

Covid-19 a domácí násilí: Když slova zraňují



Covid-19 a domácí násilí: Když slova zraňují

Covid-19 a domácí násilí: Když slova zraňují

Ošklivá slova, urážky, ponižování: verbální násilí ve vztazích může zničit lidi podobně jako fyzické. To jen málokdo ví. Jak vzniká psychologické násilí a kde najdou postižení pomoc?

Vlastně by to mohlo být příjemné odpolední posezení u kávy o třetí, venku, na slunci na terase dobře udržovaného rodinného domu. Kdyby zde nebyl slyšet jen tepající hlas domácího vůči své ženě. „Ty to vůbec nechápeš!“ Vyštěkne na ni, když se rozhovor stočí na sbor, ve kterém oba slouží. Dívá se zaraženě do země a choulí se na své zahradní židli do klubíčka. „Máme přece svobodu svědomí...“ pokusí se nejistě znovu, ale on ji hned přerušuje, „To sem netahej! Ten hnusnej liberalismus!“ vyštěkne na ni ostře, našťavaně jí vmetá do tváře slovo za slovem a přitom dělá odmítavé pohyby rukou. A dál ten muž mluví o tématu sám.

Zažil jsem tuto nebo podobnou scénu vícekrát, u dobrých známých i příbuzných. Říkejme jim zde pro naši potřebu třeba Adam a Eva Horáčkovi. Cítil jsem se nepříjemně a ptal jsem se sám sebe: Je to jen jedna nepříjemná situace tohoto spolu léta žijícího manželského páru, který má dnes špatný den? Nebo je zde vidět vzor, ve kterém Eva hraje pravidelně roli ponižované a zneuctívané ženy? Je neustále vystavována těmto výpadům, které působí jako verbální údery pěstí? Pak by bylo to, co se v tomto páru odehrává, psychické násilí.

Tento typ domácího násilí je mnohem méně ve středu pozornosti a diskutován jako fyzické násilí. Ale může působit podobně destruktivně. Ostrými, hrubými a urážlivými slovy, někdy mrazivě odměřenými, někdy z vysoka panovačnými nebo vyjádřenými ve zlosti, se partner pokouší získat na druhém partnerem moc a ovládnout ho.

Psychické násilí sice nemusí být, ale může se stát předstupněm fyzického násilí. Také se vyskytuje jen samotné – třeba když jeden v páru obhajuje svůj názor a fyzické útoky považuje za tabu.

Slovní násilí je třeba rozlišit od sporu. I u párů, které se často hádají, padají ve zápalu hádky

nepěkná slova, která mohou urážet a zranit. Když se však bouřka přezene, pak si o tom chtějí promluvit, chtějí svůj vztah urovnat, chtějí si odpustit a usmířit se.

Kdežto ve vztazích, kde panuje psychické násilí, ponižující tón, zraňující gesta a slova nebo zlostná obvinění, je pevný systém. Ten slouží k udržení partnera nebo partnerky v poddajnosti, chce mu nebo jí vzít jeho sebeúctu. Je to téměř výhradně dominantní partner, který používá zraňující slova, aby prosazoval svou mocenskou pozici.

Slovní násilí nezanechává žádné viditelné stopy na těle a často není rozpoznáno. Ale otrásá sebeúctou, zanechává těžká zranění v duši a vede až k onemocnění. Hranice mezi hádkou a trvalým slovním násilím je rozmazaná – a „hádaající se páry“ by si měly dávat velmi dobrý pozor, zda ji už nepřekročily.

Navenek všechno vypadá v pohodě

Ale proč si to oběti nechávají pro sebe? „Nevím,“ odpovídá mi moje známá Eva vyhybavě, když ji potkám v hypermarketu a zeptám se jí, jak se má. Dívá se kamsi mimo mě a snaží se o tón, který by mě měl přesvědčit, že je všechno v pořádku. „Nevím,“ říká a stácí řeč na něco jiného.

Z vnějšku to působí, že mají nenarušený manželský vztah. Oběti těchto mocenských systémů často již zažívaly takové ponižování ve své původní rodině. Z velké touhy po bezpečí utíkají z neúnosné situace ve své rodině a pak často dlouho žijí v toxickém vztahu. Setrvávání v takovém toxickém vztahu je často způsobeno i finanční závislostí.

