

Psychologie oběti domácího násilí



Obsah přednášky

1. domácí násilí a jeho oběť obecně
2. psychologický profil oběti
+ potíže tělesné, psychické, v sociálním fungování
3. problematické chování oběti
4. stockholmský syndrom

Obsah přednášky

5. syndrom týrané ženy / partnera
- sebezničující reakce
 - naučená bezmocnost
 - psychické trauma obecně +
posttraumatická stresová porucha



Domácí násilí...

...vzniká ve všech typech rodinných a obdobných vztahů

...vyskytuje se v rámci celé společnosti

...týká se všech bez ohledu na vzdělání, sociální postavení, životní styl, náboženskou orientaci, rasu a věk



Oběť DN

- má „**dvojí tvář**“
 - nastavuje okolí pozitivní a optimistickou masku, ve skutečnosti žije v hrůze a strachu
- může být **sociálně izolována** kvůli ekonomické závislosti na partnerovi nebo **zastařována**
- může násilí **popírat** nebo odmítat závažnost hrozícího nebezpečí
- prožívá silné **tělesné a emoční reakce**

Psychologický profil oběti

- pocit, že si nemůže sama pomoci
- důvěra v mýty o domácím násilí
- důvěra v tradiční stereotypní role muže a ženy
- upřednostňování potřeb druhých
- tendence chovat se závisle a vyhovět
- nápadná oddanost vůči trýzniteli
- stresové reakce – somatizace

Psychologický profil oběti

- nízké sebevědomí
- zvýšená psychická zranitelnost
- ztráta psychické stability
- emoční labilita
- sebedestruktivní ladění
- nedůvěra ve vlastní síly
- ztráta osobních perspektiv
- pocit bezmoci a ztráty kontroly



Psychologický profil oběti

- vymizení radosti ze života
- pocity viny
- stud se přiznat, že jsou týráni nebo že zůstávají v násilném vztahu
- sebeobviňování z vyprovokování násilí
- sociální izolace, opuštění, rozpolcení, zmatení
- deprese
- úzkost a strach



Další časté příznaky oběti

- Tělesné symptomy

- bolesti, žaludeční nebo střevní problémy, poruchy spánku, nechutenství, tlukot srdce, pocení, lekavost, snížená obranyschopnost

- Potíže v sociálním fungování

- ztráta důvěry v druhé lidi, pracovní neschopnost, nezájem o aktivity, izolace a vyhýbavé chování, neschopnost navazovat intimní vztahy, nadměrné užívání návykových látek

- **Psychické potíže**

- vina, stud, úzkosti, strachy, pochyby, bezradnost, citová prázdnota, bezmoc
- zvýšená psychická zranitelnost
- noční můry, vtíravé myšlenky přes den
- ztráta sebevědomí a psychické stability
- depresivita, emoční labilita
- nesoustředěnost, neklid, vznětlivost

... a mnoho dalších

Problematické chování oběti

- **Manipulace s realitou:** oběť vidí realitu pokřiveným způsobem, hledá nějaké vysvětlení
- **Zablokované ventilování vzteku:** utíkání před konflikty, neschopnost vyjadřovat své pocity, potřeby, hranice
- **Disociace:** otupění prožívání emocí (slouží jako ochrana před plným prožíváním bolesti)
- **Minimalizace násilí:** bagatelizace a racionalizace násilí, sebeobviňování a pochyby o sobě samé, popírání, utajování
- **Přílišná ochota vyhovět:** naučený postup, uplatňuje i vůči jiným autoritám

Stockholmský syndrom

- specifická pozitivní emoční i afektivní vazba oběti na pachateli trestného činu
- solidarizující chování oběti s pachatelem, až zapírání uskutečněných trestných činů
- částečná identifikace s hodnotami a jednáním násilníka

- vzniká z potřeby oběti nalézt alespoň trochu racionální vysvětlení pro vlastní postavení

Stockholmský syndrom

Vzniká v situacích:

- závislosti oběti na pachateli
- nemožnosti utéct (i domnělé)
- ohrožení života, zdraví
- čas od času vstřícného pachatelova chování vůči oběti
- izolace od ostatních lidí



