o naučené jednání, je také možné jej odnaučit a nahradit ho alternativním, společensky přijatelným vzorcem chování. KBT v rámci programů pro původce násilí primárně cílí na čtyři vzájemně propojené modality psychiky člověka: 1. myšlení, 2. emoce, 3. tělesné reakce, 4. pozorovatelné chování. Předpokládá se, že provázanost těchto složek umožňuje dosáhnout změny ve všech čtyřech modalitách, byť záměrně působíme pouze na jednu z nich (Arias, Arce & Vilariño, 2013; Chin & Ahmed, 2013; Netík et al., 2004; Pešek, Praško & Štípek, 2013).

Zásadní principy zahrnuté do koncepce programů jsou následující: a) krátkodobost (cca 20 setkání); b) strukturovanost (jasná pravidla sezení); c) direktivnost terapeuta; d) zaměření na přítomnost (nezacházení hlouběji do minulosti); e) soustředění na předem stanovené cíle; f) zaměření na soběstačnost klienta (Možný & Praško, 1999; Praško & Štípek, 2013; Praško, Možný & Šlepecký, 2007; REFORM, 2013).

### **Psychodynamická terapie**

Psychodynamický (psychoanalytický) směr se v rámci práce s původci násilí zaměřuje v první řadě na rozpoznání a rozbití ego obranných mechanismů. Zabývá se zážitky z dětství, protože uznává názor, že současné násilné chování pramení z negativních raných zkušeností (například týrání ze strany rodičů), které působí na nevědomé úrovni. Psychodynamická terapie si žádá dlouhodobější působení a větší podporu skupinové dynamiky (Dersziová, 2013; Jakobsen & Råkil, 2017; Netík et al., 2004).

## **Narativní terapie**

Pomocí narativního přístupu má klient možnost tzv. převyprávět svůj příběh, protože narativní terapie věří, že každý příběh (tudíž i negativní vzpomínky nebo násilné chování) má mnoho úhlů pohledu a záleží jen na vypravěči, který aspekt (úhel) příběhu upřednostní. Terapeut pomáhá klientovi vidět tyto různé pohledy a společně hledají nejasnosti a výjimky v životním příběhu, čímž dochází k dekonstrukci nejen některých přesvědčení o sobě, ale i o genderových stereotypech, názorech na agresi, atd. V konečném důsledku si účastník programu může začít tvořit svůj „nový příběh“. Hlavními prostředky narativní terapie jsou: externalizace, naslouchání, dotazování, upozorňování na nejasnosti a dekonstrukce (Gjuričová & Kubička, 2009; Hall, 2011).

## **Muzikoterapie**

V koncepci programů pro původce násilí lze využít i některých prvků muzikoterapie. Hudba například umožňuje klientům prozkoumávat a zabývat se svými emocemi v relativně bezpečném prostředí. Dle Hakvoorta (2002) dokáže hudba vyprovokovat rozmanité emoce včetně vzteku a agrese. Úmyslně vyvolané emoce následně usnadňují pochopení, jak agresivní reakce vzniká, jaký má průběh, co se děje s tělem, s myšlenkami, atd. Účastník si díky tomu lépe uvědomí zdroje a projevy vzteku a postupně se učí své emoce a hlavně chování ovládat. Mimo to, specifický druh hudby dopomáhá k navození uvolněné atmosféry, umožňuje zklidnění a lze jej využít při různých druzích relaxačních cvičení (Hakvoort, 2002; Krüger & Villiers, 2010). Jiným prospěšným postupem je vyjádření pocitů skrze hudbu a hraní na hudební nástroje. Klient je veden k tomu, aby skládal své osobní písně, například song vzteku, árie uklidnění, atd. Na závěr zmiňme ještě jednu uplatňovanou techniku, a to uvolnění vzteku (či jiných emocí) pomocí hlasitého bubnování (Krüger & Villiers, 2010).

## **Arteterapie**

Za další nástroj použitelný v programech proti násilí lze označit určité složky arteterapie. Arteterapie (stejně jako muzikoterapie výše) slouží především k vyjádření emocí a tím k ventilaci a potažmo redukci agresivních impulzů (Stehlíková, 2015). Frekventant může opět lépe vnímat své emoce, myšlenky, tělesné a fyziologické procesy, postoje a je veden k lepšímu verbálnímu projevu, resp. klient dokáže snadněji pojmenovat, co se v něm odehrává. Arteterapii je možné uplatnit jako druh relaxace či jako pomůcku při edukaci.

(Breiner, Tuomisto, Bouyea, Gussak & Aufderheide, 2011; Stehlíková, 2015). Příkladem arteterapeutického cvičení je ztvárnění nálady pomocí barev či vytvoření koláže z fotek (výstřížků z novin) na zadané téma (Netík et al., 2005).

### **Podpůrná skupina**

Program směřující ke zmírnění násilí může mít též podobu podpůrné skupiny či pouze využívat některých jejích prvků. Princip spočívá převážně v tom, že si účastníci a lektoři vzájemně poskytují pochopení a podporu při sdílení osobních zážitků a zkušeností. Nedochozí zde k moralizování, podceňování či dokonce shazování klientů. Frekventanti jsou podporováni k otevírání vlastních prožitků a pocitů, jednotlivci jsou vedeni k empatickému vcítění do druhé osoby, k poskytování konstruktivní zpětné vazby, atd. Někteří klienti teprve zde poprvé zažijí pocit důvěry a bezpečí (Derzsiová, 2013; Netík et al., 2004). Podle studie Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell (2014) je sociální podpora významným prediktorem pro redukci recidivy. Sociální vazby mezi účastníky (a terapeuti) vedou k silnějšímu závazku a snižují tím pravděpodobnost opakování násilí.

#### **4.2.3 Kritéria pro vstup do programu**

Stejně jako mnohé další terapie (kurzy) zaměřené na specifickou oblast či úzce vymezenou cílovou skupinu má i program pro původce násilí stanovená kritéria pro zařazení zájemce do skupiny. Proto se nyní podíváme na podmínky, jež musí uchazeč splnit před vstupem do programu. Dotkneme se také záležitostí, které jsou na překážku při vstupu do programu, jak se tyto (kontra)indikace zjišťují.

#### **Indikace**

Programy jsou určeny dospělým osobám nezvládající své negativní emoce (především vztek) a v důsledku nezvládnutých emocí se dopouštějí násilného chování na svém okolí (blízkých lidech, věcech, sobě samých, atd.). Uchazeč by měl mít alespoň minimální náhled na své nepřijatelné chování a zároveň být svolný tyto zaseté vzorce jednání opustit a pracovat na změně, resp. zájemce musí u vstupního pohovoru prokázat ochotu pracovat sám na sobě a přijetí alespoň malé míry zodpovědnosti za své činy (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

## Kontraindikace

Před vstupem uchazeče do skupiny je potřebné zvážit určitá rizika související s přijetím nevhodného klienta. Vedoucí projektu musí mít především na paměti, že programy nenahrazují „plnohodnotnou“ (skupinovou) terapii, protože program je relativně úzce vymezen a směřuje ke konkrétnímu tématu. Z toho důvodu se dostupné odborné zdroje i garanti programů shodují na následujících kontraindikacích, které vedou k odmítnutí a nepřijetí zájemce do skupiny:

- **Jazyková bariéra** – uchazeč musí ovládat jazyk, ve kterém je program veden, na velmi vysoké úrovni; nestačí pouze uživatelská znalost jazyka, protože takový klient nedokáže rozlišovat jemnější jazykové nuance potřebné k úspěšnému fungování ve skupině a efektivnímu absolvování programu (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Kraus & Logar, 2008; REFORM, 2013);
- **Nedostatečné kognitivní schopnosti** – zájemce musí chápat základní souvislosti a pojmy, jinak program ztrácí efektivitu (BAG TäHG, 2007; Netík et al., 2005);
- **Akutní závislost na návykových látkách** – je nezbytné, aby klient docházel na setkání střízlivý a nebyl pod vlivem žádné omamné látky; zájemce závislého na návykových látkách, lze přijmout jen v případě, že už je v péči odborníka, se kterým se snaží závislost odbourat, a pokud je ochoten vzdát se užívání látek před příchodem na setkání (LOM, 2015; REFORM, 2013);
- **Akutní psychické onemocnění** – programy nejsou primárně určeny pro osoby se závažnými psychiatrickými diagnózami a pro osoby jejichž násilné chování vyplývá z poruchy osobnosti (LOM, 2015; REFORM, 2013);
- **Neschopnost přijmout zodpovědnost za své chování** – uchazeč, jež nemá alespoň minimální náhled na své chování, taktéž nemůže být přijat do skupiny, protože s nulovým přijetím zodpovědnosti souvisí i absence motivace ke změně i spolupráci (Derzsiová, 2013; LOM, 2015; REFORM, 2013);
- **Časové (ne)možnosti** – zájemce je povinen přijmout na sebe závazek časové náročnosti programu, docházet včas na setkání a vyvarovat se absencím (BAG TäHG, 2007).

*„V případě, že není reálná naděje na změnu chování u muže, neměl by být do programu přijat, protože se tak dává falešná naděje jeho (ex)partnerce o možné změně její životní*

*situace a může být naopak vystavena dalšímu riziku“ (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016, s. 57).*

Výše uvedené kontraindikace mohou být důvodem nejen nepřijetí uchazeče, ale též vyloučení již přijatého účastníka, a to v případě, že se u něho v průběhu programu daná překážka objeví. Kromě kontraindikací se hledají i pravidla skupiny, které se na prvním setkání kolektivně dohodnou. Typickými pravidly bývá mlčenlivost (nevynášet informace o průběhu programu a ostatních lidech ze skupiny), dodržování domluvených dohod (např. dochvilnost, nepoužívání mobilních telefonů po dobu skupiny, apod.) nebo třeba aktivita (podílení se) na skupině. Nejdůležitějším pravidlem se však stává závazek zdržet se veškerého násilného chování po dobu trvání programu (ten každý z účastníků na začátku programu podepisuje). Další pravidla odrážejí individuální potřeby jednotlivých klientů a celé skupiny (Derzsiová, 2013; Karahan, Yalcin & Erbaş, 2014; Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014; LOM, 2015).

### **Vstupní pohovor**

Z popisovaných kritérií vycházejí i konkrétní práva a povinnosti klientů, která v podstatě kopírují výše uvedené (kontra)indikace, proto je nebudeme znovu vyjmenovávat. Veškeré podmínky, překážky, práva i povinnosti se zjišťují a sdělují při tzv. vstupním pohovoru (běžně se také používá označení „motivační pohovor“), kde se vyhodnocuje, zda je program pro dotyčného vhodný či nikoliv (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016). Původci násilí vstupují do intervenčního programu s různými druhy motivací a v různých fázích změny, proto nejsou jednotní v připravenosti ke změně a musí se věnovat pozornost na vyhodnocení, v jakém stádiu změny se klient nachází (Lilley-Walker, Hester & Turner, 2016). Čím vyšší je míra tzv. motivační připravenosti ke změně, tím se posiluje vztah (aliance) mezi původcem násilí a terapeutem/lektorem, což vede k lepší spolupráci na společných cílech programu (Taft, Murphy, Musser & Remington, 2004). Tuto „terapeutickou alianci“ však narušují psychopatické rysy osobnosti (Taft, Murphy, Musser & Remington, 2004), a i z toho důvodu je jednou z kontraindikací programu psychiatrická anamnéza.

#### **4.2.4 Základní charakteristiky programů**

Konečná forma programu pro původce domácího násilí se odvíjí od pořádající organizace, od její koncepce a zvolených východisek. Na podobu programů působí též kultura, právní

system a další náležitosti státu, v němž program probíhá. Z toho důvodu není snadné sjednotit typické charakteristiky programů, převládají však následující zvyklosti.

### **Cílová skupina**

Na území České republiky (jakož i v ostatních státech) se elementární cílovou skupinou stali (potencionální) pachatelé domácího i jiného násilí nebo jedinci jejichž jednání nebylo soudem posuzováno jako závažný trestný čin, který je hoden odnětí svobody (případně člověk, jemuž vypršel udělený trest). Cílovou skupinou jsou tedy osoby nezvládající své negativní emoce (vztek) v jejichž důsledku se dopouštějí násilného chování. Do programu může být zařazen jakýkoliv jedinec, který vyjadřuje svůj vztek nezdravým způsobem – vybíjením či potlačováním (Kraus & Logar, 2008; LOM, 2015; REFORM, 2013).

V zahraničí je ovšem nabídka rozmanitější. Programy se nabízejí nejen potencionálním pachatelům, nýbrž i odsouzeným vězňům, kteří páchali domácí či jiné násilí. V ČR jsou tyto programy teprve v počátcích a zabývá se jimi PhDr. Václav Jiříčka, Ph.D. Výstupy či průběh vězeňským programů určených pro českou populaci nejsou příliš známy (neexistuje příliš relevantních výzkumů a studií), tudíž ohledně těchto programů odkazují na zmíněného kolegu a jeho publikační činnost (především disertační práci s názvem Efektivní zacházení s pachateli násilných trestných činů s poruchami osobnosti v podmínkách penitenciární péče, z roku 2015).

Programy, které se specializují na zvládání negativních emocí, potažmo vzteku mohou mít i velmi specifickou cílovou skupinu. Například studenty vysokých škol (Chin & Ahmad, 2013; Karahan, Yalcin & Erbaş, 2014), osoby s diagnózou schizofrenie (Haddock, Barrowclough, Shaw, Dunn, Novaco & Tarrier, 2009), jedince s traumatickým poškozením mozku (Walker, Nott, Doyle, Onus, McCarthy & Baguley, 2010), klienty s mentálním postižením (Willner, Rose, Jahoda, Kroese, Felce, Cohen et al., 2013), válečné veterány s posttraumatickou stresovou poruchou (Mackintosh, Morland, Frueh, Greene & Rosen, 2014) nebo personál pracující na pohotovostní zdravotnické službě (Das & Avcı, 2015) a mnoho dalších.

### **Počet členů skupiny**

Počet účastníků se může značně lišit. Za ideální formát se považuje skupina čítající 8-12 frekventantů a dva lektori. Lektorský tým zpravidla tvoří muž a žena (viz kapitola Prvky zvyšující efektivitu). Pochopitelně platí pravidlo: čím méně účastníků, tím více je prostor

věnovat se klientům individuálně a proniknout hlouběji do jejich problémů (Derzsiová, 2013; LOM, 2015; REFORM, 2013). Větší skupiny bývají daleko méně účinné (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016). Skupiny bývají uzavřené či polouzavřené, kdy je však stanovený přesný postup pro příchod nového člena (Derzsiová, 2013; LOM, 2015; Netík et al, 2004; REFORM, 2013). V rakouském prostředí se dokonce vyskytuje otevřená strukturovaná skupina (Kraus & Logar, 2008).

### **Délka trvání a intenzita programu**

Délka programu opět závisí na mnoha různých okolnostech, jako je třeba koncepce programu (programy označované jako kurz bývají zpravidla menšího rozsahu) nebo jeho finančního zajištění. Rozsah se tedy může pohybovat od 12 setkání až po 50 setkání, obvykle jedenkrát týdně (případně jedenkrát za čtrnáct dní) v dotaci dvou až tří hodin (Buš, Štefan & Visu-Petra, 2009; Derzsiová, 2013; Kraus & Logar, 2008; LOM, 2015; REFORM, 2013; Yorke, Friedman & Hurt, 2010). V rámci souhrnné studie od Priceho a Rosenbauma (2009) je dokonce uváděno ještě širší rozpětí, a to mezi 6 až 90 setkáními. Podle mnoha odborníků (např. Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016; Netík et al., 2005) jsou déletrvající programy účinnější než ty krátkodobé, obzvlášť co se týká změny postojů k násilí.

### **Dobrovolný či nařízený vstup do programu**

Významnou roli má rovněž skutečnost, zda účastník do programu vstoupí dobrovolně, či zda je mu účast na skupině nařízena státním orgánem (případně doporučena státní institucí). V řadě států je běžnou praxí propojení státních orgánů s programy pro původce násilí. To v důsledku znamená, že soud či jiná organizace (OSPOD, probační a mediační služba, aj.) má právo nařídit násilníkovi vstup do programu. Není proto výjimkou, že se programů využívá jako alternativní forma trestu (Kraus & Logar, 2008; LOM, 2015; Vargas, Lila & Catalá-Miñana, 2015). V České republice tato propojenost teprve pomalu začíná vznikat, tudíž se účast klientů zatím převážně zakládá na dobrovolnosti (Derzsiová, 2013; LOM, 2015).

## **Práce pouze s původcem nebo navázání spolupráce i s partnerem/kou, případně s celým rodinným systémem**

Největší diskuze se vede ohledně otázky, zda pracovat pouze s původcem násilí nebo zda organizace má spolupracovat i s partnerem/kou (případně dalšími členy domácnosti). V zahraničí není výjimkou, že organizátoři programů pro původce násilí kontaktují partnera/ku a předávají mu/jí určité informace o programu. Partnerům je sdělováno, že druhý z páru vstupuje do péče, že program dokončil či z něj odstoupil, co taková terapie obnáší, a jaká jsou rizika a úskalí (LOM, 2015; REFORM, 2013). Partnerka je bezprostředně kontaktována, když se objeví jakákoliv známka ohrožení (BAG TäHG, 2007). Některá centra dokonce preferují práci s oběma partnery. Každý z partnerů má přiděleného svého klíčového pracovníka, se kterým individuálně pracuje a terapeuti pak mívají pravidelné schůzky nad případem (Price & Rosenbaum, 2009; REFORM, 2013). V České republice se tento trend prosazuje jen velmi obtížně, a to z důvodu odlišně nastavených etických a společenských norem. Oproti tomu slovenský autor Mátel (2009) ve svém výzkumu upozorňuje, že je riskantní pracovat pouze s původcem, protože budeme mít k dispozici jen jednu verzi příběhu a nebudeme mít jistotu efektivního posunu klienta. Dalším nebezpečím nezapojení druhého z páru do intervence je riziko, že původce programu zneužije k dalšímu násilnému jednání, tentokrát však v sofistikovanější verzi či rafinovanějšími způsoby (BAG TäHG, 2007; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

### **4.2.5 Metody, techniky a nástroje**

K podobě programů neodmyslitelně patří i využívaná sada metod, technik a nástrojů. Některé programy se o konkrétní techniky opírají více, některé méně. Volba nástrojů se odvíjí od cílů a východisek jednotlivých programů, od konkrétní skupiny (potřeb jednotlivých členů), která se do programu přihlásila a v neposlední řadě od specifických charakteristik lektorů (např. na jejich kreativitě, na absolvovaném psychoterapeutickém výcviku, apod.). Mnoho metod, technik a nástrojů bylo již představeno v autorčině bakalářské práci *Psychologické souvislosti výcviků orientovaných na zvládání vzteku* (Kubešková, 2016), proto zde půjde pouze o stručné představení jednotlivých technik.



## **Stanovení vstupních cílů**

Úvodním úkolem každého člena je sestavit si (napsat si) seznam svých osobních cílů, kterých by chtěl dotýčný v rámci programu dosáhnout. S tímto seznamem se v průběhu programu dále pracuje. Stanovení vstupních cílů posiluje především motivační složku každého člena a napomáhá ke zvědomění, že program není účelová a nucená činnost, ale naopak může mít smysl pro každého jednotlivce (LOM, 2015; REFORM, 2013).

## **Stupnice vzteku**

Tento nástroj ztělesňuje vzestupná škála zachycující úroveň hněvu (vzteku) u konkrétního klienta. Škála může nabývat různých podob od teploměru, přes žebřík až po sopku chrlící lávu. Stupnici si tvoří každý klient sám podle svých aktuálních potřeb tak, aby mu vyhovovala a uměl jí používat nejen v rámci programu, ale i v běžném každodenním životě. Na škále se zachycují emoce, fyziologické reakce a myšlenky. Do stupnice naopak nepatří zaznamenávání konkrétního chování. Účelem stupnice je obrácení pozornosti k sobě samému (uvědomění, že vzrůstá úroveň hněvu) a tím otevření možností pracovat se svým jednáním v akutní krizi – možnost zklidnit se, možnost zareagovat adekvátnějším způsobem, možnost využít dalších nástrojů, atd. (LOM, 2015; Naem, Clarke & Kingdon, 2009; REFORM, 2013).

## **Edukace**

Neboli vzdělávání původců násilí. Klient na program získává informace o násilí (druzích, příčinách, atd.), o právnických i psychologických důsledcích násilí, o agresi i emocích obecně. Vhodně zvolená edukace může vést ke změně postojů a názorů na násilí. Podporuje zvyšování náhledu a usnadňuje práci s vlastními emocemi či přímo násilným chováním (Kraus & Logar, 2008; REFORM, 2013; Yorke, Friedman & Hurt, 2010).

## **Time out**

Přestávka, oddechový čas umožňující pokles nastupujících negativních emocí, myšlenek, fyziologických reakcí, tenze a posléze i možného násilného jednání. Time out vede k bezprostřednímu zastavení situace, při které by mohlo dojít k násilné reakci. Klient po vyhlášení přestávky na nějaký čas odchází z konfliktní situace a jde se věnovat činnosti, která mu pomůže zklidnit vzrůstající vztek a agresi. Po zklidnění je nutné, aby se klient vrátil na místo činu a pokračoval v diskuzi a řešení konfliktu. Time out není řešením

vzniklého konfliktu. Smyslem time outu je převzetí zodpovědnosti za své emoce a chování vzniklé pod těmito emocemi (Debbonaire, Debbonaire & Walton, 2004; LOM, 2015; REFORM, 2013).

### **Rozpoznání emocí, spouštěčů vzteku a signálů vzteku**

Tři kroky (pojmenované v nadpisu) přispívající ke kvalitnější práci s negativními emocemi. První krok: odlišování, nezaměňování a pojmenování jednotlivých emocí. Druhý krok: ozřejmění vnitřních i vnějších spínačů – okolností, podnětů a příčin vedoucích k vyvolání negativních emocí. Třetí krok: Zachycení přímých signálů nastupujícího vzteku a agrese. Záměrem předešlých třech kroků je především plně přijímat své emoce a naučit se s nimi pracovat tak, aby nedocházelo ke společensky nepřijatelným reakcím (Kraus & Logar, 2008; Mackintosh, Morland, Frueh, Greene & Rosen, 2014; Praško, Možný & Šlepecký, 2007; REFORM, 2013; Wilson, Gandolfi, Dudley, Thomas, Tapp & Moore, 2013).

### **Nácvik dovedností**

Trénink nejrůznějších okruhů činností, které lze využívat každý běžný všední den. Pod tuto kategorii spadá například obratnost v komunikačních a sociálních aktivitách, schopnost naslouchat, rozvoj kritického myšlení a nadhledu, zručnost v řešení interpersonálních konfliktů, posilování empatického cítění, zvyšování morálního usuzování, apod. Smyslem nácviku je dovést klienta k příležitosti využívat alternativních reakcí a k rozbití zkonstatovaných neefektivních vzorců chování (Karahan, Yalcin & Erbaş, 2014; Kraus & Logar, 2008; Lipsey, Landenberger & Wilson, 2007; Netík et al., 2004; Praško, Možný & Šlepecký, 2007; REFORM, 2013).

### **Kognitivní restrukturalizace**

Respektive práce s automatickými negativními myšlenkami. Automatické negativní myšlenky mají nepřiměřenou moc zkreslit realitu a zastínit logické a racionální usuzování. Kognitivní restrukturalizace obnovuje schopnost konstruktivního myšlení a oslabuje tendenci k racionálním reakcím. Technika vede k rozšíření náhledu a přijetí zodpovědnosti za své emoce a chování (Lipsey, Landeberger & Wilson, 2007; Praško, Možný & Šlepecký, 2007).

## **Hraní rolí**

Názorné přehrávání a podrobné rozebírání prožitých událostí (včetně zpětné vazby k odehrané scéně). Obohacujícím nástrojem je tzv. výměna rolí – klient hraje ohroženou osobu a lektor či jiný člen skupiny ztvárňuje předem vyličenou úlohu násilníka. Nástroj směřuje k pochopení důsledků násilného jednání a k empatickému vcítění do protistrany (Praško, Možný & Šlepecký, 2007).

## **Učení podle vzoru**

Neboli aplikování nápodoby a sociálního učení. Vzorem pro nápodobu se může stát lektor (tým lektorů), zkušenější účastník programu, filmová postava, literární bytost, osoba z blízkého okolí a další. Je zapotřebí tyto modely předkládat jako alternativu chování a umožnit tím odlišný úhel pohledu (Kraus & Logar, 2008; Možný & Praško, 1999; Praško, Možný & Šlepecký, 2007; REFORM, 2013).

## **Přijetí zodpovědnosti za pomoci tzv. „Já výroků“**

Užitečná technika v případech, kdy původce násilí mluví o proběhlé situaci, o roli druhé osoby, o vnějších příčinách, ale ne o sobě samém a snaží se vnuknout dojem, že on v situaci sehrál jen nepatrnou roli a vlastně „za nic nemůže“. Respektive přenáší odpovědnost na okolí. „Já výroky“ naopak klienta přibližují k uvědomění, že jen on sám nese vinu za své chování a jednání (např. „Já jsem naštvaný“ namísto „Ona mě rozčílila“). Tento nástroj též směřuje k rozbití ego obranných mechanismů klienta a ke zvýšené kontrole nad sebou samým (LOM, 2015; REFORM, 2013).

## **Předkládání otázek k zamyšlení**

Průběhem celého programu se jako zlatá nit line metoda, kterou lze nazvat: pokládání otázek k zamyšlení. Vhodně položená otázka totiž zapůsobí na klienta daleko lépe a hlouběji než suché rady, co se má a co se nesmí. Pro větší efekt a snadnější zapamatování mohou účastníci odpovídat na otázky v písemné podobě a teprve poté o nich diskutovat ve skupině. Rozmanitost otázek je skutečně nevyčerpitelná. Otázky by však pokud možno měly být cíleny na konkrétní věci, události, postoje a chování jednotlivých klientů – přímo na jejich osobní životy a příběhy (LOM, 2015; REFORM, 2013). Za zpestřující alternativu lze považovat například doplňování vět (Netík et al., 2005).

## **Jacobsonova progresivní relaxace**

Do programů pro původce násilí bývají zařazeny i nejrůznější relaxační prvky, nejčastěji se objevuje právě progresivní relaxace, protože výsledek je cítit bezprostředně po cvičení. Progresivní relaxace věnuje pozornost především svalům, respektive jejich napínání a uvolňování. Střídáním těchto dvou stavů se klient lépe koncentruje na své tělo a tělesné prožitky včetně fyziologických příznaků vzrůstajícího vzteku (Možný & Praško, 1999; Praško, Možný & Šlepecký, 2007). Relaxace se rovněž používají jako pomůcka (přechod) sloužící k přesměrování pozornosti z vnějšího světa na právě probíhající skupinu. Účastník se dále učí využívat relaxační principy v rámci každodenního života a tím dochází k většímu zklidnění (Karahana, Yalcin & Erbaş, 2014). Využívané relaxační techniky se většinou zaměřují na emocionální a fyziologické symptomy (Mackintosh, Morland, Frueh, Greene & Rosen, 2014).

## **Kontrolované dýchání**

Záměrně řízené dýchání či soustředění na vlastní dech (ať už jako součást relaxace či samostatně prováděné) má potenciál snížit napětí, úzkost a vztek. Schopnost monitorovat a regulovat dech zmírňuje nebo přímo odstraňuje příznaky tenze. Nejdůležitějším pravidlem u kontrolovaného dýchání je pravidelný rytmus dechu a hluboké nádechy a výdechy do břicha namísto povrchového dýchání do hrudního koše. K jednotlivým výdechům lze přidat tzv. zklidňující počítání, kdy frekventant počítá pozpátku, např. od 10 po 0 (Možný & Praško, 1999; Praško, Možný & Šlepecký, 2007).

## **Práce s osobními hranicemi**

Vzhledem k tomu, že vztek a násilné chování mohou být projevem obrany vlastních hranic nebo výstražným znamením, že nám někdo zasahuje do osobního prostoru, je nezbytné zařadit do programu zabývajících se původci násilí i práci s hranicemi a proximálními zónami. Obvykle lektori vyzívají klienty, aby za pomoci kresby či nejrůznějších předmětů znázornili, jak vnímají své hranice. Terapeuti poté využívají aktivit, při kterých účastník bezpečně prožije, jaké to je (co se v něm odehrává), když mu někdo zasáhne (vstoupí) do jeho osobního prostoru nebo poruší vybudované hranice (Netík et al., 2005).

