

Stereotypy obětí domácího násilí a jejich změny

JIŘÍ SEDLÁK, VRATISLAV KOVÁŘ

Jsou možné změny sociálních stereotypů obětí dlouhodobého domácího násilí (dále DN)? Je možno změnit částečně vědomé, automaticky používané verbální návyky, které byly získané učením v předchozím období? Pohybové řečové, hygienické, sociální a jiné stereotypy se vytvářejí od dětství. Stereotypy v řešení problémů vznikají později (J. Linhart 1976). Stereotypy potřebné pro komunikaci a pro optimálně fungující sociální vztahy jsou neobyčejně složité. Bez optimální komunikace se neobejde ani jeden sociální proces. Sociální stereotypy mají širší dosah. Uplatňují se v partnerských vztazích a především v průběhu domácího násilí. Zkušenosti z praxe potvrzují, že agresivní partner ve svých násilnostech obvykle kombinuje typy fyzického násilí s násilím psychickým, kdy psychické agrese často převládají. V takových případech oběť zpravidla neovládá účinné obranné mechanismy slovního charakteru a dostává se plně do vlivu agresivního partnera. Neschopnost se účinně slovně bránit je u obětí DN velmi častá a ve značné míře souvisí se stereotypy sociálního chování v narušeném partnerském vztahu. Záporně působící řečové stereotypy se vyskytují nejen na straně útočnicka, ale i na straně oběti, a proto podstatně omezují možnosti optimálního soužití i dorozumění. Týkají se především obtížného dosažení shody nebo kompromisu při řešení běžných konfliktů. Komunikace, která vybočuje z běžné společenské normy, determinuje už dříve vytvořené obranné mechanismy oběti, rozšiřuje jejich četnost a nepříznivě ovlivňuje zejména její verbální obranné reakce. Jednou z možných cest jak pomoci obětem DN je změna nežádoucích stereotypů obětí a jejich nahrazení takovým sociálním chováním, které umožňuje řešení tíživé situace. Je zřejmé, že taková zásadní změna je dosažitelná jen na základě jejich vlastního úsilí a také především s podporou terapeuta. Je v podstatě možná, i když krajně nesnadná (R. Kohoutek, J. Hofeřová 2009, J. Sedlák a spol. 2009). Jak spolu souvisí domácí násilí a stereotypy sociálního chování včetně komunikativního dorozumívání? Stereotypy jsou chápány jako opakující se, navyklý způsob jednání. Jde o „předsudečné zobecněné přesvědčení určující zjednodušení, systematizaci a zpřehlednění očekávání“ (Matoušek, 2003). Stereotypy jsou výsledkem procesu a zároveň fungují jako nositelé soudů, názorů i předsudků, jež působí v rámci každodenního života. Mohou být právě tak pozitivní jako negativní. Stereotypy jako psychický a současně sociální mechanismus představují na jedné straně určitou shodu v pohledu na svět, ale na straně druhé determinují vnímání i hodnocení určitých skupin jevů a ovlivňují postoje a chování vůči nim. U oběti a násilníka jde o rozdílné, automaticky používané myšlenkové, mluvní, pohybové a jiné ste-

reotypy, jejichž změny jsou neobyčejně obtížné. Také celkové chování oběti a agresora bývá stereotypní. Komunikativní stereotypy člověk přebírá pomocí nápodoby od svých rodičů a prarodičů, sourozenců. Z toho důvodu není možné očekávat, že je můžeme změnit v krátké době. Můžeme je měnit pouze po malých krůčcích (L. Schröberger 2009). Takže souhrnně řečeno stereotypy jsou ustálené, navyklé vzorce myšlení a chování. Mohou tvořit významnou komponentu postojů, předsudků, které se překonávají jen velmi obtížně. Nemusí být vždy iracionální a neadekvátní, a tak je jejich postupná proměna uskutečnitelná. U útočníků i obětí DN mohou působit také specifické genderové stereotypy v pojetí maskulinního a feminního chování. Například pasivita ženy, která se ve všem podřizuje rozhodnutím muže, a proto je vnímána jako možná oběť.