Syndrom týrané ženy / partnera

- sebezničující reakce
- naučená bezmocnost
- posttraumatická stresová porucha

Sebezničující reakce

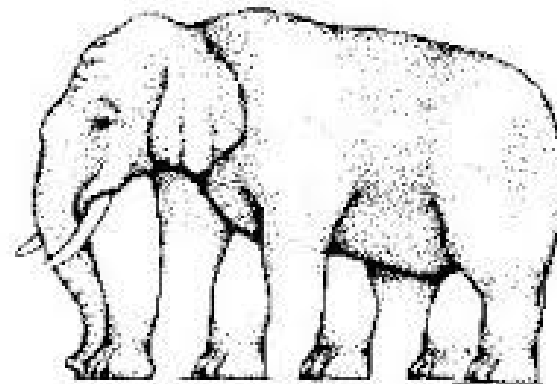
= přirozená strategie vyrovnání se s opakovaným a nevypočitatelným násilím

= důsledek tzv. paradoxní vazby týrané ženy na partnera,

ta vzniká zejména při nevypočitatelném střídání dvou modalit chování pachatele – slušné a špatné zacházení (Jekyll a Hyde).

Sebezničující reakce

= manipulace s realitou



- oběť si vytváří vlastní mentální skript světa, ve kterém má i nevysvětlitelné násilí své zdánlivě logické důvody
- vytváření přijatelnější reality, pomáhá fungovat v nezbytných životních rolích
- většinou je zde přítomno sebeobviňování

Sebezničující reakce

- popírání viny útočníka
- minimalizace následků, bagatelizace
- popírání viktimizace (amnésie, disociace)
- odmítání možností záchrany

Nelze u týraných osob vnímat jako psychopatologii či charakterovou slabost!!!

Naučená bezmocnost

- vzniká u lidí, kteří „uvízli v situacích vyvolávajících masivní úzkost“
- stav demotivace a rezignace, dojem, že nemá smysl se o cokoli snažit
- přesvědčení, že nelze na chodu událostí nic změnit, nemá smysl pokoušet se aktivně o nějaký zásah či změnu

Naučená bezmocnost

- krajně nízké sebevědomí, negativní sebehodnocení
- ztráta respektu ke své vlastní osobě
- nejistota, nerozhodnost



Bezmocnost se přenáší i na jiné situace, než jsou ty, v nichž původně vznikla.

Psychické trauma

- psychické zranění, duševní stav jako reakce na zážitek mimo běžné zkušenosti
- zážitek, který ve velké míře porušuje duševní rovnováhu
- náročnost zážitku omezuje schopnost jej vstřebat a vyrovnat se s ním okamžitě
- dochází k vyřazení biologických a psychických adaptačních mechanismů člověka
- má vliv na emoce, chování, myšlení, tělo

Následky traumatu

- akutně - silná stresová reakce
 - inhibice, znehybnění
 - zmatenost, agresivita, dezorientace
 - bušení srdce, zrychlené dýchání, sucho v ústech, třes, zimnice či pocity na zvracení
- dlouhodobě - psychické problémy, vážná onemocnění, neopodstatněné bolesti, poruchy kognitivních funkcí (paměť, pozornost)
- posttraumatická stresová porucha

Posttraumatická stresová porucha

- duševní porucha, která vzniká po náhlých, život či osobní integritu ohrožujících událostech
- příznaky trvají déle než měsíc, mohou se objevit ihned, většinou však s odstupem času, výjimečně za několik let



Příznaky PTSD

- rozpomínání na trauma
 - vzpomínky, děsivé sny
 - někdy dojde k náhlému znovuprožití hrůzných emocí a vegetativních příznaků bez vzpomínek na traumatickou událost
- negativní emoce, ztráta pozitivních emocí
- zabezpečovací a/nebo vyhýbavé chování
- zvýšená psychická a tělesná vzrušivost

Další možné příznaky

- narušený spánek
- problémy se soustředěním
- impulzivita, výbušnost
- přehnané úlekové reakce
- hypervigilita (zvýšená bdělost – „lekavost“)
- změněné vzpomínky, odcizení

Děkuji za pozornost!



Mgr. Urbánková Tereza
Persefona z.s., Gorkého 17 Brno