## **Posílání dopisů**

Silnou technikou na závěr programu je posílání dopisů lidem, kterým bylo prostřednictvím vlastního násilného chování ublíženo. Zadání většinou zní: „Napište dopis svému partnerovi, partnerce nebo dětem (nebo jinému členovi domácnosti, případně mimo ni), ve kterém vyjádříte lítost nad způsobeným zraněním“. Obměnou bývá posílání dopisů mezi členy skupiny, kde si navzájem vyjadřují podporu či popisují konkrétní věci, kterých si na druhém všimli, atd. (Kraus & Logar, 2008; Netík et al, 2005).

## **5. Efektivita programů pro původce domácího násilí**

Pátá kapitola si klade za cíl předložit dostupné studie a výzkumy zabývající se efektivitou programů pro původce násilí. Budeme porovnávat, zda došlo k naplnění stanovených (a výše popsaných) cílů programů, případně jestli u účastníků nastaly nějaké změny a tudíž, zda jsou programy efektivní či nikoliv. V druhé části si potom představíme některé prvky zvyšující (či snižující) efektivitu programů.

### **5.1 Studie zabývající se efektivitou**

Autorka ve své bakalářské práci (Kubešková, 2016) uváděla několik studií potvrzujících efektivitu programů pro původce násilí. Zdá se však, že problematika efektivy je daleko komplikovanější. V příštích řádcích si nejprve shrneme poznatky ze zmíněné bakalářské práce a poté se podíváme na nejnovější poznatky z dané oblasti, které nám efektivitu programů ukážou v širších souvislostech a možná i v jiném světle.

Hlavním východiskem programů pro původce násilí (jak jsme si uvedli výše) jsou prvky kognitivně-behaviorální terapie. Meta-analýzy z roku 2005 a 2007 jednoznačně potvrdily pozitivní účinky KBT, respektive intervenční programy založené na KBT principech dokázaly snížit recidivu absolventů o 25 %. Pozdější, inovované programy označené za efektivnější hlásí snížení recidivy dokonce o 52 %. Nutno podotknout, že tyto nové zdokonalené programy neopomíjely práci s kriminogenními riziky (jako např. poruchy osobnosti, závislosti na návykových látkách, apod.), zahrnovaly v sobě antiagresivní trénink a nácvik řešení problémů. Zmíněné meta-analýzy shromáždily přes padesát studií a výzkumů ze Spojených států amerických, Velké Británie a Austrálie. Přičemž programy probíhaly ve věznicích či v komunitních zařízeních (Landenberger & Lipsey, 2005; Lipsey, Landenberger & Wilson, 2007).

V posledních letech se vyskytlo i mnoho alternativních přístupů k léčbě původců násilí, jež staví na jiných principech než KBT. Podrobněji o nich pojednává studie z roku 2011, kterou sepsal jeden z prvních odborníků, jež se zabývali programy pro původce násilí. Tento autor ve svém článku naznačuje, že alternativní přístupy mají povzbudivé náznaky, ale chybí podstatné důkazy o těchto účincích a podle jeho názoru bychom se prozatím měli vyvarovat těchto neověřených alternativ (Gondolf, 2011).

Výzkum z rumunské věznice naznačuje, že po absolvování kurzu zvládnání vzteku, došlo u vězňů ke snížení subjektivně prožívané hladiny hněvu i snížení recidivy. Konkrétně nastal pokles agresivních verbálních i neverbálních projevů vůči dozorcům i spoluvězňům, snížila se podrážděnost vězňů a bylo jim uděleno méně disciplinárních postihů. Naopak se probandi naučili adaptivnějším vzorcům chování a zdravé asertivitě. Zkoumaný program trval 12 týdnů (12 sezení po dvou hodinách). Výzkumníkům se podařilo veškeré závěry potvrdit i v testování, které následovalo dva měsíce po ukončení programu, z čehož plyne, že účinky přetrvaly (Buş, Ştefan & Visu-Petra, 2009).

Z prostředí věznice rovněž pochází výzkum Irlands (2004). Studie našla signifikantní rozdíl mezi experimentální a kontrolní skupinou vězňů jak v jejich sebehodnocení směrem k agresivitě, tak v tom, jak míru agresivního chování vnímali dozorcí ve věznici. Pachatelé samotní si více uvědomovali své zlostné chování, myšlenky i pocity. Program měl univerzálních 12 setkání a byl založen na technikách KBT.

O úspěšnosti vězeňských programů informuje i studie pocházející z kalifornského vězení. Zde byl program pro odsouzené rozvržen do 52 sezení konajících se jednou za týden v dvouhodinovém bloku. Přestože kurz probíhal v rámci nápravného zařízení, vstup do programu byl založen na dobrovolnosti. Po absolvování programu se u násilníků snížilo přesvědčení o tom, že musí mít bezpodmínečnou kontrolu nad ostatními lidmi. Zvýšila se empatická reakce a frekventant nepotřeboval ke komunikaci ve vztazích užívat fyzické síly (převahy) a kontrolujícího chování. Výzkum zaznamenal nárůst přijetí odpovědnosti za násilné činy. Účastníci měli větší povědomí o domácím násilí a byli schopni okamžitě rozpoznat a připustit si, že se dopustili aktů domácího násilí. Celkově byl zjištěn posun v postojích a názorech na páčání domácího násilí (Yorke, Friedman & Hurt, 2010).

Oproti výše uvedeným výzkumům studie, která proběhla v nápravných zařízeních (ve věznicích) na území Austrálie, vypovídá o nízkých dopadech programů pro původce násilí. Výzkumníci u respondentů zaznamenali změny v očekávaném směru, tyto změny však nedosahovaly statisticky signifikantních hodnot. U této skupiny probandů se projevila pouze jedna signifikantně významná skutečnost – skupina vykazovala větší rozsah znalostí o hněvu (vzteku) než před absolvováním programu. Za pozoruhodné lze považovat tvrzení badatelů, že znalosti o hněvu dokonce nabyly ještě vyšších hodnot po šesti měsíčním re-testování. Badatelé v diskuzi uvádějí možná vysvětlení, která zavinila nízkou účinnost programů: 1. nízká motivace respondentů; 2. krátkodobost programu (pouze 10

dvouhodinových setkání); 3. opomíjení dalších problémů (duševních poruch, závislostí, omezení verbální schopností, atd.) pachatelů; 4. omezená možnost procvičit si nabitě dovednosti v praktickém životě mimo prostředí věznice (Howells, Day, Williamson, Bubner, Jauncey, Parker & Heseltine, 2005).

Pozitivní účinky naopak hlásí výzkum provedený ve Španělsku v roce 2014, který u absolventů programu jednozančně prokázal: 1. vyšší míru přijetí zodpovědnosti za násilné činy, 2. zvýšení vnímané závažnosti násilných činů (násilníci dokáží připustit, že spáchali trestný čin, a že jejich chování bylo nepřijatelné – nepopírají, nebagatelizují, neracionalizují, apod.), 3. významné snížení recidivy (Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014). Zvýšení vnímané závažnosti násilných aktů prokazuje i studie vědců Vargase, Lily & Catalá-Miñany (2015). Tentýž výzkum dokazuje, že účinek programů není kulturně podmíněný.

Další studie zkoumající efektivitu kurzů zaměřených na zvládnání hněvu, které v sobě zahrnují KBT aktivity, dochází k závěru, že tyto programy jsou vhodné ke snížení hladiny prožívaného i projevovaného vzteku a snížení agresivity – zlepšuje se kontrola nad vztekem a snižuje se výskyt hněvivých reakcí vůči sobě i ostatním. Absolventi navíc lépe reagují na situace, kdy se je někdo snaží vyprovokovat (Naeem, Clarke & Kingdon, 2009).

Výzkum z roku 2001 se jako jeden z mála zaměřil výhradně na agresivní ženy umístěné v nápravném zařízení. Studie uvádí pozitivní výsledky, a to především ve významném snížení hněvu, agrese a nepřátelství. Kromě toho se účastnice programu nechaly mnohem méně vyprovokovat k hněvivé reakci – měly nad svým vztekem větší kontrolu. Také se zvýšila pravděpodobnost, že ženy vyjádří svůj hněv přímou cestou, namísto nepřímého vyjadřování vzteku například za pomoci autodestruktivního chování. Jako nejefektivnější metoda se v tomto programu jevila relaxace, která účinně snižovala fyziologické vzrušení. Žádanou technikou ze strany žen bylo i hraní rolí. Za efektivní nástroje předložená studie označuje rovněž přemýšlení nad důsledky hněvu, rozlišování mezi hněvem a jinými emocemi a užívání kognitivní restrukturalizace (Eamon, Munchua & Reddon, 2001).

Jednotlivé výše popsané studie se spíše přiklánějí k názoru, že programy pro původce domácího násilí jsou efektivní. Pravdou však zůstává, že mnohé studie byly prováděny v zemích s odlišnými zvyklostmi, s jinou legislativou, s rozdílnou sociální politikou, atd. Závěry výzkumů jsou tudíž v drtivé většině nepřenositelné do podmínek jiné země (Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys, 2012). Navíc některé ze studií se dopouštějí



menších či větších metodologických nedostatků. Například studie byly prováděny na relativně nízkém počtu respondentů (Buş, Ştefan & Visu-Petra, 2009; Ireland, 2004), někteří probandi dokonce program nedokončili nebo špatně vyplnili testovou baterii a nebyli do konečných výsledků zařazeni (Howells, Day, Williamson, Bubner, Jauncey, Parker, Heseltine, 2005). Správná nebyla ani práce s kontrolní skupinou, resp. nenáhodný výběr do kontrolní skupiny, neuvádění přesného vymezení kontrolní skupiny (kdo do ní byl zařazen, kolik v ní bylo respondentů, atd.) či absolutní absence kontrolní skupiny (Howells, Day, Williamson, Bubner, Jauncey, Parker, Heseltine, 2005; Ireland, 2004; Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014). Dalšími nedostatky může být zkoumání změn u agresorů pomocí sebehodnocení (Ireland, 2004; Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014), nezkoumání dlouhodobých účinků terapie, například re-testování s časovým odstupem (Ireland, 2004; Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014) a používání nestandardizovaných diagnostických metod (Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014; Yorke, Friedman & Hurt, 2010).

Meta-analýza autorů Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys (2012) dokonce předkládá skutečnost, že z 8 325 nalezených dokumentů (týkajících se programů realizovaných na území Evropy) jen 12 studií vyhovělo přísnějším metodologickým podmínkám a jen těchto dvanáct výzkumů je tudíž možno považovat za opravdu relevantní. Pozitivní zprávou je, že zmíněná meta-analýza u všech dvanácti zkoumaných studií potvrdila pozitivní účinky programů pro původce násilí. Na druhou stranu se meta-analýze nepodařilo odhalit, jak dobře, a za jakých okolností tyto programy fungují. Nedostatky zkoumání Evropských programů pro původce násilí výzkumníci shledávají v následujících bodech: 1. design výzkumu (např. absence kontrolní skupiny); 2. odlišnost jednotlivých typů programu (jiná teoretická východiska, rozdílná délka programu, ve studiích bývá jen málo popsán průběh programu); 3. nízká reprezentativita vzorku (např. účast je založená na dobrovolnosti); 4. úbytek probandů (nedokončení programu); 5. absence zkoumání účinku s časovým odstupem (pozitivní efekt může být způsoben jen tzv. fází „líbanek“ a tudíž může být značně zkreslený). Závěrem autorů je názor, že nevíme, co funguje nejlépe, nevíme, pro koho jsou programy účinné, a za jakých okolností jsou efektivní (Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys, 2012).

Jedním z nejméně kritizovaných modelů programů pro původce násilí jsou terapie založené na tzv. Duluth modelu (též DAIP). Tyto programy jsou rozšířeny především v USA a současní odborníci je považují za zastaralé, málo účinné, finančně nezajištěné a trpí

vysokou mírou tzv. opotřebení (respondenti rychle zapomínají naučené znalosti a dovednosti a mají tendence k recidivě). DAIP programy nerozlišují mezi jednotlivými druhy násilí a jsou založeny na silně feministických koncepcích – pracují pouze s variantou muže násilníka a ženy oběti. Jinými slovy předpokládají, že domácí násilí má svůj základ v tradičních patriarchálních normách. Duluth model je navíc velmi úzký svým rozsahem, nemá vědecký základ, nevyžaduje speciální vzdělání pro lektory, apod. Celkově výsledky studií naznačují, že tyto programy jsou účinné jen na malý zlomek účastníků, a když jsou zaznamenány pozitivní účinky, tak nedosahují statistické signifikantnosti (Aaron & Beaulaurier, 2016; Arias, Arce & Vilariño, 2013; Bohall, Bautista & Musson, 2016; Graham-Kevan, 2007).

Z výše uvedených skutečností nepochybně vyplývá, že je nutné další zkoumání efektivity programů za striktněji nastavených metodologických podmínek. Potřebné je rovněž stanovení pevných kritérií pro poskytování programů – jak by takový program měl vypadat, kdo ho smí poskytovat, jak bude probíhat hodnocení efektivity, apod. (Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys, 2012; Arias, Arce & Vilariño, 2013; Lilley-Walker, Hester & Turner, 2016). Souhrnně řečeno, ze současných studií nelze vyvodit jednoznačný závěr o efektivnosti programů pro původce domácího násilí – výsledky výzkumů jsou natolik rozporuplné, že nelze vyčíslit míra efektivity programů.

## **5.2 Prvky zvyšující efektivitu**

Na základě nalezených a prostudovaných výzkumů, odborných zdrojů a dalších pramenů byly detekovány následující prvky, jež mají potenciál zvýšit (a naopak jejich absence snížit) efektivitu programů určených původcům násilí.

### **5.2.1 Skupinový program**

Jak nejrůznější výzkumy napovídají, práce ve skupině je efektivnější než samotná individuální terapie nebo dokonce párová terapie. Skupinová práce umožňuje vzájemné mentorování, sdílení zkušeností a osobních příběhů, podávání konstruktivní zpětné vazby mezi členy skupiny, případně vede i ke korekci chování za pomoci spoluúčastníků, neboli k reciproční konfrontaci s chováním jednotlivce. Některá upozornění na nevhodnost chování a konfrontace s proviněním jsou lépe slyšet právě od členů skupiny než od samotných facilitátorů (BAG TãHG, 2007; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016; Price & Rosenbaum, 2009). Na druhou stranu skupina nesmí mít

příliš velký počet účastníků (za ideální se považuje 8-12 členů), při početnější skupině se účinnost snižuje (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016). Arias, Arce & Vilariño (2013) považují za nejefektivnější kombinaci individuálních terapií a skupinových sezení. Případná individuální terapie by měla mít podobnou strukturu a dodržovat stejné zásady jako skupinový program (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

### **5.2.2 Dlouhodobost terapie**

Dlouhodobé programy (resp. větší počet relací) mají větší potenciál k tomu, aby u klientů nastala změna chování, protože účastníkům trvá i několik týdnů než vůbec připustí, že se dopustili něčeho „špatného“. Změnit jednání či dokonce postoje frekventantů nějaký čas trvá, obzvláště pokud násilné chování probíhá mnoho let. Zkrátka čím delší program, tím znatelnější změna (Arias, Arce & Vilariño, 2013; Jakobsen & Råkil, 2017; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016).

### **5.2.3 Vedení programu v týmu**

Odborné zdroje uvádějí, že program by měl vést více než jeden lektor/terapeut. Dva terapeuti jsou lepší než jeden, protože mohou vidět stejné věci z různého úhlu pohledu (nebo zaznamenají úplně odlišné skutečnosti), povšimnou si více detailů u jednotlivých klientů a umožňuje jim to lépe řídit skupinu (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016). Důležitý je rovněž aktivní přístup alespoň jednoho z dvojice, který se nebojí otevírat náročná témata, doptávat se, iniciovat diskuze, konfrontovat klienta, atd. (Jakobsen & Råkil, 2017).

### **5.2.4 Genderově smíšený lektorský tým**

Za ideální kombinaci se považuje tým složený z jednoho muže a jedné ženy. Jednou z výhod smíšeného týmu je, že účastníci mají možnost interakce s opačným pohlavím a je jim nabídnuta zkušenost s neagresivním způsobem komunikace a s kooperativním vztahem mezi mužem a ženou. Lektoři se v konečném důsledku stávají vzorem pro cílovou skupinu, případně usnadňují externalizaci negativních postojů vůči opačnému pohlaví v přítomnosti zástupce druhého pohlaví (Boal & Mankowski, 2014; Debbonaire, Debbonaire & Walton, 2004; Kraus & Logar, 2008; Price & Rosenbaum, 2009). Genderově vyvážený tým se rovněž lépe vyhýbá posilování negativních postojů vůči opačnému pohlaví, stereotypnímu

rozdělení rolí, dobírání si opačného pohlaví, atd. (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016).

### **5.2.5 Kvalifikovanost lektorského týmu**

Programy by měly být vedeny jedinci, kteří mají alespoň minimální kvalifikaci pro práci s domácím násilím. Všichni facilitátoři skupiny by měli projít specifickým školením či odborným výcvikem, pracovat v oboru psychologie, psychiatrie, sociální práce či příbuzných oborů a mít rozsáhlejší terapeutické vzdělání (Arias, Arce & Vilariño, 2013; Biedemanová & Petras, 2011; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016). Predispozicemi by potom měly být sebeovládání (sebekázeň) a uvědomování si své genderové role a postojů k (domácímu) násilí – odmítnutí násilí ve všech podobách a nesnímat zodpovědnost za násilné činy, ale zároveň neodsuzovat konkrétního jedince (BAG TäHG, 2007; Jakobsen & Råkil, 2017). Kromě toho méně zkušený terapeuti zaznamenávají vyšší míru „odpadnutí“ klientů (odstoupení a nedokončení programu), protože jsou více ohroženi negativními postoji a dosahují daleko nižší důvěry ze strany účastníků (Askeland & Heir, 2013).

### **5.2.6 Dokončení programu**

Účinnost programu do značné míry závisí na tom, zda účastník terapii dokončí, či z něj odejde, nebo je dokonce vyřazen z důvodu porušení nastavených pravidel. Rozdíly mezi těmi, co program dokončili a těmi, co nedokončili je markantní. Například respondenti, co výcvik nedokončili, vykazovali nezměněnou úroveň fyzického násilí, vyšší míru depresivity a nižší sebevědomí (Bradbury & Clarke, 2006; Wilson, Gandolfi, Dudley, Thomas, Tapp & Moore, 2013). Mnohé studie však poukazují na velký úbytek respondentů v průběhu programu (Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys, 2012; Naeem, Clarke & Kingdon, 2009; Price & Rosenbaum, 2009). Poměrně velký „odpad“ zaznamenal rovněž výzkum, který zkoumal dobrovolně příchozí zájemce o program, téměř 24% klientů odstoupilo už během prvních třech sezení (Askeland & Heir, 2013).

Podle trojice odborníků Olver, Stockdale & Wormith (2011) nejpravděpodobněji program nedokončí mladý, svobodný, nezaměstnaný, etnicky menšinový, v minulosti trestaný muž s omezeným formálním vzděláním a nízkým příjmem. Dalšími prediktory pro nedokončení jsou (podle stejné trojice výzkumníků) nízké kognitivní schopnosti (zejména chudé verbální dovednosti), malá motivace, poruchy osobnosti (zvláště antisociální osobnost),

špatné zapojení do skupiny, rušivé chování, apod. Tyto výsledky se shodovaly s nálezy v dalších studiích například Graham-Kevan (2007) a Askeland & Heir (2013). Poslední zmíněný zdroj za předpoklad nedokončení programu označuje také nezkušenost terapeuta (viz kvalifikovanost lektorského týmu) a klientelu bez předchozí zkušenosti s léčbou v oblasti duševního zdraví.

### **5.2.7 Motivace**

Osoby, které jsou připraveny na sobě pracovat, které jsou motivovány ke změně, vykazují výrazné zlepšení oproti těm, jež motivaci nemají (Howells, Day, Williamson, Bubner, Jauncey, Parker & Heseltine, 2005). U původců násilí mohou nastat v podstatě dva druhy motivace: a) interní – jedinci, kteří na sobě chtějí pracovat a změnit, a to především kvůli sami sobě; b) externí – osoby, které se chtějí změnit kvůli vnějším příčinám, například vyhnout se trestu, rozchodu s partnerkou, atd. (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016). Vnitřní motivace a angažovanost je jedním z prediktorů pro dokončení programu (Askeland & Heir, 2013) a pro to, aby si účastník připustil své násilné chování (Strandmoen, Askeland, Tjersland, Wentzel-Larsen & Heir, 2016). S motivací úzce souvisí dobrovolný vstup do programu, který má zajistit zvýšení účinnosti programu (Netík et al., 2004). Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys (2012) ve své studii uvádějí, že by se rozhodně neměli v jedné skupině sejit dobrovolně přichozí jedinci a osoby se soudním nařízením, protože tam bude právě výrazný rozdíl v motivaci ke změně.

### **5.2.8 Bezpečné prostředí, důvěrnost**

Pro účastníky (a tedy i efektivnost programu) je důležitá ochrana důvěrných a poměrně intimních informací, které na skupině sdělují. V opačném případě se necítí dostatečně v bezpečí a nejsou ochotni sdílet své zážitky, pocity, myšlenky a zkušenosti. Právo na ochranu by mělo končit teprve tam, kde začíná veřejné nebezpečí – například když se dozvíme, že některý z členů společné domácnosti j v ohrožení (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016; Price & Rosenbaum, 2009).

### **5.2.9 Přijetí, podpora, pochopení a nemoralizování**

Členové skupiny ani terapeuti neznehodnocují žádného z účastníků. Řídí se zásadou, že špatný je pouze čin, ne člověk samotný. Skupina se vzájemně podporuje a její příslušníci vytvářejí pevné vazby bez strachu z odsuzování (Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016; Netík et al., 2004).

Empatická zpětná vazba (ze strany členů skupiny či samotných lektorů) odbourává strach i stud a ukazuje alternativní způsob, jak se chovat k jiným lidem (Jakobsen & Råkil, 2017).

### **5.2.10 Flexibilita a adaptabilita programu**

Studie Morrison et al. (2016) je přesvědčená, že programy se mají přizpůsobit daným klientům, a to především v oblasti jejich aktuálních potřeb. Na jednu stranu je důležité, aby byly stanoveny přesné osnovy programu, ale na druhou stranu je produktivnější, když se na skupině mluví o tom, o čem frekventanti mluvit potřebují. Dostatečná flexibilita zajistí vyřešení aktuálních potřeb účastníků a zároveň naplní požadavky stanoveného učebního plánu.

### **5.2.11 Diferenciace podle typu osobnosti původce**

Pro každý typ osobnosti (např. nepatologický typ, antisociální typ či pasivně agresivní, závislý typ) by měl být vytvořen vlastní terapeutický program. Zařazování různých typů osobnosti do jedné skupiny působí rušivě a skupina není plně funkční a účinná. Navíc každý typ bude reagovat na jiný druh intervence – antisociálnímu jedinci spíše vyhovuje KBT a závislému typu psychodynamický přístup (Netík et al., 2004; Price & Rosenbaum, 2009), což znamená, že nezáleží pouze na profilu patologického chování, ale i na stylu učení (Akoensi, Koehler, Lösel & Humphreys, 2012). Aaron & Beaulaurier (2016) dokonce navrhují rozdělení programů podle konkrétní formy násilí, Askeland & Heir (2013) doporučují diferenciaci podle etnické příslušnosti a Johnson (2010) či Kelly & Johnson (2008) přinášejí námět na ještě jemnější třídění – například se domnívají, že pro některé situační násilí je vhodná terapie zaměřená na rozvoj komunikačních a sociálních dovedností a naopak pro jedince s misogynistickými postoji je příležitější psychoedukační přístup, apod.

### **5.2.12 Ambulantní forma léčby**

Ambulantní program umožňuje zachovat kontakt s ostatními lidmi a tím i zkoušet naučené postupy ve skutečných podmínkách (Howell, Day, Williamson, Bubner, Jauncey, Parker & Heseltine, 2005; Netík et al., 2004). Oproti tomu američtí výzkumníci tvrdí, že při programu v nápravném zařízení nebude účastníka nic rozptylovat a bude zde mít méně stresorů (Yorke, Friedman & Hurt, 2010).

### **5.2.13 Diferenciace služeb**

Program pro původce násilí by měla organizovat jiná instituce než ta, která poskytuje pomoc obětem domácího násilí, resp. pomoc původcům musí být financována z jiných peněžních fondů. Tím se zamezí, že podpora původců bude prováděna na úkor obětí (domácího) násilí. Diferenciace navíc poskytuje bezpečné prostředí jak pro oběť (případně svědky), tak pro původce – není zde riziko koalic a vyzrazení citlivých údajů (Ševčík & Špatenková, 2011).

# EMPIRICKÁ ČÁST

## 6. Popis výzkumného problému

Pro tuto chvíli opustíme území teoretických poznatků (které jsme až dosud shrnovali v předchozí, víceméně literárně přehledové části) a obrátíme svou pozornost k samostatnému výzkumu provedeného v rámci diplomové práce. Empirická část bude zaměřena na **zkoumání efektivity skupinových programů pro původce (domácího) násilí v České republice**. Realizovaná studie bude čerpat z východisek uváděných v teoretickém úseku práce, bude stavět na těchto cenných základech a pokusí se tyto teoretické kameny upevnit a rozšířit, a to hlavně obohacením o informace týkající se situace (programů) na území ČR. Výsledky výzkumu budou sloužit k rozšíření obzorů v oblasti práce s původci násilí, především pak skupinových programů. Drtivá část studie je cílena právě na práci ve skupině, nikoliv na individuální či párovou terapii. V České republice dosud nebyl žádný takovýto výzkum proveden, proto může být studie přínosná jak pro odborníky zabývající se problematikou násilí a agrese, tak pro potenciální uchazeče o program, kteří zatím váhají, zda nabízenou službu využít či nikoliv.

### 6.1 Typ výzkumu

Uskutečněný výzkum má vzhledem k neprobádanosti vytyčené problematiky podobu **mapující studie**. Avšak i když se jedná v uvozovkách jen o mapující výzkum, autorka věří, že finální výsledky mohou být velmi přínosné a užitečné (minimálně jako základ k návazným výzkumům). Proč právě mapující studie? Po opravdu důkladné rešerši dostupných zdrojů a materiálů, výzkumnice došla k závěru, že v rámci České republiky neexistují relevantní odborné prameny. Dosavadní výzkumy (pouze cca 2 až 3) jsou velmi nedostatečné, a tudíž je potřeba nejprve důkladně prozkoumat a zmapovat terén dané oblasti (práce s původci násilí).

Jiným určujícím směrem je typ výzkumu, v tomto případě se bude jednat o **kvalitativní výzkum**. Proč kvalitativní studie? Během pečlivého prozkoumání českého trhu a jednotlivých nabídek poskytujících služby původcům násilí, bylo zjištěno, že skupinové programy nabízejí pouze 4 organizace. Tím se radikálně zužuje výběr respondentů (v ČR v té době bylo maximálně kolem dvaceti pěti čerstvých absolventů skupinového programu), omezují se možnosti zkoumání, apod. V průběhu realizace navíc autorka



narazila na neochotu a komplikované navazování spolupráce s těmito institucemi, potažmo klienty zmíněných center. Podmínky tudíž neumožňovali jiný (rozsáhlejší) typ výzkumu.

I přes tyto nepříznivé podmínky, však autorka věří, že její studie naplní svůj účel a stanovené cíle, zodpoví některé zásadní otázky a přispěje k ucelenosti informací o programech pro původce (domácího) násilí. Cíle a výzkumné teze byly vytyčeny tak, aby z nich byl za daných podmínek, co možná největší užitek.

## 6.2 Cíle výzkumu

Klíčovým cílem, který se prolíná celým výzkumem je **zmapovat situaci v České republice**, resp. přinést přesný a podrobný obraz o programech určených pro původce domácího (či jiného) násilí. Za druhý cíl lze považovat určité **vychytávání nedostatků** a naopak **zachycení silných stránek** zmíněných programů, tzn. přispět ke zkvalitnění stávajících (případně i budoucích) programů a služeb nabízených původcům násilí. Neméně důležitým úkolem je probádat, jak na programy nahlíží samotní účastníci. Především se zaměříme na **subjektivní zhodnocení** programů vycházející od absolventů (či dlouhodobě docházejících) skupinových projektů. Následně se pokusíme **detekovat prvky zvyšující efektivitu** českých programů pro osoby nezvládající svou agresi. Posledním cílem, který si předložená diplomová práce klade, je podchytit, **zda** u absolventů programů **nastala** nějaká konkrétní **změna** v jejich životě.

