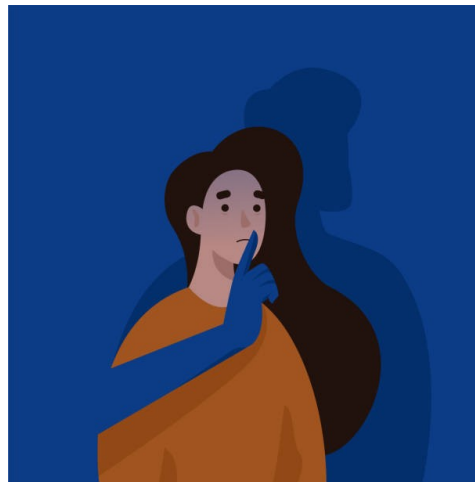


Psychologie oběti domácího násilí



Mgr. Mária Chocholáčková

09. 10. 2024

1. domácí násilí a jeho oběť obecně
2. psychologický profil oběti
 - potíže tělesné, psychické, v sociálním fungování
3. trauma a PTSD
4. „problematiké“ chování oběti

...vzniká ve **všech typech** rodinných a blízkých vztahů

...vyskytuje se **v rámci celé společnosti**

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

Proč je podle Vás osobně důležité
rozumět prožívání a chování obětí
domácího násilí?

Vaše nápady a myšlenky, očekávání...

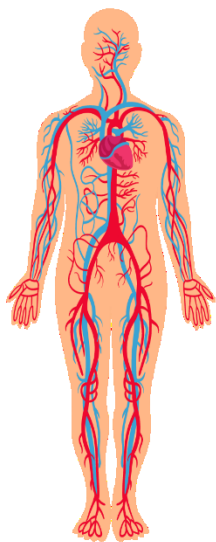
- Možná pak budete **rozumět reakcím** některých svých klientů...
 - Menší zmatek, hněv a nejistota → lehčí práce pro Vás
- Možná budete vědět, **jak reagovat**...
 - Posílení vztahu pro spolupráci → snazší práce pro Vás
- Možná budete vědět, **na co se ptát**...
 - Abyste mohli dobře zmapovat situaci a podložit svá rozhodnutí/doporučení → větší jistota pro Vás

A jak si představíte člověka, na kterém je pácháno domácí násilí?

- na první pohled často těžce rozpoznatelná
- má „**dvojí tvář**“
 - nastavuje okolí pozitivní a optimistickou masku, ve skutečnosti žije v hrůze a strachu („nikdo by mi to nevěřil“)
- 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**

- **sebeobviňování, stud, ponížení**
- **bezmoc** – pocit ztráty kontroly nad životem a důvěry ve vlastní síly nebo pomoc
- **noční můry, vtíravé myšlenky přes den**
- **úzkosti**, strachy, pochyby, bezradnost, citová prázdnota, pocity odstupů, vzdálení
- ↓ sebevědomí
- ↑ psychická zranitelnost
- ↑ depresivita, emoční labilita, sebedestruktivní ladění
- ↑ nesoustředěnost, neklid, vznětlivost

... a mnoho dalších (symptomy související s PTSD)



Tělesné

poruchy spánku, somatizace, bolesti, žaludeční nebo střevní problémy, nechutenství, tlukot srdce, pocení, lekavost, snížená obranyschopnost – větší nemocnost

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

SYMPTOMY A POTÍŽE

Sociální



Tak proč „proboha“ neodejde?



Psychické trauma

- psychické zranění, duševní stav
- reakce na zážitek, který ve velké míře **porušuje duševní rovnováhu**
 - náročnost zážitku omezuje schopnost jej vstřebat a vyrovnat se s ním okamžitě
- vyřazení biologických a psychických adaptačních mechanismů člověka
- **vliv na emoce, chování, myšlení, tělo** (člověka jako celek)
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZdIQRxwT1I0> – následky

- **akutně** – silná stresová reakce
 - 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)
 - „rape trauma“
 - (komplexní) posttraumatická stresová porucha

- Posttraumatická stresová porucha (Posttraumatic stress disorder)
 - duševní porucha (součástí klasifikace)
 - 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

1. znovuprožívání

- vzpomínky, děsivé sny
- někdy dojde k náhlému znovuprožití bez vzpomínek na traumatickou událost

2. negativní emoce, ztráta (pozitivních) emocí

- neschopnost prožívat radost, odpojení od emocí, deprese, úzkosti...

3. zabezpečovací a/nebo vyhýbavé chování

- vyhýbání se danému místu, izolace od lidí, fobie...

4. zvýšená psychická a tělesná vzrušivost

- lekavost, emocionální labilita, citlivost na dotek...

- Posttraumatická stresová porucha (Posttraumatic stress disorder)
 - duševní porucha (součástí klasifikace)
 - 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
- Komplexní traumatizace – ve vztazích
 - vlivem dlouhotrvajících nepříznivých okolností **ztráta emocionálních, psychologických a sociálních zdrojů**

Příznaky KPTSD

- u komplexní navíc narušení sebe-organizace
 1. **afektivní dysregulace** (dlouho trvá se uklidnit x znecitlivění)
 2. **negativní sebekoncept** (toxické pocity studu, viny, selhání)
 3. **poruchy ve vztazích** (těžko uchovávají emoční blízkost, pocit oddělenosti od ostatních)



Co můžete pozorovat?

- **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

Otázky?

Persefona z.s., Gorkého 17, Brno

Inspirace ve videích

https://www.youtube.com/watch?v=GnbaaDAfk_m4 – krátký film

<https://www.youtube.com/watch?v=UVTyu1CfVpw> - delší

- Hodně populární literatury – příběhy týraných žen a mužů
- Rozhovory – podcasty a youtube
- Odborné publikace, např.:
 - **Psychologie obětí trestných činů** (Martina Velikovská, 2016)
 - **Domácí násilí** (Ševčík, Špatenková, 2011)