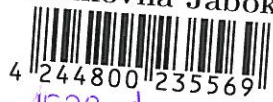


**Knihovna Jabok**



PC: 1533-d .....

TS: .....

OBHÁJENO 14.9.2006

Univerzita Jana Evangelisty Pavla v Praze  
Evangelická teologická fakulta  
Černa 97640 p.p. 529  
115 55 Praha 1

**Univerzita Karlova v Praze  
Evangelická teologická fakulta**

**Bakalářská práce**

**Jana Lejčková**

**Dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství**

**Vedoucí práce: PaedDr. Marie Vorlová**

**2006**

1. Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci Dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství zpracovala samostatně a výhradně s použitím uvedených pramenů a literatury.
2. Tuto práci nepředkládám k obhajobě na jiné škole.
3. Souhlasím s tím, aby uvedená práce byla v případě zájmu pro studijní účely zpřístupněna dalším osobám nebo institucím.
4. Souhlasím s tím, aby uvedená práce byla publikována na internetových stránkách Jaboku.

V Praze dne 1.6.2006

Jana Lejčková

Jana Lejčková

Toulám se lesem těl  
zabalených v igelitu

Na která napsal

román čas

A hledám

Sebe

## Obsah

1. Úvod	str. 1
2. Sexuální zneužívání – vývoj a definice	str. 2
2.1. Vývoj fenoménu sexuálního zneužívání dětí	str. 2
2.2. Definice sexuálního zneužívání	str. 2
2.3. Formy sexuálního zneužívání	str. 4
2.3.1. Bezdotyková forma sexuálního zneužívání	str. 4
2.3.2. Dotyková forma pohlavního zneužívání	str. 5
2.4. Péče o sexuálně zneužívané děti	str. 6
3. Dlouhodobé následky sexuálního zneužívání	str. 7
3.1. Dospělé oběti v České republice	str. 7
3.2. Dlouhodobé důsledky sexuálního zneužití v dětství	str. 8
3.2.1. Emocionální důsledky sexuálního zneužití	str. 8
3.2.2. Fyzické důsledky sexuálního zneužití	str. 9
3.2.3. Duchovní důsledky sexuálního zneužívání	str. 10
3.3. Posttraumatická stresová porucha u dospělých obětí	str. 11
3.3.1. Diagnostická kritéria posttraumatické stresové poruchy	str. 12
3.4. Kontrolní seznam příznaků pro oběti zneužití	str. 13
3.5. Vliv sexuálního zneužití na oblast sexuality	str. 15
3.5.1. Postoj k sexu, promiskuita a prostituce	str. 15
3.5.2. Sexuální fantazie	str. 16
3.5.3. Funkční poruchy sexuality	str. 17
3.6. Mateřství	str. 18
3.7. Těhotenství, porod, kojení	str. 19
3.8. Vztah k tělu	str. 20
3.9. Shrnutí	str. 21
3.10. Specifika mužských obětí sexuálního zneužití v dětství	str. 22
3.10.1. Vliv sexuálního zneužití na nárůst agresivity	str. 23
4. Pomoc dospělým obětem sexuálního zneužití	str. 25
4.1. Úvod	str. 25
4.2. Terapie obětí sexuálního zneužití – 1. fáze	str. 25
4.2.1. Pocit bezpečí	str. 25
4.2.2. Úleva od příznaků	str. 26

4.2.3. Práce s pamětí	str. 27
4.2.3.1. Pomocné techniky pro práci s pamětí	str. 28
4.3. Terapie obětí sexuálního zneužití – 2. fáze	str. 30
4.3.1. Pravda o minulosti	str. 30
4.3.1.1. Skutečný pachatel	str. 30
4.3.1.2. Ochrana	str. 31
4.3.1.3. Oběť	str. 31
4.3.1.4. Oběť jako zneužívající	str. 32
4.3.2. Přechod od minulosti do současnosti	str. 32
4.4. Terapie obětí sexuálního zneužití – 3. fáze	str. 33
4.4.1. Vztahy	str. 33
4.4.2. Manželské poradenství	str. 34
4.4.3. Ukončení terapie	str. 35
4.5. Terapie obětí sexuálního zneužití – závěr	str. 35
5. Pomoc dospělým obětem sexuálního zneužití v dětství v České republice	str. 36
5.1. Úvod	str. 36
5.2. Elektra – Centrum pomoci ženám zneužitým v dětství	str. 36
5.3. Bílý kruh bezpečí	str. 37
5.4. RIAPS	str. 38
5.5. Gona s.r.o. – Soukromé sexuologické centrum	str. 38
5.6. Otevřený svět	str. 38
5.7. Shrnutí	str. 39
6. Informovanost veřejnosti	str. 40
7. Dotazníková sonda	str. 42
8. Závěr	str. 44

Resumé

Seznam použité literatury

Přílohy

## 1. Úvod

Téma dospělých obětí sexuálního zneužívání v dětství jsem si vybrala proto, že tuto problematiku považuji za velmi důležitou a v České republice nedostatečně zpracovanou.

Práce je zaměřena na ženské oběti sexuálního zneužívání, které se se svým zážitkem buď nesvěřily vůbec, nebo si jej nesly až do dospělosti. Cílem práce je popsat dlouhodobé důsledky zneužívání a zmapovat všechny oblasti, kterých se tento problém dotýká. V další části práce se potom zaměřím na terapii ženských obětí sexuálního zneužití v dětství. Vycházím ze zahraniční literatury, která se tomuto problému podrobně věnuje. Reakce a problémy jsou u obětí zneužití v mnoha oblastech velmi specifické. Protože u nás není téměř dostupná specializovaná pomoc pro tyto oběti, je možné se s nimi setkat v rozličných sférách pastorační i sociální práce a ve všech oblastech poradenství. Proto považuji nastínění práce s touto skupinou klientek užitečné nejen pro psychoterapeuty, ale pro všechny, kdo se se zneužívanými ženami setkají. Jedním z hlavních cílů je ukázat, že problematiku dospělých obětí sexuálního zneužívání je třeba chápat komplexně.

Okrajově se budu věnovat také mužským obětem sexuálního zneužívání. Toto téma je samostatnou kapitolou, která není ani v odborné literatuře podrobně popsána. Cílem zmínky o mužských obětech v této práci je spíše poukázání na to, že i jich se problematika týká, že není možné je vyčleňovat. Mužům jako obětem se zde budu věnovat hlavně s důrazem na spojitost mezi zneužíváním a nárůstem agresivity.

Praktická část práce vychází z praxe v Élektře – Centru pomoci ženám zneužitým v dětství a ze sondy provedené dotazníkovou metodou. Cílem zkoumání bylo zjistit, co lidé vědí o následcích zneužívání, o tom, kde mohou oběti vyhledat pomoc a jaká pomoc by měla být obětem poskytnuta. Součástí praktické části bude návrh na zvýšení informovanosti veřejnosti o této problematice a dostupných možnostech pomoci v České republice.

Téma dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství je velmi široké a není možné jej podrobně rozpracovat v rámci jedné práce. Doufám, že se mi podaří přehledně vystihnout alespoň malý výřez, který jsem si zvolila.

## **2. Sexuální zneužívání – vývoj a definice**

### **2.1. Vývoj fenoménu sexuálního zneužívání dětí**

Sexuální zneužívání je jev, se kterým se setkáváme čím dál častěji v kruzích odborné i laické veřejnosti. Na tento fakt má vliv zejména pozornost, kterou tomuto tématu věnují sdělovací prostředky. Zprávy, které pronikají na veřejnost, mohou vyvolat dojem, že se situace v oblasti sexuálního zneužívání dětí prudce zhoršuje, že pachatelé začali najednou překračovat mravní zásady, které ještě před několika desítkami let byly nepřekročitelné. Také fakt, že se v médiích uveřejňují hlavně trestné činy sexuálního zneužití, jež vynikají svou brutalitou, může vést k tomu, že méně zjevné případy budou opomíjeny a zvýší se tak počet latentních činů sexuálního zneužití.

Sexuální zneužívání je v České republice vnímáno jako velmi závažný jev bez ohledu na to, jak často se vyskytuje. Je pravdivé tvrzení, že v posledních letech dochází ke strmému nárůstu obětí zneužívání, nebo jde jen o překročení letitého tabu, které u nás existovalo? Výskyt případů sexuálního zneužívání lze mapovat až od roku 1989; z dob dřívějších je možné počet zneužívaných zhruba zmapovat pouze z retrospektivních studií. Teprve v roce 1994 vzniklo Dětské krizové centrum, které pomáhá týraným a zneužívaným dětem.

### **2.2. Definice sexuálního zneužívání**

K tomu, aby bylo možné pracovat s termínem sexuální zneužití, je třeba uvést vymezení tohoto termínu. Protože je v České republice zneužití chápáno jako trestný čin, je nejjistější definicí vymezení právní. Trestní zákoník ČR definuje trestný čin pohlavního zneužívání takto:

§ 242: (1) Kdo vykoná soulož s osobou mladší než patnáct let nebo kdo takové osoby jiným způsobem pohlavně zneužije, bude potrestán odnětím svobody na jeden rok až osm let.

(2) Odnětím svobody na dvě léta až deset let bude pachatel potrestán, spáchá-li čin uvedený v odstavci 1 na osobě svěřené jeho doзору, zneužívaje její závislosti.

(3) Odnětím svobody na pět až dvanáct let bude pachatel potrestán, způsobí-li činem uvedeným v odstavci 1 těžkou újmu na zdraví.

(4) Odnětím svobody na deset až patnáct let bude pachatel potrestán, způsobí-li činem uvedeným v odstavci 1 smrt.



§ 243: Kdo zneužívá závislosti osoby mladší než osmnáct let nebo osoby svěřené jeho doзору, přiměje ji k mimomanželské souloži, nebo kdo takové osoby, zneužívá její závislosti, jiným způsobem pohlavně zneužije, bude potrestán odnětím svobody až na dvě léta.

„...Uvedené právní vymezení sexuálního zneužívání, jak je zřejmé, neobsahuje vymezení celé šíře konkrétních činů, které znamenají sexuální zneužití. Vymezení toho, co lze za sexuální zneužití dítěte považovat, patří tedy odborníkům z jiných oblastí. Je však třeba zdůraznit, kromě již zmíněné věkové hranice, velice důležitý aspekt, který je rovněž podstatný, tj., že v sexuálním zneužití jde též o zneužití moci nad dítětem pro osobní uspokojení dospělého jedince, v tomto případě pro jeho vlastní sexuální uspokojení.“<sup>1</sup>

Protože právní vymezení není jedinou definicí sexuálního zneužívání, ráda bych uvedla ještě několik dalších tak, jak je ve své publikaci uvádí Vaníčková.

Jednou z prvních definic pohlavního zneužívání dětí je definice, kterou formulovali Schechter a Robergs v roce 1976: „Vtažení závislých, vývojově nezralých dětí a dospívajících do sexuálních aktivit, které plně nechápou, ke kterým jsou neschopni dát informovaný souhlas nebo které porušují sociální tabu rodinných polí.“<sup>2</sup>

Další definici uvádí Michelle Elliot: „Jakékoli sexuální využívání dítěte mladšího šestnácti let pro sexuální uspokojení dospělého nebo značně starší osoby. Může jít o obscénní telefonáty, neslušné předvádění se a voyérství, jako sledování dítěte při svlékání, ohmatávání, zhotovování pornografických fotografií nebo pokusy o soulož, znásilnění, incest nebo dětskou prostituci. Může se jednat o jednotlivou událost nebo aktivity, které trvají léta.“<sup>3</sup>

Zdravotní komise Rady Evropy definovala v roce 1992 sexuální zneužívání jako „...nepatřičné vystavení dítěte sexuálnímu kontaktu, činnosti či chování. Zahrnuje jakékoliv sexuální dotýkání, styk či vykořisťování kýmkoli, komu bylo dítě svěřeno do péče anebo kdo se s dítětem dostal do styku. Takovou osobou může být rodič, příbuzný, přítel, odborný či dobrovolný pracovník či cizí osoba.“<sup>4</sup>

Rozšířenější verzi definice Rady Evropy uvádí Weiss: „Za sexuální zneužívání je považován pohlavní kontakt mezi dospělou osobou a nedospělým

<sup>1</sup> Vaníčková. *Sexuální zneužívání dětí I.díl.* s. 11-12

<sup>2</sup> Vaníčková. *Sexuální zneužívání dětí I.díl.* s. 12

<sup>3</sup> Vaníčková. *Sexuální zneužívání dětí I.díl.* s. 12

<sup>4</sup> Vaníčková. *Sexuální zneužívání dětí I.díl.* s. 13

jedincem, přičemž se zákonem určená hranice přístupnosti pohlavního styku pohybuje v různých zemích obvykle mezi 13. a 18. rokem věku. Pojem zneužití přitom může označovat jak různé formy koitálního styku (vaginální, anální, interfemorální), tak i aktivní a pasivní orogenitální aktivity, masturbaci či osahávání jiných částí těla oběti, to vše za účelem dosažení sexuálního vzrušení a eventuálně uspokojení pachatele.“<sup>5</sup>

Ze všech výše uvedených definic vyplývá, že sexuální zneužití je chování dospělého, který dítě nebo dospívajícího využije k naplnění svých sexuálních potřeb či fantazií.

U sexuálního zneužívání se rozlišují dvě základní formy, kterým se budu věnovat na následujících řádcích.

### **2.3. Formy sexuálního zneužívání**

Sexuální zneužívání lze podle formy rozdělit na dvě hlavní skupiny – dotykové a bezdotykové. Používám zde rozdělení podle Vaničkové.<sup>6</sup> Výčet aktivit není (a zřejmě nikdy nemůže být) kompletní, jedná se o popis nejčastějších aktivit, ke kterým dochází mezi pachatelem a obětí.

#### **2.3.1. Bezdotyková forma sexuálního zneužívání**

Bezdotykové zneužívání může být často považováno spíše za nevhodné chování, než přímo za zneužívání. Jeho důsledky také nebývají tak vážné, přesto při něm dochází k narušení práv dítěte a jeho zneužití k naplnění touhy dospělého. Bezdotykovým zneužíváním je voyerismus, čili dosahování sexuálního uspokojení prostřednictvím pozorování jiných osob při svlékání, nahých nebo při souloži. K voyerství patří také pozorování dětí při sexuálních aktivitách, kterých se dospělý neúčastní, ale nutí dítě k činnostem jako je masturbace, sexuální aktivity s jiným dítětem nebo dospělým, nebo zvířetem. Tyto aktivity se objevují zejména při komerčním zneužívání dětí.

Další formou bezdotykového zneužívání je setkání dítěte s exhibicionistou. Při této úchylice dospělý dosahuje sexuálního uspokojení tím, že odhaluje své genitálie před jinými osobami. Odhalování může být spojeno i s masturbací.