Záměrem práce naopak rozhodně není předložit statisticky ověřená data, která lze zobecnit na celou českou populaci. Výstupy z provedeného výzkumu budou převážně **kvalitativního** (deskriptivního) **charakteru**. Data budou případně doplněna a obohacena o četnostní tabulky či číselné vyjádření některých údajů. Jinými slovy výsledky a závěry budou mít především popisný ráz a zaměří se jak na výrazné proměnné (ucelené kategorie), tak i na drobnější detaily, které kvantitativní výzkum snadno přehlédne.

## 6.3 Výzkumné otázky

Jak bylo výše naznačeno, studie bude mít spíše explorační charakter (budou vyhledávány nové informace a souvislosti o stanoveném problému), proto autorka nebude pracovat s hypotézami, ale pouze s výzkumnými otázkami. Z teoretického základu a výše vytyčených cílů vyplývají následující výzkumné otázky, na které budeme hledat odpověď:

- **Jaké organizace poskytují programy pro původce domácího násilí?**
  - Výsledkem této otázky bude výčet konkrétních organizací zabývajících se původci domácího (či jiného) násilí.
- **Jakou formou organizace poskytují pomoc původcům násilí?**
  - Cílem otázky je předložit a popsat různé formy zacházení s původci násilí, tzn. odhalit podobu a východiska jednotlivých programů.
- **Jak absolventi subjektivně hodnotí prodělaný program?**
  - Záměrem je zjistit, zda se v odpovědích respondentů objeví nějaké opakující se okruhy témat týkající se osobních pocitů a efektivnosti programů, případně jaké okruhy.
- **Zaznamenali absolventi programů nějaké změny, případně jaké?**
  - Účelem je prozkoumat, zda absolventi dokážou lépe zvládat své chování či nepociťují žádný rozdíl ve svém jednání. Zda jim program pomohl zkvalitnit život či naopak vede ke zhoršení kvality života, apod.
- **Jaké prvky zvyšují či snižují efektivitu programů?**
  - Úmyslem této otázky je zachytit silné a slabé stránky programů, případně předat návrhy a doporučení na zkvalitnění programů.

## 7. Etické aspekty výzkumu

Předložený výzkum se snažil dodržovat obecně uznávaná (přijatá) etická pravidla, především pak zásadu nonmaleficence, která ctí zvyklost říkající, že „výzkum by přinejmenším neměl nikoho poškodit“ (Weiss et al., 2011, s. 141). Z toho důvodu byla provedena nejrůznější opatření vedoucí k co možná největší **anonymizaci získaných dat**. Například ve druhé části studie byly ke zkoumání využívány pouze anonymní evaluační dotazníky, přičemž obě organizace, jež dotazníky poskytly, provedly důkladnou kontrolu, zda se v dotaznících nevyskytují data, z kterých lze vydedukovat návaznost na konkrétní osobu. Ve třetí části výzkumu rovněž došlo k rozsáhlé anonymizaci, především vynechání těch údajů sloužících k identifikaci oslovených respondentů a vypuštění pasáží odkazujících na osobní příběhy probandů. Pročež bylo zažádáno, aby přílohy obsahující přepsané rozhovory byly vynechány ze zveřejnění, a demografické údaje nebudou spojovány s jednotlivými odpověďmi (např. nebude uváděno: „takto odpověděl muž (26)

z organizace LOM“, apod.). Výroky z třetího úseku budou převedeny do mužského rodu, aby byl ochráněn menší počet žen z výzkumného vzorku.

Účast na třetí části výzkumu byla založena na **dobrovolnosti**, resp. na ochotě absolventů učinit s autorkou rozhovor. Za souhlas se vstupem do výzkumu byla považována skutečnost, že se respondenti sami ozvali či na sebe poskytli kontakt. Dobrovolná účast byla podpořena **možností** respondenta z výzkumu kdykoliv **odstoupit** bez udání důvodu nebo **neodpovědět** na položenou **otázku**. Respondenti byli na začátku hovoru dotázáni, zda souhlasí s užitím nahrávacího zařízení a pořízením audiozáznamu, který bude sloužit k přepisu získaných dat. Nikdo z probandů nahrávání neodmítl. Účastníkům byla dále nabídnuta **možnost doptávání** (pokud by něčemu nerozuměli), získání bližších informací o výzkumu i diplomové práci a poskytnutí konečného výstupu – zaslání kopie diplomové práce.

## 8. Rozdělení výzkumu do tří částí

Abychom v závěru studie mohli odpovědět na výše stanovené otázky, bude výzkum rozdělen do tří samostatných částí. První úsek bude věnován rozsáhlému průzkumu nabídek terapeutické či jiné pomoci pro původce násilí. Zaměříme se na odborné i internetové zdroje poskytující informace o intervencích určených osobám nezvládající svou agresi. Rovněž budeme vycházet z e-mailových korespondencí s jednotlivými organizacemi, intervenčními centry, krizovými centry a dalšími institucemi. Výstupem první části bude přehled organizací, které v České republice poskytují podpůrné prostředky pro původce násilí, a jakou má tato podpora podobu.

V druhém oddílu bude provedena tematická analýza vycházející z prozkoumání evaluačních (zpětnovazebních) dotazníků, které pro výzkum poskytla dvě zařízení – Liga otevřených mužů a SOS centrum DIAKONIE. Provedená tematická analýza pomůže dokreslit obrázek o tom, jak programy (pro původce násilí) subjektivně hodnotí přímo jejich absolventi. Výsledkem druhé části bude výčet témat zmiňovaných absolventy programů a jejich podrobnější popis, který by mohl sloužit jako podchycení předností a slabin programů.

Stěžejním segmentem výzkumu však bude třetí část, která se orientuje na rozhovory s absolventy programů. V rámci rozhovorů je zkoumáno subjektivní zhodnocení programů,

jejich slabé a silné stránky, subjektivně zachycená efektivita programů a změny, kterých si respondenti povšimli. Závěrem by měl být obrázek o tom, jak programy vnímají samotní účastníci, a zda jim alespoň v některých ohledech připadají programy efektivní či nikoliv.

## **9. První část výzkumu**

První úsek studie bude mít víceméně podobu sociologického průzkumu, přičemž se výzkum zaměří na probádání trhu, resp. podrobně zmapuje nabídky, které se v České republice naskýtají (potencionálním) původcům násilí. První část se snaží odhalit organizace, které nabízejí pomoc původcům násilí, a následně odkrývá, jakou formu podpory může původce násilí v ČR využívat. Souhrnně řečeno, následující pasáže si kladou za cíl vytvořit přehlednou síť podpůrných prostředků (organizací, institucí, center, aj.) určených původcům násilí.

### **9.1 Průběh výzkumu a výzkumné metody**

V rámci (výše zmíněného) sociologického šetření bylo osloveno 26 organizací (intervenčních center, krizových center, neziskových organizací, atd.), byla provedena rozsáhlá rešerše internetových nabídek týkajících se původců násilí, zrovna tak byly prostudovány nejrůznější odborné zdroje zabývající se daným tématem a rovněž byla navázána spolupráce s několika fyzickými osobami pracujícími v oboru, které též pomohly dokreslit obrázek o stavu programů v České republice.

Organizace i fyzické osoby byly v drtivé většině napřed osloveny e-mailem a poté v některých případech došlo k osobnímu setkání či telefonickému kontaktu nebo dokonce k navázání spolupráce při dalších částech výzkumu. Kontaktování institucí probíhalo od začátku ledna 2017 do konce října 2017. Přičemž všechny druhy konverzací byly směřovány k následujícím třem otázkám:

1. Pracuje Vaše centrum (organizace) s původci (domácího) násilí? Případně chystáte se s nimi pracovat?
2. Jakou formou Vaše centrum pracuje s původci násilí? (např. individuální konzultace, párová terapie, skupinový program, apod.)
3. Znáte nějaké centrum, organizaci, instituci, osobu, která pracuje s původci násilí? Případně, prosím, uveďte podrobnější informace (název instituce, kontakt, atd.).

Pokud některá z institucí či osob odpověděla, že s původci násilí pracuje, následovalo bližší doptávání a pátrání po konkrétních informacích. Informace byly získávány jak z návazných rozmluv nad tématem tak z nejrůznějších letáčků, internetových stránek, případně online článků.

Dalším krokem k sestavení sítě s podrobnějšími informacemi sloužilo studium odborných zdrojů především pak bakalářských a diplomových prací, vědeckých publikací a výzkumů pocházejících z českého prostředí. Pročteno bylo několik desítek těchto zdrojů, jen hrstka jich však byla označena za relevantní, kvalitní a tudíž vhodné k čerpání potřebných informací. Odborné prameny byly tříděny na základě posouzení (výzkumnice), zda zdroj poukazoval na nové a užitečné podněty vztahující se k programům pro původce násilí, případně zda přinášel prospěšné a použitelné znalosti týkající se organizací poskytující péči původcům násilí na území České republiky. Naneštěstí mnoho vědeckých prací poskytovalo pouze povrchní obrázek a „opisovalo“ poznatky uvedené v jiných zdrojích, proto nebyly do studie zahrnuty a nebylo z nich čerpáno. Pro komplexnost bylo šetření obohaceno o poznatky získané z konverzací s odborníky a informace z internetových stránek jednotlivých institucí (přímé citace a parafráze konverzací a textů z www stránek nebudou nijak označeny, protože se jedná pouze o doplňkový materiál).

Souhrnně řečeno výzkumnými metodami první části výzkumu byla důkladná rešerše nabídek pro původce násilí, podrobná rešerše odborných pramenů; písemné, telefonické či osobní rozhovory s odborníky na danou problematiku; a analýza poznatků dostupných na internetu.

## **9.2 Výzkumný vzorek**

V konečném důsledku z původních dvaceti šesti oslovených institucí, se stalo výzkumným vzorkem 12 organizací. Kompletní seznam oslovených organizací si čtenář může přečíst v příloze č. 1. Mnoho z kontaktovaných organizací muselo být z konečného výzkumného vzorku vyřazeno, a to ze dvou důvodů: a) 8 institucí na e-mailovou korespondenci vůbec nezareagovalo a tudíž se nepovedlo navázat spolupráci a získat potřebná data; b) 6 organizací nepracuje a ani se v brzké budoucnosti nechystá pracovat s původci násilí. Podrobnější popis finálního výzkumného vzorku je k dispozici v tabulce č. 1, a potažmo kapitole Výstup z první části.

### 9.3 Postup zpracování dat

Nashromážděná data byla tříděna, analyzována a vybírána tak, aby výsledná forma podávala odpovědi na první dvě výzkumné otázky (viz výše). Vzhledem k záměru první části – předložit síť institucí pracujících s původci násilí a ukázat způsob jejich práce s cílovou skupinou, byla získaná data „pouze“ seskupena do smysluplného celku a konečný výsledek má tudíž víceméně popisný charakter. To znamená, že nebyla prováděna žádná statistická ani jiná vědecká analýza. Výsledky jsou předloženy v surovém stavu tak, jak se je podařilo pro výzkum získat.

### 9.4 Výstup z první části

Finální výstup z první části studie si nejprve nastíníme prostřednictvím přehledné tabulky a poté si některé organizace (a jejich nabízené programy) představíme důkladněji za pomoci podrobnějšího popisu.

<b>Název organizace</b>	<b>Způsob práce</b>	<b>Místo působení</b>	<b>Kontaktní osoba</b>	<b>Webová stránka</b>
Liga otevřených mužů	Skupinový kurz	Praha	David Čáp Evžen Nový Petr Matoušek Petr Hampacher	<a href="http://ilom.cz/temata/sila-a-nasili/">http://ilom.cz/temata/sila-a-nasili/</a>
SOS centrum DIAKONIE SKP v Praze	Individuální terapie  Párová terapie  Skupinová terapie	Praha	Anna Stodolová A. Wackermannová	<a href="http://www.nasilivevztazich.cz/">www.nasilivevztazich.cz/</a>
NOMIA	Individuální terapie  Skupinový program	Hradec Králové	Miroslav Bubeník	<a href="http://nomiahk.cz/programy/terapeuticky-program-narativni-prace-s-agresi/">http://nomiahk.cz/programy/terapeuticky-program-narativni-prace-s-agresi/</a>
VIOLA (program pražského intervenčního centra)	Individuální terapie  Skupinový program	Praha	Nad'a Soukupová Oleg Šuk	<a href="https://www.intervencentrum.cz/o-programu">https://www.intervencentrum.cz/o-programu</a>

GAUDIA	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	Praha	Lukáš Kutek	<a href="http://www.protinasili.cz/cz/nase-sluzby/?detail=242-terapeuticka-prace-s-nasilim-ve-vztazich">http://www.protinasili.cz/cz/nase-sluzby/?detail=242-terapeuticka-prace-s-nasilim-ve-vztazich</a>
SPONDEA	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	Brno	Tomáš Repka	<a href="https://www.spondea.cz/problem/chci-ovladnout-vztek/">https://www.spondea.cz/problem/chci-ovladnout-vztek/</a>
PERSEFONA	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	Brno	Radovan Voříšek	<a href="http://www.persefona.cz/osoba-s-potizemi-se-br-zvladanim-agrese">http://www.persefona.cz/osoba-s-potizemi-se-br-zvladanim-agrese</a>
Zařízení sociální intervence Kladno	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	Kladno	Petra Cinková	<a href="https://www.zsi-kladno.cz/intervencni-centrum#kotva4">https://www.zsi-kladno.cz/intervencni-centrum#kotva4</a>
Centrum sociálních služeb Ostrava	Individuální terapie	Ostrava	Luboš Majzlík	<a href="http://www.cs-s-ostrava.cz/">http://www.cs-s-ostrava.cz/</a>
Krizové centrum pro děti a rodinu v Jihočeském kraji	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	České Budějovice	Tomáš Tenkl Iva Volfová	<a href="http://www.ditevkrizi.cz/codelame/pomoc-pro-dospELE/terapeuticka-skupina-agrese-ve-vztazich/">http://www.ditevkrizi.cz/codelame/pomoc-pro-dospELE/terapeuticka-skupina-agrese-ve-vztazich/</a>
THEIA	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	České Budějovice	Ondřej Čech	<a href="https://www.theia.cz/poradenstvi-a-pomoc/nasilne-osoby/">https://www.theia.cz/poradenstvi-a-pomoc/nasilne-osoby/</a>

LOCIKA	Individuální terapie  (výhledově skupinový program)	Praha	Evžen Nový Hana Prokešová	<a href="http://www.centrumlocika.cz/">http://www.centrumlocika.cz/</a>
--------	---	-------	------------------------------	---

### **Liga otevřených mužů**

Pražská organizace Liga otevřených mužů (dále jen LOM), byla založena v roce 2006 a od roku 2015 nabízí v rámci svých služeb Kurz zvládnání vzteku (nebo též kurz Vztahy bez násilí). Teoretickými východisky programu jsou prvky kognitivně-behaviorální terapie a psychoedukace. Inspirací při tvorbě programu byla metoda Anger managementu od norské organizace REFORM. Cílovou skupinou se stali muži neovládající své chování pod vlivem negativních emocí (především vzteku). Kurz zpravidla probíhá jednou za čtrnáct dní po dobu tří hodin, celkově kurz trvá 40 hodin. Poskytované kurzy jsou plně na dobrovolnosti přihlášeného uchazeče, LOM zatím nepracuje s klienty, kterým byla účast na programu nařízena (Hájková, 2017; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Teuchnerová, 2015).

### **SOS centrum DIAKONIE SKP v Praze**

Toto pražské centrum (dále jen SOS centrum nebo DIAKONIE) začalo skupinovou terapii – Stop násilí ve vztazích – nabízet od roku 2010. Skupina je víceméně psychodynamicky orientovaná, využívá prvků skupinové dynamiky a zaměřuje se na vztahovost a komunikaci. Do programu mohou být zařazeni muži i ženy, kteří neovládají svou agresi v blízkých vztazích, a to jak na dobrovolné bázi, tak na doporučení či nařízení státního orgánu. DIAKONIE silně spolupracuje s OSPOD, soudy, Policií, probační a mediační službou a jinými činnými institucemi. Terapeutická setkání skupiny probíhají jedenkrát týdně v časové dotaci dvou až tří hodin, minimální délka docházení je 1 rok (Hájková, 2017; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Teuchnerová, 2015).

### **NOMIA**

Organizace působící v Hradci Králové poskytuje péči původcům násilí nesoucí název Terapeutický program narativní práce s agresi už od roku 2008. Jak už název napovídá, teoretický základ má program v narativní terapii. Klientelou jsou převážně muži i ženy, jež



tam posílají veřejné instituce, jen menšina přichází dobrovolně. Služba má podobu polootevřené skupiny a nemá přesně stanovenou délku trvání, průměrná doba je však 7 měsíců (Hájková, 2017; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

## **VIOLA**

Další program působící v rámci Prahy, jež poskytuje od roku 2009 služby původcům násilí, přičemž Skupina pro zvládnání hněvu a agrese funguje cca 2 roky. VIOLA přistoupila víceméně k eklektickému přístupu (především v sobě kombinuje prvky KBT a psychodynamický charakter). Klienti (muži i ženy) opět přicházejí jak dobrovolně, tak na doporučení státních orgánů. Délka programu se odvíjí od individuálního posouzení terapeuta a klienta, skupina je polootevřená (Hájková, 2017; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

## **Ostatní organizace**

Další vypsané organizace a centra poskytovaly (v době sbírání dat) služby původcům (domácího) násilí formou individuální terapie (případně párové terapie) či v podobě telefonického a internetového poradenství. Východiska, cílová skupina i délka programu mají většinou návaznost na konkrétního terapeuta (např. podle jeho absolvovaného terapeutického výcviku). Bylo by to proto zbytečné psát o každé z institucí zvlášť (popis by beztak byl nepřesný a neměl by výpovědní hodnotu). Zmíníme se tudíž pouze o některých odlišnostech. Například LOCIKA se snaží o práci s celým rodinným systémem – každý člen domácnosti má přiděleného svého klíčového pracovníka, se kterým probíhají následné konzultace. GAUDIA se pro změnu pustila do projektu Být a nebít, PERSEFONA čerpala finanční prostředky na projekt Z labyrintu násilí a už v roce 2005 uspořádala konferenci Bezpečné soužití (tehdy pod záštitou Ligy lidských práv). Některé organizace spolu velmi úzce spolupracují, čerpají od sebe inspiraci a znalosti, vzájemně se proškolují, apod. (Hájková, 2017; Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Teuchnerová, 2015).

## **10. Druhá část výzkumu**

V příští části se budeme zabývat především evaluačními dotazníky z organizací, které již několik let v České republice poskytují programy zaměřené na původce (domácího) násilí. Přesněji řečeno budou nás zajímat klíčová témata, která se v dotaznících budou určitým

způsobem opakovat. Výsledkem by měl být výčet převládajících témat, která absolventi nejhojněji zmiňují. Výstupy budou zároveň sloužit jako těžiště pro zodpovězení zbývajících třech výzkumných otázek.

## 10.1 Průběh výzkumu a výzkumné metody

Z oslovených organizací (viz předchozí část) pouze dvě pracovaly se zpětnou vazbou v podobě závěrečných evaluačních dotazníků. Konkrétně se jedná o SOS centrum DIAKONIE SKP v Praze a Ligu otevřených mužů. Obě zmíněné organizace souhlasily s poskytnutím těchto anonymních dokumentů k bližšímu prozkoumání a analýze, čímž umožnily, aby předložená studie byla komplexnější. K dispozici tudíž byly všechny existující evaluační dotazníky za celou dobu fungování obou nabízených programů.

Spolupráce ohledně předání evaluačních dotazníků se odehrávala dvojitým způsobem. Za LOM probíhala komunikace s PhDr. Davidem Čápem, Ph.D., který zpětnovazebné dotazníky oskenoval a zaslal je k probádání elektronickou formou. Co se týče SOS centra, spolupráce se zhostila PhDr. Anna Stodolová, která umožnila vstup na pracoviště a okopírování dotazníků. Před poskytnutím materiálu došlo ze strany obou center k důkladné kontrole anonymizace. SOS centrum si navíc vyžádalo náhled zpracovaného úseku ještě před uveřejněním a obhájením diplomové práce. Tato doložka byla splněna.

K evaluačním dotazníkům bylo přistupováno podle zásad **analýzy stop a výsledků činnosti**, což znamená, že byly zkoumány již dříve existující dokumenty (relevantní pro naplnění cílů studie) a neprobíhal nový sběr dat. Materiály byly pouze shromážděny, posouzeny a interpretovány (Miovský, 2006). Kromě analýzy výsledků a stop činností bylo v této části výzkumu využito metod **tematické analýzy** (nebo též obsahové analýzy) a výstupem je tudíž manifestní (induktivní) výčet opakujících se témat (a frekvence výskytu daného jevu), které jsou tříděny a slučovány do nadřazených kategorií (Miovský, 2006). Přičemž proces kódování se nesnažil data třídít podle předem stanoveného rámce. Naopak kategorie byly tvořeny až na základě zjištěných tematických okruhů (Braun & Clarke, 2006). Shodou okolností však zjištěné kategorie odpovídají na stanovené výzkumné otázky, protože se druhá část výzkumu stane jedním ze dvou těžišť (druhým těžištěm budou rozhovory s absolventy programů – viz 3. část výzkumu) pro zodpovězení posledních tří výzkumných tezí.

## 10.2 Výzkumný vzorek

Jak bylo již výše řečeno při studiu, zpracování a následném vyhodnocování dotazníků bylo postupováno jako při analýze stop a výsledků činností. Z tohoto důvodu nejsou výzkumným vzorkem konkrétní osoby vyplňující zpětné vazby, nýbrž samotné evaluační dokumenty. Z ligy otevřených mužů se v konečné fázi sešlo 27 dotazníků, a z SOS centra dokonce 55 zpětných vazeb. Do studie byly zahrnuty i materiály pořízené od klientů docházejících na individuální či párovou terapii (to se týkalo pouze pár dokumentů z DIAKONIE). Výzkumný vzorek tudíž tvoří 82 evaluačních dotazníků. Nutno dodat, že jeden dotazník z SOS centra nebyl do výzkumného vzorku zařazen, protože forma dotazníku se výrazně odlišovala od všech ostatních, respektive dotazník nekladal stejné otázky jakož tomu bylo u předchozích dokumentů.

Dodané materiály se částečně lišily – pokládaly rozdílné otázky, měly jinou formální úpravu, zároveň se však zaměřovaly na podobné oblasti. S přihlédnutím k tomu, že se jedná o tematickou analýzu, nejsou pro nás tyto odchylky podstatné. Budou nás zajímat pouze okruhy témat, které se v dotaznicích objeví, nikoliv konkrétní odpovědi na dotazníkové otázky. Podoba (a rozdíly) dokumentů je k nahlédnutí v příloze č. 2.

## 10.3 Postup zpracování dat

V předchozích řádcích jsme si nastínili, jak probíhalo získávání materiálů (resp. sběr dat potřebných k výzkumu, a stručně jsme si popsali výzkumný vzorek. Nyní se přesuneme k jednotlivým krokům, které byly v rámci tematické analýzy provedeny. Tematická analýza se držela následujících šesti bodů (podle Braun & Clarke, 2006): **1. Seznámení se s nashromážděnými daty** (první pročtení dat, první zachycení významných položek, přepsání dat do přehledné tabulky, atd.); **2. Generování počátečních kódů** (hledání opakujících se vzorců, první seznam jednotlivých významových položek – zařazování výroků k jednotlivým kódům); **3. Hledání témat** (třídění a porovnávání kódů, první řazení do nadřazených kategorií); **4. Přezkoumání témat** (znovu přečtení samotných dat i prozatímních výsledků, zpřesňování kódů a kategorií, vymezení tematických okruhů – ujasnění hranic mezi tématy, aby se nepřekrývala, apod.); **5. Definování a pojmenování témat** (konečné vytyčování nalezeného tématu, hledání propojenosti a souvislostí mezi tématy, volba výstižného pojmenování, sestavení konečného seznamu kategorií a subkategorií, atd.); **6. Sepsání zprávy** (shromáždění a popis konečných výsledků).

## 10.4 Výstup z druhé části

O dva řádky výše jsme si uvedli, že šestým a zároveň finálním krokem tematické analýzy je sestavení závěrečné zprávy, kde budou přehledně předloženy konečné výsledky. A přesně k tomu bude sloužit nyní kapitola. Výsledky (identifikovaná témata a kategorie) budou řazeny podle – subjektivně vnímané – logické struktury, aby na sebe jednotlivé kategorie a podkategorie navazovaly a propojovaly se ve smysluplný a přehledně organizovaný celek (například je dodržována zásada, že se postupuje od nejobecnějších informací ke konkrétnějším záležitostem).

### 10.4.1 Identifikované kategorie opakujících se témat

Tematická analýza za pomoci (popsaných kroků) kódování a následného seskupení do větších obsahových celků zachytila **pět významných kategorií**. Těmito kategoriemi jsou: 1. Efekty vycházející ze skupinové práce; 2. Práce na sobě samém, především práce s negativními emocemi; 3. Změny v osobnosti; 4. Změny v komunikaci s lidmi; 5. Koncepce programu. Na závěr vyhodnocení se ještě podíváme na „doplňkové“ (nezařaditelné) informace získané z dotazníků, které by mohly pomoci zkvalitnit programy či obsahují zajímavé a obohacující poznatky. Každá z uvedených kategorií v sobě zahrnuje několik podkategorií, které se v následujících řádcích podrobněji představíme.

#### **Efekty vycházející ze skupinové práce**

První identifikovaná kategorie úzce souvisí s kapitolou, v níž jsme se zabývali prvky mající dopad na zvýšení efektivity programů. Hlavně se zde objevují elementy, jež jsou silně navázané na práci ve skupině. Slovní spojení respondentů či chcete-li písemné výroky obsažené v dotaznících, které spadají do této kategorie, byly zaznamenány u třiceti tří jedinců a někteří se dokonce k tomuto tématu vraceli opakovaně na různých místech dotazníku. Celkem tedy tematická analýza zachytila 57 výskytů nejrůznějších období „skupinových efektů“. Můžeme předpokládat, že čísla by ještě více vzrostla, pokud by absolventi individuální terapie byli přiřazeni i ke skupinovému programu. Takto musíme počítat (jak bylo již i výše zmíněno), že předložená čísla jsou pouze orientační a nedají se zevšeobecňovat.

Slovní obrat „skupinová terapie“ nebo „**práce ve skupině**“ zmínili v uvozovkách pouze dva respondenti LOMu. Ostatní zaobalili tuto specifickou kategorii do jiných formulací,

resp. do nejrůznějších prvků vztahujících se k nadřazenému označení „skupinová práce“. Tuto práci ve skupině, jak si respondenti bystře všimli, může ovlivnit **atmosféra** panující při setkáních. Čtyři respondenti se například vyjádřili o pocitu bezpečí na skupině či o vhodném/nevhodném výběru členů skupiny (ukázkový výrok jednoho z respondentů: „*Bezpečný rámec pro sdílení, s tím souvisí výběr účastníků, správná chemie*“). Asi není s podivem, že výše zmíněnou atmosféru může narušit nepřiléhavý **výukový prostor**. Výtku k výukovému prostoru či vybavení místnosti určené k programu vneslo 7 frekventantů z organizace LOM. Teď už se však podívejme na nejpodstatnější podkategorie práce ve skupině.

Jednou z nejčastěji zachycených odpovědí bylo **sdílení** svých osobních příběhů, problémů a dalších prožitků **se skupinou**, jakási otevřenost a upřímné vyslovení vlastních pocitů, trápení a dojmů, které dosud byly uzavřeny uvnitř daného člověka. To v důsledku znamená, že úlevu konkrétní osobě může přinést už jen skutečnost, že má příležitost se vyprávět, mluvit nahlas o tom, co se mu děje, co cítí, apod. Tímto směrem očividně uvažovalo 13 respondentů. Ukažme si nyní vybrané výroky účastníků programu, v nichž má toto tvrzení oporu: „*Vyslovili jsme nahlas, co si myslíme a mohli jsme o tom přemýšlet a rozebírat to bez hněvu a vzteku*“, „*Nakonec jsem to řekl a neodcházím s předem očekávaným zklamáním, že zase nevyužiju šanci, neřeknu to a bude mě to mrzet*“.

Opětovně se respondenti taktéž pozastavovali u témat **zpětné vazby**, **náhledu skupiny** či **nastavování zrcadla** skupinou. Mínění a názory skupiny mohou zajišťovat pozitivní korekci společensky nepřijatelných vzorců chování. Zásluhou náhledu od jiné osoby či skupiny má jedinec možnost uvědomit si, že někde dělá chybu, a že jeho chování, které dosud ospravedlňoval, není správné. Tato neopominutelná složka je důležitá pro 11 probandů. A my si znovu uvedeme ukázkové výroky podporující předchozí prohlášení: „*Našel jsem zde skupinu lidí, kteří mi otevřeli oči a mysl*“, „*Nejvíce přispěly názory druhých na naši situaci*“ nebo „*Terapie mi dává možnost zrcadla svých vlastních situací – konfliktů s okolím, které mám*“.