Stejně potom genderový stereotyp muže s projevy maskulinity má blíže k násilnému chování. Často jsou takové stereotypní charakteristiky zobecňovány a přisuzovány všem lidem daného pohlaví. Je přitom zřejmé, že se většina lidí takovým stereotypním obrazům vymyká (C. M. Renzetti 2003). Setkáváme se například s domácím násilím, které je páchané také na mužích (J. Buriánek 2006). Genderové stereotypy mohou u obětí i útočníků domácího násilí znesnadňovat potřebnou změnu i nalezení adekvátního řešení. Stávají se zdůvodňováním bezvýhodnosti situace i jistým ospravedlňováním násilného chování. Překonání stereotypů je proto důležitým krokem pro dlouhodobé řešení problému domácího násilí. Úspěch jakékoliv činnosti a zejména sociálního styku má základ v komunikaci. To nepochybně platí i pro řešení pomoci obětem domácího násilí. Problémem je ovšem přesvědčit oběť o tom, že má možnost naučit se pacifikovat násilníka a účinně se mu bránit. Motivace obětí domácího násilí k nalezení účinných způsobů sebeobrany je důležitým předpokladem jak se vymanit z bludného kruhu násilí (V. Kovář 2010, R. Kohoutek a spol. 2009). Obrana slovem jim může pomoci odrazit slovní útok násilníka.

Pokusů terapeuticky ovlivnit postoje, komunikaci a chování obětí domácího násilí se vyskytlo více (např. J. Tóthová 2006). Autorka vypracovala a použila interaktivní expresivně tvořivou metodu při styku s dětskými oběťmi, které trpěly syndromem CAN. Byla to hravá projektivní metoda, tzv. scénotest podle G. I. E. von Staabse. Děti jsou touto metodou diagnostikované a zároveň jim slouží k terapii hrou. Svoje prožitky a hlavně emoce děti promítají do herních situací. Prostředky, jak lze snížit účinky domácího násilí na oběť, jsou různé. Oběti většinou neznají svá práva a nevědí, jak je přesně vyžadovat. Když odborník poskytne informace, oběti je mnohdy nejsou ochotny a ani schopny využívat. Často jen nařikají a vlastní řešení problémů jim uniká, nemají dost vytrvalosti ani motivaci něco změnit. Podstatný význam má chování obětí domácího násilí při výpovědi v poradně. Získané informace mohou vést k usměrnění metodického přístupu k oběti a upřesnění programu ke zvládnání problémů obětí. Aktivita při řešení problému závisí na samotné oběti. Potřebné změny nevhodných verbálních stereotypů je možné dosáhnout např. prostřednictvím

psychoterapie a s využitím sociálního výcviku. Oběti domácího násilí většinou nejsou připraveny učit se jinému způsobu komunikace i jinému způsobu jednání s domácím násilníkem. Je to pro ně tím obtížnější, když je násilník manipulátorem (Edmüller 2003, M. Pospíšil 2007, J. Sedlák 2008). Psychologie nabízí možnosti, jak se naučit novým způsobům řešení neshod a konfliktů tak, aby oběť domácího násilí byla úspěšnější při jednání (J. Sedlák 1984, M. Pospíšil 1999). Jako účinný se ukázal nácvik řešení problémů v malých skupinách (J. Sedlák 1984).

Nelze ovšem očekávat, že by byla oběť vstřícná při nabídce odborníka přepracovat své stereotypy chování a konverzace. K oběti se většinou nikdy nedostala informace o tom, že je možno naučit se novým způsobům řešení neshod a konfliktů tak, aby byla úspěšnější při jednání. Důvodů, proč nejsou oběti domácího násilí příliš ochotny a často i jednoznačně odmítají sociální výcvik, je celá řada (J. Sedlák 2010). Oběť má snížené sebevědomí. Slovní rozepře patří k životu, jsou běžné při řešení běžných každodenních problémů. V domácím násilí však mají jednostrannou formu. Agresor útočí, oběť mlčí nebo se brání jen slabě a neúčinně. Většina obětí domácího násilí neovládá řešení agresivních útoků domácích násilníků a není pochyb o tom, že je to jeden z nejnáročnějších problémů. Ne každý člověk se chce ze svých chyb poučit. Svě záporné zkušenosti lidé zapomínají, a proto své chyby opakují. Jakoby „vstupovali neustále do stejné řeky“. Člověk si vybírá stále stejné typy partnerů, kupuje stejné výrobky, vrací se do míst svého dětství a mládí apod. Zpočátku je vše v nejlepším pořádku, jenže po čase začne vnímat i chyby, „růžové brýle“ odkládá, aby si je znovu a znovu opět nasadil. Často si klade otázky: Kde se stala chyba? Udělal jsem ji já sám? Jenže nové volby se střetávají se stejnými vlastnostmi a přístupy (K. Musilová 2010). V kauze, kterou jsme řešili v poslední době, jsme užili psychoterapii a sociální výcvik. V současné psychoterapii dochází k integraci nejrůznějších psychoterapeutických škol a konceptů. Různé psychoterapeutické školy vycházely z určitých předpokladů, takže teoretické modely tvořily východiska pro jejich aplikaci v praktickém výcviku. Společné rysy vedly k integraci některých přístupů. K nejdůležitějším cílům psychoterapie obětí domácího násilí patří: redukovat psychické napětí z četných psychotraumatizujících situací, zvýšit sebevědomí a sebedůvěru oběti, odstranit pocity viny, přijmout odbornou oporu, pomoci změnit životní stereotypy a začít s řešením tíživé situace. Je zřejmé, že individuální psychoterapie obětí domácího násilí je nezastupitelná a měla by předcházet výcvikovým aktivitám nebo probíhat souběžně s nimi. Jednou z možností je výcvik slovní sebeobrany, který obětem pomáhá zvyšovat jejich sebevědomí. Během sociálního učení poznávají ty správné odpovědi a řečnické triky, kterými se mohou bránit slovnímu napadání svého partnera. Obsahem jednotlivých výcvikových lekcí bývají například odpovědi na slovní agrese, které oběť napadají obvykle až dodatečně (K. Komůrková 2010). Doporučovali jsme obětem, aby při střetu a ve vypjatých situacích udržovaly po-