K bezdotykovému zneužívání patří také zneužívání slovní. Jde o používání obscénních výrazů, řeči, popisování sexuálních aktivit. Často k němu dochází

<sup>5</sup> Vaničková. *Sexuální zneužívání dětí I.díl.* s. 13

<sup>6</sup> viz. Vaničková. *Sexuální zneužívání dětí I.díl.* s. 15-17

prostřednictvím anonymních telefonních hovorů, při kterých dává pachatel dítěti příkazy, co má dělat (uspokojovat se, svlékat, atd.) a vzrušuje se představou dítěte plnícího jeho pokyny.

### **2.3.2. Dotyková forma pohlavního zneužívání**

Dotykové zneužívání je takové, při kterém dochází k sexuálnímu kontaktu mezi pachatelem a dítětem, k dotýkání včetně laskání prsou a pohlavních orgánů, orálnímu, análnímu, vaginálnímu nebo interfemorálnímu pohlavnímu styku.

Kontaktní zneužívání je především osahávání genitálních oblastí dítěte či horních částí stehen a prsou u starších dívek, které se často dějí pod záminkou jiné aktivity (masáže, dodržování správné hygieny, atd.). Pachatel se těmito činnostmi snaží sexuálně uspokojit.

Dále k této formě zneužívání patří masturbace. Masturbovat může pachatel dítě, dítě pachatele nebo může jít o masturbaci vzájemnou. Blízko k masturbaci má simulovaná soulož, kdy dospělý dosáhne uspokojení třením svých genitálií o genitálie dítěte a nedojde k penetraci. Penetrace čili znásilnění je obzvláště brutální formou zneužití, protože často vede kromě zneužití i k poranění dítěte. Konkrétně se jedná o soulož mezi dítětem a dospělým, kdy může být penetrace buď vaginální nebo anální. K anální penetraci dochází jak u homosexuálního zneužívání chlapců, tak u dívek, zejména v mladším věku.

Častým způsobem dotykového zneužívání jsou orální sexuální aktivity, ke kterým patří líbání spojené s pronikáním jazyka do úst dítěte, orální dráždění genitálií dítěte, nucení dítěte tímto způsobem stimulovat pachatele či jiné dítě.

Závažnou formou kontaktního zneužívání je i zneužívání dítěte k sadomasochistickým aktivitám. U zneužívání dětí převládá sadistická forma, kdy je dítě pachatelem bito, svazováno či mučeno.

Každé setkání s nějakou formou sexuálního zneužití je bezesporu zásahem do života dítěte. Protože je každé lidské stvoření jedinečné, není možné generalizovat následky, které taková zkušenost zanechá. Reakce na zneužití lze rozdělit do několika skupin. Jednou z nich jsou okamžité reakce, které jsou podmíněny osobnostní výbavou jedince a které je možné vysledovat u případů, kdy se dítě svěřilo, nebo když bylo zneužívání odhaleno. Další část tvoří ti, kdo se se zneužitím

buď nesvěřili, nebo si tento zážitek nesli až do dospělosti. Těm bude věnována následující část práce, ve které se budu zabývat dlouhodobými následky sexuálního zneužívání a tím, jak je možné dospělým obětem sexuálního zneužití pomoci.

#### **2.4. Péče o sexuálně zneužívané děti**

Podle statistických údajů se obětí sexuálního zneužívání stane 10 – 40% dívek a 5 – 20% chlapců. Jde o statistický průměr. Skutečný počet obětí sexuálního zneužívání je téměř nemožné zjistit, protože mnoho případů zůstává utajeno.

V posledních letech se velmi zlepšila péče o dětské oběti ve všech oblastech. Fungují Dětská krizová centra, linky důvěry, azylové domy pro děti. Velký pokrok se odehrál také v oblasti informovanosti veřejnosti o problematice – ať už jde o informovanost přes média a sdělovací prostředky, veřejné sbírky či přednášky. Kromě toho začala na školách fungovat prevence a také pracovníci z různých oblastí jsou v oblasti prevence školeni. Dobře dostupná je rovněž literatura, která se tématu sexuálního zneužívání dětí věnuje, a která kromě informací poskytuje i užitečné kontakty. Sexuální zneužívání dětí je jednou z oblastí, kde se dá pomoc nepřetržitě zlepšovat, přesto se domnívám, že současný stav je uspokojivý.

### 3. Dlouhodobé následky sexuálního zneužívání

#### 3.1. Dospělé oběti v České republice

Na začátku je třeba připustit, že dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství skutečně existují. Jejich počet zřejmě není možné odhadnout, přesto půjde o poměrně velkou skupinu. Pokud je v současné době zneužíváno výše uvedené procento dětí, je jistě velké procento těch, kdo se se zneužitím nesevěřili a nebyla jim poskytnuta odpovídající péče. Sexuální zneužívání bylo do roku 1989 naprostým tabu, což neznamená, že k němu nedocházelo – jen se o něm nemluvalo, tudíž jako by neexistovalo. Oběti zneužití se se svým zážitkem musely vyrovnat po svém a jistě ne všem se to podařilo. Proto je důležité o dospělých obětech hovořit, stejně jako o tom, jaké může mít sexuální zneužití v dětství vliv na člověka v dospělosti, pokud mu v dětství nebyla poskytnuta adekvátní pomoc.

Dlouhodobé následky sexuálního zneužívání jsou stále opomíjené. Česká literatura se omezuje na vyjmenování možných následků zneužívání, ale chybí důraz na to, že je potřeba dospělým obětem poskytnout odbornou pomoc, která by jim pomohla vyrovnat se s následky traumatu. Dospělí tak tráví mnoho času v terapiích, návštěvami lékařů a dalších odborníků a nedostává se jim potřebné pomoci. Důsledky zneužívání nejsou zcela popírány, spíše se hledá jiná příčina jejich obtíží a zneužití se pokládá jen za vedlejší, doprovodnou událost. Tím se Česká republika odlišuje například od USA či Anglie, kde vychází knihy specializované na terapii obětí sexuálního zneužití v dětství a funguje mnoho terapeutů a organizací zaměřených na tuto problematiku. Pravdou však je, že se v těchto zemích začalo o problematice zneužívání hovořit dříve a není takovým tabu jako u nás, a tak doufám, že Česká republika potřebuje jen více času k tomu, aby se naučila respektovat a plnit potřeby dospělých obětí zneužívání také. Je samozřejmě možné najít i u nás terapeuty, kteří jsou schopni dospělým obětem pomoci, ale chybí zde systematická, propracovaná forma pomoci. Jediným zařízením na našem území, které se specializuje na práci s oběťmi sexuálního zneužití je Élektra – Centrum pomoci ženám zneužitým v dětství.

Následující část práce je věnována ženským obětem sexuálního zneužití v dětství. Tato problematika se týká i mužů, ale není podrobněji rozpracovaná. Specifikum mužských obětí proto bude věnována jen jedna kapitola, která je spíše

upozorněním, že i muži jsou oběťmi sexuálního zneužívání, které může mít dlouhodobé důsledky.

### **3.2. Dlouhodobé důsledky sexuálního zneužití v dětství**

Dlouhodobé následky sexuálního zneužití v dětství je možné rozlišit do několika skupin. Jedná se o následky v oblasti emocionální, fyzické a duchovní. Jako další skupinu bych ráda vyčlenila oblast sexuality a mateřství. V zásadě se však tyto skupiny značně prolínají a jejich striktní rozdělení by mohlo být spíše na škodu, proto se těmito kategoriemi nebudu striktně řídit. Kromě toho by se dalo říci, že se všechny nějak dotýkají sociální oblasti – ať již ve smyslu komunikace, vztahů či rodiny.

Tak, jako již dříve, i zde považuji za důležité znovu zmínit to, že každý člověk je jedinečnou bytostí, každý člověk reaguje na stres a trauma jiným způsobem, a tak není možné jakékoli důsledky zobecňovat a přisuzovat je automaticky sexuálnímu zneužití. V následujících kapitolách jsou uváděny reakce tak, jak je popisuje odborná literatura na základě práce s klienty a na základě prováděných retrospektivních studií o sexuálním zneužívání.

Dlouhodobé následky sexuálního zneužití jsou popsány jako chronické symptomy, které pokračují do období dospělosti. Mohou se objevovat náhle a nepravidelně, nebo mohou oběť provázet v každodenním životě. Výskyt těchto následků je (stejně jako u krátkodobých následků) ovlivněn délkou trvání a četností zneužívání, vztahem oběti k agresorovi, ale také osobnostními předpoklady, rodinným prostředím a dalšími autoritami, které se objevily v životě oběti.<sup>7</sup>

#### **3.2.1. Emocionální důsledky sexuálního zneužití**

K emocionálním důsledkům sexuálního zneužívání v dětství patří změněné vnímání sebe sama. U mnoha obětí přetrvává pocit studu, sebeobviňování a sebenenávisti. Ani v dospělosti často nevymizí pocit, že ke zneužívání došlo proto, že si to oběť zasloužila, že udělala něco špatného. Také přetrvává pocit, že oběť je jakýmsi nositelem zla, že způsobuje neštěstí ostatním a není schopna zabránit tomu, aby se děly jiným špatné věci. Zde lze pozorovat přetrvávající pocit bezmocnosti.

---

<sup>7</sup> srov. Langberg. *Counseling survivors of sexual abuse*. s. 69

Narušené vnímání vlastního těla je někdy spojeno s poruchami příjmu potravy. Objevuje se přetrvávající nespokojenost s tím, jak tělo vypadá. Obecně oběť vnímá své tělo negativně, což vede k tomu, že má potřebu jej zraňovat a trestat či přehnaně kontrolovat. Extrémní potřeba kontrolovat vlastní tělo může být mnohdy úzce spojena jednak s tím, že tělo bylo při zneužívání ovládáno někým jiným, a také s tím, že často reagovalo jinak, než si oběť přála (například dosažení vzrušení při zneužívání, které je v naprostém rozporu s pocity, které dítě při sexuální agresi mělo). Pro jiné je tělo jedinou složkou, která dodává jedinci nějakou hodnotu.

Problémy pramenící ze zneužívání se promítají také do sféry důvěry. Mnoha obětem dělá problém důvěřovat druhým lidem. Protože v dětství byla zrazena jejich důvěra k lidem, kteří je měli ochraňovat, přetrvává strach a nedůvěra k druhým lidem. Kdykoli se vztah dostane do fáze větší blízkosti, začne se oběti zmocňovat pocit úzkosti a pocit nebezpečí. Přetrvávající jsou také pocity odlišnosti a izolovanosti. Na pocity strachu reagují oběti obvykle jedním ze dvou způsobů. Prvním s nich je extrémní závislost na druhých a submisivita ve vztazích a druhým potřeba přehnané kontroly a přísnosti.

### **3.2.2. Fyzické důsledky sexuálního zneužití**

Často se objevujícími rysy u obětí sexuálního zneužívání jsou rozmanité sebedestruktivní tendence. Patří sem různé formy závislostí – na drogách, jídle, alkoholu, sexu, ke kterým se oběť uchyluje zejména ve chvílích, kdy se cítí být zavalena vzpomínkami a pocity vyvolávajícími úzkost, strach či jinými, pro oběť bolestnými pocity. Mohou se také objevovat sebevražedné myšlenky nebo pokusy o sebevraždu. Časté je fyzické sebepoškozování, které přináší oběti kromě jisté formy úlevy od strachu a tenze také velkou dávku studu. Způsoby sebezraňování jsou různé, nejčastěji je uváděno pálení se, řezání, kousání, bití či bodání špendlíky. Je to způsob trestu určený tomu, kdo je odporný – tedy oběti samé, která je odporná sama sobě.

Mnohé oběti hovoří o sebepoškozování jako o způsobu, kterým se ujišťují, že jsou ještě naživu či jako prostředku, který utiší ataku strachu a úzkosti. Langbergová uvádí, že sebezraňování je příznačné hlavně pro oběti, které byly opakovaně zneužívány v raném věku.<sup>8</sup> Je důležité podotknout, že při zraňování sama sebe oběť

---

<sup>8</sup> viz. Langberg. *Counseling survivors of sexual abuse*. s. 72

nepocituje skutečnou bolest, je to naopak jistá forma účinné anestezie. Tento proces je velmi podobný tomu, co se odehrávalo během zneužívání. V okamžiku, kdy se pro dítě situace stala neúnosnou, došlo k odosobnění (disociaci), útěku od reality a od bolesti, kterou mu agresor způsoboval. Návrat proběhl až poté, co útok skončil. Opakovanými sexuálními útoky se toto chování stalo součástí života oběti a přeneslo se i do dospělosti.

Disociace se stává obranným mechanismem, který je spouštěn velmi často nevědomě. Sylvia Fraser uvádí případ, kdy i neškodný pokus přítele vzít ženu za ruku může tento mechanismus spustit. „...Danile mě chytá za ruku. Nechám mu ji, ale zároveň jí odeberu jakýkoli cit, úplně automaticky, aniž bych věděla, co dělám. V jeho ruce zůstane vosková ruka, velice podobná té živé, skoro jako od madam Tussaud.“<sup>9</sup>

To, jak velký vliv má proces disociace v oblasti sexuálního prožívání, zmíním v další části práce.

### **3.2.3. Duchovní důsledky sexuálního zneužívání**

Duchovní důsledky sexuálního zneužívání v dětství zde uvádím proto, že jsou často opomíjeny, a také proto, že víra ve spojitosti se zneužitím znamená jednu pomyslnou komplikaci navíc. Sexuální agrese je jednoznačně v rozporu s křesťanstvím, a tak se oběť musí vyrovnávat s následky zneužití i s ohledem na vlastní vztah s Bohem. Nejen proto, že zneužitím je tento vztah ve většině případů narušen a vede k nezodpovězeným otázkám, ale také proto, že Bůh může být používán jako prostředek manipulace během zneužívání.

Člověk, který má změněný postoj sám k sobě, navazuje obtížněji vztah s Bohem. Dítě, které bylo zrazeno někým, kdo jej měl ochraňovat, shledává mnohem složitějším důvěřovat Bohu a věřit tomu, že i je Bůh miluje. Není možné oběť jednoduše odkázat na pasáže z Bible, které hovoří jednoznačně v rozporu s tím, čím prošla. Některé děti jsou dokonce ve jménu Boha zneužívány.

„... One client I worked with was required nightly to kneel down beside her bed with her father to say her prayers. He would then help her into bed and proceed to molest her, telling her how wicked she was for making him do such things just after prayer.“ („...Jedna klientka mi vyprávěla, jak její otec každý večer požadoval, aby

---

<sup>9</sup> Wirtz. *Vražda duše*. s.102. Cit. podle Fraser. *Meines Vaters Haus*



klečela vedle postele a spolu s ním se modlila. Potom jí pomohl do postele a začal ji zneužívat. Přitom jí říkal, jak je od ní ošklivé, že ho nutí takové věci dělat hned po modlitbě.“<sup>10</sup>

Bůh a sexuální zneužívání jsou dva neslučitelné pojmy. Na jedné straně stojí Bůh, který říká, že je milující a poskytuje útočiště slabým, a na druhé pokračující sexuální násilí páchané na dítěti. Lidská mysl je schopna akceptovat jen jednu alternativu. Buď Boha, nebo sexuální zneužívání.