Zdá se, že významnou roli pro účastníky programů nehraje pouze sdílení vlastního příběhu, ale i **vyslechnutí příběhů druhých**, které může mimo jiné sloužit jako vzor pro řešení vlastní situace. Do této kategorie lze zařadit též **poslouchání zkušeností** a nejrůznějších **rad** přicházejících od **okolních** (protřejších) **účastníků** programu. Pro tento prvek se

vyslovilo 11 absolventů programu. A zde jsou slovní obraty vytažené přímo z dotazníků: „*Ono občas stačí jen poslouchat problémy a rady ostatních a pokaždý si v tom něco najdu i pro sebe*“ a jedna z odpovědí, zda kurz naplnil klientovo očekávání: „*Velmi naplnil. Setkávání s ostatními muži a jejich příběhy*“.

Jak se dá předpokládat po sdílení vlastního příběhu a po vyslechnutí zážitků ostatních, následuje **srovnávání prožitků se skupinou**, které se rovněž jeví jako významná součást „skupinových efektů“. Lidé jsou jednoduše nastaveni na neustálé porovnávání s ostatními. Přímou se pro tuto oblast vyjádřilo 7 osob. Opět nezapomeneme na konkrétní výroky: „*Srovnání s ostatními – nejsme na tom nejhůř, nejsme v podobné situaci jediní*“. Nebýt jediný, kdo má problémy je důležité i pro dalšího klienta: „*Cítím se klidnější, že jiní lidé mají podobné nebo zase jiné problémy*“. Objevovaly se rovněž výroky tohoto typu: „*Jsem víc vděčný za partnerku, jakou mám. Díky srovnání*“, s čímž souhlasil jiný absolvent „*Zjistil jsem, že má partnerka je docela výhra v loterii, a že jsem dopadnul docela dobře*“.

Pod tuto poměrně obširnou kategorii zařadíme i sousloví dotýkající se **lektorského či terapeutického týmu**. Pověštinou se jednalo o vyjádření jakéhosi ocenění lektorů/terapeutů. Klienti si pochvalovali především jejich vedení skupiny, profesionalitu (odbornost) a lidský přístup. Celkem se o lektorském/terapeutickém týmu nezapomnělo zmínit 19 zúčastněných. Komentáře k týmu, vypadaly třeba takto: „*Velký dík! Byli jste úžasná dvojka (E. více přinášel zklidnění a životní příběhy, D. pak více teorie) – skvělé, jak naslouchali, dávali dotazy, řídili...*“, či takto: „*Paní Š. pokládá skvělé otázky, které mi pomáhají dívat se na své životní situace z různých úhlů pohledu*“. Respondenti též oceňovali neodsuzování ze strany lektorů/terapeutů a pocit nestranného vyslechnutí. Bonusem pro kurzanty bylo, když terapeuti dokázali propojovat osobní problémy, příběhy s vysvětlovanou teorií či modelovými příklady.

Na závěr právě probrané kategorie už pohlédneme jen na několik málo dodatků. Tímto dodatkem jsou třeba narážky spjaté s **navázáním společenských kontaktů**, nebo by se dalo říci objevení přátel, kteří jsou na stejné lodi (výrok: „*Setkávání s lidmi, které bych klidně (a rád) považoval za své přátele*“). Některým zúčastněným dále pomohlo vědomí, že i jiní mají velmi podobné problémy a tudíž nejsou jediní na světě, kteří nastalou situaci řeší (výrok: „*Máte možnost být pozorovatelem v lecčem velmi podobných vzorců chování*“). Zdá se, že frekventanti volali po vyváženosti mluvení ve skupině, což si

můžeme předvést na následujícím doporučení: „*Více vybízet ke sdílení ty méně mluvné členy skupiny*“.

### **Práce na sobě samém, především práce s negativními emocemi**

Pod druhou kategorií lze zahrnout veškeré výroky související se seberozvojem, sebezpoznáním a prací se sebou samým. Tuto kategorii je nezbytné vysvětlit ještě předtím, než se přesuneme k nejrůznějším změnám, které u absolventů programů nastaly (či mohou nastat v budoucnu). Bylo by velmi složité počítat, kolik respondentů celkem se vyslovilo pro následující ucelené kategorie (pro oněch pět velkých kategorií). Jednotlivé podsložky se totiž velmi prolínají, více či méně spolu souvisí, apod. Proto už si nebudeme uvádět orientační čísla (celkový počet respondentů vyjadřujících se k práci na sobě samém ani celkový výskyt těchto slovních výrazů) jako u kategorie Efekty vycházející ze skupinové práce, pouze zůstaneme u číselného vyjádření jednotlivých podsložek, které si právě nastíníme.

Aby vůbec mohla započít práce na sobě samém, je potřeba **zaměřit pozornost na svou osobu**, ne na okolí, vnější vlivy, situaci, ale přímo na sebe. Tuto skutečnost, jak ukazují dotazníky, si uvědomilo alespoň 14 jedinců. Tito jedinci poté mluvili o tom, že více přemýšlí, uvažují o sobě samém, obracejí svou pozornost dovnitř (k sobě), hledají cestu k sebezpoznání, vyhrazují si čas sami na sebe, objevují sami sebe, atd. Nejlépe se k této myšlence můžeme přiblížit skrze konkrétní výroky: „*Uvědomění si sám sebe a přístupu ke svému životu*“, nebo jiné prohlášení „*Uvědomila jsem si, že je důležité mít čas na sebe*“ a jedna z dalších respondentek též došla k zajímavému poznání „*Zjistila jsem, co mě baví a co dělám ráda*“. Za zajímavost lze určitě považovat, že 4 respondenti se skrze uvažování o sobě samém propracovali ke své osobní historii, resp. uvědomili si, že jejich násilné, agresivní, výbušné reakce pramení z dřívějších zkušeností či dokonce z dětství (tak například výrok: „*Uvědomění si hlubokých kořenů v mé osobní historii a jejich vlivu na celý můj život – lépe chápu, jak mění moje vnímání lidí*“).

Zdá se, že nejdůležitější (a také nejvíce zmiňovanou) podkategorií práce na sobě samém, je **získání náhledu na situaci, uvědomění si vlastních chyb**, jakési prozření – něco je špatně, mám „problém“, se kterým musím pracovat. Bez tohoto náhledu, je velmi těžké dosáhnout u původců násilí jakékoliv změny. Dokud člověk nepochopí, že potíže je na jeho straně, nebude mít motivaci k obměně svého chování, naopak bude obviňovat okolí

(partnera/ku, děti, kolegy...), vymlouvat se na situační faktory, obhajovat a bagatelizovat své chování skrze patriarchální normy, ospravedlňovat se pomocí slov: vždyť si to zasloužila, apod. Náhled na situaci získalo 14 zkoumaných probandů. Samotní respondenti o náhledu na situaci hovoří takto: „*Uvědomění si, že mám problém a potřebuji na sobě dál pracovat*“ (pozn. toto byla odpověď na otázku, co pro Vás bylo nejpřínosnější), „*Nemám už pocit, že mlátit manželku, keď si to „zasluží“ je akceptovatelné a ospravednotelné*“ a ještě jeden náhled na situaci „*Jaké různé formy násilí můžou ve vztazích mezi lidmi být, že se mu dá čelit nenásilím, jak je násilí nebo použití hrubé síly kontraproduktivní, jak je násilí ve vztazích rozsáhlý a celospolečenský problém*“.

Dalším krokem k práci na sobě samém je **přijetí** vlastních (ale i cizích) **emocí**. Lidé si v dnešní době emoce moc nepřipouští, považují je za něco špatného (zvláště pak ty negativní). Z toho i následně vyplývá, že neumí se svými emocemi pracovat – buď je potlačují, nebo je ventilují nevhodným, společensky nepřijatelným způsobem. Několik klientů (konkrétně 8) si díky programu tuto skutečnost uvědomilo. Pochopili nejenom, že mají právo na emoce, ale že je také mohou prožívat, vyjadřovat je příhodnějším způsobem, pracovat s nimi žádoucí formou. Opět pár ukázkových výroků: „*Jsem rád, že jsem si uvědomil, že je vztek běžnou součástí života, ale reakce při něm se mohou měnit*“, „*Byla jsem ztracena ve svých pocitech, odborné poradenství mě ale povzbudilo v tom, že například zlost, vztek a bolest, které cítím, jsou přirozené a neznamená to, že jsem ODPAD SPOLEČNOSTI*“. Sedm respondentů, v souvislosti s předchozími řádky, podotýkalo lepší **zvládnání, ovládnání svých emocí**, nereagují impulsivně, daří se jim mít své emoce pod kontrolou, atd. (ukázkový výrok: „*Snažím se ovládat emoce a nenapadat nikoho fyzicky*“). Naopak dva klienti pociťovali, že své emoce a chování pod jejich vlivem i nadále **nedokážou ovládnout** (výrok: „*Uvědomuji si původ své agrese a vliv na okolí, ale nejsem schopná svoji agresi zvládat*“).

Když klient přijme své emoce a snaží se s nimi pracovat, logicky s tím přichází úspěšné **rozpoznávání nástupu vzteku** či **počátek konfliktní situace**. Dotyčný si například povšimne zvýšeného napětí a snaží se předcházet nevhodné reakci, usiluje o nevyvolávání konfliktů a provádí různá preventivní opatření. O rozpoznání těchto klíčových momentů se zmínilo celkem deset respondentů a popsali je takto: „*Uvědomění si konfliktní situace a schopnost začít jí zpracovávat: identifikovat příčinu, sdělit druhé straně, popsat své citění a dopady*“ nebo „*Snažím se je nevyvolávat. Když už konflikt vznikne, jsem vyrovnaná a*



čekám, až odezní“. Důsledkem včasného odhadnutí blížícího se střetu a pochopení situace je **neeskalace násilného chování**. Toho si byli vědomi tři klienti (výrok: „*Naučil som sa lepšie zvládať výbuchy manželky, ktoré neopatujem eskaláciou násilia*“).

K práci na sobě samém nepochybně patří i **vědomí návazné práce**, resp. potřeba nastolené změny posilovat a vytvářet prostor pro další změny. Jednoduše řečeno práce na sobě samém je trvalý proces, který by neměl nikdy skončit. Především by pak neměl skončit okamžikem ukončení programu. K tomuto závěru dospělo pět respondentů z DIAKONIE, kteří své stanovisko uvedli přímo v nějaké ze svých písemných odpovědí, např. „*Jako 1. krok = 1, ale cítím potrebu v terapii pokračovat. Bez ďalší práce na vzťahu pod odborným vedením bych hodnotila 2-. Určite stojím o pokračování*“ a také „*Vím, že na tom ještě musím zapracovat, ale byl mi ukázán správný směr, kudy se musím vydat*“. A k těmto pěti respondentům výzkumnice zařadila i 12 odpovědí (ostatní měli jinou verzi dotazníku) na otázku: „Měl byste zájem o pokračování v podobě zpoplatněného a méně častého setkávání?“ (LOM). Všech dvanáct odpovědí bylo vesměs pozitivních a účastníci měli zájem o pokračování, čili zájem o návaznou práci na sobě samém. Trefně to vystihuje komentář jednoho z absolventů: „*Ano, chcu, su sice socka co přemýšlí nad každým výdajem, ale za takovou možnosť si popovídat ve skupině si rád zaplatím, takže čakám e-mail kdy a kde bude ďalší beh kurzu*“.

Na závěr drobný dodatek. Následující dvě kategorie se budou zabývat změnami – změnami na úrovni osobnosti a na úrovni komunikace s lidmi – proto je nezbytné uvést zde výpovědi od dvou klientů, kteří vyjádřili **obavy, co se stane po skončení programu**. Jinými slovy vyslovili pochybnost, zda jsou změny dosažené během trvání programu trvalé. Strach z toho, že po skončení programu se změny opět vytratí, názorně to shrnuje prohlášení: „*Bojím se, že až sem přestaneme docházet, vše se vrátí do starých kolejí*“.

### **Změny v osobnosti**

Přes skupinové efekty a práci na sobě samém jsme se přenesli ke konkrétním změnám, které do určité míry způsobilo právě docházení do programu pro osoby nezvládající agresi či kurzu zvládání vzteku. Nejprve si představíme změny dějící se uvnitř daného jedince (změny v osobnosti) a poté změny projevující se navenek (změny v komunikaci). Následné pasáže nemají za cíl posuzovat, hodnotit, zda se absolventi absolutně zbavili všech negativních projevů chování, zda už nikdy nespáchají žádné násilí na druhé osobě nebo

snad dokonce určovat, jestli se nějaký jedinec stal lepším člověkem či nikoliv. Naopak příští řádky nám mají poodkrýt oponu drobnějších, dílčích změn, které vedou ke zkvalitnění života absolventů.

Nejpočetněji zastoupenou proměnou je jakési **zklidnění**. A to zklidnění ve smyslu vyrovnanosti, uvolněnosti, rozvážnosti a určité úlevy. Někteří klienti to nazývají souslovím: zastavit se a přemýšlet, než něco udělám. Celkový počet respondentů, kteří tento faktor udávají, dosahuje k číslu 21 a zde jsou vzorová vyjádření některých z klientů: „*Jsem klidnější. Dřív člověku, kterému bych skočil po krku, s tím že mě uráží, dnes odvětim, že se nesmím rozčilovat a končím diskuzi*“ a „*Odcházím klidnější v tom, že můžu něco dělat se svým vztekem. Mám nástroje, se kterými umím pracovat a jsou funkční*“.

Dalo by se říci, že velké změny nastávají především v oblasti nálady a na pocitové úrovni. Probandi nejednou zmiňovali (kromě výše představeného zklidnění), dostavení **pozitivnější nálady a celkového „lepšího pocitu“**. Někteří klienti tuto tezi zaobalili do slov jako vnímání pocitu svobody či pocitu větší síly a odvahy; nebo třeba přechod k osamostatnění se; atd. Pozitivní změnu ve sféře nálady pocítilo 15 účastníků. Nejlépe to opět vystihují konkrétní výpovědi absolventů programu: „*Cítím nový příval energie a radosti ze života, zbavil jsem se dusivého vzteku*“, „*Dokázal jsem najít sílu a odvahu učinit zásadnější rozhodnutí a kroky k řešení mé životní situace*“ a jeden úsměvný komentář na závěr „*Už si nemyslím, že jsem si to v životě posral, ale že jsem měl zajímavý a dobrodružný život plný zážitků*“. K těmto faktorům lze přiřadit i 3 odpovědi vypovídající o **menší celkové nespokojenosti** a 3 odpovědi týkající se **snížení pocitů strachu** (př. „*Celkově jsem více spokojená, pocituji od manžela více porozumění. Daří se nám trávit spolu více času, doma ubylo dusné atmosféry*“ a „*Nebojím se nesouhlasit s partnerem, nebojím se sdělit jiný naprosto odlišný názor*“).

Dalším výrazným obratem je **získání určitého odstupu, nadhledu**. To znamená, nebrat věci, záležitosti až tak vážně a nenechat se vtáhnout do iluze, že vše musí být osobní a mířeno přímo proti dotčené osobě. Uvědomění určité distance nabylo 12 klientů a důkazem toho jsou následná tvrzení: „*Neberu spoustu věcí tak vážně jak předtím, jsem klidnější*“ a „*Snažím se brát věci s chladnou hlavou – v klidu, posměch, urážky neřešit*“. Teprve když jedinec získá vyšší míru odstupu, může dojít k další fázi, kterou absolventi zdůrazňují, a to je **mluvit otevřeně o svých pocitech (a také potřebách) a neskrývat emoce**. Jinými slovy, osoby jsou schopné hovořit o tom, co se v nich samých odehrává, dokážou to

druhému vysvětlit a tím se snižuje psychické (ale i fyzické) napětí. Povídání o emocích a pocitech se stalo důležitým pro 11 osob, které to vyjádřily například takto: „*Jsem schopný vést se svojí partnerkou rozhovory o svých pocitech, namísto nekonečných hádek*“ nebo „*Uvědomil jsem si, že není dobré skrývat svoje potřeby, že manželka mi často vyjde vstříc, když si o to otevřeně řeknu*“, a na závěr jedno trefné shrnutí „*Uvědomil jsem si, že mi stačí sem tam mluvit o svých pocitech, aniž by mě partnerka nepřerušovala (= aby mě mluvit nechala). Zda mě poslouchá, mě vlastně už tolik nezajímá*“.

Pro klienty z DIAKONIE bylo specifické, že předkládali ještě jeden okruh změn. Konkrétně to bylo **zvýšení sebedůvěry a uvědomění si vlastní důležitosti**. Což je zajisté otázka k zamyšlení, proč se takto významná oblast vyskytla pouze u jedné ze skupin. Je to však otázka, na kterou nyní autorka nedokáže odpovědět, resp. odpověď by obsahovala pouze domněnky a spekulace. Rozhodně by si však tato myšlenka zasloužila bližší prozkoumání. Ovšem zpátky k původnímu tématu, o vyšším vážení si sebe sama hovořilo 9 absolventů a jejich tvrzení jsou velmi zajímavá: „*Terapie mi jednoznačně přidala sebevědomí a zklidnila mě. Přestala jsem se považovat za oběť, nýbrž se vnímám jako právoplatný účastník partnerského vztahu*“, „*Zjištění, že nejsem DIVNÁ KREATURA, ale fajn člověk*“, „*I když je pro mě partnerka to nejdůležitější v životě, nebudu se jí nadále podřizovat na úkor své osobnosti a našeho syna*“.

Drobnějšími, ve smyslu méně častějšími, proměnami jsou **nelpění na dokonalosti a perfekcionismu** (př. „*Autentická při výchově je pro mě důležitější, než vyčerpávající snaha o držení se příruček a vzoru správné matky*“), **alkoholová abstinence** (př.: „*Dříve jsem měl totiž problémy – konfliktní situace téměř asi vždy pod vlivem alkoholu a vše jsem řešil velmi emočně. Nyní od března 2015 abstinuji, takže spousta problémů vymizela. Pod vlivem se holt nedají věci konstruktivně řešit*“), **vytvoření jiného úhlu pohledu** na své okolí i řešené situace („*Začal jsem se na mnohé dívat jakoby jinýma očima, z jiného úhlu pohledu, jiné perspektivy. Nemusím mít poslední slovo*“ a „*Na konflikt lze nahlížet i očima druhého*“) a **zmenšení počtu výbuchů vzteku** („*Snížila se frekvence i intenzita vzteku*“).

## **Změny v komunikaci s lidmi**

Kromě výše probíraných změn v osobnosti jedinců navštěvujících jeden z programů pro původce násilí, se dostavily i změny na úrovni chování (jednání), resp. změny

v komunikaci se svým nejbližším (i vzdálenějším) okolím. Při této kategorii se již začíná promítat odlišné zaměření dotazníků – DIAKONIE svůj dotazník cílí přímo na partnerskou komunikaci a řešení konfliktů, kdežto LOM směřuje spíše k obecnější linii. Přesto z obou verzí evaluačních archů lze vyčíst velmi zajímavé informace, na které máme možnost nahlédnout v příštích odstavcích.

Byť se obě organizace zaměřují především na zlepšení partnerských, manželských vztahů, nejednou klienti poukazují na to, že jim program umožnil **lépe komunikovat jak se svými dětmi**, tak **s lidmi** vyskytující se **v jejich okolí** (jako například kolegové v práci, účastníci silničního provozu, úředníci ve státní správě, atd.). Jeden z respondentů dokonce vnesl doporučení: „*Velmi bych uvítal skupinu pro otce 'Táta v koncích', kde by bylo možné probírat a sdílet situace v rodině (s dětmi)*“ a druhý změnil svůj postoj následovně: „*Nesnažím se o rodinu máma a táta, ale táta a šťastné děti*“.

DIAKONIE dokonce dvě své otázky směřuje přímo na komunikaci s partnerem a na zvládání partnerských konfliktů, přičemž 40 respondentů (z celkových padesáti pěti) zaznamenalo změnu v této oblasti, 8 probandů nezaznamenalo žádnou změnu či se komunikace a řešení konfliktů v páru ještě zhoršilo, 2 hodnotitelé na otázku neodpověděli a zbylých 5 dotazovaných uvádělo jen částečnou změnu. Zde jsou střípky z mnoha výroků na toto téma: „*Méně od něho očekávám (minimálně), a proto jsem méně nespokojená*“, „*Já osobně se snažím komunikovat trpělivě a bezemočně*“, „*Opatrně otvíráme dříve konfliktní témata. Jsme schopni neproduktivní diskuzi uzavřít. Lépe zahajujeme komunikaci a zvýšilo se porozumění*“, „*Více jí naslouchám, i když třeba nesouhlasím*“. Jak může vypadat větší a lepší naslouchání shrnuje tento komentář: „*Snažím se vnímat, co má manželka skutečně na mysli, když říká to nebo ono ... ve většině případů se za útokem skrývá nějaká potřeba, snažíme se jí odhalit. Na příklad věta 'Proč sedíš a nic neděláš', může znamenat 'Jsem unavená, chci si odpočinout'*“. Další prohlášení potvrzují, že změna partnerské komunikace není možná, pokud není akceptovaná i partnerem/kou (pokud nechtějí komunikovat oba): „*Já se komunikovat snažím (navazovat konverzaci), ale druhá strana komunikovat nechce*“, „*Na manželčině straně nedošlo k žádným změnám, neboť terapii neabsolvovala, právě proto koloběh lží, podlostí, naschválů a vydírání i nadále pokračuje*“. LOM tyto otázky zařazené nemá, avšak 10 absolventů tuto položku sami zmiňují a to především ve třetí otázce, která se zaměřuje na konkrétní situace řešené jinak než před absolvováním programu. Kromě partnerské komunikace však frekventanti z LOMu zmiňují i komunikaci s dětmi, s kolegy na pracovišti a s účastníky silničního

provozu. Jeden komentář za všechny: „*Výbuchy vzteku u mě byly zcela běžným faktorem projevu, nyní to už tak není*“. Jaké konkrétní aspekty komunikace se zlepšily, si nastíníme v dalších pasážích.

Absolventi LOMu a DIAKONIE se shodli, že na konci programu mnohem **více mluví a vysvětlují**, resp. dokážou druhým lépe vyložit, co se v nich odehrává či sdělit, co by teď potřebovali nebo dokonce v klidu říci, že teď potřebují přestávku, aby nedošlo k násilné reakci. Pod tuto tezi spadají i sousloví typu: hledání společných slov, volba vhodnějších slov, mluvit věcně, apod. Podívejme se nyní na konkrétní komentáře některého ze sedmnácti respondentů, kteří se k této myšlence vyjádřili: „*Je o hodně méně témat, o kterých s partnerem nemohu hovořit*“ nebo „*Zlepšení vzniklo tím, že si víc povídáme, ke konfliktům potom nedochází, protože všechno si v klidu řekneme a vysvětlíme*“ a na závěr jeden typický příklad „*Rozčilím se a řeknu mu: Sice jsem ti vyčetla pocákané kachličky, ale šťve mě, že na mě nemá čas, atd. Zamyslím se a snažím se partnerovi vysvětlit, proč jsem protivná a vyjíždím*“.

S vyšší mírou komunikace a vysvětlováním jistě souvisí i snaha **vnímat** či **pochopit jeden druhého**. Jinými slovy nalézt porozumění pro druhého, o čemž hovořilo 16 klientů, kteří se vyjádřili například takto: „*Více se slyšíme, konfliktní situace většinou zažehnáme dříve*“. Na pochopení druhého navazuje také schopnost **naslouchání** a potřeba, aby někdo naslouchal nám (výrok: „*Uvědomil jsem si, že svým odsekáváním a skákáním do řeči přítelkyně jsem se choval blbě. Je to fajn si někoho vyslechnout a on vyslechne vás*“). Podobně se celkem vyjádřilo 7 klientů.

Za další důležitou složku komunikace klienti považovali **hledání kompromisu** či nějakého **řešení**. Někteří to popisovali jako větší ochotu řešit nastalou situaci nebo umět si vycházet vstříc bez zbytečných negativních emocí. O nalézání společných řešení se nezapomnělo zmínit 12 účastníků a jejich výroky byly poměrně jednoznačné: „*Při hádkách se snažíme najít společné řešení*“ či „*Řekne mi jasně, co mu vadí, já to vyslechnu, domluvíme se*“ a jedna úsměvná situace, která dokáže vyvolat konflikt v nejedné domácnosti „*Dokážeme se dohodnout, kdo koupí jídlo na večeři*“.

Doplňkovými informacemi, resp. zřídka zmiňovanými informacemi, se stalo jakési **uvědomění zbytečnosti konfliktu a neprojektování vlastních domněnek** do druhé osoby. Jinými slovy respondenti si po absolvování programu mnohem více uvědomovali,

že hádky a nedorozumění vznikaly na základě malicherných drobností, proto není třeba malé problémy přehnaně zveličovat (př.: „*Člověk během terapie vidí na druhých párech, jak nesmyslné konflikty do jisté míry jsou*“ a „*Zbytečně jsem dramatizoval v podstatě bagatelní malichernosti*“). Absolventi rovněž dospěli k názoru, že není rozumné domýšlet si, vytvářet si fantazie, co si ten druhý asi myslí, protože pak si v hlavě vytváříme domněnky, které zkreslují realitu. My však následně jednáme podle té zkreslené reality, podle předem vytvořených domněnek, a ne podle skutečnosti. Jeden z respondentů to popsal takto: „*Neutrální pohled osoby, která za stejnými slovy slyší něco jiného než já, je osvěžující*“. Jiný klient to vystihl možná ještě přesněji: „*Už si uvědomuju svůj vnitřní monolog (resp. vnitřní rozhovor se subjektem, kterému dávám do úst své vymyšlené věty) a rozeznávám své fantazie od reality*“.

### **Koncepce programu**

Poslední vysledovaná kategorie se v drtivé většině váže na organizaci LOM, respektive výroky spadající pod tuto kategorii uváděli především respondenti navštěvující program pod záštitou LOMu. Tyto rozdíly vyplývají z odlišné koncepce obou programů. DIAKONIE je více zaměřená jako psychodynamická terapeutická skupina zabývající se komunikací v páru, v rodině, případně komunikací s okolím (což je patrné i ze zkoumaných dotazníků – otázky v dotazníku se zaměřují na komunikaci a řešení konfliktu). Zatímco LOM vychází z kognitivně-behaviorálních principů a ve svém programu má zahrnutý i konkrétní techniky a nástroje a část programu je vyhrazena i teoretickým poznatkům. Pojdme se nyní podívat na konkrétní výsledky a především rozdíly mezi organizacemi související se zvolenou koncepcí programu.

Absolventi LOMu hojně oceňovali **teoretický úsek programu** či dokonce vznášeli požadavek na zařazení ještě větší míry teoretických znalostí. Celkově o teoretické části programu psalo 14 respondentů. Oproti tomu z DIAKONIE se o teoretických poznacích zmínili jen dva klienti, a to velmi okrajově. Hodnocení teoretického konceptu názorně dokládají například tato vyjádření: „*Užitečná byla i teorie – pomohla mi si některé věci uvědomit*“, „*Teoretická část i praktická cvičení měly vysokou úroveň a byly srozumitelné*“, „*Víc teorie, ale ne na úkor praxe*“. Jeden frekventant navíc doporučuje, aby klienti dostávali „*Tištěné materiály o teorii na doma*“.

Významnou roli pro klienty z LOMu hrály rovněž **konkrétní** naučené **techniky** a **nástroje**, které pomáhají zvládat negativní emoce a komplikované životní situace. Obecně o technikách, nástrojích a metodách hovořilo 11 klientů. A mnoho dalších absolventů nemluvilo pouze obecně o technikách, ale rovnou poskytli výčet těch nástrojů, které jim nejvíce pomohly. Z těchto osobních výčtů, lze vyzdvihnout několik nejčastěji uváděných metod a nástrojů: stupnice vzteku (9 respondentů), time out (5 probandů), shark music (2 klienti), nácvik empatie (2 frekventanti) a modelové situace (2 absolventi).

Oproti výše uvedeným skutečnostem pět klientů (jeden z LOMu, čtyři z DIAKONIE) volalo po **praktických radách do života**. Jednoduše chtěli návod, jak převést probírané hypotetické koncepty do běžného života. Dalo by se říci, že od programu očekávali přesné instrukce, vodítka, příručky, atd., které by změnily jejich život k lepšímu. To barvitě odráží prohlášení jednotlivých osob: „*Určitě stojím o pokračování, chyběl mi zejm. návod, JAK komunikovat správně, jak zvládat vztek a ventilovat ho společensky přijatelným způsobem*“ nebo „*Prakticky je občas těžké uvést rady do života*“.