Pachatelé jsou nejvíce muži, ale někdy i ženy. Oběti jsou ženy, muži a děti. Děti často přicházejí do poraden doprovázeny svou trápenou matkou. V takových rodinách existuje atmosféra ponižování, zranění a strachu. Pachatel vyvolává v ostatních rodinných příslušnících pocity viny a zahanbení, chce mít v rodině hlavní slovo, chce být nadřazený a pravděpodobně si tím sám zvyšuje vlastní sebevědomí.

Lze jim pomoci? Kromě návštěvy poradny pro týrané děti a matky, jako je třeba asociace pro ochranu dětí, mohou být užitečné i informace z internetu, protože při jejich vyhledávání a čtení zůstane postižený anonymní.

Svoji situaci můžete zvážit a postupně pochopit, zda to, co se vám doma děje, je násilí.

Vysvětlí nám mechanismy duševního násilí: Čím déle jste vystaveni tomuto násilí, tím větší máte pochybnosti o sobě: útoky a chování pachatele vedou k tomu, že postižená osoba začne pochybovat o své vlastní sebeúctě a o svém rozumu.

Do strategie většiny mužských pachatelů patří namluvit oběti, že je to vina ženy, že jejich vztah nefunguje, že musí změnit svoje chování. V jeho strategii je, vyvolat v ní pocit, že je to její vina, že s ní takto zachází, že jeho chování je pouze reakcí na její vadnou osobu.

Děti z těchto vztahů vždy trpí. Zpravidla se identifikují s rodičem, který je obětí. I když jsou v dětském pokoji a dveře jsou zavřeny, mají strach a jsou do konfliktu vtaženy. Děti mají pocit, že musí situaci ovládnout a chránit oběť.

Vědecké studie ukazují, že násilí, které děti pozorují, cítí stejně jako by to zažívaly samy.

Příklad z praxe: Jeden muž trvale psychicky zraňoval svou ženu, ponižoval ji a urážel. Nikdy nic nebylo správně, co dělala. Měli dvě děti, které vyrůstaly v trvale napjaté, úzkostné atmosféře. V jednu chvíli ten starší, který měl v té době osm let, už nevydržel výbuchy vzteku svého otce proti

matce a vrhl se mezi rodiče. Byl otcem zbit. Chlapec byl pak velmi odvážný a řekl to veřejně ve své škole. Učitel a vedení školy kontaktovali asociaci pro ochranu dětí. Po roce půl marného úsilí poradny přimět otce zanechat domácího násilí, si nakonec matka navzdory velkým obavám našla bezpečné útočiště pro sebe i své děti. Samozřejmě, že u dětí došlo k určité úlevě, ale čas oddělení je také nejnebezpečnějším časem. Otec cíhal na děti na cestě do školy. Báli se, že je bude zastrašovat, ohrožovat nebo je unese k sobě.

V nynější tak dlouhé coronové pandemii, se situace manželstvích a rodinách, ve kterých už dříve převládalo velké napětí, ještě více vyostřila.

Dokonce i muži jsou oběťmi

Násilí ve vztazích se podle vědeckých výzkumů vyskytuje všech sociálních a věkových skupinách. Pro někoho je nepředstavitelné, že existují muži, kteří jsou oběťmi. Muž, který neustále ponižuje, uráží, křičí nebo dokonce bije svou ženou, se obecně zdá být představitelný. Ženy jsou považovány za harmonické a méně agresivní než muži.

Ženy však nejsou samy sebou jaksi samozřejmě ze svého pohlaví, ale to, jaké jsou, záleží na jejich sociální roli a očekávání jaké mají být v kulturním kontextu. Proto ženy obvykle nejsou veřejně agresivní, ale spíše doma. Jejich zbraně jsou zřídka pěsti, ale často slova, jimiž bodají, ponižují nebo pomlouvají.

Odhaduje se, že alespoň dvě procenta mužů pravidelně trpí násilím od své partnerky. Je jich pravděpodobně mnohem víc, protože pro mnohé je to zahanbující a nehledají žádnou pomoc. Muž rozumí své společenské roli tak, že násilí od ženy nemůže být žádné násilí. Nechce věřit tomu, že je to násilí, co se s ním doma děje. Takoví muži by byli opovrhováni a často sociálně izolováni.