Další vliv na duchovní oblast má pocit odcizení a bezmocnosti, kterou oběť jako dítě zažila. Bessel van der Kolk odkazuje na pojem „porucha naděje“, který se vyskytuje u dospělých, kteří byli v dětství opakovaně traumatizováni.<sup>11</sup> Naděje je pocit, který dodává důvěru v to, že po čem člověk touží, je možné. Opakovaná zkušenost sexuálního zneužití někým, kdo má být ochranitelem, vede k usmrcení naděje. Ta se potom stává něčím, čemu je lepší se vyhnout, co je lepší popřít, aby znovu nedošlo k jejímu zničení. Víra v Boha jako toho, kdo může napravit zlo, je následně pocíťována jako další možné nebezpečí.

### **3.3. Posttraumatická stresová porucha u dospělých obětí**

Posttraumatická stresová porucha se většinou objevuje přímo v návaznosti na trauma. V některých případech však může mít odložený začátek, nebo se může stát chronickou poruchou, která přetrvává do dospělosti.

Neexistují přesná diagnostická kritéria posttraumatické stresové poruchy pro sexuálně zneužívané, ale ta, která jsou popsána jako obecná kritéria pro diagnostiku této poruchy, se většinou shodně vyskytují i u obětí zneužití. Diagnostická kritéria posttraumatické stresové poruchy uvádí ve své knize Ursula Wirtz. Jak autorka uvádí, je dobré znát tato kritéria pro oběti zneužívání proto, že jejich pomocí mohou být pochopeny některé nevysvětlitelné pocity a způsoby chování. Proto je uvádím i zde.

---

<sup>10</sup> Langberg. *Counseling survivors of sexual abuse*. s. 73

<sup>11</sup> srov. Langberg. *Counseling survivors of sexual abuse*. s.74. Cit. podle Van der Kolk

### 3.3.1. Diagnostická kritéria posttraumatické stresové poruchy<sup>12</sup>

1. Jedinec byl vystaven takové traumatické události, pro kterou platí obě následující kritéria:

Jedinec prožil, byl svědkem nebo musel čelit události, při níž došlo k usmrcení jiné osoby, kdy hrozila smrt, nebo kdy došlo k těžkému úrazu či ohrožení fyzické integrity vlastní nebo jiných.

Odpověď jedince na takovou událost zahrnovala intenzivní pocit strachu, beznaděj, hrůzu.

2. Traumatická událost je znovuprožívána jedním nebo několika z následujících způsobů:

Opakovaným a neodbytným obtěžujícím vybavováním událostí formou představ, myšlenek či vjemů.

Opakovanými nepříjemnými sny týkajícími se události.

Konáním nebo pocity, jako kdyby se traumatická událost vracela formou znovuprožívání, iluzí, halucinací nebo epizod disociačních flashbacků, včetně těch, které se vyskytují při probuzení nebo intoxikaci.

Závažnými psychickými obtížemi po vystavení vnitřním nebo zevním podnětům, které symbolizují nebo připomínají traumatickou událost.

Somatickými reakcemi na vystavení vnějším nebo vnitřním podnětům, které symbolizují nebo připomínají traumatickou událost.

3. Trvalé vyhýbání se podnětům, které jsou spojeny s traumatem a ochromení všeobecné vnímavosti, které nebylo přítomno před traumatickou událostí a projevuje se třemi nebo více z následujících kritérií:

Snahou vyhnout se myšlenkám, pocitům či rozhovorům spojeným s traumatickou událostí.

Snahou vyhnout se činnostem, místům nebo lidem vyvolávajícím vzpomínku na traumatickou událost.

Neschopností vzpomenout si na nějaký důležitý moment traumatu.

Zřetelným snížením zájmu nebo účasti na důležitých činnostech.

Pocitem lhostejnosti nebo odcizení ve vztahu k jiným.

Zúženým rozsahem emotivity (například neschopností cítit lásku).

---

<sup>12</sup> viz. Wirtz. *Vražda duše*. S.63-65

Pocitem omezených možností do budoucna (například ztrátou zájmu o kariéru, manželství, děti či ztrátou chuti do života).

4. Trvalé příznaky zvýšené dráždivosti, které nebyly přítomny před traumatem a projevují se dvěma či více z následujících kritérií:

Obtížemi s usínáním nebo udržením spánku.

Podrážděností či návaly hněvu.

Obtížemi s koncentrací.

Hypervigilitou.

Nadměrnou úlekovou reaktivitou.

5. Poruchy uvedené v bodech 2, 3 a 4 trvají déle než jeden měsíc.

6. Porucha způsobuje klinicky významné potíže nebo zhoršení výkonu v oblasti sociálních, pracovních či jiných důležitých aktivit.

### **3.4. Kontrolní seznam příznaků pro oběti zneužití<sup>13</sup>**

Kromě diagnostiky posttraumatické stresové poruchy uvádí Wirtz ještě kontrolní seznam určený pro oběti incestu. Příznaky uvedené v tomto seznamu nemusí jednoznačně znamenat, že došlo k sexuálnímu zneužití, může se jednat o příznak jiných nemocí. Seznam však obsahuje několik příznaků, které jsou pro sexuální zneužití osoby typické a proto, pokud se objeví více těchto příznaků, je velká pravděpodobnost, že ke zneužití došlo. Tento seznam zde uvádím proto, že ještě více než kritéria diagnostiky posttraumatické stresové poruchy poukazuje na to, že mnohé pocity, která oběť má, nejsou neobvyklé – toto vědomí je pro oběti sexuálního zneužití důležité, protože si často připadají zvláštní a nechápou své reakce a pocity.

Kontrolní seznam pro oběti zneužití tvoří následujících 17 bodů:

1. Depresivní nálady, neodůvodněný pláč.
2. Sebevražedné fantazie či pokusy o sebevraždu.
3. Sepoškozování, sebemrzačení, působení si bolesti, časté nehody.
4. Návykové chování (závislosti na drogách, alkoholu, jídle).
5. Pocity studu a viny, nízké sebehodnocení.
6. Problémy s důvěrou, strach ze ztráty kontroly, neschopnost odhadnout důvěryhodnost druhého člověka.

<sup>13</sup> viz. Wirtz. *Vražda duše*. s. 65 - 66

7. Neschopnost stanovit hranice, opakované zneužívání ve vztazích, vžití se do role oběti, potíže říci ne, pocity bezmocnosti.
8. Konfliktní vztahy, vyhýbání se blízkosti či volba takového partnera, který nepřipustí sblížení.
9. Pocity izolace, odcizení, depersonalizace, odštěpení pocitů, příznaky fyzického nebo psychického ochrnutí v určitých situacích nebo při určitých tématech hovoru.
10. Pocit toho, že je osoba více osobnostmi, pocit vlastní neskutečnosti, šílenství. Vytváření světa fantazie, ve kterém má osoba jinou identitu. Přání zvolit si jiné jméno.
11. Pocit stigmatizace – toho, že nosí na čele napsáno, co se stalo. Pocit, že je tabu kvůli jeho porušení, dojem toho, že s sebou vláčí strašné tajemství.
12. Flashbacky – náhlé obrazové vzpomínky na trauma, silné sensorické vzpomínky, které nedávají smysl (například vzor na tapetě, pach, který se dostává do nosu a vyvolává úzkost).
13. Pocity dávení a dušnosti, potíže s polykáním, kožní vyrážky, svědění, pocit knedlíku v krku.
14. Poruchy při usínání a poruchy souvislého spánku, potřeba mít na sobě šaty a pevně se zabalit do deky. Stále se opakující noční můry.
15. Nápadné výpadky ve vzpomínkách, neschopnost vybavit si celá období z dětství, výpadky určitých osob a situací. Silné emotivní reakce při setkání s určitými lidmi nebo místy.
16. Silné obranné mechanismy jako je popírání, potlačování, zlehčování.
17. Problémy v oblasti sexuální. Vyhýbání se jakékoli sexualitě, nutkavá sexualizace vztahů, směřování sexuality s mocí, kontrolou a násilím. Nejistota v pohlavní identitě, poruchy orgasmu, strach z bolesti v oblasti genitálií, schopnost mít sex jen s cizími lidmi, neschopnost najít spojení mezi sexem a něhou, pocit hnusu ze všeho tělesného (včetně pachů a zvuků), pocit, že zradilo vlastní tělo, potřeba zakrývat tělo širokým oblečením, vyhýbání se zrcadlu, snaha nebyt vidět, narušení obrazu těla.

### 3.5. Vliv sexuálního zneužití na oblast sexuality

O tom, jak se může sexuální zneužití v dětství projevit v dospělosti v oblasti sexuality, jsem se průběžně zmiňovala již v předchozích kapitolách. Tato oblast je velmi citlivá, přesto v mnoha zemích není tato problematika zpracována právě z hlediska sexuologického. Je-li možné po nějaké době v terapii hovořit o pocitech, které oběť má, je nepoměrně těžší hovořit otevřeně o problémech v oblasti sexuality. Přesto si důsledky ve sféře intimního vztahu a sexu zasluhují zvláštní pozornost, pokud je řeč o obětech sexuálního zneužívání.

Problémy v sexuální oblasti patří k utrpení většiny obětí zneužití. S těmito obtížemi se váže mnoho pocitů frustrace, beznaděje a zoufalství. Přesto většina obětí nikdy nevyhledá sexuologickou pomoc či sexuální terapii. V současné době se často prokazuje spojitost mezi zneužitím a promiskuitou či prostitucí, ale stále se málo hovoří o dalších důsledcích, jako jsou obavy ženy přivést na svět dítě, problémy s těhotenstvím a mateřstvím či zmatené sexuální fantazie.

#### 3.5.1. Postoj k sexu, promiskuita a prostituce

Promiskuita a prostituce bývá na základě mnoha výzkumů spojována se zkušeností sexuálního zneužití. Je prokázáno, že mnoho prostitutek bylo v dětství sexuálně zneužíváno, a to zejména v rodině. Není však možné formulovat jasný vzorec, který by automaticky spojoval zkušenost se zneužitím s promiskuitou či prostitucí. U mnohých žen je promiskuita jen přechodným stadiem, přechodnou reakcí na sexuální agresi.

Prostituci je nutné vidět v širším kontextu. Mnohé oběti utíkají z domova právě proto, aby unikly dalšímu zneužívání, ale právě prostituce je pro ně jediným možným způsobem obživy. Mnohé zneužívané ženy hovoří o tom, že se vlastně jen staly tím, za co byly už dávno považovány. „...Vztah k mužům jsem mohla navázat jenom přes sexualitu. Myslela jsem, že jen tak budu přijímána – když roztáhnu nohy. To byl jediný nástroj, který jsem měla. Neustále mně nadávali do kurev – tak jsem se jí stala a šla jsem do postele s každým. Byl to bludný kruh.“<sup>14</sup>

Jiným důvodem k prostituování může být touha po pocitu pomsty, po moci nad muži, po pocitu kontroly nad vším, co se děje.

---

<sup>14</sup> Wirtz. *Vražda duše*. s.70. Cit. podle Armstrong. *Kiss Daddy Goodnight*. s.107

Wirtz ve své knize uvádí, že promiskuitní vývoj je většinou omezen na období pozdní adolescence či rané dospělosti. Dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství častěji trpí zábranami a bloky v sexuální oblasti, než touhou po sexuálním vyžití.<sup>15</sup> Mnoho zneužitých žen uvádí, že jen představa intimity v nich vyvolává intenzivní pocity hnusu a nutkání zvracet, že při pouhém přiblížení se k muži dostanou zimnici. Panický strach z druhého pohlaví se může projevit i v bezpečných situacích, kdy se žena octne sama s mužem (ve výtahu, v kupé ve vlaku, v místnosti). Častější než nenávisť vůči sexualitě a totální odmítnutí všeho sexuálního je pocit zablokování a neschopnosti připustit blízkost. Mnoho žen také vnímá sexualitu jako špinavou. Některé ženy volí celoživotní celibát, protože je to pro ně jediný způsob, jak si zajistit pocit bezpečí a jistoty, jak uniknout pocitu studu a viny.

### 3.5.2. Sexuální fantazie

Sexuální fantazie jsou další z řady paradoxů spojených se sexuálním zneužíváním. Mnoho zneužívaných žen je trýzněno sexuálními fantaziemi, které odporují jejich postoji k sexu. Tyto představy utvrzují oběť v pocitu toho, že je nenormální, zvrácená a prohlubují pocit studu a viny. „...Pouhou skutečnost, že se v jejich fantaziích vyskytují muži podobní pachateli, anebo že mají fantazie o prožité situaci zneužití, pak často chápou jako důkaz, že přeci jen mají pravdu ti, kteří tvrdí, že jsou si vlastně samy vším vinny, že incest chtěly a vyprovokovaly.“<sup>16</sup> Jiné ženy trpí tím, že pouze sadomasochistické fantazie, násilí, podrobení či pokoření se vedou k sexuálnímu uspokojení. Tyto ženy se cítí perverzní hlavně tehdy, když jsou předmětem představ, které je vzrušují, zneužívané děti. Mnoho zneužívaných žen se přiznává k tomu, že strašlivé autobiografické příběhy jiných zneužitých žen v nich kromě jiného vyvolávají i sexuální vzrušení. Tyto skutečnosti dohánějí ženy k pocitu naprostého zoufalství.

Jen málo žen je schopných svoje fantazie přijmout a vnímat rozdíl mezi realitou a fantazií. Nenávidí svou roli v těchto představách, nenávidí muže, kterého si představují, protože ani jedno z toho neodpovídá jejich sebepojetí a reálnému požadavku na vztah. O tomto problému se téměř žádná literatura nezmiňuje, což také u obětí posiluje pocit osamělosti, viny a odlišnosti. Přesto je potřeba, aby věděly,

<sup>15</sup> srov. Wirtz. *Vražda duše*. s. 71

<sup>16</sup> Wirtz. *Vražda duše*. s. 73

že takové představy jsou následkem sexuálního zneužívání a ne důkazem o jejich duševním pokřivení.

### 3.5.3. Funkční poruchy sexuality

S výše zmíněnými sexuálními fantaziemi je těsně spojena oblast celkového sexuálního prožívání – pocíťování sexuálního vzrušení a rozkoše, obtížemi dosáhnout orgasmu. Snad každá zneužitá žena má v této oblasti někdy v průběhu života problém. Funkční poruchy sexuality se mohou objevit kdykoli. Některé ženy úspěšně ukončí terapii, jsou schopny žít v dobrých sociálních i partnerských vztazích a porucha sexuality se objeví až v průběhu manželství. Tento fakt je pro oběti velmi bolestný, protože se tím vrací o kus zpět, uvědomí si, že všechno ještě neskončilo a že jsou stále pod vlivem své minulosti.