### **Doplňkové informace**

Za jednu z doplňkových informací lze považovat **subjektivní zhodnocení efektivity** absolvovaného programu. V LOMu se touto problematikou zabývá první otázka, která mapuje, zda bylo naplněno očekávání klienta, přičemž 24 respondentů odpovědělo na otázku ano a 3 dotazovaní uváděli, že jejich očekávání bylo splněno zhruba z půlky. Mnozí využili možnost a svou odpověď rozvinuli například do těchto slovních formulací: „*Ano, naplnil, zejména v tom smyslu, že jsem díky tomuto kurzu dosáhl reálné změny v chování a řešení konfliktních situací, což má pozitivní vliv i na mé nejbližší okolí*“, „*100 % - nečekal jsem, že se dají naučit metody, které změní můj život*“, a také „*Posunul mě k cíli tj. zvládnutí emocí. Nejsem na konci, ale to jsem ani nepředpokládal*“. Za DIAKONII se subjektivním zhodnocením efektivity zabývá především otázka číslo 6 (případně č. 7 ve druhém typu dotazníku), jež zjišťuje hodnocení programu pomocí pětistupňové škály (resp. oznámkování jako ve škole). Výsledkem jsou tato čísla: 29 klientů ohodnotilo program jedničkou, 2 frekventanti zvolili známku jedna mínus, 18 probandů klasifikovalo program dvojkou, 1 kurzant přidal k dvojce mínus, 4 respondenti oznámkovali program trojkou a 1 klient hodnotil terapii čtyřkou mínus (tzn. průměr = 1,58; medián = 1; modus = 1). Někteří ke škálování připojili i verbální komentář, například: „*1 – Ale tím neříkám, že*

*by mi to připadalo lehké, naopak děsně těžké, ale беру to tak, že spravit něco dost rozbitého prostě těžké je a je fajn mít možnost se o to s pomocí odbornic pokusit“.*

Pozoruhodností je skutečnost, že 36 zpětných vazeb (z celkového počtu 55) obsahovalo nějakou formu poděkování či ocenění. Klienti nejčastěji oceňovali program samotný, ale i konkrétní lektorský (terapeutický) tým. Veškerá sdělení zahrnující v sobě poděkování a ocenění by se sem ani nevešla, proto zde uvedeme jen jeden výrok za všechny: *„Díky za samotnou existenci tohoto konceptu. Díky za dobře odvedenou práci – řemeslně i lidsky“.*

Na závěr několik doporučení, která uváděli respondenti z LOMu v jedné z pokládaných otázek: *„Více opakovat poznatky z minulých setkání, člověk to za 14 dní zapomene“*, *„Méně lidí – MAX 10, více her“*, *„Monology některých účastníků mohly být stručnější“*, respektive výstižněji to vyjádřil jiný klient *„Lépe rozložit projev jednotlivých členů, někteří téměř nemluví a naopak“*. A poslední tip: *„Přidat k 3 hodinám cca ½ hodiny“*.

## **11. Třetí část výzkumu**

Poslední část předložené studie je založená na rozhovorech přímo s absolventy jednotlivých programů fungujících v České republice. Výzkumné rozhovory byly cíleny na zjištění subjektivního zhodnocení efektivity navštěvovaného programu. Výstupem by mělo být: a) zachycení pocitů týkajících se absolvovaného programu; b) komplexní přehled o subjektivně zaznamenaných změnách odehrávajících se v průběhu docházení na program či po ukončení programu; c) seznam prvků zvyšujících (či snižujících) efektivitu daného programu; d) soupis doporučení a návrhů na zkvalitnění stávajících či budoucích programů.

### **11.1 Průběh výzkumu a výzkumné metody**

V době sbírání dat pouze 4 organizace v České republice nabízely terapii pro původce násilí v podobě skupinového programu. Do výzkumu se však v konečném důsledku zapojily pouze 3 z těchto čtyř institucí, a to konkrétně: NOMIA, VIOLA a Liga otevřených mužů. Ostatní centra poskytovala své služby původcům násilí pouze individuální formou a z toho důvodu nebyla do výzkumu zahrnuta. Rozhovory byly prováděny v období od dubna 2017 do ledna 2018.



Oslovování potenciaálních respondentů se dělo různými formami. Za NOMII oslovoval klienty s prosbou o rozhovor přímo terapeut skupinového programu (a zároveň ředitel organizace) Mgr. Miroslav Bubeník, jenž také domlouval konkrétní setkání s probandy ochotnými zúčastnit se výzkumu. Program VIOLA a Liga otevřených mužů zvolili k navázání kontaktu kombinaci dopisu s prosbou o spolupráci ze strany výzkumnice a přímou motivaci ze strany lektorů (za VIOLU Mgr. Nad'a Soukupová a Mgr. Oleg Šuk; za LOM PhDr. David Čáp, Ph.D., Mgr. Evžen Nový a Mgr. Petr Matoušek). Terapeuti si poté vyžádali kontakty na dobrovolníky svolné ke spolupráci a předali je výzkumnici, jež si samotné schůzky domluvila už přímo s respondenty, nebo naopak terapeuti předali kontakt na výzkumnici a nechali na klientech, zda se sami přihlásí.

Další rozdíl je možné shledat v délce, po jakou klienti do programu docházeli. Ve většině případů je tato odlišnost dána koncepcí programu, např. LOM poskytuje kurz v délce 40 hod. a nenabízí dlouhodobější spolupráci, kdežto NOMIA a VIOLA nabízejí dlouhodobou terapeutickou skupinu bez ohraničeného konce programu. Byla tudíž stanovena podmínka, že výzkumu se může zúčastnit pouze ten proband, jež absolvoval celý program či dochází do terapie alespoň 5 měsíců.

Z celkových patnácti rozhovorů bylo 11 rozhovorů provedeno formou osobního setkání a zbylé 4 rozhovory byly provedené v písemné podobě. K tomuto ústupku výzkumnice přistoupila, aby dosáhla vyššího počtu respondentů a tím i k získání komplexnějších dat. Písemná forma byla pro některé klienty bezpečnější (anonymnější, časově méně náročná, atd.) než ústní poskytnutí odpovědí. Ke všem čtyřem písemným rozhovorům se rozhodli klienti organizace NOMIA. Osobní schůzky se odehrávaly v prostorách nejrušnějších kaváren a restaurací podle volby respondenta (dotazovaní si sami volili bezpečné a důvěrné prostředí, sami posoudili dostatečnost soukromí a dalších náležitostí).

Jak je patrné z napsaného textu, výzkumnou metodou třetí části předkládané studie se stal **polostrukurovaný rozhovor** s absolventy programu (resp. s dlouhodobě docházejícími klienty). Při rozhovorech byl předem stanoven okruh otázek určených pro účastníky, měnilo se však pořadí otázek, docházelo k drobným verbálním odchylkám v zadávání otázek, následovalo doptávání při zmínění nějaké konkrétní a relevantní záležitosti, apod. (Miovský, 2006). Okruh otázek je možné nahlédnout v příloze č. 3.

## 11.2 Výzkumný vzorek

Výzkumným vzorkem pro třetí část studie se stali klienti/ky (absolventi nebo dlouhodobě docházející) organizací poskytující skupinové programy pro původce násilí. V rámci České republiky byly osloveny všechny instituce poskytující popsané služby a prostřednictvím nich byli kontaktováni i všichni potencionální probandí. Účast na výzkumu však byla dobrovolná a záležela na ochotě oslovených respondentů (potažmo zaštiťujících center), z toho důvodu vzorek není reprezentativní a výsledky není možné zobecňovat na celou českou populaci.

Původně bylo provedeno 20 rozhovorů, ale některé byly vyřazeny na základě nesplnění stanovených kritérií. Konkrétně 3 rozhovory (2 z organizace PERSEFONA a 1 z centra GAUDIA) nebyly zařazeny, protože program nebyl prováděn skupinovou formou, ale měl podobu individuální terapie. Jeden klient (NOMIA) prozatím absolvoval pouze jedno skupinové setkání, tudíž také nebyl zahrnut do konečného vzorku a jeden dotazovaný (NOMIA) neposkytl dostatek odpovědí pro zařazení do výzkumu (resp. neodpověděl na většinu otázek). V konečném důsledku výzkumný vzorek tedy tvoří 15 respondentů: 5 z Ligy otevřených mužů, 4 z projektu VIOLA a 6 z organizace NOMIA.

Výzkumu se zúčastnilo 12 mužů a pouze 3 ženy. Věkové rozpětí zkoumaného vzorku sahá od 21 let po 48 let, průměrný věk se rovná výsledku 37,4 (medián je 35). Dosažené vzdělání klientů zahrnuje celou možnou škálu od základní školy (4 probandí), přes střední školu (6 klientů), až po vysokoškolské vzdělání (5 účastníků). Stejně tak rodinný stav je velmi různorodý, někteří respondenti byli ženatí/vdané (6), jiní uváděli dlouhodobý vztah (4) a ostatní neměli v době výzkumu žádný partnerský vztah (5). Počet dětí se u zkoumaných pohyboval od 0 až 3 děti (průměr = 1,33; modus = 2). Část účastníků docházela na program dobrovolně (7), část měla program nařízený státní institucí (6) a menšinu klientů byla účast doporučena státním orgánem (2). Většina probandů docházela před skupinovým programem (či stále dochází) do individuální terapie (12).

Nejčastějším užívaným násilím ze strany respondentů byl křik, nadávky, hádky a urážky – k tomuto druhu (psychického) násilí se přiznalo 11 klientů. Psychické násilí mnohdy zasahovalo i do emoční složky a mělo podobu výčitek, psychického nátlaku, vyhrožování rozchodem, nevypočitatelnosti a výbuchu emocí – k těmto formám sáhli 4 frekventanti. Objevovaly se však i podoby fyzického násilí jako facky, plácnutí dítěte a mlácení partnerky – celkem 6 probandů. Další 2 dotazovaní se dopouštěli násilí na věci, například

házení věcmi či bouchání do zdi. A 1 kurzant připustil výrazné potlačování vzteku. Pozorným počtářům neušla skutečnost, že docházelo k nejrůznějším kombinacím a spojování druhů násilí.

Z odpovědí na otázky: „Jaký je Váš nejsilnější zážitek související s násilím (se vztekem) před zahájením programu?“ a „Čeho nejhoršího jste se dopustil?“ lze odvodit, že klienti vyhledali pomoc, když jejich násilí překročilo určitou hranici. Například když jejich útok byl silnější než kdy předtím, když nad sebou nečekaně ztratili kontrolu, když se dopustili trestného činu, když partner/ka zavolala policii či zažádal/a o rozvod, zkrátka když udělali něco, čeho se i oni sami lekli. Přesně v tento moment, kdy balancovali na nezvykle tenké hranici, kontaktovali jedno z center, které poskytovalo péči původcům násilí. Je velká pravděpodobnost, že kdyby dotyčné instituce neexistovali, respondenti by si zvykli i na tzv. život za hranou a pokračovali v násilí dál, protože by to pokládali za normální. Proto můžeme předložit jednoznačný závěr, že je potřebné takovéto programy zavádět a nabízet služby i původcům násilí (nejen obětem a svědkům).

### 11.3 Postup zpracování dat

Všechny provedené rozhovory byly zaznamenány na audionahrávací zařízení a poté doslovně přepsány. Po přepsání rozhovorů a prvotním seznámení s nashromážděnými daty, přišla na řadu velmi podrobná a pečlivá analýza dat za pomoci otevřeného kódování. Vzhledem k charakteru výzkumu a výzkumným cílům nebylo přistoupeno k dalšímu (pře)kódování (např. k axiálnímu kódování, k selektivnímu kódování, nebo k vytvoření zakotvené teorie). Záměrem studie nebylo postihnout veškeré souvislosti a vztahy mezi kategoriemi a předložit ucelenou a neměnnou teorii, ale pouze přinést první obrázek o efektivitě programů pro původce násilí v České republice. Proto není potřeba dalších kódovacích (ani jiných) kroků.

**Otevřené kódování** se řídilo předem stanovenými výzkumnými otázkami. To znamená, že výsledné kategorie byly rozřazeny do tří velkých trsů tak, aby odpovídaly na poslední tři vytyčené výzkumné otázky. K těmto kategoriím – odpovědím na výzkumné otázky – budou v kapitole Shrnutí výsledků připočítány i výsledky z druhé části, protože jak bylo výše popsáno, druhá část studie se též stala nosným těžištěm k jejich zodpovězení. Kroky otevřeného kódování byly následující (podle Švaříček & Šedová, 2007): **1. rozdělení přepsaného textu na významové jednotky** (slova, skupiny slov, věty a pasáže, které vždy tvořily jeden samostatný významový celek, aniž by se překrývaly s jiným významovým

celkem); **2. přidělení kódů významovým jednotkám** (označení významového celku podle jeho klíčového obsahu, pojmenováním byla sousloví vystihující, o čem daná sekvence vypovídá, jaká témata obsahuje, apod.); **3. vytvoření seznamu existujících kódů** (souhrn všech nalezených významových celků a počet výskytů těchto obsahových jednotek); **4. systematická kategorizace kódů** (vytvoření nadřazených kategorií a subkategorií, kam jednotlivé významové celky zařadíme podle podobnosti a dalších souvislostí tak, aby se nepřekrývaly s jinými kategoriemi); **5. vytvoření konečného seznamu kategorií a podkategorií** (vyjmenování a popis jevů, témat a procesů, které se v datech opakovaně objevují a sestavení hierarchického systému).

## 11.4 Výstup z třetí části

Jak bylo avizováno, výstupem budou odpovědi na poslední tři výzkumné otázky. A i když v konečném souhrnu (viz kapitola Shrnutí výsledků) budou připočítány k odpovědím také výsledky z druhé části, pro přehlednost budou zachycené výsledky řazeny a označovány jako odpovědi na „danou“ výzkumnou otázku. Pojdme se nyní podívat na tyto analyzované kategorie.

### 11.4.1 Odpovědi na 3. výzkumnou otázku

Prvním ze tří klíčových trsů bude poskytovat různorodé reakce klientů na tuto poměrně zajímavou výzkumnou otázku:

#### **Jak absolventi subjektivně hodnotí prodělaný program?**

- Záměrem je zjistit, zda se v odpovědích respondentů objeví nějaké okruhy témat týkající se osobních pocitů a efektivnosti programů, případně jaké okruhy.

Do skupiny odpovědí na třetí výzkumnou tezi byly zařazeny všechny otázky týkající se subjektivních pocitů ohledně navštěvovaného programu pro původce násilí či jakéhokoliv zhodnocení dotyčného programu. Například na otázku, **jak se respondenti cítí po absolvování** (či nějaké době docházení) programu se objevilo 12 kladně znějících odpovědí (od slov „dobře“, „výborně“, „úžasné“, „klidně“, až po „*má to velmi pozitivní vliv*“, „*je to přínosný*“, „*hrozně fajnový, ale nezvyklý*“), 2 spíše sebekritické reakce („*ještě to není ono*“) a 1 negativní odezva („*Já nevím ... furt stejně ... vím, jak mám žít ... nepotřebuju s tím radit*“). Celkový dojem z rozhovorů byl značně pozitivní. Zdá se, že na 14 respondentů program zapůsobil velmi příznivě a měl žádoucí efekt. Tito probandi

dokázali vyjmenovat konkrétní změny, kterých dosáhli díky terapii, a z odpovědí bylo patrné docílení kýženého úspěchu. Výpovědi zúčastněných byly posouzeny jako vysoce věrohodné, protože klienti popisovali osobní příběhy z jejich života před vstupem do programu a po docházení na program, uváděli faktické události (kdy se jim něco povedlo či naopak nezdařilo) a byli schopni generovat množství detailů z průběhu programu a z jejich reálných životů. Vyprávění účastníků vykazovalo vysoké známky důvěryhodnosti, avšak nemohou zde být uváděny celé příběhy, a to z důvodu etických aspektů (především z potřeby anonymizace). Pouze 1 frekventant nenesl příznaky kladného vlivu programu a naopak se projevoval tak, že ho účast na programu spíše poškodila a účinek ho minul. Tento klient nedokázal přijmout zodpovědnost za své chování (sváděl ji na svou partnerku), neuvedl žádnou hmatatelnou změnu ze své strany (opět jen uváděl, v čem se změnila či by se měla změnit partnerka) a označoval program za ztrátu času („*Mně to jakoby asi taky pomohlo, ale zároveň i uškodilo v tom, že vlastně ztrácím ten čas, kdy můžu být v té práci*“).

Jiný okruh otázek mapoval přímo, **zda jednotliví klienti zaznamenali nějakou změnu** v důsledku chození na program (v osobním životě, ve zvládnání vzteku, atd.). Někteří z respondentů nedokázali hned na tuto skupinu otázek odpovědět (možná to způsobila skutečnost, že tento druh otázek byl zařazen víceméně na začátek rozhovorů), ale v kontextu dalšího povídání se u 14 dotazovaných projevilo hned několik změn (opět jen 1 klient nezaregistroval téměř žádnou proměnu). O konkrétních změnách bude hovořit příští kapitola, proto zde nebudeme zacházet do podrobností.

Poslední sféra pokládaných otázek se zaměřovala rovnou na **hodnocení programu a posouzení jeho efektivity**. Účinnost byla vyjadřována slovy jako: „*Super ... pomohlo mi to řešit můj problém ... kdo ho neabsolvoval, mám pocit, že je určitě o něco ochuzen*“, „*Celkově samozřejmě pozitivně ... je to hlavně zajímavý ... si myslím, že to má nějaký smysl ... je to hodně prospěšný*“, „*Já bych to každému doporučil ... sto procent je málo ... já jsem fakt vděčný, že jsem do toho šel*“, „*Určitě zajímavější a prospěšnější*“, „*Tam chodím rád z důvodu, že mi to obohacuje na velmi mnoho věcech*“, „*Přínosný to bylo*“, „*Mně to extrémně pomohlo*“. A pak už následoval výčet různých životních změn či prvků, které se účastníkům zdály jako účinné (nebo naopak neefektivní), ale více o tom v dalších kapitolách. Celkově 14 frekventantů hodnotilo absolvovaný program jako efektivní, jen 1 dotázaný odpověděl: „*To je asi jakoby ta jediná pomoc, prostě pro toho člověka, že nemusí*

*si jít hnedka sednout (pozn. myšleno jít do vězení) a prostě vlastně ztratit já nevím několik let života“.*

#### **11.4.2 Odpovědi na 4. výzkumnou otázku**

Z předchozího textu je patrné, že respondenti jsou s absolvovanými programy relativně spokojeni. Z toho důvodu se v následujících řádcích zaměříme na konkrétní změny, které absolventi subjektivně zaznamenali. Jinými slovy budeme hledat odpovědi na čtvrtou výzkumnou otázku, která zní:

##### **Zaznamenali absolventi programů nějaké změny, případně jaké?**

- Účelem je prozkoumat, zda absolventi dokážou lépe zvládat své chování či nepocítí'ují žádný rozdíl ve svém jednání. Zda jim program pomohl zkvalitnit život či naopak vede ke zhoršení kvality života, apod.

Předtím než se pustíme do samotných výsledků už jen jedno drobné upozornění – výroky byly upraveny do mužského rodu, aby byla zachována anonymita výrazně menšího počtu klientek. A nyní už jednotlivé kategorie proměn účastníků.

Za největší úspěch je obvykle považováno, když **někdo zvenčí cítí změnu**, když určitou změnu zachytí (zpozoruje) někdo z rodinných příslušníků „*Já to na sobě moc nepozoruju, manželka jo, že už se to lepší, ale ještě to není ono, že ještě občas vylitnu ... ona se mě bála, ona se klepala, když jsem měl přijít domů ... teď se určitě neklepe a hlavně říká, že se nebojí, dřív se mě bála*“, či z blízkého okolí „*Když jsem se na silvestrovské oslavě se známou bavil a ona mě znala asi rok zpátky, tak říkala, že ten vztek, co ze mě vždycky cítila, už necítí*“, přinejmenším, když členové rodiny kladně hodnotí vstup do programu „*Sám fakt, že jsem tam začal chodit, jako nevím, jestli něco změnil, ale je vnímán pozitivně mojí manželkou, že se snažím jako se svým nějakým problémem něco dělat*“. O zachycení změny z vnějšího světa se zmínili celkem 3 respondenti.

Neméně důležitým kritériem hodnocení změn je tzv. **přenos z programu do praxe**, respektive aplikace získaných znalostí a dovedností v každodenní realitě „*Jsem vzal některý teoretický postupy, který nám představili ... a aplikoval jsem je do praxe*“ nebo „*Když nastane nějaký konflikt a člověk by reagoval tak jako vždycky, ale já si zas řeknu ... no jo ale v té organizaci (pozn. název organizace byl z důvodu anonymizace vynechán) jsme to třeba dělali takhle a takhle*“. Některým se převod do běžného života dařil lépe

„Skutečně se to občas daří dávat do praxe ... párkrát jsem to prostě použil a povedlo se“, jiným se povedlo používat alespoň jednotlivé techniky „Umím aplikovat nějakou stupnici“ a další se snažili o uplatnění rad i přesto, že ne vždy slavili úspěch „Prostě aplikovat nějaký z těch doporučení, ale že by to stoprocentně fungovalo, to se říct nedá“. Titíž klienti, kteří vypovídali o tom, že se občas zdaří využívat naučených nástrojů a doporučení, reflektovali jakousi prozatímní nedostatečnost přenosu do reálného světa „Mám ještě problém zavádět je jako do praxe, není to rozhodně automatizovaný“ a „Ještě nepoznám na sobě dost dokonale, jestli to ještě jakoby zvládnou nebo ne“. Souhrnně se k předešlé kategorii vyjádřilo 5 probandů, přičemž 2 z nich přiznávali obtížnost zavádění změn do svých životů, ale zároveň už se jim aplikace několikrát povedla.

Aby mohlo dojít k alternativnímu zvládnání násilí a negativních emocí s ním spojených, je nezbytné **uvědomění, přemýšlení, sebereflexe a sebevzdělávání**. „Uvědomil jsem si některý věci v sobě ... on si člověk na sebe udělá takovej jako čas, a pak si uvědomí, že si může některý věci utřídit“, ale nejen uvnitř sebe „Člověk si tady spoustu věcí uvědomí, že něco dělá špatně“ nebo nejlépe „Uvědomit si ... čím vlastně ubližuji, protože některé z těch věcí jsem si vlastně neuvědomil, že také ubližuji“. Změna není možná bez „Sebereflexe ... člověk musí začít u sebe“ a také je potřeba „Víc přemejšlení nad věcma okolo“, například „Přemýšlím, jaký může být důvod, že ta situace nastává“ a „Když na mě jde ten vztek, tak se mám zamyslet nad tím, co si v hlavě říkám a mám si to zkusit rozebrat a zkusit zaměnit tu větu za něco jinýho“. Jednoduše řečeno „Jsem si toho víc vědomej, že se ta věc děje“, teprve poté je možné „Nejdřív přemejšlet a pak jednat, že opravdu člověk začíná víc přemejšlet, než něco třeba řekne“. Jsou i jedinci, kteří to vnímají „Jako semináře, že se tam furt něco novýho učim“. Oproti tomu bez uvědomění to zřejmě nejde - „Dá to člověku, kterej si dokáže něco uvědomit, tak to něco dá, kterej si nedokáže uvědomit prostě některý věci, tak to asi nedá nic“. Uvědomění a přemýšlení je důležité pro 9 absolventů.

Když někdo umí **předcházet konfliktům** má z poloviny vyhráno a nemusí přemýšlet nad tím, jak nahradit své násilné tendence v momentě, kdy už je pozdě. Nejdůležitější pochopitelně je, že „Dokážu ten problém identifikovat, když tedy přichází. Tím, že ho umím pojmenovat, s ním umím i pracovat“, nejenom však pracovat „Umím identifikovat ten problém a tím pádem mu umím v drtivé většině předejít“. Neméně významným prvkem je dřívější povšimnutí „Předtím jsem se svojí agresivitu bál a teď už jí naslouchám mnohem dřív ... už když mi něco trochu vadí, tak hledám, kde je ten zdroj“. Kromě identifikace problému, jeho pojmenování a dřívějšího povšimnutí byly do předcházení konfliktům

zařazeny výroky vypovídající o rozpoznání příznaků (např. jak vzniká vztek) a o předvídání (předejít) incidentu. Celkem se takto vyslovilo 5 účastníků.

Na předcházení konfliktům neodmyslitelně navazuje používání **stupnice vzteku a práce s tělesnými signály** a fyzickými projevy, byť se tato skupina výroků prolíná s kategorií Prvků zvyšujících efektivitu, jež budeme probírat níže. K dobře zvládnuté stupnici vzteku je potřeba *„Poslouchat svůj vztek, naštvaní, rozladění, celou tu škálu, ujasnit si, jak to vlastně mám, nějak jsem si to protřídil do toho žebříku, pojmenoval jsem si ty části, mnohem líp jsem se naučil vnímat, když mi něco vadí“*, a taky si uvědomit, že *„Vztek má prostě několik úrovní, snažíme se ho jako uchopit v momentě, kdy ještě je zvladatelný, a kdy prostě nad tím prostě máme kontrolu my, a ne on nad námi ... a když teda člověk umí poznat, kde se zrovna nachází, tak pak má mnohem víc možností, co s tím dělat a kdy s tím dělat“*, neboli jak shrnul jeden z respondentů *„Technika žebříku, že si člověk uvědomuje, že když zůstane v klidu, má velké pole působnosti, doleva, doprava, dopředu, dozadu, ale když už se dostane do vyhrocené situace, vidí zúženě“*, a když vidí zúženě nastává tzv. *„Jednosměrka, kdy už fakt není cesty ven, a musíš utéct“*. Aby bylo možné využívat stupnici vzteku, je nezbytná zkušenost, *„Že s projevy strachu a vzteku souvisí tělesný rozpoložení, takže se dá pracovat s dechem a zjišťování svých fyzických projevů“*, protože *„To tělo vlastně na to reaguje dřív, než my to vycejtíme, to znamená, že u mě je to třeba, že tady to u té bránice, to břicho, že jako to chvění, mám to v žaludku“*. Z toho důvodu se v rámci programu *„Učíme jako všimnout si fyzických nějakých signálů, který cítíme v těle, když nabíhá vztek“* nebo rovněž *„Držet něco v ruce a mačkat to, až mě to bude bolet, že prostě klesne zase ten můj vztek“* (pozn. klient mluvil o ostrém předmětu, jehož stisk by ho přivedl zpátky do jeho těla, resp. fyzická bolest by ho upozornila, že začíná ztrácet kontrolu). Stupnici vzteku či práci s tělesnými projevy zmínilo 8 respondentů.

Další návaznost je nasnadě a lze ji spatřit v technice **Time out** či **STOP** nebo jednoduše ve **fyzickém odstupu** z konfliktu. Opět se jedná o hraniční subkategorii, která spadá i do Prvků zvyšujících efektivitu programů. Time out doslova znamená *„Písknout poločas ... rozpoznat nebezpečí, že je mi něco nepříjemné, nebo že jsem ve fázi, kdy se přestávám ovládat, že je čas odejít nebo přestat v debatě“*, přerušit diskuzi a také *„Jít do jiný místnosti, a když tam za mnou přijde, tak zase odejít“*. Time out může podle slov jednoho z probandů vypadat například tak, *„Že prostě nemám to vygradovat, že mám třeba bouchnout dvěřma a odejít. Neodejít na pivo, maximálně si dát tu cigaretu a minimálně 10*



*minut někde pobejt v prostoru ... to vlastně byla první rada, kterou jsem tam dostal nebo dá se říct, na kterou jsem já reagoval a kterou jsem si vyzkoušel“.* Klient po absolvování programu si umí ohlídat vlastní hranice „*Když mám pocit, že už bych to nezvládal, tak řeknu – už je to moc a odtrhnu konverzaci“* a považuje za správné, že „*Některým lidem dokážu říct stop“*. Time outem, stopkou a fyzickým odstupem se zabývalo 6 účastníků.