Taková žena chce vždy kontrolovat to, co člověk dělá a ptá se: Kam jdeš? S kým? Neustále ho volá, když je na cestě, píše SMSky, stovky i tisíce měsíčně, také mu podezíravě kontroluje telefony a kontakty. Napětí a zklamání z neuspokojivého vztahu si vybíjí v urážkách svého muže. Také se často vyskytuje odmítání sexuálního soužití. Používá slova jako slaboch, nebo ho uráží, že je v posteli neschopný.

Ženy mohou být stejně násilné jako muži. Ale ženy jsou většinou tiché, cynické, ironické, jiné než muži. Dokonce i děti jsou často jejich oběťmi. Třeba matka řekne jízlivě: „No jo, zase jsi to dobře udělala!“ Poté, co jejich dítě něco pokazilo. Ale děti nerozumí ironii, budou z toho nejisté a zmatené. Mečení, křik, ponižování – často děti sotva očekávají něco jiného.

Zvýšit citlivost rodičů na emocionální násilí je obtížné. Násilí jako prostředek komunikace se často v rodinách předává z generace na generaci. Postižení jsou hluboce znepokojeni a nakonec sami uvěří, že jsou méněcení.

V záchytu domácího násilí a první pomoci musí hrát v našich sborech důležitou roli v první řadě pastorační služba kazatele, starších sboru a dalších členů. Neseme v tomto ohledu velkou odpovědnost za své sourozence v Kristu a za své přátele. Pokud vidíme v rodinách známky domácího násilí, je naší povinností o tom s dotyčnými mluvit. Společně hledat příčiny neshod a rozpoznat, zda epizodní hádky nepřerostly v systém psychického násilí.

V případě, že společně rozpoznáme, že mezi partnery či v rodině opravdu dochází k domácímu násilí, můžeme obětem i agresorovi nabídnout modlitební a duchovní pomoc. Zároveň je však nezbytné pomoci jim, vyhledat odbornou pomoc. Naše zkušenosti i vzdělání nemusí být dostatečné, abychom mohli sami postiženým pomoci.

Pro postižené je rozhodující, že existuje někdo, kdo je vnímá a kdo jim říká: Vidím, co je s vámi a že potřebujete podporu.“ To může udělat kdokoli, ke komu mají důvěru, kazatel, starší sboru nebo dobrý přítel nebo kamarádka. Příbuzní nebo společní známí většinou spíše ne. Jsou totiž také součástí systému a pod vlivem tlaku v rodině. Tak je pochopitelné, že příbuzní nebo známí většinou uhýbají, když někdo začne mluvit o své situaci v rodině. Znají se s partnerem a to pro ně může být ožehavé téma.

V literatuře nebo na internetu naleznete různé užitečné tipy. Například se doporučuje nereagovat na obvinění pachatele násilím, ale přerušit násilnou komunikaci a říct s pokud možno co nejvíce pevným hlasem: „Takhle už nemůžeš se mnou dál mluvit!“ Pokud je to nutné, postižená osoba by měla opustit místnost a svému partnerovi později, až bude klidnější, vysvětlit, že jeho chování je pro ni zraňující.

Postižení duševním násilím většinou potřebují jinou osobu, která jim vážně naslouchá a podporuje je. To lze uskutečnit například v poradním centru pro manželství nebo v psychoterapii. V bezpečném neutrálním prostředí je možné se v klidu podívat na sebe, partnera a vztah a naučit se vyjádřit svá přání a potřeby partnerovi. Pak se ukáže, zda je stále potřebné oddělení nebo zda lze znovu vybudovat důvěru, aby se oběti a pachatelé vymanili ze spirály násilí.

Nevíme, jakou cestou půjdou Adam a Eva Horáčkovi. Občas mi pošlou na Messenger svoje fotky z dovčů u moře, ale o svém vztahu mlčí jako hrob.

-šk-



Můžete také navštívit naši facebookovou stránku [Baptisté – Česká republika](#) nebo facebookovou skupinu [Zpravodaj baptistických sborů](#).