Ursula Wirtz ve své knize uvádí, že intrafamiliární sexuální zneužívání má dlouhodobě větší následky na oblast sexuality než zneužívání vně rodiny.<sup>17</sup> Je to proto, že žena zneužívaná v rodině byla zrazena člověkem, který jí měl poskytovat pocit bezpečí a jistoty, a tím se vyvine strach z blízkosti. Blízkost a závislost jsou součástí manželství a ženy, které byly zneužívány členem rodiny, právě tam, kde je nejvíce lásky a emoční blízkosti, ztrácejí jakoukoli chuť na sex a bývají anorgasmické. Tyto ženy na jednu stranu touží po blízkém vztahu a zároveň potřebují někoho v podstatě cizího, koho nebudou milovat, aby s ním dosáhly sexuálního uspokojení. Oběti se cítí chráněny před dalším možným zneužitím jen tehdy, když mohou oddělit sexualitu od vztahu naplněného láskou a hlavně od pocitu závislosti.<sup>18</sup>

Mnoho sexuálně zneužitých žen se teprve v manželství setká s flashbaky. Tyto vzpomínky přicházejí náhle, není možné je předvídat, a právě proto vyvolávají intenzivní úzkost. Ve chvíli, kdy se flashbaky objeví, není žena schopna pohlavního styku. Kvůli obavám ze vzpomínek na zneužití se pak raději vyhýbá jakékoli intimitě, hledá výmluvy, předstírá bolesti hlavy. V mnohých manželstvích se žena setkává znovu s mužem v mocenské pozici a sex se stává povinností patřící do manželského svazku.

Wirtz také uvádí, že se setkala s velkým množstvím klientek, které v mladém věku navazují vztahy s výrazně staršími muži proto, aby unikly situacím zneužívání

<sup>17</sup> viz. Wirtz. *Vražda duše*. s. 75

<sup>18</sup> Wirtz. *Vražda duše*. s. 75

otcem. Následně je pro ně šokující zjištění, že se změnila osoba, ale sexuální vykořisťování zůstává.<sup>19</sup>

Společným jmenovatelem všech funkčních poruch sexuality je strach a úzkost. Úzkost se projevuje ve vztahu k vlastnímu tělu a to hlavně v otázce mateřství. Tomu, jaký má vliv sexuální zneužití na tuto oblast budu věnovat následující kapitoly.

### 3.6. Mateřství

Mnohé sexuálně zneužité ženy vnímají jako problematickou celou oblast mateřství a péče o kojence. Podíl na tom může mít teorie, která tvrdí, že se oběti zneužívání později samy stávají pachateli, zneužívané ženy natolik znejistěla, že se bojí přivést na svět potomka. Mají strach z toho, že nebudou schopny zabránit případnému zneužívání nebo dokonce že se ony samy stanou těmi, které budou vlastní děti zneužívat. Tyto myšlenky často vedou k rozhodnutí, že je lepší děti vůbec nemít.

„...Děti bych nechtěla. Mám strach, že je jednou nechám vyrůstat buď bez ochrany, anebo pod příliš velkou ochranou. Miluji děti a svou bezdětností trpím. Ale pořád je to lepší takhle než jinak.“<sup>20</sup>

Dalším problémem je strach z toho, že oběť zneužití bude podvědomě své vlastní děti svádět, snažit se je nakazit incestem a předávat tak zlo dál. Takové ženy mají obtíže s péčí o kojence, bedlivě hlídají, zda jejich chování a doteky nemají sexuální podtext. Tím se vytrácí jakákoli spontánnost ve vztahu k dítěti, k vyhýbání se dotykům. Bohužel právě touto snahou vyhnout se traumatu může být způsobeno jiné trauma.

U obětí incestu bývá někdy těžká celá doba těhotenství, kdy žena čeká holčičku. Děsí ji představa toho, že se její dcera stane další obětí incestu. Zneužité ženy mají hrůzu z toho, že by jejich dítě mohlo být jednou stejně slabé a bezmocné, jako byly ony samy, a že jako slabé budou vidět jejich děti i je – stejně tak, jako oběti incestu vnímaly své vlastní matky. Svým úzkostným chováním přenášejí matky na děti pocit nedůvěry a strachu a přenášejí na ně svá traumata.

Jiné sexuálně zneužité ženy se cítí být narušené, protože nikdy nechtěly ani vlastní děti, ani děti adoptované, či u nich přetrvává pocit, že děti nikdy mít

<sup>19</sup> viz. Wirtz. *Vražda duše*. s. 75

<sup>20</sup> Wirtz. *Vražda duše*. s.76. Cit. podle Jäckel. *Inzest. Tatort Familie*. s. 94



nesmí, protože by jim nebyly schopné nic nabídnout. Mají pocit, že mohou předávat jen tolik mateřského citu, kolik samy zakusily, a proto se musí vzdát touhy po dítěti.

Poslední skupinu žen, které se bojí mít děti, tvoří ženy, u kterých je přítomna narcistická porucha osobnosti, a jsou si jí vědomy. Bojí se toho, že by dítě emočně zneužívaly a toho, aby se dítě nestalo jen náplastí, kterou by zakryly prázdnotu, kterou ony jako děti zažily.<sup>21</sup>

Na to, jak mohou zneužívané ženy vnímat těhotenství a dobu po porodu, se zaměřím v následující kapitole. Jak je však vidět z této kapitoly, mateřství je oblast, o které zneužívané ženy často přemýšlí a kde se, tak jako v mnoha jiných sférách, kterých se zneužití dotýká, potýkají se strachem, úzkostí a obavou.

### **3.7. Těhotenství, porod, kojení**

Tak jako již několikrát, i zde chci připomenout, že zkušenost se sexuálním zneužitím neznamená automaticky to, že žena bude mít problémy v období těhotenství a že jej bude vnímat negativně. U mnohých žen je právě opak pravdou. Přesto i v této oblasti se mohou vyskytnout obtíže, o kterých je dobré vědět, aby bylo možné chápat důsledky traumatu v širokém kontextu.

Těhotenství může být velkou zátěží zejména pro oběti, které jako zvláště zraňující pociťovaly ztrátu kontroly. Během těhotenství se v nich vyvíjí něco, nad čím nemají kontrolu. Jejich tělo znovu ovládá někdo jiný a ony se nemohou bránit. Nepomáhá ani logické vysvětlení, že to, co žena nosí uvnitř, je její vlastní dítě. Dítě může být vnímáno jako síla, která si přivlastňuje matku a její tělo a získává nad ní moc.

Jak jsem již zmínila, mnohé oběti zneužití mají potřebu být co nejméně nápadné, oblékají se do volných šatů a nechtějí vzbuzovat pozornost. Pro ně může být pokračující těhotenství velmi obtížné. Cítí se díky své nápadnosti více zranitelné, mají pocit, že se na ně každý na ulici dívá. Oproti tomu pro jiné ženy je těhotenství šťastným obdobím, protože jsou mnohem méně vnímány jako sexuální bytosti. I od svého muže získávají něhu, po které touží a zároveň není spojena se sexem.<sup>22</sup>

Při porodu mnohé ženy prožívají intenzivní pocit studu za svou nahotu a cítí se odkázané na druhé. Opět ztrácí kontrolu nad svým tělem. Pocit toho, že jsou vydané jiným, působí obzvláště silně bolestně.

<sup>21</sup> srov. Wirtz. *Vražda duše*. s. 77

<sup>22</sup> srov. Wirtz. *Vražda duše*. s. 78

Po porodu se mohou vyskytnout obtíže spojené se sexuálními hranicemi. Sexuálním zneužitím byly hranice hrubě narušeny a většina obětí není schopna si hranice v životě správně vytyčit. Ženy mají z toho, že nejsou schopny rozlišit, kde končí mateřské dotyky a začínají dotyky se sexuálním podtextem, trauma.

Wirtz uvádí, že se u některých klientek setkala s obavami z kojení. Tyto obavy byly způsobeny hlavně strachem z toho, že se u nich při kojení vyskytnou pocity sexuální rozkoše. To působí, že se žena cítí být perverzní stejně tak, jak kdysi vnímala sexuálního agresora. Neustálá sebekontrola a úzkostné posuzování toho, co je přirozené a co ne, působí na psychiku ženy velmi negativně a bolestně.<sup>23</sup>

Přes všechny obtíže spojené s touto oblastí je mnoho žen, pro které je mateřství opravdovým darem. Poprvé zažívají pocit kontaktu s něčím novým a silným, něčím dobrým, co nosí uvnitř a zrození dítěte vnímají jako začátek něčeho nového, co není poznamenáno traumatem zneužití.

### **3.8. Vztah k tělu**

Nejen doba těhotenství vyvolává vzpomínky na sexuální zneužívání. Toto trauma se celkově projevuje na tělesném životě. V podstatě každé zranění duše se nějak projeví na těle, i když často jde o změny takřka neviditelné. Práce s tělem je podstatnou součástí procesu uzdravení, protože je třeba naučit se jej vnímat jako součást osobnosti, ne jako něco negativního, co žena jen musí vláčet s sebou.

Obecně zneužívané ženy vnímají svoje tělo negativně. Tělo není oblastí, ve které se žena cítí jistě, často je symbolem zrady a nespolehlivosti. Tělo představuje něco špatného, špinavého, sexualita symbol zneužívání. Zneužité ženy jen málokdy vnímají své tělo objektivně – nenávidí ho, a proto jim pořád připadá ošklivé, příliš malé, příliš velké – vždycky je však jiné, než jaké by jej žena chtěla mít. Tělo, které bylo v dětství zneužíváno, bývá v dospělosti ženou týráno. Je zanedbáváno, nenáviděno, je jím opovrhováno.

„...Mnoho žen si uvědomuje přání dělat se ošklivými, přejí si být popelkou, šedou, nenápadnou, neviditelnou. Některé jsou ještě o krok dál, řezou se, přitlačují si na tělo hořící cigarety, škrábou se do krve. Jedná se o vztek, který se místo na pachatele

---

<sup>23</sup> viz. Wirtz. *Vražda duše*. s. 78

obrací na ně samé, vztek na zrádce tělo, jež na situaci zneužití reagovalo fyzickou rozkoší. Zneuctěným tělem pohrdají a stydí se za ně....<sup>24</sup>

Některé ženy si přejí nemít prsa a ohanbí – nemít části těla, které znamenají nebezpečí zneužití. Jiné ženy mají dokonce touhu stát se mužem a tak se uchránit před zneužitím.

Ve vztahu k tělu se ještě jednou vrátím k disociacím, odpoutání se od reality. Mnoho zneužívaných žen se naučilo opouštět během zneužívání své tělo, nechávaly v místnosti jen prázdnou schránku bez emocí, nepocítující bolest. Tato obrana byla účinnou v době zneužívání, ale stává se nebezpečnou v dalším životě, protože může zabránit jakékoli sexuální reakci a partnerství a narušit pocit sebevědomí.

Tělo a vztah k němu se silně dotýká již zmíněných oblastí důvěry a nedůvěry, moci a bezmocnosti, získání a ztráty kontroly.<sup>25</sup>

### 3.9. Shrnutí

V kapitole věnované dlouhodobým důsledkům sexuálního zneužívání jsem alespoň nastínila oblasti, kterých se tento problém dotýká.

Důsledky zneužívání lze rozdělit do několika základních oblastí. Je to oblast emocionální, fyzická, duchovní, oblast vztahů a sexuálního prožívání. Jde o problémy s vnímáním a přijímáním vlastního těla, strach a úzkost pociťovaná ve vztahu k opačnému pohlaví, obtíže v oblasti důvěry k druhým lidem i k sobě sama, sebedestruktivní tendence, disociace. Dále problematika chronické posttraumatické stresové poruchy a kritéria pro její posuzování a charakterické projevy, které mohou pomoci identifikovat zkušenost se sexuálním zneužitím.<sup>26</sup>

V oblasti sexuality se důsledky mohou projevovat formou promiskuity či prostituce, většinou jako přechodného období, které navazuje na zneužívání, naprostým odmítáním sexuálního styku a partnerské blízkosti vůbec. Důležitou částí v oblasti sexuality jsou sexuální představy, které jsou mnohdy v rozporu s tím, co oběť doopravdy během zneužívání pociťovala, a které vedou k pocitům hněvu, viny, izolace, perverze a sebenenávisti. V oblasti funkčních poruch sexuality se jedná zejména o neschopnost dosáhnout uspokojení, o strachu ze sexu, který je spojen se vzpomínkami na zneužití a může vést k vyhýbání se intimitě, a také disociace,

<sup>24</sup> Wirtz. *Vražda duše*. s. 79

<sup>25</sup> srov. Wirtz. *Vražda duše*. s. 79

Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 71 - 72

<sup>26</sup> Doplnění k tématu. Dante. *Our little secret*. s. 199 - 202

kteřá zabraňuje ženě prožít sexuální uspokojení a může vážně narušit partnerský vztah.

Jedna z kapitol je věnována oblasti duchovní, která je zejména v sekulárním světě značně opomíjená. Touto otázkou se v práci nebudu zabývat blíže, přesto se domnívám, že je důležité vědět, že pokud jde o dospělou oběť, která je věřící, je nutné brát na tento fakt ohled a vědět, jak může být vztah k Bohu zneužitím narušen a nakolik se může stát pro oběť matoucím a bolestným.

Další dvě kapitoly se dotýkají opomíjené oblasti mateřství, těhotenství a porodu. Je důležité mít na paměti, že i do těchto oblastí se může trauma promítat. Společným jmenovatelem je zde úzkost a strach ze ztráty kontroly, z neschopnosti rozlišit mezi přirozenými a sexualizovanými dotyky, z přehnané nebo zanedbané kontroly dítěte a z možnosti, že by se dítě mohlo stát obětí zneužívání a matka dokonce pachatelkou tohoto zneužívání.

Poslední kapitola je věnována vztahu obětí k vlastnímu tělu. Zde se objevuje negativní vnímání těla, nespokojenost s jeho vzhledem, touha po změně či deformaci pohlaví, sebepoškozování jako projev opovrhování vlastním tělem a opět problém disociace.

Výčet všech možných důsledků, které zneužívání v dospělosti může mít, není jistě kompletní a asi nikdy zcela úplné být nemůže. Snažila jsem se přehledně nastínit všechny oblasti, kterých se trauma může dotýkat spolu s nejčastěji uváděnými obtížemi tak, jak se jim věnuje odborná literatura.

### **3.10. Specifika mužských obětí sexuálního zneužití v dětství**

Mužské oběti sexuálního zneužití v dětství jsou specifickou skupinou, které je třeba věnovat zvláštní pozornost. Ačkoli se může zdát, že sexuální zneužívání je většinou definováno vzorcem muž – agresor, žena – oběť, mnohé výzkumy tuto domněnku vyvrací. Muži jsou obětmi zneužití mnohem častěji než se může zdát. Muži tvoří specifickou skupinu z několika důvodů. Prvním z nich je jejich postavení ve společnosti. Muž je snad ve všech kulturách považován za pána tvorstva, a proto je pro něj něco jako sexuální zneužití tak velkým ponížením, že není možné o něm mluvit. To je vysvětlením pro nulový počet mužských obětí v mnoha statistikách nahlášených případů zneužití. Tady ale může být začátek velkého problému, který v dospělosti možná vyústí v bludný kruh. Ten spočívá ve způsobu, jakým se muži

s traumatem způsobeným sexuální zneužitím vyrovnávají. Zatímco žena se velmi často stylizuje do role oběti, muž se chová jinak. Ke vzorcům chování mužských obětí se dostanu později. Další specifikum mužů jako obětí zneužití vychází z faktu, že většina z nich byla zneužita osobou stejného pohlaví. Z toho často plynou pochybnosti o vlastní sexuální orientaci a na to navazují další možné vzorce chování, které těmto obětem pomáhají v ujištění o jejich heterosexuální orientaci. Poslední ze zvláštností mužských obětí je alarmující fakt, že až 75 % zneužívajících tvoří muži, kteří byli v dětství sami zneužíváni, i to, že v jednom z výzkumů Broeka<sup>27</sup> bylo zjištěno, že 49 z 83 pachatelů znásilnění, která vyšetřoval, bylo v dětství zneužito ženou.