Od uvědomění a přemýšlení, přes předcházení konfliktům a rozpoznávání signálů se dostáváme k poměrně široké nabídce alternativního zvládnání. **Alternativní zvládnání násilí** pokrývá škálu od tzv. **nic nedělání** až po výraznou **fyzickou aktivitu**. Základním předpokladem je vědomí, že „*Ty emoce, který tam jsou, že jde je vypustit jinak než fyzickým násilím“*, pak už následují různé druhy náhrad „*Nicneděláním, třeba když jsem předtím doma slyšel, že tam začíná nějaká nestandardní situace, tak jsem tam přiběhl. Dneska chvilku počkám a přijdu tam za chvilku“* či „*Mluvením, domluvou, nebo že jdu pryč“*. Zklidnit může i „*Ta práce ... tam se vybouřím“* nebo kombinace „*Mluvení v klidu, dýchání, počítání“*, rovněž snaha „*Nebrat si věci osobně, jako osobní útok na sebe. Kritika, která mi vždycky vadila, snažím se jí brát, jakože to není informace o tom, že jsem špatnej člověk, špatnej manžel, ale snažím se jí brát věcně jako věc ... co konkrétně je špatně“*. Ukázkovým příkladem dobře zvládnuté alternativy je absolvent, který uvádí „*Já se na chvíli nadechnu a začnu přemýšlet, že vlastně dostanu čas navíc ... když se chci uklidnit, tak zpomalím řeč a začnu víc dýchat“* nebo alespoň věta typu „*Jestli chceš se vyřvat, tak pojď ven, aby u toho nebyly děti“* (pozn. takto zareagoval klient při partnerském konfliktu). Pro mnohé frekventanty je jednodušší „*Když je nějaký problém a místo toho než bych se rozčiloval, tak já se sbalím, vezmu si psy, půjdu se projít nebo si zaběhat, a nebo jdu do chlíva ke zvířatům ... já si jdu dělat svoje ... za hodinku se vrátím a je klid“*, čímž se v podstatě vracíme k výše probranému Time outu „*Jdu ven ... čekám, dokud to nepoleví“*, který bez pochyby patří k alternativnímu zvládnání násilí. Zvládat násilné tendence jiným náhradním způsobem se naučilo 11 respondentů z celkových patnácti, a když připočteme probandy z Time outu dostaneme se na číslo 13 z 15.

Výraznou proměnou jsou **změny v komunikaci a jednání s lidmi**. Klienti postupně objevují, že „*I na nepříjemnou otázku se dá odpovědět jinak a slušně, můžu třeba použít jiné druh komunikace“*, někteří teprve na programu odhalují „*Základní pravidla rozhovoru ... mi to připomíná, že musím brát ohled na to, co mi ten druhý říká ... počkej ty to říkáš asi proto, že se ti v hlavě něco děje, tak asi nebudu říkat, že je to blbost, ale zkusím*

ti říct, že na to mám jiný názor“ a další podstatné pravidlo „Nechat někoho domluvit, tam jsem to slyšel poprvý v životě“, nebo jen náhled „Můžou být různé postoje, nemusím vždycky přesvědčit toho druhého o tom, že mám pravdu“. A jak to u respondentů funguje v praxi? „Pomáhá mi to aplikovat upřímnou a otevřenou komunikaci ... jsem schopný říct si, když je mi něco nepříjemné, což odstraní stres jak na mojí straně ... tak ve všech okolo“, mnohým program pomůže vůbec začít s komunikací „S manželkou komunikuju, ona komunikuje se mnou, když se jí něco nelíbí, tak to musí říct, když já zvýším hlas nebo zakřičím, tak ona na to musí reagovat, upozornit mě na to, a to nám prostě pomáhá k tomu, k té komunikaci, která předtím u nás nebyla ... si sednem a rozeberem ten problém ... uděláme to teda takhle a takhle, souhlasíš s tím a ona řekne jo, nebo vymyslí jinou variantu“ a v extrémním případě to dopadne prozřením „Je to úplně stejná rodina, stejné děti, stejná manželka, ale chováte se k těm lidem úplně jinak, berete je už jako dospělé lidi, každý má své práva, své povinnosti, doma je demokracie, předtím to byla vláda jednoho člověka, dneska je to demokracie, každý může sdělit svůj názor, nic mu za to nehrozí, doma je obrovské klid“. Klienti neopominuli ani jemnější nuance v komunikaci jako „Naslouchání a vyjednávání“ a skoro až dětskou radost „Když řeknu ta zelená je hezká, nebo mně se ta zelená líbí, a já v tom zjevně vidím rozdíl“. Změnu v komunikaci a jednání s lidmi zaznamenalo 9 absolventů.

Skrze „přeměněnou“ komunikaci lze **nově nastavit** (pozměnit) i **vztahy v rodinném kruhu a vytvořit lepší pravidla** vyhovující všem zúčastněným stranám. Není proto výjimkou výrok „Ted' dodržuju takový ty její pravidla, což znamená nebejt na ni sprostěj a samozřejmě prostě nedotýkat se jí v nějaký hádce“, nebo domluva „Pokud nastane nějaký problém, tak mi to buď řekne hned, nebo mi to zavolá nebo si sednem a problém řešíme“. Výstižně to popisuje souvětí „Když jsem se vrátil k té rodině, tak jsme si řekli jasně, nastavíme si nové pravidla, který jsme vůbec neměli, protože jsme žili v nějakých kolejkách“. O novém nastavení vztahů v rodině či tvorbě pravidel se nezapomněli zmínit 4 účastníci.

Ke změně komunikace (chování, jednání) a k novému nastavení rodinných (i dalších) vztahů nepochybně přispívá **jiný úhel pohledu a nadhled**. Klienti oceňují především přivedení k tomu, že „Je možnost se na to podívat z různých úhlů pohledu“ a „Že jsem si potom získal nějaký nadhled“. Téměř nostalgicky pak zní věty „Najednou člověk vidí

všechno trošičku jinak“ a jedinec navštěvující program „*Líp hodnotí různé situace*“. Přesně 4 dotazovaní uvedli nynější kategorii ve svých odpovědích.

Významnou subkategorii je jednoznačně **sebeovládání** (vím, jak zacházet se sebou a s emocemi) **více klidu** (méně impulzivity, méně strachu, násilí se nestupňuje, vím, co mám dělat), znovu získání **sebevědomí** (důvěry ve své schopnosti) a **asertivita**. Za pomoci programu „*Vím jak zacházet sám se sebou, jak zacházet se svezma emocema, se svým životem, jak zacházet s okolím, což je věc, která do té doby mě vůbec nezajímala*“, terapie dále zapříčinila „*Větší ovládnutí vlastních emocí*“, zkrátka díky kurzu „*Vím, co mám dělat*“, protože „*Dneska umím ovládat sám sebe ... už na sebe umím koukat jako na loutku ... a může se ovládat jako nějakou marionetu*“. Respondenti shodně reflektují „*Snažím se být víc klidnější ... už nejednám tolik jako impulzivně*“, mají radost, že „*Už to neřeším tak emotivně ... já jsem se zklidnil*“ a dokonce neskrývají „*Mně se líbí, že to mám pod kontrolou ... jsem daleko klidnější ... až to není jako zdravý, v jakým jsem klidu*“. Ještě rozsáhlejší změnu klienti zaznamenávají, pokud dojdou k poznání, že „*Předtím jsem se svojí agresivitu bál ... předtím jsem byl odříznutý od té agresivity tím, že jsem si jí zakázal ... teď už jí naslouchám mnohem dřív*“, čímž opět dojde ke zklidnění „*Jednám rozvážněji, jsem klidný a vyrovnaný*“. Vyšší míra sebeovládání, uvědomění a zklidnění se bezpochyby podepisuje na sebevědomí (sebeúctě) absolventů „*Já z toho těžím důvěru ve své schopnosti*“, zkrátka „*Jsem zas sebevědomý, ale nejsem agresivní ... umím se ovládat*“. V partnerství (manželství) se to pak projevuje například větou „*Jsem ve vztahu více asertivní, umím říct věci, který mi vaděj dřív než to přeroste v to, že budu hnusnej*“. Probandi taktéž deklarují, že „*Za ten rok kdy tam docházím, se to nestupňuje*“, a to především z důvodu znalosti jednoduchého pravidla „*Nemám čekat na to, až to bude prostě vyhocenější a vyhocenější*“. Nad sebeovládáním, zklidněním, sebevědomím a asertivitou se pozastavilo 11 oslovených klientů.

Poslední změnou, na kterou byla cílena i jedna z pokládaných otázek, je **přijímání zodpovědnosti za své chování**. Respondenti si vesměs uvědomovali zodpovědnost za své jednání pod vlivem negativních emocí, výjimkou byl klient, jenž přenášel zodpovědnost na partnerku „*Když do mě hučí ... já jsem si vlastně dal kouli na nohu ... a pak ten nevděk ... prostě do mě reje. Jako mě nic jinýho nevadí ... jako ty výčitky mě vaděj*“. Jiný frekventant dosáhl jen polovičního náhledu „*Cítím zodpovědnost za nějaký věci ... víc si uvědomuju vlastně, co by mohlo nastat*“ x „*Samozřejmě že za to můžou oni a*

vynadám jim“. Někteří dotazovaní podotýkali „Zodpovědnej jsem byl i předtím“ nebo „Já jsem si vždycky byl vědomej toho, že jsem za to svoje jednání odpovědnej“, což naznačuje, že několik jedinců přijalo zodpovědnost již před nástupem do programu. Jednoduše „Mně se na tom nic nezměnilo, protože když jsem vybuchnul a někomu bych ublížil při tom výbuchu, tak tu odpovědnost za to nesu já“, důležité však je „Myslím, že je to stejný, jen s tím teď umím pracovat“. U ostatních odpovídajících je možné zachytit „Já vím jak moc jsem zodpovědnej za každej krok kterej udělám“, protože „Za ten průběh si můžu já, on se mě může snažit manipulovat, ale je na mých schopnostech, jestli se k tomu nechám natlačit ... tu odpovědnost cítím setsakramentsky a dřív jsem se samozřejmě schovával, že on mě doved do tý situace a dneska to rozhodně neříkám. Dneska si říkám, to jsem tam neustál.“ a také „Vím, že s tím můžu něco dělat, a když s tím nic nedělám, tak je to moje chyba“. Výrazný posun nastává, když „Předtím jsem bral zodpovědnost za svoje chování do chvíle, než jsem našťvaný, a pak za to mohl ten člověk, kdo mě našťval ... mi došlo, že takhle to nefunguje ... takže potřebuju si vzít zodpovědnost i za to, co dělám v rámci toho, že jsem našťvaný ... obrovský skok ve zvládnání vzteku, najednou to byl problém, ne který se mi děje, ale můj problém“, poté na programu „Jsme se naučili rozlišit tu emoci od toho chování, který ve vzteku děláme. S tím že za to, jaký cítíme emoce, zodpovědný nejsme, někdo cítí v tu chvíli strach, někdo bolest, někdo úzkost, někdo vztek, ale jsme pořád zodpovědný za to, co teda pak uděláme“, a tudíž vím, že „Je to na mém chování, děti nemohou za násilí, ani ženu nemůžu trestat za to, že mě prudi“. Všech patnáct respondentů bylo dotázáno, zda pociťují změnu v přijímání zodpovědnosti. Z toho jeden respondent neodpověděl, jeden proband nedosáhl náhledu, tedy ani přijetí zodpovědnosti za své činy a u jednoho byla odpověď rozporuplná (na jednu stranu reflektoval změnu odpovědnosti, na druhou stranu výroky změně neodpovídaly). Zbylí účastníci se rozdělili na dvě skupiny: a) přijetí zodpovědnosti již před vstupem do programu = celkem 4 respondenti; b) vyšší míra přijetí zodpovědnosti po absolvování programu = celkem 8 respondentů.

Na závěr vyhodnocení druhé výzkumné otázky bych ráda uvedla skutečnost vypovídající o tom, že nejsilnější zážitky po dobu trvání programu se týkaly **radosti ze zvládnutí náročné situace**, podle znalostí a dovedností získaných na programu „Největší radost je z toho, když něco zvládneš“. V odpovědích je zřetelná snaha využívat doporučení a rady z jednotlivých setkání „Byly vyložené situace, kdy teda byla nějaká hádka, nějaký konflikt a já jsem si to fakt dokázal zvládnout podle těch jako návodů ... takže sice to byl jakoby negativní zážitek ve smyslu – byla to hádka s manželkou – ale byl to zároveň pozitivní

*zážitek ve smyslu – byla to zvládnutá hádka“*, a občas „*Se mi podařilo vystoupit z té debaty ... odstoupit od toho konfliktu a neřešit to“*. Někteří se spíše snažili předejít konfliktu „*Jsem v nějakých situacích pomocí těch doporučení nebo metod snažil tomu konfliktu zabránit a někdy se to třeba i povedlo“*, jiní konflikt alespoň nestupňovali „*Vzal jsem si time out ... fyzicky jsem prostě odešel z domova a přišel jsem až po nějaké době ... už to nebylo tak vyhocený“*, vždy se však odpověď vztahovala k otázce nejsilnějšího zážitku z období trvání programu. Radost ze zvládnutí poznamenalo 5 respondentů. Za zmínku rozhodně stojí, že jeden z těchto pěti respondentů se nenechal unést pouze radostí ze zvládnutí, ale dosáhl sebereflexe „*Nejsem úplně spokojený s tím, že v některých životních situacích prostě nezareaguju tak, jak bych si přál. Racionálně asi vím, jak bych chtěl reagovat, ale ty emoce asi převažují, takže se mi to někdy nepovede ... mě to prostředí nebo situace natolik zaměstnává, že to vzpomínání na metody je hrozně problematické“*.

### 11.4.3 Odpovědi na 5. výzkumnou otázku

Účastníci výzkumu si povšimli skutečně mnoha změn souvisejících s navštěvováním programu pro původce násilí. Nyní se však přesuneme k elementům (vycházejícím ze získaných odpovědí), které by mohly sloužit ke zkvalitnění stávajících či nově vzniklých programů. Budeme odpovídat na pátou výzkumnou otázku:

#### Jaké prvky zvyšují či snižují efektivitu programů?

- Úmyslem této otázky je zachytit silné a slabé stránky programů, případně předat návrhy a doporučení na zkvalitnění programů.

Odpovědi budou rozděleny do tří velkých trsů: a) prvky vycházející ze skupinové práce, b) prvky týkající se konkrétních metod, technik a nástrojů, c) doporučení, návrhy a typy ke zlepšení.

#### Prvky vycházející ze skupinové práce

Odborníci si neustále kladou otázku, zda programy mají být vedeny individuální formou či bude lepší model skupinové terapie. Oslovení respondenti jednoznačně poukazují na výhody, která v sobě skrývá **skupinová práce**. V odpovědích se doslova objevovalo „*Je skvělý model té skupinové terapie ... je to výborný model nějaké reflexe“*, například „*Ta skupina je jakoby forma toho, jak si připomínat, že ten problém někde je, že by se mohl objevit a vlastně mi umožňuje ... reflektovat, jestli se tam ty cykly neobjevujou“*. Souhrnně

řečeno klientům vyhovovalo, „*Že to je skupinka, že to není prostě individuální terapie*“, minimálně skupinová práce dokončila to, co se započalo na individuálních sezeních „*Vliv tam je, k tomu dobrýmu. Nevím, jestli za to ,může primárně ta soukromá terapie, která byla vlastně na začátku. Já se domnívám, že ano, a že teď se to jako vybrušuje, doladuje přes tu skupinovou*“. Pro skupinovou práci se vyslovilo celkem 6 klientů.

Neopominutelnou součástí skupinové práce je **vyslechnutí**, možnost **svěřit se** a vědomí toho, **že na to člověk není sám**. Nejvíce klientům pomohlo „*Že jsem se moh svěřit nějak někomu*“, mnozí poprvé zažívají, co to je, když „*Oni si vás tady vyslechnou ... kousek ze sebe, jakoby dostat ty emoce*“. Možnost důvěrně se svěřit někomu, kdo bude naslouchat, je důležitá, protože „*Kamarádi jako kdyby měli špunty, kdežto ta skupina ne ... a díky tomu, že je tam nějaký odstup těch lidí, tak je někdy lepší ten problém říkat cizím lidem, než těm úplně nejbližším, protože paradoxně to oni neslyší*“, a pak nastává moment „*To že se někomu svěříte a někdo vám s tím pomůže a poradí vám ... za to jsem vděčnej*“. Na vyslechnutí a svěřování se narazilo ve svých odpovědích 5 probandů.

Zdá se, že nejsilnějším elementem skupinové práce je **sdílení**, samotná **komunikace s lidmi** a **příběhy jiných** osob. Sdílení je ještě o krok dál než jen pouhé vyslechnutí, byť na sebe tyto dvě kategorie navazují. „*Já jsem strašně vděčnej za to, že mám místo, kde se o tomhle problému svým mužem bavím, a kde ho můžu řešit. To je téma, který si prostě nevezmu s sebou do hospody za kamarádama, nebudu to probírat s nikým. Jenom s chlapama, který maj ten stejnej problém a s odborníkama u toho*“, vděčnost je pravděpodobně na místě, protože nejvíce pomáhá „*Mluvit o tom ... a tím si odblokovat to, že vztek není zakázaná třináctá komnata, která je tabu*“ a „*Líčit nějaký svoje příběhy, vyslechnout ostatní*“ nebo už jenom „*Možnost vypovídat se, mluvit o problémech s ostatními*“. Sdílení musí dodržovat pravidla upřímnosti, zásady neodsuzování a nebát se podrobného popisu „*Určitě je tam fajn, že ty lidi jsou k sobě upřímní*“ a „*Mohl jsem o všem mluvit a nikdo mi nic nevytýkal*“. Krásné shrnutí nabízí následující věta „*Vnímáte ty životní příběhy ... snažíte se poučit z jejich příběhů ... v tom je síla té skupiny, v tom, že vlastně sdílíte s těma lidma nějaký jejich problém, a tím řešíte svůj problém*“, z toho důvodu se klade požadavek (a účastníci ho vřele vítají), aby každý ze skupiny měl prostor k mluvení a je vybízen ke sdílení. Všeobecně se ke sdílení a komunikaci s lidmi vyjádřilo 13 respondentů z celkových patnácti.

Díky sdílení může následně docházet k další kategorii výroků, a tou je **srovnávání s ostatními** (hledání podobnosti a odlišnosti) a poznání, že **nejsem jediný**, kdo má obdobný problém. Jak podotkl jeden z klientů „*Sice ty naše příběhy jakoby životní nejsou stejné, ale v něčem ano ... jsou rozdílné, ale v něčem jsou podobné*“ a možná ještě výstižněji „*Mám možnost slyšet příběhy ostatních, který jsou někdy podobné, jindy se s nima můžu úplně zidentifikovat, že vlastně prožívám to samý. Někdy jsou to příběhy, kdy já to prožívám jakoby opačně, v té druhé roli, než oni popisují. Někdy je to úplně něco jiného, ale zase je to ten stejný vztek za tím*“. Na programu se mimoděk dozvíte, že „*Není malý problém ... že i ten můj je hrozně důležitý nebo možná hrozně seriózní, protože to má podobné průběhy ... člověk si řekne, já jsem se takhle daleko nedostal, a když nad tím začne přemýšlet tak si říká ne, ty jsi vlastně jenom krůček za ním, protože taky děláš něco, co nechceš*“. Skrze podobnosti a odlišnosti v příbězích přijde poznání „*A pak jsem si uvědomil, že jako asi nejsem jedinej, kdo má prostě nějaký problémy*“ nebo „*Že jsou na tom i jiní lidi podobně a mají i vážnější problémy*“, zkrátka „*Čtyři chlapi, každý jsme úplně jinej ... ale přitom pak bych řekl, že jsme stejný ... já nejsem sám, ty máš ten samej průser*“. Problém nastává, když účastník shledá „*Já jsem si připadal jako úplně osamocenej v tom, že ty ostatní účastníci neměli ten samej problém jako já ... neslyšel jsem tam jedinej příběh, kterej by byl jakoby blížkej tomu mému, takže já jsem neměl moc srovnání*“ (pozn. tento klient se několikrát vracel k tématu chybějícího srovnávání). Srovnávání se stalo klíčové pro 7 absolventů, plus jednomu klientovi srovnání scházelo a ocenil by ho.

Přes vyslechnutí (možnost svěření se, pocit „nejsem na to sám“), sdílení (komunikaci s lidmi, vzájemné popisování příběhů) a srovnávání (poznání „nejsem jediný“) se dostáváme ke složce označované jako **zpětná vazba** neboli **předkládání názorů a rad** k vyslechnutému. Sdílení by bylo jen polovičaté bez „*Reflexe od ostatních*“. Jinými slovy, nesmí chybět „*Interakce s ostatními ... vlastně to dává pocit jakoby zrcadla*“. Ve skupině tudíž platí „*Názor toho každého byl zajímavý*“. O zpětné vazbě (důležitosti náhledů ostatních) hovořilo celkem 6 dotazovaných absolventů.

Aby mohla skupinová práce probíhat ve správném duchu, musí být zajištěna přílehlavá **atmosféra při setkáních**. Atmosférou při programu je myšlen především pocit bezpečí „*Tam jste prostě v uzavřené skupině, jasně je daný, že to co se tam řekne tam prostě zůstane, nic se ostatním nesděljuje*“, místo, kde lze důvěrně a otevřeně hovořit „*Ačkoliv to*

téma je jako dost těžký a dost nepříjemný, tak tam se o tom jako můžu fakt s pocitem bezpečí bavit, rozebírat a jako necítím se u toho špatně. Kdybych tohleto někde řešil s kamarádama, tak bych se cejtíl prostě, že o sobě říkám něco jako špatnýho, věděl bych, že jako klesám v jejich očích a podobně, prostě různý jako nepříjemný pocity s tím spojený, ale tady fakt jako se cejtím bezpečně, že to můžu probírat a jsem za to vděčnej ... je tam pochopení jakoby nějaký mezi náma všema“. K pocitu bezpečí přispívají „Pravidla diskuze ... taková malá věc, ale docela výrazná, když se sejde prostě šest lidí, který se baví o tématu, který je emoční a vlastně jsme schopný si neskákat do řeči“, na začátku programu „Se dohodne řád, dohodnou se pravidla“. Kromě důvěrného prostředí, není na škodu, když je nastolena „Přátelská atmosféra ... to prostředí je tam takové, aby se všichni cítili rovní ... možnost důvěry“. Atmosféru při rozhovorech zmiňovalo 6 probandů.

K vhodné atmosféře bezpochyby patří adekvátní **výběr členů skupiny**, který posléze tvoří kolektiv spoluúčastníků. Nejedna respondent si uvědomuje, že „Spíš jde asi o ty lidi v tom kolektivu. Někdo jako chce spolupracovat, někdo je takovej jako ... dělá si z toho srandu prostě ze všeho“. Podle jednoho z účastníků je důležitá „Selekce toho, jestli někdo, kdo se na takovej kurz hlásí, jestli se tam vůbec hodí ... takže já jsem s tím psychologem hovořil a to ve mě vyvolalo ohromnej pocit serióznosti a odborný výše“, aby nenastala situace (jiného frekventanta) „Ti chlapi ... měli trošku odlišnej problém se zvládním vzteku než já“. Zmíněný jedinec by potřeboval „V ideálním případě ... že bych tam byl s dalšíma lidma, který maj taky problém vyloženě s tadytím druhem jakoby násilnýho chování“. Výběrem kolektivu se zabývali pouze 4 kurzanti, přičemž jeden z nich byl nespokojen s výběrem.

Součástí kolektivu je samozřejmě také **lektorský** či **terapeutický tým**. Při otázce, zda došlo k povšimnutí prvků zvyšující efektivitu se hojně odkazovalo na „Tam bude velký vliv mít ty, kdo to pořádá, kdo to vede“, už jenom „Samotnej ten fakt jako, že ti psychologové, co to vedou, tak jsou jako velice kompetentní v týhle věci a uměj vytvořit prostě nějaký takový prostředí důvěry, kde se člověk nebojí to prostě otevřít“. Není potřeba, aby se terapeut stavěl do nadřazené role „Je fajn, že tam není na první pocit nebo na první pohled vidět, kdo je kdo ... kdo to vlastně šéfuje“, naopak nepovyšování vzbuzuje „Velkou důvěru v to vedení ... ti psychologové ... se staví do takové neříkám úplně rovnocenné roviny jako ti frekventanti, ale jsou jim hodně blízko ... jsou jen o malinký stupínek výš ... člověk jako cítí tu autoritu“. Bez odbornosti a rovnocennosti to pochopitelně nejde, ale „Důvěru, kterou k nim mám, zvyšuje i to, že oni připouští lidskou chybu“. Za vhodnou techniku byly



považovány „*Otázky lektorů cílené na klíčová témata, rozproutění komunikace*“. Klienti se též vyjadřovali k zastoupení ženy v lektorském týmu „*Je podle mě důležitý, aby tam byla zastoupená žena v tom rámci psychologů, a je asi lepší, když je tam víc než jeden* (pozn. myšleno víc než jeden terapeut) ... *ten ženskej pohled nám přidává něco, co se jinak nedá zachytit ... zabraňuje takovému tomu jako, abychom se tam všichni neshodli, že ženský jsou ... samozřejmě je tam i tet terapeut, kterej jakoby to taky reflektuje, ale ta zpráva, kterou on podává tak tím že je jako muž, tak když bude hájit ženu, tak to nebude tak výrazný*“, naopak jednomu účastníkovi nevyhovovalo a vadilo „*Že tam jsou psycholožky ženy ... mladý psycholožky, co nemají zkušenosti*“. Na druhou stranu ten samý respondent v jiné části rozhovoru uvedl „*Pracovníci byli fajn, respektovali mé potřeby*“. Zpětnou vazbu k lektorskému (terapeutickému) týmu podalo 7 absolventů programů.

### **Prvky týkající se konkrétních metod, technik a nástrojů**

**Metody, techniky a nástroje** všeobecně přispívají k vyšší míře subjektivně vnímané efektivity. Například na otázku, přišel Vám program efektivní, přišla odezva „*Pro mě určitě v těch nových metodách*“. Klient nabývá jistoty a ví, co zabírá „*Mám nějaký nástroje, jak z toho vystoupit, že prostě nemusím bejt otrokem tý situace ... ten scénář není jenom jeden, ale mám jako větší svobodu volby*“, absolvent odchází z programu klidnější „*Jsem rád, že mi dali nějaký jako nástroje*“. Na obecné úrovni se o metodách a nástrojích nezapomněli zmínit 3 účastníci. Výše už jsme popsali techniky jako stupnice vzteku, práce s tělesnými signály a time out, zde už proto nebudou znovu probírány i přesto, že patří ke stěžejním a hojně využívaným nástrojům (které jednoznačně patří k silným stránkám programů).

Jednou z klíčových metod v rámci programů se obvykle stává **edukace** neboli **teoretické znalosti** o problematice (domácího) násilí a s ním souvisejících emocí. „*Mám spoustu teoretickejch novejš informací*“, například se vyučuje „*Jaké jsou role muže a ženy*“, nebo „*Čemu vlastně říkáme násilí, jak se můžou sbírat stresory, kterých jsme si ani nevšimli za ten den ... že násilí není jenom fyzické, že násilí je psychický, násilí je sociální ... že třeba latentní násilí je věc, která existuje*“, a rovněž se klade důraz na to, „*Co jsou to emoce a jakým způsobem mají odcházet ... ty emoce tam prostě jsou a budou, že to prostě nejde jako si vzít prášek a že nebudou*“. Edukace a teoretických poznatků se dotklo 5 frekventantů.

Teorii by měly vhodně doplňovat **příklady z praxe a praktické metody**. „*Mně přišlo přínosný, když ... se uvedly vyložené praktický metody*“, někteří dokonce chtěli „*Víc konkrétních příkladů, míň teorie ... audiovizuální techniku do toho zapojit ... příklady jiných, jak se člověk může poučit*“, a jeden klient reflektoval dokonce funkční návod „*Nechat lidi vykecat a využívat jejich příběhy jako na pochopení ... jako příklad, na kterém něco ukázat*“. Záležitost příkladů z praxe a praktických metod byla zjevně významná pro 3 účastníky.

Konkrétní technikou může být **rozvoj empatie**, například prostřednictvím **hraní rolí** či za pomoci přímého **prožitku**. Rozvoj empatie je v kontextu programů pro původce násilí pojímán jako přivedení k tomu „*Co cítí druhá osoba ... jako to uvědomění si, že ten druhý se nás vlastně bojí ... uvědomění si, že ten druhý člověk má nějaký pocity, a že my na něj nějak působíme*“. K vcítění se do jiné osoby pomáhá prožitek, „*Když jsme si zahráli na ty malý děti, to jsem říkal, že to byl tak skvělej nápad ... mě by to jako nikdy nenapadlo se vžít do toho dítěte ... taková scénka jako, že se rodiče hádaj a já jsem to dítě, který to poslouchá*“. Tuto „hru“ popisuje další klient slovy „*Jsmo si hráli na rodiče a děti ... pochopil jsem asi jak ty děti se cejtěj v tý hádce ... jsme si tři sedli do prostředka jo, dělali jsme, sklopili hlavy a ted'ka kolem nás chodili a jakoby se hádali*“. Nejenom zážitek v roli (pozici) dítěte, ale „*Co nejvíc pomohlo, byla vlastně taková hra, kdy jsme si měli představit, že teda jako si pozvali vlastně naše partnerky na tu skupinku ... s tím, že se teda asi víte, že prostě váš partner chodí na nějakou skupinku ... a prostě v podstatě my jsme seděli v tom křesle jakoby za svoji partnerku a vlastně jsme se bavili s tím psychologem jakoby z jejího pohledu ... to byla věc, která prostě strašně pomohla nějaký empatii*“. Rozvoj empatie zanechal stopu v 5-ti oslovených osobách.