zitivní tón. Aby používaly jednoduchých protiargumentů. Učili jsme oběť reagovat slovy jako např.: Máš pravdu. Mohu s tebou souhlasit, ale mám otázku... Doporučovali jsme, aby mlčela, neodpovídala nebo aby raději odešla z místnosti pod záminkou, že si třeba něco zapomněla. Učili jsme ji pěstovat tzv. vyčkávací taktiku, zahrát absurdní divadlo aj. Rady jsme neužívali v obecné rovině, ale vycházeli jsme z konkrétních situací, které oběť sama prožila (K. Komůrková, M. Nölke 2009, 2010). Snažili jsme se o problémech oběti dozvědět co nejvíce. Povzbuzovali jsme ji. Naslouchali jsme, jak hovořila o ubližování, věřili jsme jí a dali jí to najevo. Neobviňovali jsme ji. Říkali jsme jí, že nenese žádnou vinu na násilí. Informovali jsme ji o základních problémech domácího násilí. Upozornili jsme ji, jak je nebezpečné ignorovat násilí, že násilí se časem stupňuje. Společně jsme hledali možnosti jak změnit její tíživou situaci. Podporovali jsme ji, když se rozhodla situaci řešit. Upozorňovali jsme na mýty a předsudky spojené s násilím. Pomohli jsme jí vytvořit plán řešení i zformulovat potřebné písemnosti a slíbili doprovázet ji k úřadům.

Uvažovali jsme pro budoucnost o aplikaci aktivního sociálního učení u malých skupin obětí domácího násilí, která ještě nebyla u nich v praxi vyzkoušena, ale mohla by jim přinést vhodnější řešení než dosavadní efekty. Výsledky dřívější výzkumné aplikace sociálního učení u 102 skupin účastníků nejrůznějších profesí vedly k závěru, že učení v malé skupině probíhá podle pětifázového modelu (J. Sedlák 1983, 1984, 2008, J. Sedlák, J. Potůček, L. Rukovanská 1982) a že vede k přepracování stereotypů relativně rychleji než individuální psychoterapie.

Závěr

Styk mezi obětí a násilníkem probíhá z větší části v rámci sociální komunikace. Obě strany jsou determinovány pevně zafixovanými sociálními stereotypy. Ty jsou zásadní překážkou dorozumění a vedou nutně ke vzniku konfliktních situací. Takže neschopnost účinně se slovně bránit je u obětí domácího násilí velmi častá. Záporně působící stereotypy jsou na straně útočníka i na straně oběti a podstatně omezují možnosti soužití i dorozumění. Jednou z možných cest jak pomoci obětem domácího násilí je změna nežádoucích stereotypů a jejich nahrazení takovým sociálním chováním, které umožňuje řešení tíživé situace oběti. Takovou zásadní změnu je možné dosáhnout pomocí psychoterapie i metodou sociálního učení v malých výcvikových skupinách obětí domácího násilí. Neznáme účinnou přesvědčovací metodu, kterou by bylo možno s úspěchem použít u obětí než realizovat sociální učení v malé skupině. Připouštíme, že na rozdíl od skupinového výcviku jsou oběti psychoterapii přístupnější.

Literatura u autorů.