Pro větší pochopení toho, jak se muži s traumatem sexuálního zneužití vyrovnávají, se nyní pojďme podívat na způsoby, jakými se se svým zážitkem vyrovnávají a jaké důsledky má sexuální zneužití pro muže.

### 3.10.1. Vliv sexuálního zneužití na nárůst agresivity

Patrně není překvapením, že co se fyzického násilí na dětech týče, jsou ženy pachatelkami stejně jako muži. Oproti tomu za sexuální zneužívání dětí jsou zodpovědní v 95% muži. Mezi těmito zneužívajícími je značný počet těch, kteří byli v dětství sami zneužíváni či fyzicky týráni.

Na rozdíl od dívek se chlapci mnohem častěji v důsledku vzpomínek na trauma identifikují s agresorem a sami potom týrají či zneužívají jiné. Dívky oproti tomu, jak jsem již zmínila, častěji reagují způsobem, který je typický pro oběti.<sup>28</sup>

„...Byl schopen doslova cítit, jak se ho otec zmocňuje a uvědomoval si, že prostřednictvím této identifikace začal sexuálně smýšlet o dětech, které znal. Při takovýchto myšlenkách masturboval. Potom cítil, že musí hledat a najít děti, které přiměje k povolnosti, ať už hrozbami nebo úplatky. Věděl, že když se mu to povede, uspokojí se a uvolní, přestože se později bude zmítat pocity viny, studu a skleslosti. Ale vzpomínky na vlastní zneužívání a to, jak se s celou věcí vyrovnával, vždy převážily a časem tak vznikl „cyklus zneužívání“, který, jak Darren sám cítil, jej ovládal a nabíral vlastní dynamiku.“<sup>29</sup>

<sup>27</sup> viz. Täubner. *Nejstřeženější tajemství – sexuální zneužívání dětí*. s.53

<sup>28</sup> viz. Bentovim. *Týrání a sexuální zneužívání v rodinách*. s.51

<sup>29</sup> Bentovim. *Týrání a sexuální zneužívání v rodinách*. s.51

Pocit bezmocnosti, který chlapci při zneužívání zažívají, je stimulem k agresivnímu chování. Toto chování je spojeno se sexualizací, kterou provází snaha najít někoho, kdo by mohl v podstatě převzít jejich trauma, někoho, kdo bude stejně bezmocný, jako byli oni, a kdo bude moci prožít stejné pocity. Dalším častým způsobem, jak se s traumatem vyrovnat, je využití sexuality pro vyhledávání citové blízkosti, což v tomto případě znamená jakousi kompenzaci odmítnutí. Zaměření se na slabšího a mladšího chlapce znamená pro muže dosažení sexuálního uspokojení, získání moci i citové blízkosti. Tím je dočasně překonáván pocit vlastní bezmoci a toto chování se časem může stát návykovým. Tím vznikají předpoklady pro vznik recidivy a pro přenos vlastního traumatu.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Více k tématu mužských obětí zneužívání:  
Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 227-230  
Wirtz. *Vražda duše*. s. 72 – 73

## 4. Pomoc dospělým obětem sexuálního zneužití

### 4.1. Úvod

Pomoc dospělým obětem sexuálního zneužití v dětství je převážně otázkou psychoterapie. Protože však v České republice není téměř dostupná literatura, která by se zabývala terapií dospělých obětí sexuálního zneužití, je pravděpodobné, že je možné se s těmito oběťmi setkat v mnoha oblastech sociální a pastorační práce.

Tuto práci nechci brát jako praktickou příručku pro psychoterapeuty ani návod, jak správně s oběťmi zneužití pracovat. Zároveň však nemá být jen seznamem důsledků zneužití. Proto chci několik následujících kapitol věnovat práci s dospělými oběťmi sexuálního zneužití v dětství. Vycházím převážně z anglicky psané literatury zabývající se tímto problémem, která je orientovaná na psychoterapii. Doufám, že i přesto pomůže všem, kdo se s dospělými oběťmi setkávají.

### 4.2. Terapie obětí sexuálního zneužití – 1. fáze

#### 4.2.1. Pocit bezpečí<sup>31</sup>

Když vstoupí klientka do terapie, je pro ni důležité, aby získala pocit bezpečí. Jednak proto, že změna, které chce terapií dosáhnout, je velmi obtížná – znamená udělat krok do neznáma. Za druhé proto, že žena, která byla sexuálně zneužívána žila s pocitem neustálého nebezpečí. Otevření traumatu vyvolává v oběti často pocit nebezpečí, má pocit, že je sama vinna tím, co se stalo, a je těžké dovolit někomu dalšímu sdílet tyto pocity. Při zmínce o zneužití se také dostavuje reakce těla – zvýšení srdečního tepu a hladiny adrenalinu. Tělo se při těchto zmínkách cítí být v nebezpečí a má tendence se bránit. Proto je vytvoření bezpečného zázemí prioritou.<sup>32</sup>

Pro většinu obětí zneužívání je pocit bezpečí nepředstavitelný. Lidé pro ně nejsou bezpeční, protože lidé zraňují, zneužívají, lžou a opouští. Je tak pochopitelné, že oběť zneužívání potřebuje hodně času k tomu, aby získala důvěru k terapeutovi a opravdu se s ním cítila bezpečně. K tomu, aby se terapeut stal pro klientku důvěryhodnou osobou, musí splňovat určité požadavky – musí být bezpečnou osobou, která dělá bezpečné věci. Zároveň však terapeut není ten, kdo slibuje

<sup>31</sup> Podrobněji k tématu: Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 91 - 98

<sup>32</sup> Více k tématu. Wirtz. *Vražda duše*. s. 139 - 140

klientovi pocit bezpečí – klientka si jej potřebuje vytvořit sama na základě jednání terapeuta. Stejně tak není dobré slibovat nespílitelné – například to, že už se žene nikdy nic špatného nestane nebo že ji terapeut před zlými věcmi ochrání. Tyto sliby jednak nezní realisticky a také nepodporují vytváření důvěry ze strany klientky.

Terapeut by měl být osobou, která pojmenovává věci pravými jmény, která je schopna přiznat svou chybu, neslibuje nespílitelné a zároveň plní to, co slíbila. Terapie je místem, kde jsou prioritou potřeby klientky, ne potřeby terapeuta.<sup>33</sup>

#### 4.2.2. Úleva od příznaků

Ženy přichází do terapie s mnoha příznaky dlouhodobých důsledků sexuálního zneužívání, které byly popsány v předchozí části práce. Protože se většinou samy ve svých pocitech a stavech neorientují, mají pocit, že jsou zvláštní, psychicky nemocné a nepřijatelné pro tento svět. Domnívají se, že pokud o svých problémech někomu řeknou, budou poslány do ústavu pro psychicky nemocné, proto raději dlouho mlčí. Tím, že se odhodlají k terapii, dávají najevo, že situace už je zcela neúnosná. Proto první krok k úlevě je normalizování klientčinych pocitů. Oběti zneužití mají jen málokdy objektivní náhled samy na sebe a na zážitek zneužití. Někdy pomůže příklad jiné zneužívané ženy, jindy příběh ženy, která přežila holocaust. Pomocí těchto příkladů je snazší pro klientku pochopit, že její pocity a úzkosti jsou normální. Normalizování pocitů je potřeba opakovat mnohokrát během terapie.

Součástí procesu úlevy od symptomů je i seznámení klientky s možnými důsledky zneužívání, které se mohou objevit – deprese, potíže s pamětí, neschopnost důvěřovat, žaludeční obtíže, disociace, noční můry, úzkosti. Když klientka slyší, že to jsou normální příznaky u lidí, kteří byli zneužíváni, přináší jí to značnou úlevu.

Kromě již popsaných příznaků je důležité normalizovat i vážnější jednání, jako například sebepoškozování. Je třeba bez odsuzování takového jednání vysvětlit klientce, že i sebepoškozování dává smysl v kontextu sexuálního zneužívání.<sup>34</sup>

U klientek, které se potýkají s úzkostmi a depresemi, je důležité hovořit i o tématu sebevražedných myšlenek či předchozích sebevražedných pokusů.

<sup>33</sup> srov. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 97

<sup>34</sup> srov. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s.99 - 101



Langberg doporučuje zjistit, jak klientka pracuje s atakami úzkosti a deprese. Účinné může být vysvětlení toho, co znamená panická ataka a jak ji lze zvládat.<sup>35</sup>

### 4.2.3. Práce s pamětí

Práce s pamětí je třetí důležitou složkou počáteční fáze terapie sexuálně zneužívaných dospělých. Základem pro práci se vzpomínkami je důvěra, že to, co oběť sděluje je pravda. Vzpomínky však nemusí být zcela přesné a ani reakce na vyvolané zážitky nejsou zárukou toho, že se jedná o zcela pravdivou vzpomínku. Práce se vzpomínkami a jejich uchováním v paměti je komplexní proces. Psycholog George Klein prezentoval teorii, že paměť se skládá ze 4 složek: vnímání nebo zaznamenání, uchování nebo zadržení, neschématické zařazení a vyhledávání.<sup>36</sup>

Traumatické vzpomínky jsou ukládány jinak než běžné vzpomínky. Během velkého stresu mozek produkuje chemikálie, které působí jako anesiesie, jejíž pomocí se tělo vyrovnává s traumatem. To ovlivňuje způsob, jakým se vzpomínky ukládají do paměti. Druhým ovlivňujícím faktorem je fakt, že trauma způsobuje dlouhodobé neurobiologické změny na mozku. Traumatická událost nebývá uložena jako celek, ale jako množství fragmentů. Proto je možné během terapie vidět, že klientčino tělo reaguje při vzpomínce na trauma stejně, jako v době, kdy se přímo odehrávalo nebo naopak klientka o traumatu vypráví bez jakýchkoli emotivních projevů. Kromě toho mohou být vzpomínky na trauma natolik potlačené, že klientka není schopna si je vybavit.<sup>37</sup>

Práce s pamětí je vlastně hledáním pravdy. Někdy se pravdivé vzpomínky snadněji vyvolávají prostřednictvím pachů nebo zvuků, jindy vrácením se na místo, kde ke zneužití došlo, či prohlížením fotografií z dětství.

Pouhé vybavení si a vyslovení vzpomínek na trauma neznamená uzdravení. Také není důležité, aby si klientka vzpomněla na všechno, co prožila. Důležité je, aby věděla, které ze vzpomínek jsou pravdivé a které zkreslené. Je třeba dát klientce tolik času, kolik potřebuje a nezapomínat na to, že cokoli se bude v terapii dít, má být volbou klientky, ne terapeuta.

#### 4.2.3.1. Pomocné techniky pro práci se vzpomínkami

<sup>35</sup> viz. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 102

<sup>36</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 103. Cit. podle Klein

<sup>37</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 105

Protože vyvolávání vzpomínek na trauma je pro oběť velmi těžké, uvádí Langberg několik technik, které pomáhají klientkám tyto situace zvládnout.<sup>38</sup>

1) Uzemnění. Když je klientka konfrontována s nějakou vzpomínkou na zneužívání, často se v této vzpomínce ztrácí. Opouští místo, na kterém se nachází a ocitá se v centru zneužití. Je dobré naučit klientku technikám, které jí pomohou zůstat v realitě. Dobrým prostředkem je hlas. „When a client is „lost“ in a memory, I speak evently and slowly to her. I call her by name and remind her who I am and where she is. I tell her again and again that she is *remembering* something; it is *not* happening now. I often repeat the phrase, „Follow my voice out of the memory.“ („...Když se klientka „ztratí“ ve vzpomínce, mluvím na ni pomalu a klidně. Oslovuji ji jménem, připomínám jí kdo jsem a kde je. Znovu a znovu jí opakuji, že si jen na něco vzpomněla; že se to teď neděje. Často opakuji větu, „Následujte můj hlas, který vás vyvede ze vzpomínky.“)<sup>39</sup>

Další technikou, která pomáhá, je využívání smyslů. Je možné povzbudit klientku, aby použila některý ze smyslů ke kontaktu s přítomností. Nejčastěji to bývá zrak nebo hmat. Postupem času se klientky naučí používat tyto pomocné techniky i v běžném životě.

2) Ukládání. Mnohé klientky se cítí pohlceny vzpomínkami nejen během sezení, ale i po jeho ukončení. Mají obavy, že nebudou schopny odejít a normálně fungovat. Nápomocné může být „odložení“ vzpomínek v místnosti a zanechání je tam. Klientka si vybere místo, kde chce vzpomínky nechat a potom si představí sama sebe, jak je tam odkládá. Mnoho klientek je schopno si tento čin uvědomit během doby mezi sezeními. Tato technika je dobrá i proto, že oběť začíná mít pocit, že ona je ta, kdo svoje vzpomínky ovládá.

3) Kontrola. K tomu, aby se klientky naučily ovládat své vzpomínky, je užitečné naučit je najít způsob kontroly nad nimi. Tato technika je hodně podobná technice ukládání.

Je možné naučit se zaznamenávat vzpomínky prostřednictvím kreslení, psaní básní, vedením si záznamů na konkrétním místě v určený čas. To pomůže klientkám naučit

<sup>38</sup> srov. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 115 - 120

<sup>39</sup> Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 115 - 116

se vzpomínky odložit a vrátit se k nim právě v určený čas, na určeném místě. Tato technika opět posiluje pocit nadvlády nad vzpomínkami.

4) Načasování. Tato technika napomáhá klientkám k tomu, aby se naučily své vzpomínky načasovat. To je důležité hlavně pro terapii, kde je třeba dostatek času k tomu, aby klientka mohla vzpomínkou projít a vrátit se zpět v omezeném čase. To opět vede k pocitu, že je to ona, kdo může se vzpomínkami pracovat.

Načasování samozřejmě není možné vždy. Někdy se stane, že vzpomínky naplno udeří deset minut před koncem sezení a nedá se tomu zabránit. Ale kdykoli se podaří je správně načasovat, posiluje to sebevědomí a pocit moci na straně klientky.

5) Psaní poznámek. Mnohdy se stane, že klientka během sezení zažívá velmi silné emoce nebo disociaci a když odejde, pamatuje si ze sezení jen velmi málo nebo nic z toho, o čem s ní terapeut hovořil. Je proto možné na konci sezení zapsat důležité poznámky o tom, co se během terapie odehrálo. Tyto poznámky si klientka odnese a může se k nim vracet během doby do následujícího sezení.