Programy často využívají metod **práce s tělem**, především **relaxace a kontrolované dýchání**. Mimo výše popisované stupnice vzteku a práce s tělesnými projevy, do této kategorie spadá úvodní (zahajovací) „*Relaxace ... tak to hrozně zafunguje, že se jako ten venek ztratí, že je vlastně pryč a máte čas vnímat ty lidi okolo, ty myšlenky v tý hlavě si nějakým způsobem prostě srovnat ... člověk se dostane do nějaký bubliny ... neplácáte nesmysly, netaháte z tý ulice*“. Zahajovací meditace se koná vždy na začátku každého setkání „*Pomáhá ... abychom se soustředili ... na to že jsme na tý skupince*“. Navíc vědomá (či přímo řízená) „*Relaxace pomáhá na to si uvědomit ... prostě nás vytrhnout z toho vzteku a uvědomit si, že jsme vzteklý*“, za zmínku například stojí „*Progresivní*

*technika zatínání svalů. To na mě zabírá moc dobře, když se potřebuju uvolnit a odstresovat se“.* Jak bylo již výše řečeno, práce s tělem se prolíná i jinými otázkami. Ve smyslu relaxačních technik se o práci s tělem zajímalo 5 probandů.

Za další prvek je možné považovat odkrývání **osobní historie** jednotlivých klientů. Některým přítomným napomáhá k pochopení *„Probrat nějakou svoji životní historii, odkud se v nás může brát prostě nějaký vztek“.* Přínosem může být rovněž *„Vidět studenta, kterej vlastně reflektuje to, že to pravděpodobně zdědil od rodičů“*, protože třeba *„Pro mě to bylo jakoby celkem standardní forma trestu ... tak teď jakoby se musím učit, že úplně asi tadyto nelze aplikovat ani na svoje děti, a ni na svoje nejbližší“* a člověk se poté musí vyrovnat s tím, *„Že vlastně hromadu z toho na nás páchali rodiče, a tak jsme to nějak zafixovali jako takhle se to dá dělat“.* Odhalování osobní historie se dotýkalo 4 zúčastněných.

### **Doporučení, návrhy a typy ke zlepšení**

Jedno z hojně podotýkaných doporučení je **potřeba návazné** (dlouhodobější) **práce** a nezbytnost **opakování** a neustálého **připomínání**. Jeden z klientů tuto potřebu popsal velmi trefně *„To není jakoby léčba, ale je to prevence ... mi to vlastně připomíná, že bych na to neměl zapomenout ... problém je dlouholetý a nezmizí ... takže pro mě je to tak, že je to forma tý prevence ... tam je hrozně důležitý ten prvek toho si připomínat, že to konfliktní jednání tady pořád je ... že sklony k tomu chování pořád mám“.* A další si uvědomují, *„Že by na sobě člověk měl ještě víc a víc pracovat ... nejde to ze dne na den“* a *„Je to ještě takovej domácí úkol jako na dlouhou dobu dopředu“.* Požadavek na další (pokračující) práci a opakování vzneslo 6 dotazovaných.

Ostatní doporučení vyvstávají spíše od jednotlivců či menšího počtu oslovených klientů, přesto jsou hodny naší pozornosti a úvahy nad nimi. Stručně si je tedy shrňme:

- **přidat více času:** *„Nám jakoby vždycky chyběl čas na to, abychom se dopovídali“*, *„Myslím si, že dvě hodiny by byly lepší ... často jsme museli utnout věci, který by asi stálo za to dokončit“* (pozn. ve zmiňovaném centru trval program hodinu a půl), *„Většinou jako přetahujeme, protože neumíme skončit, je to natolik zajímavý..“*
- **klient musí chtít** (musí mít motivaci a uvědomovat si vlastní chybu): *„To je spíš taková pomoc pro lidi, který jako se chtějí.. (pozn. změnit), nebo jako oni chtějí jo třeba, ale oni by to zvládli i sami, a nemuseli by docházet a ztrácet čas jakoby tady“*

že jo, když můžou bejt třeba v práci“, stručně řečeno „Každýmu bych to doporučil, ale musí tam přijít s tím, že chce, aby mu ta skupina pomohla“, protože „Myslím, že kdyby tam mezitím byl někdo, kdo to má povinný a my jsme tam byli jako dobrovolně, že by ten, co to by tam byl povinně, tak by asi nezapadnul“

- dbát na **bezpečné prostředí**, navození důvěry, odbourat pocitu studu a nepříjemnosti při sdílení: „Vám je to samozřejmě ze začátku trapný, protože je vám pětadvacet, myslíte si, že jako máte už něco odžito a že víte, a teď zjistíte, že vlastně vy nevíte, že neumíte žít ... zvládat sám sebe“, někteří ze začátku vůbec nevěděli, k čemu je dobré sdílet s ostatními (cizími) lidmi své průšvihy, „Otevřeně mluvit o tom, to bylo takový nepříjemný, jakoby jsem se za to i styděl trochu, co jsem proved ... ty soudy vlastně chtěj, abysme o tom mluvili přitom pak ty lidi ... se k tomu nechtěj vracet, ale s tím, že sem musíme docházet a mluvit o tom, tak jakoby se nám to vrací“
- k bezpečnému prostředí může přispět větší a podrobnější **veřejné prezentování**, o čem programy pro původce násilí vlastně jsou a nedocházelo by tak ke zkresleným představám: „Prostě jsem nevěděl vůbec, co si myslet o jakýmkoli druhu psychologický nebo psychiatrický, nebo jak se to řekne pomoci“ a „Člověk neví, do čeho jde, neví, co ho tam čeká ... moje první představa, že tam přijdu a bude tam namakaněj boxer ... a ten za to všechno, co já jsem té rodině dělal to tam ze mě vymlátí“, nebo také **zpřesnit informace** o cílové skupině „Měl jsem pocit, že tam budu brát prostě místo (pozn. ve smyslu zabírat místo ostatním, kteří to potřebují víc), a to se ukázalo jako úplně lichý“ a **širší osvěta** by mohla přispět **k nárůstu zájemců** o program: „Je mi strašně líto, že tam chodí relativně málo lidí, je to relativně uzavřená skupina“ (pozn. v této skupině byli pouze 4 účastníci)
- k navození důvěrnosti dále přispívá **tzv. postupný rozjezd**: „Ten začátek takovej pozvolna ... že jsme nezačli hned rozebírat, co se stalo ... hned se tam někomu svěřovat s problémem, kterej vlastně byl jenom v rodině do té doby“, **vědět dopředu**, jaké téma bude probíráno: „Zhruba jaký bude téma na příště a člověk se na to připravil a věděl, co se bude rozebírat“ a **nesklouzávat** ke genderovým stereotypům: „Čili to jediný, co mi prostě vadí, je, že vlastně ta oblast, to násilí, ty agrese, toho zlého, špatnýho, tak je vždycky forma muž vůči ženě ... osobně bych chtěl, aby to bylo zohledněný, teda na obě strany“

- k větší efektivitě by taktéž mohlo přispět **víc procvičovat** teoretické poznatky: „*Kdyby měli pocit ty moji instruktoři ... že to podstatný je tadyty informace (pozn. klient mluvil o modelu nezdravého zvládnání vzteku a o modelu odpovědnosti) zvládnout, měli by být důslednější v tom ... víc nás jakoby prosvištovat z toho“*, ale zároveň **vynechat odbornou terminologii**: „*Co by tam bylo potřeba trochu zohlednit je některý akademický výrazy ... ta terminologie je občas zbytečně, myslím si, že se to dá vysvětlit lidštěji“*
- a poznatek na závěr – **ideální je středa**: „*My jsme se vlastně shodli, že ten prostředek toho týdne, ta středa je úplně ideální, ke konci tejdne už člověk se vidí někde jinde, a ten začátek je ještě takovej člověk ještě routo.. rozdováděnej jako ještě že jo z toho víkendu“*

Další doporučení, typy a návrhy lze vyčíst i z předchozích uváděných výsledků a výroků, nebudeme je zde, proto znovu opakovat.

## 12. Shrnutí výsledků

Tato kapitola bude sloužit k přehlednému a velmi stručnému shrnutí dosavadních poznatků získaných z provedeného výzkumu. Veškeré podrobnější informace, včetně frekvence výskytů jednotlivých jevů, jsou dostupné v předchozích kapitolách nazvaných Výstup z „dané“ části.

**Sít' organizací poskytující pomoc původcům násilí** (neboli odpověď na 1. a 2. výzkumnou otázku)

Ke dni 31. října 2017 byly identifikovány **3 relevantní odborné zdroje** vypovídající o programech pro původce domácího násilí: Hájková, 2017, Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016, Teuchnerová, 2015. Mnohé další zdroje (např. Hořáková, 2007; ---) se též zabývají programy pro osoby nezvládající svou agresi, ale informace v nich obsažené nemají nosnou výpovědní hodnotu, resp. neposkytují jiné informace, než jsou zaznamenány ve výše zmíněných pramenech.

Ke stejnému datu bylo zaregistrováno **12 organizací** (z 26-ti oslovených), které nabízejí služby původcům (domácího) násilí: 1. LOM (Liga otevřených mužů); 2. SOS centrum DIAKONIE; 3. NOMIA (původně ADRA); 4. VIOLA (program pod intervenčním centrem

pro Prahu); 5. GAUDIA; 6. SPONDEA; 7. PERSEFONA; 8. Zařízení sociální intervence Kladno; 9. Centrum sociálních služeb Ostrava; 10. Krizové centrum pro děti a rodinu v Jihočeském kraji; 11. THEIA; 12. LOCIKA.

Pouze první 4 z těchto zařízení v té době poskytovaly skupinový program, ostatní instituce pracovali s původci násilí individuální formou (případně za pomoci párové terapie). O jednom společenství – konkrétně o Centru sociálních služeb v Ostravě – nebyla obdržena zpráva, zda se chystají rozběhnout skupinový projekt pro tuto cílovou skupinu, ostatních 7 organizací mělo v plánu zavést skupinovou práci v brzké budoucnosti.

Uvedené instituce používaly velmi různorodá východiska pro své terapie: KBT, psychodynamický přístup, narativní terapie a eklektický přístup. Za alarmující informaci lze považovat skutečnost, že služby pro původce násilí se soustřeďují pouze do největších měst v České republice a většina oblastí zůstává zcela nepokryta. Konkrétně 5 zařízení působí v Praze, 2 v Českých Budějovicích. 2 v Brně, 1 v Hradci Králové, 1 v Kladně a 1 v Ostravě. Intervenční centra působící v každém kraji většinou pracují pouze s oběťmi domácího násilí, nikoliv s tzv. odvrácenou stranou.

**Zhodnocení efektivity programů pro původce násilí** (neboli odpověď na 3., 4. a 5. výzkumnou otázku)

V rámci výzkumu bylo analyzováno **82 evaluačních dotazníků** (27 z organizace LOM a 55 z centra DIAKONIE) a bylo provedeno **15 rozhovorů** (6 s respondenty z NOMIE, 5 s účastníky kurzu v LOMu a 4 s docházejícími do programu VIOLA). Z výsledků vyplývá, že (domácí) násilí se prolíná napříč všemi socioekonomickými vrstvami i jinými demografickými údaji. To znamená, násilí páchají muži i ženy, mladší generace i zralá populace, klienti se základním vzděláním i vysokoškolsky vzdělaní jedinci, svobodní i v manželském (partnerském) svazku, bezdětní i mající děti, přihlásivší na dobrovolné bázi i z nařízení státního orgánu.

Většina zkoumaných respondentů čerpala před zahájením skupinového programu (nebo i po dobu trvání programu) individuální terapii. Účastníci se dopouštěli poměrně pestré škály forem násilí od psychického, emočního příkoří, přes materiální násilí až po fyzické ataky. Klienti z výzkumného vzorku vstupovali do terapie, když násilné chování výrazně překročilo obvyklou hranici, což bylo povětšinou spojeno s jakousi „bezradností“ dotyčných jedinců.

**Subjektivní zhodnocení programů jejich absolventy (odpověď na 3. výzkumnou otázku):**

- U klientů převládají kladné, subjektivně vnímané pocity po absolvování programu (nebo při dlouhodobém docházení).
- Absolventi vyzdvihují převážně příznivý a žádoucí efekt – lze tak usuzovat z reflektovaných změn u jednotlivých osob.
- Subjektivně vnímaná efektivita ze strany respondentů byla velmi vysoká a vyskytlo se mnoho pozitivních ohlasů (včetně vděčnosti), že takovéto programy existují.

**Zaznamenané změny u absolventů programu (odpověď na 4. výzkumnou otázku):**

- Absolventi dokážou zvládat své chování a cítí rozdíl ve svém jednání. Program, kterému se podrobili, jim pomohl zkvalitnit život.
- **Seznam zaregistrovaných změn:** 1. někdo zvenčí cítí změnu; 2. přenos (aplikace) poznatků a dovedností z programu do reálného života; 3. vyšší míra uvědomění, přemýšlení, sebereflexe a sebevzdělávání; 4. předcházení konfliktům (rozpoznání nástupu vzteku); 5. používání stupnice vzteku a práce s tělesnými signály; 6. alternativní zvládání násilí; 7. změny v komunikaci a jednání (více mluvit a vysvětlovat; vnímat druhého; hledat kompromisy); 8. nové nastavení vztahů a pravidel v nich; 9. získání nadhledu (jiného úhlu pohledu); 10. sebeovládání, větší klidnost, zvýšené sebevědomí a asertivita; 11. přijetí zodpovědnosti za své chování (zaměření pozornosti na svou osobu); 12. náhled na situaci (uvědomění si vlastních chyb); 13. přijetí emocí jako součásti každodenního života (připuštění práva na emoce a poté lepší zpracování emocí); 14. neeskalace násilného chování; 15. pozitivnější nálada, menší nespokojenost a snížení pocitů strachu.
- K důvěryhodnosti výpovědí přispívá reflektovaná radost ze zvládnutí či sebekritika při neúspěchu.

**Prvky zvyšující či snižující efektivitu programů (odpověď na 5. výzkumnou otázku):**

- Účastníci identifikovali mnoho silných stránek programů, slabé stránky se pak odrážely především v doporučeních a návrzích na zlepšení.
- **Rejstřík prvků vycházejících ze skupinové práce:** 1. samotná práce ve skupině (skupinová terapie namísto individuálních konzultací); 2. vyslechnutí, možnost svěřit se (člověk na to není sám); 3. sdílení vlastních příběhů i zkušeností jiných; 4.

srovnávání s ostatními (nejsem jediný, kdo má problém); 5. zpětná vazba (náhled skupiny, nastavení zrcadla); 6. atmosféra při setkáních (pocit bezpečí a důvěry); 7. vhodný výběr členů skupiny; 8. lektorský tým (odbornost, pocit kompetentnosti a důvěryhodnosti, lidskost, neodsuzování, zastoupení ženy v týmu).

- **Inventář efektivních metod, technik a nástrojů:** 1. stupnice vzteku (práce s tělesnými signály; jednosměrka); 2. Time out (stopka, fyzický odstup z konfliktu); 3. edukace a teoretické znalosti; 4. příklady z praxe (praktické metody a rady); 5. rozvoj empatie (hraní rolí, přímý prožitek); 6. relaxace a kontrolované dýchání; 7. odkrývání osobní historie.
- **Soupis doporučení, návrhů a typu ke zlepšení programů:** 1. potřeba návazné práce a opakování; 2. vyváženost mluvení ve skupině; 3. méně lidí ve skupině; 4. více času (dlouhodobější program i vyšší časová dotace jednotlivých setkání); 5. práce s motivací klientů (jedinec musí o změnu stát, musí mít alespoň minimální náhled); 6. veřejná osvěta ohledně programů (zpřesnění informací, propagace).

## 13. Diskuze

### Srovnání získaných výsledků s poznatky z jiných studií

Výsledky realizovaného výzkumu se shodují s již dříve zjištěnými skutečnostmi a zároveň tyto ověřené informace doplňuje o nové poznatky. Na tomto místě si ukážeme, v čem lze shledat podobu mezi výsledky autorčina výzkumu a závěry z jiných studií. V první řadě se povedlo autorce ověřit, že domácí násilí se prolíná všemi společenskými vrstvami, stejně jako je uváděno například v publikaci Jakobsen & Råkil (2017). Stejný zdroj informuje rovněž o tom, že jedinci vyhledávají pomoc, až když nastane „krize“, což se potvrdilo i v předloženém výzkumu. Respondenti dále reflektují, že v jejich životě po absolvování programu nastaly významné změny, podobně jako ve studii Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček (2016).

Ostatní podobnosti (shodnosti) výsledků lze shledat v těchto bodech: snížení subjektivně prožívané hladiny vzteku, agrese a násilí (Buş, Ştefan & Visu-Petra, 2009; Ireland, 2004; Naeem, Clarke & Kingdon, 2009); vyšší míra uvědomění vlastního násilného chování (Ireland, 2004; Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014); včasné rozpoznání nástupu vzteku a předcházení konfliktům (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016); volba adaptivnějších způsobů chování po skončení kurzu (Buş, Ştefan & Visu-Petra,



2009); zprostředkování jiného úhlu pohledu a nadhledu (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016); nárůst přijetí zodpovědnosti (Yorke, Friedman & Hurt, 2010; Lila, Oliver, Catalá-Miñana & Conchell, 2014); ocenění programu v podobě skupinového setkávání (Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016; Price & Rosenbaum, 2009) či touha po skupinové terapii (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016); vedení programu v (genderově smíšeném) týmu (Boal & Mankowski, 2014; Kraus & Logar, 2008); požadavek na kvalifikovanost, odbornost a zkušenost terapeutů (Arias, Arce & Vilariño, 2013; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016); ocenění možnosti s někým mluvit o svých problémech, slyšet příběhy jiných a dostávat zpětnou vazbu na své chování (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016); poznání klientů, že nejsou jediní, kdo mají tento problém (Jakobsen & Råkil, 2017); potřeba bezpečného prostoru a zachování anonymity (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016; Morrison, Cluss, Miller, Fleming, Hawker, Bicehous et al., 2016); využití technik jako je realxace a hraní rolí (Eamon, Munchua & Reddon, 2001); potřeba neustále naučené dovednosti opakovat (Herdová, Jarkovská, Pešáková & Trávníček, 2016).

### **Limity předloženého výzkumu**

Autorka si je vědoma, že v průběhu realizování výzkumu mohlo dojít k řadě nežádoucích proměnných, které mohly nepříznivě zasáhnout do procesu výzkumu a posléze do konečných výsledků. Je velmi pravděpodobné, že výzkumnice zde nepostihne veškeré aspekty, které mohly intervenovat v předložené studii. Budeme uvádět jen ty nejvýraznější omezení, jež badatelka nebyla schopna odstranit, a která případně mohla zkreslit finální výstupy.

Za nejzásadnější limit lze považovat (ne)zobecnitelnost dat. Vzhledem k tomu, že se do stěžejní části výzkumu zapojily pouze 3 organizace z celkových čtyř, které v době procesu studie poskytovaly skupinový program, nelze výsledky zobecnit na celou populaci. Tato proměnná byla alespoň částečně ošetřena pomocí tematické analýzy, kde se podařilo navázat spolupráci i s posledním (čtvrtým) centrem. Tematická analýza se z velké části překrývala s hlavním úsekem studie (s výsledky rozhovorů s absolventy programů), což naopak trochu zvedá zobecnitelnost dat. Účast na výzkumu však byla dobrovolná, a tak nebyl pokryt celý základní soubor respondentů – vzorek není reprezentativní. Kromě toho do programů se dobrovolně přihlásí jen hrstka původců násilí a naopak soudní nařízení se

vydává jen pro nejzávažnější formy násilí. Z toho důvodu se může jednat o velmi specifickou skupinu jedinců, kteří se mohou značně lišit od většinové populace. Autorka se i přesto domnívá, že získaná data mohou napomoci zmapovat situaci v České republice a rozšířit tím obzory o relativně nové problematice, která dosud není dostatečně probádána a zpracována.

Dalším omezením je relativně malý počet respondentů v rámci 3. části výzkumu, v konečném důsledku nemuselo dojít k úplné saturaci dat. Opět tento handicap částečně doplňuje tematická analýza, jež dokazuje, že se klíčová témata neustále opakují. Nicméně vzhledem k počtu programů a jejich kapacitě není příliš možné získat více osob. Určitý limit s sebou přináší i nevyužití standardizovaných či diagnostických metod. Rozhovory i evaluační dotazníky zachycují pouze subjektivní sebesouzení samotných absolventů (subjektivní zhodnocení efektivity). Nelze proto s jistotou určit, zda k reflektovaným změnám (účinnosti) skutečně došlo či nikoliv. Při sebesouzení pochopitelně často dochází k tzv. sociální desirabilitě, kdy se jedinec snaží jevit v lepším světle, než jaká je skutečnost.

V první části výzkumu mohlo dojít k tzv. slepé skvrně výzkumnice, což v důsledku znamená, že je určité riziko vynechání některé instituce pracující s původci násilí (především opominutí nějakého skupinového programu) a tím i nezahrnutí daného zařízení do dalších úseků výzkumu. Druhý segment studie oproti tomu mohl být zkreslen nesprávnou interpretací dat z evaluačních dotazníků, neúplností datového souboru (útržkovitostí), nemožností se doptávat a chybějícím kontextem. V neposlední řadě je u analýzy stop a výsledků činností nejasná otázka autorství (kdo vlastně dotazník vyplnil, po jaké době docházení, nedošlo k duplicitnímu vyplňování dokumentů, apod.).

Při třetí části výzkumu mohly do rozhovorů a následné interpretaci dat zasáhnout nežádoucí proměnné na straně badatelky. Například není vyloučené, že tazatelka nevysílala nevědomé nonverbální signály, které zkreslily výsledky ve směru autorčina očekávání (efekt „zalíbit se a vyhovět“). Význam mohlo mít i pohlaví a věk výzkumnice, resp. dotazovaní nemuseli nabýt důvěry v mladou (nezkušenou) ženu nebo se naopak mohli chtít „předvést“. Výzkumnice navíc disponuje širokým teoretickým rámcem o vymezeném tématu, a tak mohlo dojít ke specifickému a odlišnému uvažování nad získaným materiálem. Na druhou stranu díky zkušenostem se naopak zvýšila pravděpodobnost

zachycení významných obsahů. Skutečností zůstává, že každý jedinec (odborník) by data mohl kódovat a interpretovat odlišným způsobem a došel by tak k jiným kategoriím, atd.

Posledním okruhem limitů (které mohly, ale nemusely zasáhnout do procesu výzkumu) jsou omezení na straně respondentů a prostředí, ve kterém byly rozhovory realizovány. Takovými proměnnými jsou například neupřímnost respondentů; osobní odhad cílů výzkumu a chování se v souladu s tímto záměrem; prostory restaurací a kaváren, jež nezajišťovaly plné soukromí; únava a nízká motivace k výzkumu; aj.

## 14. Závěrečná doporučení

Na závěr by výzkumnice ráda uvedla několik nápadů, které vyplynuly ze studia a poměrně rozsáhlého zkoumání problematiky programů pro původce (domácího) násilí. V první řadě dovoluje nastínit „ideálního řešení“ (z pohledu autorky) dané oblasti v České republice. I přesto, že je to téměř dokonalá vize, jedná se však víceméně o utopickou představu. Na druhou stranu není vyloučené, že z ní někdo jednou v budoucnu nebude čerpat, a proto tu má své místo.

Touto myšlenkou je **založení zastřešující organizace** a postupně i poboček této organizace, která by nejenom pracovala s původci (domácího) násilí, ale především měla funkci garanta nabízených služeb původcům na českém trhu. V rámci organizace by se dbalo (kromě přímé práce s cílovou skupinou): **1. na zpracování metodik a standardů práce s původci násilí** (např. kdo může takové služby poskytovat; jakým způsobem se má zacházet s původci násilí; jak dlouho programy mají trvat; stanovovala by požadavky na lektory a terapeuty programů, na jejich kvalifikaci; apod.); **2. na šíření osvěty** (pořádání seminářů, konferencí a workshopů pro veřejnost; upozorňování na problematiku domácího násilí; propagování programů pro původce násilí; pokusit se změnit smýšlení společnosti, že původce násilí si nezaslouží pomoc); **3. na preventivní opatření** (přednášky na základních i středních školách o oblasti násilí a agrese; nabízení skupin pro děti a dospívající); **4. na realizování výzkumů** (sbírání odborných podkladů pro poskytovanou platformu programů; podpora vědecké činnosti v této oblasti; převádění nově získaných poznatků do praxe); **5. na sestavování statistik a publikování odborných i populárně naučných pramenů** (zveřejňování relevantních dat a výsledků výzkumů; shromažďování odborných zdrojů; psaní nejrůznějších článků); **6. na zajišťování provázanosti se státními orgány i neziskovým sektorem** (komunikace a spolupráce se státními

institucemi od ministerstva, přes OSPOD, probační a mediační služby, až po Policii ČR; navázání spolupráce s organizacemi nabízející péči obětem a svědkům domácího násilí); **7. na výcvik odborníků** (zajišťovat akreditované vzdělávání lidí, kteří chtějí pracovat s původci násilí). Samozřejmě i každý z bodů zvlášť (bez založení zastřešující organizace) by byl velmi přínosný pro rozvoj této sféry.

Další návrhy se budou týkat spíše dílčích oblastí vytyčeného tématu. Jednoznačným doporučením autorky je **zavádět další programy** a služby pro původce násilí (nejlépe, aby alespoň v každém krajském městě bylo jedno centrum, kam se může takový člověk obrátit) a rozšiřování řad odborníků zabývajících se touto potřebnou problematikou. Prvním krokem ke sjednocení informací a šíření osvěty by mohlo být **založení internetových stránek**, které by přehledně shrnovaly dosavadní poznatky a odkazovaly by na jednotlivá pracoviště v rámci ČR. Jiným bodem je získání vyšších finančních prostředků, díky kterým je samozřejmě možné zavádět navrhovaná opatření.

Ohledně výzkumné činnosti by se cesta badatelů mohla ubírat směrem zjišťování efektivity programů (služeb) pomocí 360° zpětné vazby (nejen ze strany absolventa, ale i jeho blízkého okolí, terapeutického týmu, atd.) nebo prostřednictvím standardizovaných metod (např. sestavení diagnostické baterie pro ověření účinnosti). Posléze lze zkoumat i trvalost případného efektu v čase, apod.

## Závěr

Problematika programů pro původce domácího násilí byla dlouhý čas opomíjeným tématem, jak však práce ukazuje, toto téma nabývá na aktuálnosti a je potřeba ho zařadit do repertoáru nabízených služeb (např. v rámci intervenčních center), tak i do hledáčku odborníků zabývajících se domácím násilím a agresí. V rámci České republiky je tato oblast téměř neprobádanou sférou a zavádění podpůrných prostředků pro původce násilí je teprve v počátečních fázích.

Práce ve svých úvodních pasážích předkládá stručný nástin odpovídající na otázky: co je to domácí násilí, jaké jsou jeho formy, kolika fázemi domácí násilí prochází, kdo jsou aktéři, apod. Poté navazují kapitoly o tom, proč je důležité zabývat se původci domácího násilí, a jaké jsou jejich typické charakteristiky. Stěžejními částmi teoretického úseku jsou však kapitoly: *Programy pro původce domácího násilí*, kde je popsána podoba a cíle programů (k podobě programů se vztahují: příklady dobré praxe ze zahraničí; limity zavádění; teoretická východiska; kritéria pro vstup; základní charakteristiky programů; metody, techniky a nástroje) a *Efektivita programů pro původce domácího násilí*, především pak odnož zabývající se prvky zvyšující efektivitu (těmito prvky jsou: skupinový program; dlouhodobost terapie; vedení v týmu; genderově smíšený tým; kvalifikovanost lektorského týmu; dokončení programu; motivace; bezpečné prostředí, důvěrnost; přijetí, podpora, pochopení a nemoralizování; flexibilita a adaptabilita programu; diferenciací podle typu osobnosti původce; ambulantní forma léčby; diferenciací služeb).