6) Relaxační techniky. Mnoho obětí sexuálního zneužití neustále pociťuje tenzi a neznají pocit relaxace. Terapeut může dát klientce kazetu s nahranou relaxací a zároveň ji naučit pracovat se tělem tak, aby se uvolnilo. Pro mnoho klientek je to zcela nový a neznámý pocit.

7) Péče o tělo. Oběti zneužití se často necítí bezpečně ve svém vlastním těle. Svoje tělo vidí jako nepřítele, protože kdyby nebylo těla, nebyly by zneužity. Mnoho obětí je od svého těla disociováno, a proto se k němu chová špatně. Jiné své tělo tolik nenávidí, že s ním zacházejí podobně, jako s ním nakládal pachatel. Pro oběti zneužívání je často péče o tělo synonymem pro vystavování se riziku dalšího zneužívání, proto je lepší tělo ignorovat a doufat, že ho budou ignorovat i ostatní.

Péče o tělo je dlouhodobý proces. Ideální je začít v nejméně ohrožujících oblastech. „...I have worked with survivors who won't sleep in beds because beds mean sexual abuse, who won't eat at tables because mealtimes were fraught with violence and the throwing of food and dishes, and who work at frenzied paces and for long hours because to sit still means to be „found“.“ („...Pracovala jsem

s oběťmi, které nespaly v posteli, protože postel znamenala zneužívání, které nejedly u stolu, protože doba jídla pro ně symbolizovala házení jídla a nádobí a těmi, které hodiny horečně pracovaly a byly v pohybu, protože sedět pro ně znamenalo „být nalezen.“<sup>40</sup> Naučit se pečovat o tělo, které bylo zneužíváno, vyžaduje hodně času a trpělivosti.

### **4.3. Terapie obětí sexuálního zneužití – 2. fáze**

#### **4.3.1. Pravda o minulosti**

Potom co si oběť plně uvědomí, co se jí vlastně stalo a symptomy vzniklé v důsledku zneužívání začnou ochabovat, je čas přejít do další fáze. Jejím cílem je to, aby v sobě klientka viděla zodpovědnou dospělou osobu, ne traumatizovanou oběť. Langbergová upozorňuje na to, že mnozí terapeuti mají právě s tímto přechodem problémy a tím pomáhají klientkám zůstat v roli oběti.<sup>41</sup> Tato fáze neznamena popření minulosti, ale to, že se klientka naučí s minulostí žít jako s něčím, co nepředurčuje její přítomnost a budoucnost.

Tato fáze bývá obtížná pro klientku i terapeuta. Terapeut musí zaujmou vůči klientkám direktivnější a aktivnější postoj. Je také pravděpodobné, že se klientka bude této změně bránit – podařilo se jí zbavit se toho nejhoršího a chtěla by si ten pocit užívat, ale musí vědět, že práce není u konce. V této fázi terapie je třeba, aby oběť přijala některé pravdy o zneužívání, bez kterých není možné kompletní uzdravení.

#### **4.3.1.1. Skutečný pachatel**

Důležité pro oběť je pojmenovat skutečného pachatele. Ačkoli je to pro mnohé těžké, není to jen označení zneužívajícího jako otce, matky, dědy, strýce, ale jeho jménem. Znamená to jasné označení toho, kdo naplánoval a spáchal trestný čin a kdo je tedy skutečným pachatelem. Znamená to také uvědomění si toho, že sexuální zneužívání je trestný čin, ne jen chyba či omyl. Tím si oběť doopravdy uvědomí, že to, co se stalo nebyla její vina. „...Naming the perpetrator is not about blame but about truth. The truth is that having sex with a child is evil.“ („...Pojmenování pachatele

---

<sup>40</sup> Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 119

<sup>41</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 123

není činěno za účelem obviňování, ale za účelem odhalení pravdy. A pravda je, že sex s dítětem je špatný.“)<sup>42</sup>

Vyslovení jména pachatele je nesmírně obtížné. Pro dítě, které bylo odkázané na druhé, je například fakt, že ten, kdo je zneužívá, je vlastní otec, neúnosný. Ale pro dospělého, který má pocit bezpečí, který konečně získává moc nad svým životem, je to způsob, jak se posunout dál.

#### **4.3.1.2. Ochrana**

Druhou pravdou, kterou si musí oběť připustit, je lhostejnost rodičů. Někdy jde o jednoho rodiče, jindy o oba. V dalších případech se může jednat o učitele nebo kohokoli jiného, kdo odmítl dítě vyslechnout, protože nechtěl zasahovat do věci uvnitř rodiny.

Stejně jako oběti omlouvají pachatele, ospravedlňují rodiče, kteří je neochránili. Je to proto, že pro zneužívané dítě je představa toho, že není nikdo, kdo by je ochránil, neúnosná. Mnohé oběti mají pocit, že si žádnou ochranu nezasloužily. Tento pocit v nich narůstal tehdy, když se pokoušely někomu svěřit a byly odbyty s tím, že si vymýšlí.

Tak jako pojmenování pachatele, i připuštění toho, že nebyl nikdo, kdo by dítěti poskytl ochranu, je věc velmi těžká a bolestná, ale pro terapii a uzdravení nutná.<sup>43</sup>

#### **4.3.1.3. Oběť<sup>44</sup>**

Třetí velmi obtížná a děsivá pravda je, že klientka je skutečnou obětí. Často tomu nechce věřit, protože jako zneužívané dítě byla nesčetněkrát obviňována za to, co se dělo. Tím, že jí nebyla poskytnuta ochrana, dospěla k názoru, že právě ona je zodpovědná za chování pachatele. Věří, že není obětí – je bezcennou, opovrženímhodnou, odpornou lidskou bytostí. U obětí sadistického zneužívání jsou tyto pocity zakořeněny hlouběji než u jiných.

Oběti jsou jen málokdy schopny představit si, jak malé ve skutečnosti byly. Teprve když se zaměří například na děti v jejich okolí, které jsou ve věku, kdy ony samy byly zneužívány, uvědomí si pravdu. Většina obětí sexuálního zneužívání

<sup>42</sup> Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 128

<sup>43</sup> srov. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. 129

<sup>44</sup> srov. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. 130 - 132

si s sebou nese pocit, že mohly udělat něco pro to, aby zneužívání skončilo. Je to proto, že si nejsou schopny uvědomit to, jak ve věku zneužití skutečně vypadaly, jak malé a bezmocné byly.

Připustit, že klientka byla obětí, znamená postavit se čelem k bezmocnosti a slabosti, kterou oběť léta odmítala. Být bezmocná je děsivé, být slabá znamená být snadno zranitelná. Proto je jednodušší přijmout zodpovědnost za to, co se stalo, než unést pocit bezmocnosti.

Připustit bezmocnost před terapeutem znamená pro oběť pozvánku k tomu, aby ji terapeut zneužil. Z toho důvodu se tomuto momentu snaží většina obětí dlouho vyhýbat. Ale přiznání si pravdy znamená získání svobody.

#### **4.3.1.4. Oběť jako zneužívající**

Otázka toho, zda se oběť může v budoucnu stát zneužívajícím je těžko vyslovitelná pro klientku i terapeuta. Je těžké vnímat klientku nejen jako oběť, ale i jako někoho, kdo je schopen zneužívat sebe nebo jiné. Je také složité hovořit s klientkou o zneužívajícím chování, které uplatňuje vůči terapeutovi. Přesto, pokud bude terapeut o takovém chování mlčet a předstírat, že je vše v pořádku, bude se chovat stejně jako rodič, který neposkytl ochranu zneužívanému dítěti.

Způsoby, jakými oběť zneužívá, mohou být různé. Někdy je to zneužívání jiné osoby, jindy zneužívající chování vůči zvířatům. Jiné oběti zneužívají samy sebe prostřednictvím opakovaného sebepoškozování se – potom je velmi bolestné odhalení, že oběť a zneužívající jsou tatáž osoba. Další se trýzní představami že zraňují nebo jsou zraňovány, přestože tyto fantazie nikdy neuskuteční.

Přiznat si schopnost zranit někoho tak, jak byla sama zraněna je pro oběť ponižující a děsivé. Uměním terapie je poskytnout oběti náhled i na to nejhorší, co uvnitř sebe nosí, a zároveň jí demonstrovat lásku a podporu.<sup>45</sup>

#### **4.3.2. Přejít od minulosti do přítomnosti**

Terapie zneužívaných by v podstatě ztrácela smysl, pokud v ní nedošlo k přechodu od událostí z minulosti k životu v přítomnosti. V předchozích fázích terapie došlo k oslabení typických projevů pro oběti – bezmocnosti, izolace a mlčení. V této fázi je cílem posilovat projevy, které patří k životu – řeč, vztahy a moc.

---

<sup>45</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*.s. 133 - 134

Během zneužívání bylo dítě naučeno, že musí mlčet o věcech, které se dějí doma, protože by to mělo špatné následky. Během terapie se oběť naučí, že pomocí slov je možné vyslovit pravdu a nic se nestane. Zjistí, že není možné, aby se pachatel dozvěděl o tom, co během terapie vyslovila, že jí nemůže ublížit. Prostřednictvím slov oběť zjistí, že je někdo, kdo jí věří, že je někdo, kdo naslouchá a pro koho je lidskou bytostí, která má svou cenu. To je pro oběti zneužití nový pocit. Mnohé z nich se konečně začnou cítit být lidmi v pravém slova smyslu.

Stejně jako řeč, i vztahy jsou nutnou součástí života. V terapii se oběti učí tomu, že vztah je nejen možný, ale také bezpečný. Předtím byl vztah symbolem pro zneužívání.

V této fázi terapie dochází k oslabování vztahu mezi klientkou a terapeutem. Už není zatížen tolika krizovými momenty jako v předchozí fázi a stává se uvolněnějším a spontánnějším. Klientka si přestává terapeuta idealizovat a vnímá ho čím dál realističtěji. Toto období je dobrým znamením pro klientku i terapeuta, protože znamená další krok ke svobodě. Postupem času je oběť schopná navazovat vztahy s dalšími lidmi, ve kterých se cítí bezpečně.

Posledním projevem, který patří k životu a jehož dosažení je cílem této fáze terapie, je moc. Oběti často ztrácí naději, vízi do budoucna, naučí se neplánovat, bojí se ukázat svou iniciativu. Oběti se musí naučit důvěřovat samy sobě, věřit, že ony mají moc nad svým životem. Tato část terapie posiluje sebevědomí klientky, vede ji k rozhodování o věcech v životě, dodává jí naději. Pro mnohé je to opět něco zcela nového, protože doposud braly věci tak jak jsou a měly pocit, že není v jejich moci s nimi cokoli dělat.

#### **4.4. Terapie obětí sexuálního zneužití – 3. fáze**

##### **4.4.1. Vztahy<sup>46</sup>**

Oběti sexuálního zneužívání mnohdy rozdělují vztahy do dvou kategorií: zneužívající a úžasné. Předpoklad, se kterým vstupují do vztahu je ten, že vztah bude špatný, protože ony jsou špatné. Pokud má oběť štěstí a vstoupí do vztahu, který není zneužívající, potom má sklony jej silně idealizovat. Většina obětí neví, jak se má ve vztazích chovat, jak milovat, důvěřovat, mluvit pravdu a vyrovnávat

---

<sup>46</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 182 – 183

se s konflikty, které jsou součástí každého vztahu. Proto je jedním z cílů poslední fáze terapie vyvážit klientčiny přístupy ke vztahům.

Součástí procesu uzdravení je vybudování podpůrné sítě. Je to nejen proto, že kvalitní vztahy v životě potřebuje každý člověk, ale také proto, že se tak předejde závislosti klientky na terapeutovi. K tomu snadno dojde, pokud klientka zůstává izolována od ostatního světa a nenavazuje kontakty.

#### 4.4.2. Manželské poradenství

Pokud žije oběť zneužití v manželském svazku, je součástí této fáze terapie manželské poradenství. Důležité je, aby byl partner tím, kdo oběť podporuje. Partner by měl vědět, co lze od oběti zneužití očekávat. Tím se naučí, že některé reakce nemá brát osobně, naučí se reagovat na problémy v sexuální oblasti, noční můry, flashbacky a odtažitost tak, aby oběť podporoval.

Terapeut, který pracuje se sexuálně zneužívanými, nemusí být vždy odborníkem na manželské poradenství. Je dobré, aby si uvědomoval své hranice a v případě potřeby odkázal pár na odborníky manželského poradenství.

Někdy je dobré dát párům praktický návod, jak zvládat flashbacky během soulože – hlavně tehdy, kdy je to častý problém oběti. Když se během milování začnou vybavovat vzpomínky na zneužití, oběť musí otevřít oči, uvědomit si, kde je a s kým je. Některé oběti to mohou udělat samy, jiné potřebují milování zastavit a nechat se ze vzpomínky vyvést partnerem. Páry si postupem času najdou způsob, který funguje. Důležité je, aby oba partneři věděli a souhlasili s tím, že k přerušení sexuální aktivity může někdy dojít. Předstírání, že se nic neděje, je destruktivní pro oba partnery.<sup>47</sup>

Mnohé oběti zneužití mají zkreslené představy o mužské a ženské sexualitě a o tom, jak jejich tělo funguje. Sex je pro ně něco, co nelze spojovat s emocemi a je nepředstavitelné, že by ze sexu mohli mít potěšení oba partneři. „...Teaching both partners how to be safe for each other, how to communicate clearly about sexual intimacy, and how to give and receive pleasure is an important task in the end phase of treatment.“ („...Naučit oba partnery být bezpečnými jeden pro druhého, naučit je, jak mají jasně komunikovat o intimitě a jak dávat a přijímat rozkoš, je důležitým úkolem poslední fáze terapie.“)<sup>48</sup>

<sup>47</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 187

<sup>48</sup> *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 187



#### 4.4.3. Ukončení terapie

Ukončení terapie je pro většinu obětí ze začátku těžko představitelné. Mělo by vycházet z iniciativy klientky, ne terapeuta. Pokud má klientka pocit, že by bylo možné terapii ukončit, je třeba dát jí prostor a otevřeně o tom hovořit. Jak dlouho o tom přemýšlí, proč si myslí, že je již připravena, jaké má obavy, co je pro ní důležité, aby ukončení bylo bezpečné.<sup>49</sup>

Lepší než okamžité ukončení terapie, je postupné prodlužování intervalů mezi sesemi nejprve na dva týdny, potom na měsíc, tři měsíce, půl roku a nakonec na setkání jednou za rok. Každé prodloužení intervalu je podmíněno připraveností klientky k takovému kroku. Práce s obětí sexuálního zneužití se počítá na roky, kdy setkávání probíhala většinou jednou týdně. Okamžité ukončení terapie by tak mohlo u klientky vyvolat pocit odmítnutí.<sup>50</sup>

Je možné, že se klientky časem znovu ozvou. Hlavně tehdy, kdy v jejich životě dojde k nějaké velké změně nebo když určité okolnosti znovu spustí vzpomínky na minulost. Je důležité, aby klientka věděla, že to, že se vrátí není projevem jejího selhání, ale naopak znamením pokroku, který v životě udělala.

#### 4.5. Terapie obětí sexuálního zneužití – závěr

Uvedené tři fáze terapie jsou určeny zejména pro oběti chronického sexuálního zneužívání v dětství. Některé oběti potřebují projít všemi fázemi, jiné jen některými částmi terapie. Některé mohou ukončit terapii předčasně, jiné ji na nějakou dobu přerušit a vrátit se později.

Pomoc obětem sexuálního zneužití bývá dlouhá a obtížná, ale je možná. Díky tomu mnohé oběti poprvé zakusí pocit bezpečí, naučí se věci, kterým nikdy předtím nevěřily, a získají naději do budoucna.

Přestože postupy popsané v předchozích kapitolách jsou určeny pro psychoterapii, domnívám se, že mohou pomoci i jiným pracovníkům, kteří se během své praxe setkají s oběťmi sexuálního zneužívání.

<sup>49</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 201

<sup>50</sup> viz. Langberg. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. s. 202

## **5. Pomoc dospělým obětem sexuálního zneužití v dětství v České republice**

### **5.1. Úvod**

V této části práce se budu zabývat tím, kde mohou dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství najít v České republice pomoc. Jako hlavní zdroj vyhledávání informací jsem využila internet. Zaměřila jsem se zejména na organizace a instituce, které uváděli ve svých odpovědích respondenti dotazníkové sondy.<sup>51</sup> U těchto organizací uvádím jejich stručnou charakteristiku a informace o tom, zda a jakou péči nabízí dospělým obětem sexuálního zneužití v dětství.

### **5.2. Élektra – Centrum pomoci ženám zneužitým v dětství**

Občanské sdružení Élektra bylo založeno v roce 1995. Jeho cílem je pomoci dospělým obětem sexuálního zneužití v dětství a obětem znásilnění. Zařízení nabízí krizovou intervenci, individuální a skupinovou terapii pro dospělé oběti, podpůrnou terapii pro partnery a rodinné příslušníky obětí. Dále se sdružení věnuje pořádání přednášek a konferencí a publikační činnosti zaměřené na problematiku sexuálního násilí. Cílové skupiny zahrnují kromě dospělých obětí sexuálního zneužití také matky zneužívaných dětí.

Hlavní formou pomoci, kterou centrum Élektra nabízí, je psychoterapie, která je vypracovaná konkrétně pro potřeby zneužitých žen. Klientka nejprve absolvuje individuální psychoterapii. Počet sezení bývá v průměru 12 – 15, ale záleží samozřejmě na potřebách klientky. Po individuální terapii následuje skupinová terapie, která trvá 1 – 1,5 roku (240 – 280 hodin). Náplní skupinové terapie je pojmenování problému, práce se zpětnou vazbou, uvědomění si vlastního těla, obranných mechanismů, nefunkčních vzorců chování, budování intimních a sociálních hranic, a vnímání a přijetí či odmítnutí tělesného dotyku. Skupinové terapie se účastní terapeutka, koterapeutka a zapisovatelka. Terapie je velmi detailně propracovaná, každé víkendové setkání má přesný program, který musí každá klientka absolvovat, proto je nutná účast klientek na všech sezeních. Klientka může terapii kdykoli přerušit, zpravidla však nemá možnost se do ní později opět vrátit.

---

<sup>51</sup> Zpracované výsledky dotazníkové sondy – viz. příloha

Další formou pomoci je krizová intervence. Jde o okamžitou pomoc klientce, která se ocitla v krizové situaci, prostřednictvím osobního nebo telefonického rozhovoru.

Terapie je u většiny klientek úspěšná a po jejím absolvování jsou schopny vést plnohodnotný život. Nevýhodu tohoto zařízení spatřuji v tom, že kvůli přesně vypracované terapii (skupinové části navazující na individuální) není vhodná pro všechny oběti. Dále pak to, že právě kvůli skupinové terapii, jako nutné součásti terapie, není v podstatě možné pomoci mužským obětem (jejich počet není dostatečný pro vytvoření skupiny). Poslední věc, kterou bych mohla tomuto zařízení na základě praxe vytknout je to, že kvůli již zmíněnému stylu terapie není možné plně respektovat tempo a potřeby klientek. Přesto je to zařízení, které je v České republice svého druhu jediné a je schopno poskytnout alespoň některým obětem sexuálního zneužití adekvátní a účinnou pomoc.

### **5.3. Bílý kruh bezpečí**

Bílý kruh bezpečí je organizace, která nabízí pomoc obětem trestných činů, zejména formou bezplatných konzultací s odborníky. Spíše než komplexní dlouhodobou psychoterapeutickou péči, může obětem sexuálního zneužití pomoci, pokud se oběť rozhodne událost řešit soudní cestou.

Cílem Bílého kruhu bezpečí je pomoci zlepšit právní postavení poškozených v trestním řízení a ve společnosti. Dále se zaměřuje na prevenci kriminality, pořádá přednášky a semináře, a zvyšuje prostřednictvím médií informovanost veřejnosti.

Kromě konzultací nabízí Bílý kruh bezpečí také nadstandardní služby jako jsou například pobyty pro klienty Bílého kruhu bezpečí, doprovody k soudům či návštěvy v nemocnicích.

## 5.4. RIAPS

RIAPS je krizové centrum. To znamená, že nabízí krátkodobou podpůrnou terapii, která vede ke stabilizaci klientova stavu. RIAPS poskytuje akutní konzultace s psychologem nebo psychiatrem 24 hodin denně, krátkodobou psychoterapii a krátkodobý pobyt na lůžkovém oddělení. Dále pak RIAPS provozuje nepřetržitou linku důvěry, na kterou je možné se kdykoli obrátit.

Z výše uvedené charakteristiky zařízení vyplývá, že nenabízí dlouhodobou psychoterapii. Pro oběť sexuálního zneužití může být místem, kam se může obrátit v krizi a případně získat další kontakty, kam se může obrátit.

## 5.5. Gona s.r.o. – Soukromé sexuologické centrum

Gona je soukromé sexuologické centrum, které nabízí komplexní péči mužům i ženám. V centru pracuje tým odborníků v oblasti sexuologie, gynekologie, urologie, andrologie, psychiatrie, psychologie, dermatovenerologie a interního lékařství. Kromě jiných služeb nabízí i péči o zneužívané a týrané ženy včetně psychoterapie a párové terapie. Jedinou nevýhodou je to, že centrum nemá smlouvu s žádnou zdravotní pojišťovnou, proto klienti musí hradit konzultace v hotovosti a ceny jsou poměrně vysoké (zejména pokud se jedná o problém, který vyžaduje dlouhodobou péči).

## 5.6. Otevřený svět

Občanské sdružení Otevřený svět nabízí pomoc obětem sexuálního zneužití či incestu v dětství a sexuálně zneužívaným dětem. Působí v Praze a Českých Budějovicích.

Otevřený svět kombinuje hlubinou psychologii s astrologií a pracuje především s hypnózou a věkovou regresí.<sup>52</sup> Terapeut nejprve vypracuje klientčin horoskop, pomocí kterého určí věk, ve kterém došlo ke zneužití. Potom klientku v hypnóze do určeného věku dovede a ona znovu prožije traumatickou událost. Pracuje také s minulými životy. Podle kazuistik uveřejněných na internetových stránkách může jít o jednorázovou nebo opakovanou terapii.

Bohužel se mi nepodařilo zkontaktovat nikoho ze sdružení, proto jsem informace čerpala pouze z internetových stránek. Nemohu tedy posuzovat odbornost

---

<sup>52</sup> klient se v hypnotickém stavu vrátí do dětství a do problému, který jej ovlivňuje i v současnosti

a efektivitu nabízené terapie. Jako křesťanka s ní však nesouhlasím, stejně jako s mnoha informacemi o statistikách zneužívání, které autor na stránkách prezentuje. Součástí stránek jsou články, které velmi detailně popisují zneužívání mnoha klientek – nevím, do jaké míry je užitečné takové detaily uveřejňovat.

Pokud budu soudit jen na základě webových stránek, Otevřený svět ve mně nebudí důvěru. Snad je to proto, že v textu je mnoho výroků, které se rozcházejí s odbornou literaturou, přesto jsou prezentovány jako definitivně pravdivé. Články rovněž budí dojem, že každá žena v sobě nosí nějaké trauma spojené se sexem.

Dalšího hodnocení se zdržím a nechám jej na čtenářích.<sup>53</sup>

## 5.7. Shrnutí

Uvedla jsem zde pět míst, kam se mohou dospělé oběti zneužití v dětství obrátit. Jsou to zejména organizace, které se nejčastěji vyskytovaly v dotazníkové sondě. Dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství se mohou obracet také na manželské poradny, linky důvěry, další krizová centra nebo na psychoterapeuty. Tedy, pomoc existuje, ale není snadné ji nalézt. Pokud si kdokoli, kdo začne pracovat s dospělou obětí sexuálního zneužití v dětství nepřizná, že jeho zkušenosti a schopnosti jsou omezené, potom může lehce spíš ublížit než pomoci.

Tak jsem zmínila již několikrát, pomoc obětem podle mého názoru není dostatečná, a o organizacích, sdruženích či jedincích, kteří tuto pomoc nabízejí, se ví poměrně málo. Proto se domnívám, že by bylo třeba, aby veřejnost byla více informována o problematice dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství, stejně jako o místech, kde se jim dostane potřebné péče a pomoci. Tomu, jak zvýšit informovanost veřejnosti, věnuji následující kapitolu. Jde spíš o zamyšlení a zvažování možností, protože (jak se mi potvrdilo i během praxe) hlavním problémem jsou finance, bez kterých jde jen těžko něco dělat.

---

<sup>53</sup> odkaz na internetové stránky Otevřeného světa je uveden v seznamu literatury

## 6. Informovanost veřejnosti

Jak jsem již zmínila, informovanost veřejnosti je zejména otázkou financí. Na druhou stranu, bez informovanosti lidí je těžké finance získat. Proto jsem přemýšlela nad tím, jak by šlo problematiku dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství dostat do povědomí co největšího počtu lidí, bez velkých finančních nákladů.

Domnívám se, že v současné době mají největší moc sdělovací prostředky. Na veřejnoprávních i komerčních televizních stanicích existují typy pořadů, ve kterých by téma dospělých obětí zneužití mohlo zaznít. Ať už prostřednictvím prezentace konkrétní organizace, která nabízí obětem pomoc, nebo obecným informováním o existující problematice a poskytnutím užitečných kontaktů. Stejně tak by tomu mohlo být i v případě některých rozhlasových stanic.

Dalším řešením, které by mohlo být efektivní, je spojení informací o sexuálním zneužívání dětí s informacemi o dospělých obětech. Mohou to být informační letáky různých organizací, které se věnují péči o zneužívané děti, publikace, atd. Rovněž i knihy, které se věnují tématu zneužívání dětí, by mohly věnovat více prostoru dospělým obětem a informovat o dostupných možnostech pomoci – ne se omezit pouze na seznam možných důsledků zneužití, které přetrvávají do dospělosti. Co se knih týče, na českém trhu jsou dostupné pouze dvě publikace, věnující se tomuto tématu. První z nich je *Vražda duše* od Ursuly Wirtz, která je věnována obětem incestu, a druhou, které se nyní dostává na trh, je *Zraněné srdce* od Dana Allendera<sup>54</sup>, která se dívá na otázku zneužití a jeho důsledků z pohledu křesťanství. Kromě toho je stále možné publikovat články v odborných časopisech a v přijatelné formě i v časopisech určených širší veřejnosti.

Jednou z dalších možností jsou dny otevřených dveří, využití jakýchkoli příležitostí k prezentaci organizace a problematiky jako takové na konferencích, či přednášky pro ty, kdo se s oběťmi mohou ve své praxi setkat či mají o tematiku zájem.

Ať už by byl využit jakýkoli způsob, pomocí kterého by se veřejnost dozvěděla více o problematice dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství, bude prospěšný. Minimálně proto, že tak bude o něco víc rozbořeno tabu, kterým toto téma ještě stále je.

---

<sup>54</sup> Kniha vychází v nakladatelství Návrat domů

I když se domnívám, že informovanost veřejnosti o tomto problému je velmi důležitá, je třeba si uvědomovat i určitá rizika. Tím mám na mysli to, že cílem informovanosti není zveličit problém do enormních rozměrů, či vyvolat všeobecnou paniku. Myslím si, že je třeba zvolit citlivý a přiměřený způsob.

## 7. Dotazníková sonda

V rámci práce jsem provedla dotazníkovou sondu. Jejím cílem bylo zjistit, co si respondenti myslí o vlivu sexuálního zneužití v dětství na život v dospělosti, na založení rodiny a výchovu dětí, a zda znají nějakou organizaci, na kterou se mohou oběti obrátit.

Sondy se zúčastnilo 58 respondentů ve věku 18 – 58 let. Zastoupení mužů a žen bylo zhruba stejné. Většina respondentů má SŠ nebo VŠ vzdělání.

Dotazník tvořilo následujících šest otázek:

- 1) Máte zkušenost se sexuálním zneužitím (osobní nebo v blízkém okolí)?
- 2) Domníváte se, že sexuální zneužití v dětství má pro oběť důsledky i v dospělosti? Pokud ano, uveďte prosím jaké.
- 3) Má podle vás sexuální zneužití v dětství vliv na pozdější založení rodiny a výchovu dětí? Pokud ano, napište prosím jaké.
- 4) Je podle vás péče o dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství důležitá?
- 5) Znáte nějakou organizaci / instituci, kam se mohou obrátit dospělé oběti sexuálního zneužití pro pomoc? Prosím, vyjmenujte.
- 6) Jakou pomoc by podle vás organizace pro dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství měla poskytovat?

Výsledky dotazníkové sondy nemají zásadní vliv na tuto práci, proto jejich výsledky předkládám pouze v příloze.

Většina respondentů se domnívá, že sexuální zneužití v dětství má důsledky i v dospělosti. Jako nejčastější důsledky uváděli respondenti potíže při hledání partnera a nedůvěru, v menším počtu potom zábrany v sexu. Stejně tak většina respondentů souhlasila s tím, že zneužití v dětství se promítá do oblasti založení rodiny a výchovy dětí. Jako nejčastější důsledky uváděli přehnanou starostlivost o děti. 11 respondentů uvedlo další zneužívání – tedy zneužívaného jako zneužívajícího. S tím, že je péče o dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství důležitá, souhlasilo 44 dotazovaných. 36 respondentů napsalo, že nezná žádnou organizaci, která by poskytovala obětem zneužití v dětství pomoc. Nejčastěji uváděným místem, na které by se mohly oběti obrátit byl Bílý kruh bezpečí, dále potom RIAPS a Élektra (respondenti, kteří uvedly Élektru se o tomto zařízení dozvěděli již dříve ode mě). Nejčastěji uváděnými formami pomoci, která by měla



být obětí zneužití v dětství k dispozici, bylo psychologické poradenství a individuální psychoterapie.