Na teoretickou část pak navazoval výzkum zaměřený na subjektivní zhodnocení programů ze strany jejich absolventů. Jinými slovy výzkumnice se pokusila odhalit subjektivně vnímanou efektivitu jednotlivých programů a změny, jež nastaly po ukončení terapie. Studie také odhalila mnohé silné stránky, ale i nedostatky nabízených produktů. Výzkum rovněž zmapoval situaci v České republice, identifikoval organizace, které poskytují služby původcům domácího násilí, a odhalil formu těchto podpůrných prostředků. Z výsledků následně vyplynulo několik doporučení a návrhů na zkvalitnění péče o původce domácího násilí. Souhrn závěrů (či kompletní výsledky) jsou popsány výše, proto zde nebudou znovu opakovány.

Propojením teoretických východisek se získanými daty (empirickou částí) došlo podle autorky k naplnění vytyčených cílů diplomové práce.

## Seznam použitých zdrojů

- Aaron, S. M., & Beaulaurier, R. L. (2016). The need for new emphasis on batterers intervention programs. *Trauma, Violence & Abuse*, 18(4), 425-432.
- Akční plán prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2015-2018*. Úřad vlády ČR.
- Akoensi, T. D., Koehler, J. A., Lösel, F., & Humphreys, D. K. (2012). Domestic violence perpetrator programs in Europe, part II: A systematic review of the state of evidence. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 57(10), 1206-1225.
- Ali, P. A., Dhingra, K., & McGarry, J. (2016). A literature review of intimate partner violence and its classifications. *Aggression and violent behavior*, 31, 16-25.
- Arias, E., Arce, R., & Vilariño, M. (2013). Batterer intervention programmes: A meta-analytic review of effectiveness. *Psychosocial intervention*, 22(2), 153-160.
- Askeland, I. R., Evang, A., & Heir, T. (2011). Association of violence against partner and former victim experiences: A sample of clients voluntarily attending therapy. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(6), 1095-1110.
- Askeland, I. R., & Heir, T. (2013). Early dropout in men voluntarily undergoing treatment for intimate partner violence in Norway. *Violence and Victims*, 28(5), 822-831.
- BAG TäHG (2007). *Standards und Empfehlungen für die Arbeit mit männlichen Tätern im Rahmen von interinstitutionellen Kooperationsbündnissen gegen häusliche Gewalt*. Zugriff am.
- Biedermanová, E., & Petras, M. (2011). *Možnosti a problémy resocializace vězňů, účinnost programů zacházení*. Institut pro kriminologii a sociální prevenci.
- Boal, A. L., & Mankowski, E. S. (2014). The impact of legislative standards on batterer intervention program practices and characteristics. *American journal of community psychology*, 53(1-2), 218-230.

- Bohall, G., Bautista, M. J., & Musson, S. (2016). Intimate partner violence and the Duluth model: an examination of the model and recommendations for future research and practice. *Journal of family violence*, 31(8), 1029-1033.
- Bradbury, K. E., & Clarke, I. (2006). Cognitive behavioural therapy for anger management: effectiveness in adult mental health services. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 35(2), 201-208.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology* 3(2), 77-101.
- Breiner, M. J., Tuomisto, L., Bouyea, E., Gussak, D. E., & Aufderheide, D. (2011). Creating an art therapy anger management protocol for male inmates through a collaborative relationship. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 20(10), 1-20.
- Bryant, S. A., & Spencer, G. A. (2003). University students' attitudes about attributing blame in domestic violence. *Journal of Family Violence*, 18(6), 369-376.
- Buriánek, J., & Pikálková (2014). Partnerské násilí na mužích, jeho rozsah a kontexty. *Psychologie pro praxi*, 3-4, 9-31.
- Buş, I., Ştefan, E. C., & Visu-Petra, G. (2009). Anger management in the penitentiary: An intervention study. *Cognitie, Creier, Comportament/Cognition, Brain, Behavior*, 13(3), 329-340.
- Cimrmanová, T., et al. (2013). *Krize a význam pomáhajících prvního kontaktu: Aplikace v kontextu rodinného násilí*. (200 s.). Karolinum.
- Čírtková, L. (2004). *Forezní psychologie*. (431 s.) Aleš Čeněk.
- Čírtková, L., & Vitoušová, P. (2007). *Pomoc obětem (a svědkům) trestných činů: Příručka pro pomáhající profese*. (191 s.) Grada.
- Das, G., & Avci, I. A. (2015). The effect of anger management levels and communication skills of Emergency Department staff on being exposed to violence. *Med Glas (Zenica)*, 12(1), 99-104.

- Debbonaire, T., Debbonaire, E., & Walton, K. (2004). *Evaluation of work with domestic abusers in Ireland*. (241 s.) Department of Justice, Equality, and Law Reform.
- Dentemar C., & Kranz, R. (1996). *O hněvu*. (155 s.) Nakladatelství Lidové noviny.
- Derzsiová, A. (2013). *Příběhy, které svět nevidí: Bytí či nebytí*. Česká televize.
- Eamon, K. C., Munchua, M. M., & Reddon, J. R. (2001). Effectiveness of an anger management program for women inmates. *Journal of Offender Rehabilitation*, 34(1), 45-60.
- Gillernová, I., et al. (2000). *Slovník základních pojmů z psychologie*. (79 s.) Fortuna.
- Gjuričová, Š., Kocourková, J., & Koutek, J. (2000). *Podoby násilí v rodině*. (104 s.) Vyšehrad.
- Gjuričová, Š., & Kubička, J. (2009). *Rodinná terapie: Systemické a narativní přístupy*. (280 s.) Grada.
- Gondolf, E. W. (2011). The weak evidence for batterer program alternatives. *Aggression and Violent Behavior*, 16(4), 347-353.
- Graham-Kevan, N. (2007). Domestic violence: Research and implications for batterer programmes in Europe. *European Journal on Criminal Policy and Research*, 13(3-4), 213-225.
- Haddock, G., Barrowclough, C., Shaw, J. J., Dunn, G., Novaco, R. W., & Tarrier, N. (2009). Cognitive-behavioural therapy v. social activity therapy for people with psychosis and history of violence: randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 194(2), 152-157.
- Hájková, M. (2017). *Resocializace pachatelů, kteří týrali děti*. Nepublikovaná diplomová práce, Univerzita Karlova.
- Hakvoort, L. (2002). A music therapy anger management program for forensic offenders. *Music Therapy Perspectives*, 20(2), 123-132.
- Hall, J. C. (2011). A narrative approach to group work with men who batter. *Social Work with Groups*, 34(2), 175-189.



- Herdová, T., Jarkovská, L., Pešáková, K., & Trávníček, Z. (2016). *Analýza postojů původců a původkyň domácího násilí a práce s nimi*. Úřad vlády ČR.
- Holtzworth-Munroe, A., & Stuart, G. L. (1994). Typologies of male batterers: Three subtypes and the differences among them. *Psychological bulletin*, 116(3), 476-497.
- Hořáková, L. (2007). *Možnosti a limity zavádění terapeutických programů pro pachatele domácího násilí v ČR: případová studie z brněnského regionu*. Nepublikovaná bakalářská práce, Masarykova univerzita.
- Howells, K., Day, A., Williamson, P., Bubner, S., Jauncey, S., Parker, A., & Heseltine, K. (2005). Brief anger management programs with offenders: Outcomes and predictors of change. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 16(2), 296-311.
- Chester, D. S., & DeWall, C. N. (2018). The roots of intimate partner violence. *Current opinion in psychology*, 19, 55-59.
- Chin, L. S., & Ahmad, N. S. (2013). Effect of anger management module using cognitive behavioral therapy (CBT) on anger expression among the adolescents in secondary school. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 27, 25-39.
- Ireland, J. L. (2004). Anger management therapy with young male offenders: an evaluation of treatment outcome. *Aggressive behavior*, 30(2), 174-185.
- Jakobsen, B., & Råkil, M. (2017). *Násilí je možné zastavit: Terapie pro osoby, které se dopouštějí násilí v blízkých vztazích*. (281 s.) Nadace Open Society Fund Praha.
- Ježková, V., et al. (2015). *Domácí násilí a genderově podmíněné násilí*. (156 s.) proFem.
- Johnson, M. P. (2010). *A typology of domestic violence: Intimate terrorism, violent resistance, and situational couple violence*. (168 s.) Upne.
- Karahan, T. F., Yalcin, B. M., & Erbaş, M. M. (2014). The beliefs, attitudes and views of university students about anger and the effects of cognitive behavioral therapy-oriented anger control and anxiety management programs on their anger management skill levels. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(6), 2071-2082.

- Kelly, J. B., & Johnson M. P. (2008). Differentiation among types of intimate partner violence: Research update and implications for interventions. *Family court review*, 46(3), 476-499.
- Kotková et al. (2014). *Domáci násilí v kontextu rodiny a práce*. (128 s.) Spondea.
- Kraus, H., & Logar, R. (2008). *Das Wiener Anti-Gewalt-Programm: Ein opferorientiertes Täterprogramm*. Wien.
- Krüger, D., & de Villiers, B. (2010). Psycho-educational guidelines for the use of music in a group anger management programme for children in residential care. *International Journal of Diversity in Organisations, Communities & Nations*, 10(3), 25-35.
- Křivohlavý, J. (2004). *Jak přežít vztek, zlost a agresi*. (154 s.) Grada.
- Kubešková, V. (2017). Programy pro pachatele násilí v blízkých vztazích. In Matoušek, O. *Dítě traumatizované v blízkých vztazích* (185-196 s.) Portál.
- Kubešková, V. (2016). *Psychologické souvislosti výcviků orientovaných na zvládnání vzteku*. Nепublikovaná bakalářská práce, Univerzita Karlova.
- Landenberger, N. A., & Lipsey, M. W. (2005). The positive effects of cognitive-behavioral programs for offenders: A meta-analysis of factors associated with effective treatment. *Journal of experimental criminology*, 1(4), 451-475.
- Liebman, M. (2004). *Art therapy for groups: A handbook of themes and exercises*. (349 s.) Psychology Press.
- Lila, M., Oliver, A., Catalá-Miñana, A., & Conchell, R. (2014). Recidivism risk reduction assessment in batterer intervention programs: a key indicator for program efficacy evaluation. *Psychosocial Intervention*, 23(3), 217-223.
- Lilley-Walker, S. J., Hester, M. & Turner, W. (2016). Evaluation of European domestic violence perpetrator programmes: Toward a model for designing and reporting evaluations related to perpetrator treatment interventions. *International Journal of Offender Therapy and Criminology*, 62(4), 868-884.

- Lipsey, M. W., Landenberger, N. A., & Wilson, S. J. (2007). *Effects of cognitive-behavioral programs for criminal offenders*. *Cambell Systematic Reviews*.
- Lockton, D. & Ward, R. (2016). *Domestic violence: Routledge Library Editions (Domestic Abuse)*. (242 s.) Routledge.
- LOM, (2015). *Metodická příručka pro vedení Kurzu zvládání vzteku*. LOM.
- Mackintosh, M. A., Morland, L. A., Frueh, B. C., Greene, C. J., & Rosen, C. S. (2014). Peeking into the black box: Mechanisms of action for anger management treatment. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(7), 687-695.
- Marvánová-Vargová, B., Pokorná, D., & Toufarová, M. (2008). *Partnerské násilí*. (159 s.) Linde.
- Mátel, A. (2009). Páchatelia domáceho násilia. *Prevence úrazů, otrav a násilí*, 2, 158-169.
- McHugh, M. C., & Frieze, I. H. (2006). Intimate partner violence: New directions. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1087(1), 121-141.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. (332 s.) Grada.
- Morrison, P. K., Cluss, P. A., Miller, E. P., Fleming, R., Hawker, L., Bicehouse, T., George, D., Wright, K., & Chang, J. C. (2016). Elements needed for quality batterer intervention programs: Perspectives of professionals who deal with intimate partner violence. *Journal of family violence*, 32(5), 481-491.
- Možný, P., & Praško, J. (1999). *Kognitivně behaviorální terapie: úvod do teorie a praxe*. (310 s.) Triton.
- Murrell, A. M., Christoff, K. A., & Henning, K. R. (2007). Characteristics of domestic violence offenders: Associations with childhood exposure to violence. *Journal of family violence*, 22(7), 523-532.
- Naeem, F., Clarke, I., & Kingdon, D. (2009). A randomized controlled trial to assess an anger management group programme. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 2(1), 20-31.
- Nakonečný, M. (2000). *Lidské emoce*. (335 s.) Academia.

- Nakonečný, M. (1997). *Encyklopedie obecné psychologie*. (437 s.) Academia.
- Netík, K., et al. (2005). *Péče o pachatele partnerského násilí – screening, osobnost, terapie*. Nepublikovaná závěrečná zpráva z řešení úkolu zadaného Ministerstvem zdravotnictví ČR.
- Netík, K. et al. (2004). *Péče o násilné jedince v rodině*. Nepublikovaná závěrečná zpráva z řešení úkolu zadaného Ministerstvem zdravotnictví ČR.
- Olver, M. E., Stockdale, K. C., & Wormith, J. S. (2011). A meta-analysis of predictors of offender treatment attrition and its relationship to recidivism. *Journal of consulting and clinical psychology*, 79(1), 6-21.
- Pešek, R., Praško, J., & Štípek, P. (2013). *Kognitivně behaviorální terapie v praxi: pro terapeuty, studenty a poučené laiky*. (299 s.) Portál.
- Potter-Efron, R. T. (2005). *Handbook of anger management: Individual, couple, family, and group approaches*. (296 s.) Routledge.
- Praško, J., Možný, P., & Šlepecký, M. (2007). *Kognitivně behaviorální terapie psychických poruch*. (1063 s.) Triton.
- Price, B. J., & Rosenbaum, A. (2009). Batterer intervention programs: A report from the field. *Violence and victims*, 24(6), 757-770.
- REFORM, (2013). *Metodehåndbook Reforms sinnemestringskurs*. [Interní materiál organizace REFORM].
- Slánský, T. (2006). *Charakteristika osob dopouštějících se domácího násilí a jejich motivy*. Nepublikovaná práce, Masarykova univerzita.
- Stehlíková, J. (2015). Využitie arteterapie so zameraním na deti s agresívnymi prejavmi v správaní. *Školský psychológ*, 16(1), 98-107.
- STEM pro Bílý kruh bezpečí a Philip Morris ČR (2006). *Domácí násilí II: Shrnutí základních výsledků reprezentativního výzkumu*. STEM.
- Strandmoen, J. F., Askeland, I. R., Tjersland, O. A., Wentzel-Larsen, T., & Heir, T. (2016). Intimate partner violence in men voluntarily attending treatment: A study of couple agreement. *Violence and Victims*, 31(1), 124-134.

- Ševčík, D., & Špatenková, N. (2011). *Domácí násilí: Kontext, dynamika a intervence*. (192 s.) Portál.
- Švaříček, R., & Šedřová, K. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. (384 s.) Portál.
- Taft, C. T., Murphy, C. M., Musser, P. H., & Remington, N. A. (2004). Personality, interpersonal, and motivational predictors of the working alliance in group cognitive-behavioral therapy for partner violent men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(2), 349-354.
- Teuchnerová, M. (2015). *Agresivní chování v partnerských vztazích a jeho terapie*. Nепublikovaná bakalářská práce, Univerzita Karlova.
- Topinka, D. (2016a). *Domácí násilí z perspektivy aplikovaného výzkumu: Základní fakta a výsledky*. (162 s.) SocioFactor.
- Topinka D. (2016b). Postoje veřejnosti k domácímu násilí. Jaké inspirace přináší pro sociální práci? *Czech & Slovak Social work/Sociální Práce/Sociálna Práca*, 16(6), 7-23.
- Vargas, V., Lila, M., & Catalá-Miñana, A. (2015). ¿ Influyen las diferencias culturales en los resultados de los programas de intervención con maltratadores?: un estudio con agresores españoles y latinoamericanos. *Psychological Intervention*, 24(1), 41-47.
- Vargová, B., & Vavroňová, M. (2006). *Od dobrého úmyslu k dobré spolupráci: Manuál pro efektivní interdisciplinární spolupráci v případech domácího násilí*. Rosa.
- Vitoušová, P., & Vedra, V. (2009). *Domácí násilí: Informace a praktické rady pro ohrožené osoby*. (12 s.) MJF.
- Voňková, J., & Oplatek, D. (2015). *Vraždy v kontextu domácího násilí*. (73 s.) proFem.
- Voňková, J., & Spoustová, I. (2016). *Domácí násilí z pohledu žen a dětí: Právní stav k 1.1.2016*. (253 s.) proFem.
- Walker, A. J., Nott, M. T., Doyle, M., Onus, M., McCarthy, K., & Baguley, I. J. (2010). Effectiveness of a group anger management programme after severe traumatic brain injury. *Brain injury*, 24(3), 517-524.

- Walker, L. E. A. (2009). *The Battered woman syndrome*. (512 s.) Springer publishing company.
- Wallach, H. S., Weingram, Z. & Avitan, O. (2010). Attitudes toward domestic violence: A cultural perspective. *Journal of Interpersonal Violence*, 25(7), 1284-1297.
- Wang, L. (2016). Factors influencing attitude toward intimate partner violence. *Agression and violent behavior*, 29, 72-78.
- Weiss, P. et al. (2011). *Etické otázky v psychologii*. (352 s.) Portál.
- Willner, P., Rose, J., Jahoda, A., Kroese, B., S., Felce, D., Cohen, D., MacMahon, P., Stimpson, A., Rose, N., Gillespie, D., Shead J., Lammie, C., Woodgate, C., Townson, J., Nuttall, J. & Hood, K. (2013). Group-based cognitive-behavioural anger management for people with mild to moderate intellectual disabilities: cluster randomised controlled trial. *The British Journal of Psychiatry*, 203(4), 288-296.
- Wilson, C., Gandolfi, S., Dudley, A., Thomas, B., Tapp, J., & Moore, E. (2013). Evaluation of anger management groups in a high-security hospital. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 23(5), 356-371.
- Yorke, N. J., Friedman, B. D., & Hurt, P. (2010). Implementing a batterer's intervention program in a correctional setting: A tertiary prevention model. *Journal of Offender Rehabilitation*, 49(7), 456-478.

## Příloha č. 1: Oslovené organizace

Název organizace	Reakce na výzvu badatelky	Webové stránky
Centrum J.J.Pestalozziho	BEZ reakce	<a href="http://pestalozzi.cz/">http://pestalozzi.cz/</a>
Centrum LOCIKA	ANO pracují s původci násilí (v budoucnu i skupinový program)	<a href="http://www.centrumlocika.cz/">http://www.centrumlocika.cz/</a>
Centrum sociálních služeb Děčín	BEZ reakce	<a href="http://www.cssdecin.cz/index.php/intervencni-sluzby-37">http://www.cssdecin.cz/index.php/intervencni-sluzby-37</a>
Centrum sociálních služeb Ostrava	ANO pracují s původci násilí	<a href="http://www.css-ostrava.cz/">http://www.css-ostrava.cz/</a>
GAUDIA	ANO pracují s původci násilí (v budoucnu i skupinový program)	<a href="http://www.protinasili.cz/">http://www.protinasili.cz/</a>
Intervenční centrum České Budějovice – Diecézní charita České Budějovice	ANO nepracují s původci násilí	<a href="http://www.dchcb.cz/">http://www.dchcb.cz/</a>
Intervenční centrum Havířov – Slezská diakonie	BEZ reakce	<a href="http://www.slezskadiakonie.cz/">http://www.slezskadiakonie.cz/</a>
Intervenční centrum Hradec Králové – Oblastní charita HK	ANO nepracují s původci násilí	<a href="http://www.charitahk.cz/nase-strediska/intervencni-centrum1/">http://www.charitahk.cz/nase-strediska/intervencni-centrum1/</a>
Intervenční centrum Kladno – Zařízení sociální intervence	ANO pracují s původci násilí (v budoucnu i skupinový program)	<a href="http://www.zsi-kladno.cz/">http://www.zsi-kladno.cz/</a>
Intervenční centrum Liberec – Centrum intervenčních a psychosociálních služeb	ANO nepracují s původci násilí	<a href="http://www.cipslk.cz/">http://www.cipslk.cz/</a>

Libereckého kraje		
Intervenční centrum Nymburk - Respondeo	ANO nepracují s původci násilí	Webové stránky z neznámých příčin momentálně nefungují
Intervenční centrum Olomouc – Středisko sociální prevence	ANO nepracují s původci násilí	<a href="http://ssp-ol.cz/socialni-sluzby/intervenci-centra/">http://ssp-ol.cz/socialni-sluzby/intervenci-centra/</a>
Intervenční centrum Pardubice – SKP centrum	BEZ reakce	<a href="https://www.skp-centrum.cz/">https://www.skp-centrum.cz/</a>
Intervenční centrum Plzeň – Diecézní charita Plzeň	ANO nepracují s původci násilí	<a href="http://www.dchp.cz/nase-sluzby/intervenci-centrum-plzenskeho-kraje/">http://www.dchp.cz/nase-sluzby/intervenci-centrum-plzenskeho-kraje/</a>
Intervenční centrum Praha – VIOLA	ANO spolupracuje na výzkumu	<a href="https://www.intervencnicentrum.cz/">https://www.intervencnicentrum.cz/</a>
Intervenční centrum Sokolov – Pomoc v nouzi	BEZ reakce	<a href="http://www.pomocnouziops.cz/www/script/main.php?ac=stranka&amp;id=4&amp;menu=4">http://www.pomocnouziops.cz/ www/script/main.php?ac =stranka&amp;id=4&amp;menu=4</a>
Intervenční centrum Ústí nad Labem – Spirála	BEZ reakce	<a href="http://www.spirala-ul.cz/">http://www.spirala-ul.cz/</a>
Intervenční centrum Vysočina	BEZ reakce	<a href="http://www.intervenci-centrum.cz/">http://www.intervenci-centrum.cz/</a>
Intervenční centrum Zlín – Centrum poradenství pro rodinné a partnerské vztahy	ANO nepracují s původci násilí	<a href="http://www.centrum-poradenstvi.cz/intervenci-centrum.html">http://www.centrum-poradenstvi.cz/intervenci-centrum.html</a>
Krizové centrum pro děti a rodinu v Jihočeském kraji	ANO pracují s původci násilí (v budoucnu i skupinový program)	<a href="http://www.ditevkrizi.cz">www.ditevkrizi.cz</a>
Liga otevřených mužů	ANO spolupracuje na výzkumu	<a href="http://www.ilom.cz/">http://www.ilom.cz/</a>
NOMIA	ANO	<a href="http://nomiahk.cz/">http://nomiahk.cz/</a>



	spolupracuje na výzkumu	
PERSEFONA	ANO pracují s původci násilí	<a href="http://www.persefona.cz/">http://www.persefona.cz/</a>
SOS centrum DIAKONIE	ANO spolupracuje na výzkumu	<a href="http://www.nasilivevztazich.cz/">http://www.nasilivevztazich.cz/</a>
SPONDEA	ANO pracují s původci násilí (v budoucnu i skupinový program)	<a href="https://www.spondea.cz/">https://www.spondea.cz/</a>
THEIA	ANO pracují s původci násilí	<a href="https://www.theia.cz/">https://www.theia.cz/</a>

## Příloha č. 2: Otázky z evaluačních dotazníků

### DOTAZNÍK Z LOMU

název dotazníku: Závěrečné hodnocení Kurzu zvládání vzteku

úvod: Prosím odpovězte na následující otázky.

otázky (6):

1. Naplnil kurz Vaše očekávání? V jakém smyslu ano a v jakém nikoliv. → Naplnil Kurz zvládání vzteku Vaše očekávání? V jakém smyslu ano a v jakém nikoliv.
2. Co pro Vás bylo nejpřínosnější? → Co hodnotíte jako nejpřínosnější
3. Popište konkrétní situaci nebo situace, které jste díky kurzu řešil jinak než před kurzem. → Popište konkrétní situaci (pokud nastala), kterou díky kurzu řešíte nebo jste řešil jinak než před kurzem.
4. Změnil se u Vás nějak počet výbuchů vzteku s násilným chováním od začátku kurzu? Uveďte odhad na počátku kurzu a v posledním měsíci kurzu (ve formátu 3x týdně, 2x denně, atd.) → Měl byste zájem o pokračování v podobě zpoplatněného a méně častého setkávání? Případně za jakých podmínek.
5. Doporučil byste na kurzu něco změnit?
6. Zde je místo pro jakýkoliv komentář či vzkaz lektorům nebo LOMu.

závěr: Díky za zpětnou vazbu. Tým LOM

### DOTAZNÍK Z DIAKONIE

název dotazníku: Dotazník zpětné vazby

úvod: Prosíme, abyste nám nyní zodpověděl(a) několik otázek, které mají za cíl zjistit, zda-li pro Vás byla terapie přínosná, a pomoci nám ke zlepšení našich služeb pro Vás i naše budoucí klienty. Vzpomeňte si, prosím, na celé období Vašeho docházení na terapii a zodpovězte následující otázky

otázky (6) → (7):

1. Máte pocit, že během terapie došlo k nějaké změně ve Vašem životě? Zaškrtněte ANO-NE. Pokud ano, uveďte, prosím, o jaké změny se jedná. → Máte pocit, že

během terapie došlo k nějaké změně ve Vašem partnerském vztahu? Zaškrtněte ANO-NE. Pokud ano, uveďte, prosím, o jaké změny se jedná.

2. Cítíte, že během terapie došlo k nějaké změně ve Vaší osobě, něco jste si uvědomil(a). Zaškrtněte ANO-NE. Pokud ano, uveďte, prosím, o jaké změny se jedná. → s dodatkem: aniž by to třeba Váš partner tušil
3. Myslíte si, že jste ve Vašem partnerském vztahu zapracovali na zvládání konfliktů? Zaškrtněte ANO-NE. Pokud ano, uveďte, prosím, zda došlo ke zlepšení/zhoršení.
4. Pociťujete obecné zlepšení v komunikaci s Vaším partnerem? Zaškrtněte ANO-NE. Uveďte, prosím, na příkladech.
5. Zamyslete se nyní nad samotnou terapií. Myslíte, že změny, které se udály, byly do značné míry vlivem terapie? Zaškrtněte ANO-NE. Popište, prosím, na konkrétních příkladech. → Máte dojem, že se Váš partnerský vztah během období návštěv v terapii zlepšil nebo zhoršil? Vyznačte, prosím na škále od 1 do 5: 1 zlepšil 2 spíše zlepšil 3 nic se nezměnilo 4 spíše se zhoršil 5 zhoršil
6. Zde, prosím, uveďte celkové hodnocení terapie na škále od 1 do 5 jako ve škole. → stejná jako 5. otázka
7. stejná jako 6. otázka

dodatek: Pokud je zde ještě něco, co byste nám chtěl(a) sdělit k terapii, napište to prosím na druhou stranu listu. → Pokud je zde ještě něco, co byste nám chtěl(a) sdělit k terapii, využijte, prosím, tento prostor.

závěr: Děkujeme za Vaši ochotu a čas při vyplňování zpětné vazby.

## Příloha č. 3: Okruhy otázek k rozhovoru

### Demografické údaje:

- věk
- vzdělání
- rodinný stav (počet dětí)
- individuální terapie před P.
- nedobrovolnost
- délka programu (kdy)

### Otázky vztahující se k samotnému programu:

1. Jak se cítíte po absolvování programu (kurzu)?
2. Změnilo se u Vás něco tím, že jste chodil/a na skupinu (program, kurz)? Případně co? Změnil se Váš způsob zvládání vzteku?
3. Jaký je Váš nejsilnější zážitek:
  - před programem (kurzem) související s násilím, agresí, vztekem
  - v průběhu programu (či po programu)
  - Čeho nejhoršího jste se dopustil/a?
  - Jaké (násilné) chování jste užíval/a nejčastěji?
4. Jak hodnotíte program (kurz)?
  - Přišel Vám program (kurz) efektivní? V čem?
5. Všiml/a jste si nějakých prvků (faktorů), které zvyšovaly efektivitu programu (kurzu)?
6. Co Vám nejvíce pomohlo?
7. Co Vám přišlo zbytečné, co Vám vadilo, co by mohlo být jinak?
8. Jaká technika (metoda, cvičení) Vám přišla nejužitečnější?
9. Co jste se všechno naučil/a?
  - znalosti
  - dovednosti
10. Cítíte nějakou změnu v přijímání zodpovědnosti?
11. Čím teď nahrazujete svou původní (výbušnou, násilnou) reakci?
12. Pokud byste kurz chtěl/a doporučit známému, co byste mu řekl/a?

**Příloha č. 4: Přepsaný rozhovor respondenta č. 18**

**Příloha č. 5: Přepsaný rozhovor respondenta č. 9**