## 8. Závěr

Cílem práce bylo nastínit problematiku dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství. Jako cílovou skupinu jsem zvolila ženy. Mužům je věnována jen jedna kapitola, která je spíše upozorněním na to, že i oni patří do této problematiky.

Na začátku práce jsem vymezila pojem sexuálního zneužívání a jeho hlavní formy. Dále jsem se zaměřila na popis dlouhodobých důsledků sexuálního zneužití v dětství, se snahou zmapovat alespoň převážnou většinu oblastí, kde se mohou tyto důsledky projevovat – oblast emocionální, fyzickou a duchovní. Součástí práce jsou i diagnostická kritéria posttraumatické stresové poruchy u dospělých a kontrolní seznam příznaků pro oběti incestu. Další část práce je zaměřena na vliv sexuálního zneužití na oblast sexuality – na problematiku prostituce a promiskuity, sexuálních fantazií a funkčních poruch sexuality. Následují kapitoly věnované mateřství, těhotenství, porodu a vztahu k vlastnímu tělu.

Další velký oddíl práce je věnován pomoci dospělým obětem sexuálního zneužití v dětství. V této části práce jsou popsány tři fáze terapie obětí zneužití. Popsaná terapie vychází ze zahraniční literatury, která se této problematice podrobně věnuje. Snažila jsem se popsat zejména jevy, které jsou pro oběti zneužití charakteristické, a se kterými se mohou setkat nejen psychoterapeuti, ale všichni ti, kdo budou s oběťmi zneužití pracovat.

Praktická část práce vychází z praxe v Élektře – Centru pomoci ženám zneužitým v dětství a ze sondy provedené dotazníkovou metodou, jejímž cílem bylo zjistit, jak jsou respondenti informovaní o důsledcích sexuálního zneužití a možnostech pomoci obětem. V této části práce je popsáno pět organizací, které péči o oběti zneužití nabízejí, nebo byly nejčastěji uváděny v dotazníkové sondě. V závěru práce je potom návrh na zvýšení informovanosti veřejnosti o problematice dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství a stručné vyhodnocení dotazníkové sondy. Její grafické výsledky jsou uvedeny v příloze.

Téma dospělých obětí sexuálního zneužití v dětství je nesmírně široké. Proto jsem si zvolila jen malý výřez z celkového obsahu této problematiky. Dalším tématem pro práci minimálně stejného rozsahu by mohli být muži jako oběti sexuálního zneužití. I když mnohé reakce a důsledky mohou být u mužů a u žen shodné, myslím si, že muži jako oběti mají velké množství specifík v mnoha oblastech a i jim je třeba věnovat přiměřenou pozornost. Samostatnou kapitolou by

mohlo být i sexuální zneužití a křesťanství, stejně jako křesťanské poradenství a terapie obětí sexuálního zneužití v dětství.

Doufám, že tato práce bude alespoň malou pomocí, která povede ke komplexnímu chápání důsledků sexuálního zneužití v dětství a uvědomění si, že péče o dospělé oběti není přepychem, ale něčím, co je potřeba.

## **Resumé**

Bachelor's paper about the adult victims of child sexual abuse talks mainly about women's victims.

It contains the definition of child sexual abuse and its forms. The part dedicated to long-term effects of sexual abuse describes the main areas of life which can be influenced by sexual abuse. These are consequences in psychological, physical and spiritual area. It also talks about problems in sexual relationships, maternity and pregnancy. Next part is dedicated to three phases of therapy for adult victims of child sexual abuse.

Last section talks about forms of help in the Czech Republic. This part is based on research via questionnaire. There are described organizations which are able to provide help to the adult victims of sexual abuse. There are also some thoughts how to improve awareness of this topic in the Czech Republic.

The goal of this paper is to inform readers about the consequences of sexual abuse and help readers to see this topic in its complexity.

## Seznam použité literatury

### Primární literatura:

- Allender, Dan. *The wounded heart*. Colorado : Navpress, 1990. 255 s.
- Bentovim, Arnon. *Týrání a sexuální zneužívání v rodinách*. Přel. D. Bogušovský. Praha : Grada Publishing, 1998. 117 s.
- Collins, G. *Christian counseling*. USA : Word Publishing, 1998
- Dante, Tori. *Our little secret*. London : Hodder and Stoughton, 2001. 211 s.
- Langberg, Diane. *Counseling Survivors of Sexual Abuse*. Illinois : Tyndale House Publishers, 1997. 300 s.
- Malá, Eva. *Sexuálně zneužívané děti*. 1. vyd. Praha : Psychiatrické centrum, 1995. 128 s.
- Pöthe, Petr; Halfarová, H.; Bosák, V. *Retrospektivní studie sexuálního zneužívání v dětství u dospělé populace ČR a u osob s rizikovým sexuálním chováním*. Praha: Sdružení Linky bezpečí, bez vnočení. 61 s.
- Täubner, Vladimír. *Nejstřeženější tajemství – sexuální zneužívání dětí*. Praha : Trizonia, 1996. 116 s.
- Vaničková, Eva. *Sexuální násilí na dětech*. Praha : Portál, 1999. 120 s.
- Vaničková, Eva. *Sexuální zneužívání dětí I. díl*. Praha : UK, 1997. 82 s.
- Vaničková, Eva. *Sexuální zneužívání dětí II. díl*. Praha : Karolinum, 1999. 81 s.
- Weiss, Petr a kol. *Sexuální zneužívání – Pachatelé a oběti*. Praha : Grada Publishing, 2000. 212 s.
- Wirtz, Ursula. *Vražda duše*. Přel. J. Kopecká. Praha : Portál, 2005. 216 s.

### Sekundární literatura:

- Angot, Christine. *Incest*. Přel. M. Pacvoň. Pavel Mervart, 2003. 176 s.
- Fifková, Hanka. *Erotické představy žen*. Praha: Mladá fronta, 2005. 122 s.

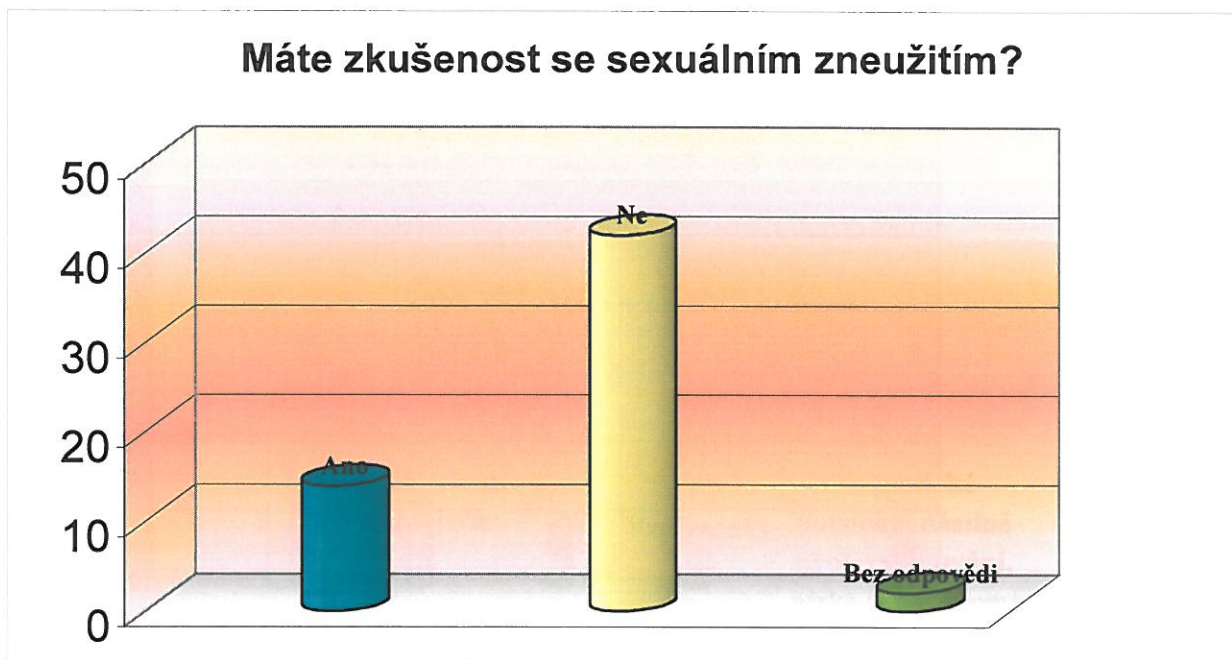
### Počítačové zdroje:

- Bílý kruh bezpečí: <http://www.bkb.cz> ( Cit. 15. 5. 2006 )
- Gona s.r.o.: <http://www.sex-centrum.cz> ( Cit. 15. 5. 2006 )
- Otevřený svět: <http://www.otevrenyvet.cz> ( Cit. 15. 5. 2006 )
- RIAPS: <http://www.mcssp.cz/riaps.php> ( Cit. 15. 5. 2006 )

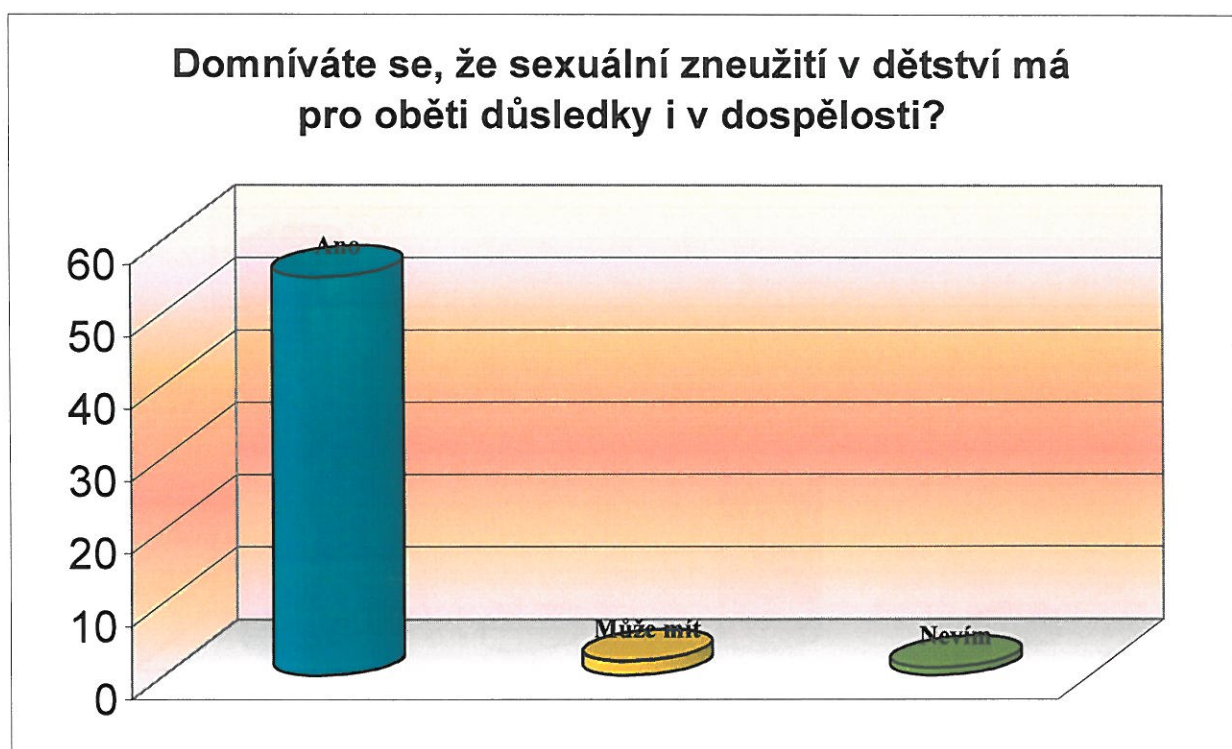
## Příloha č. 1

### Výsledky dotazníkové sondy

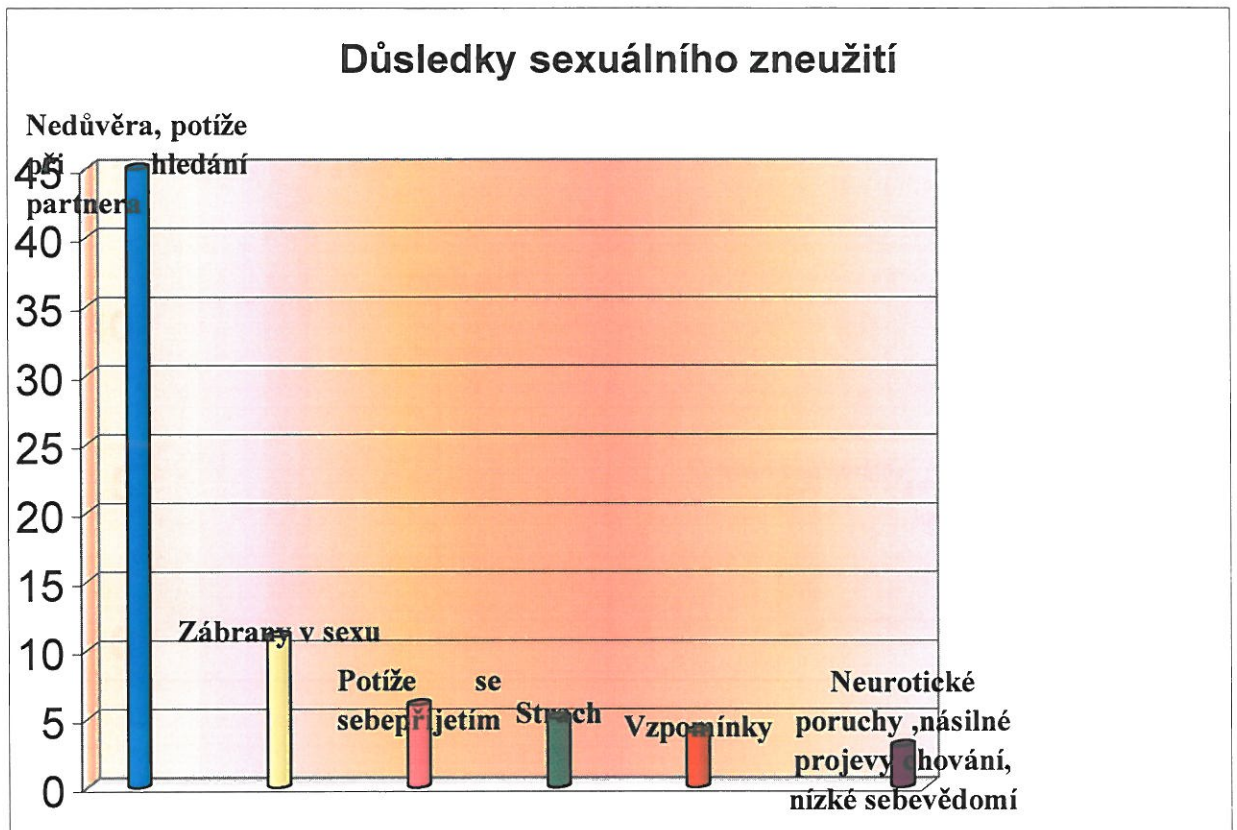
Č. 1



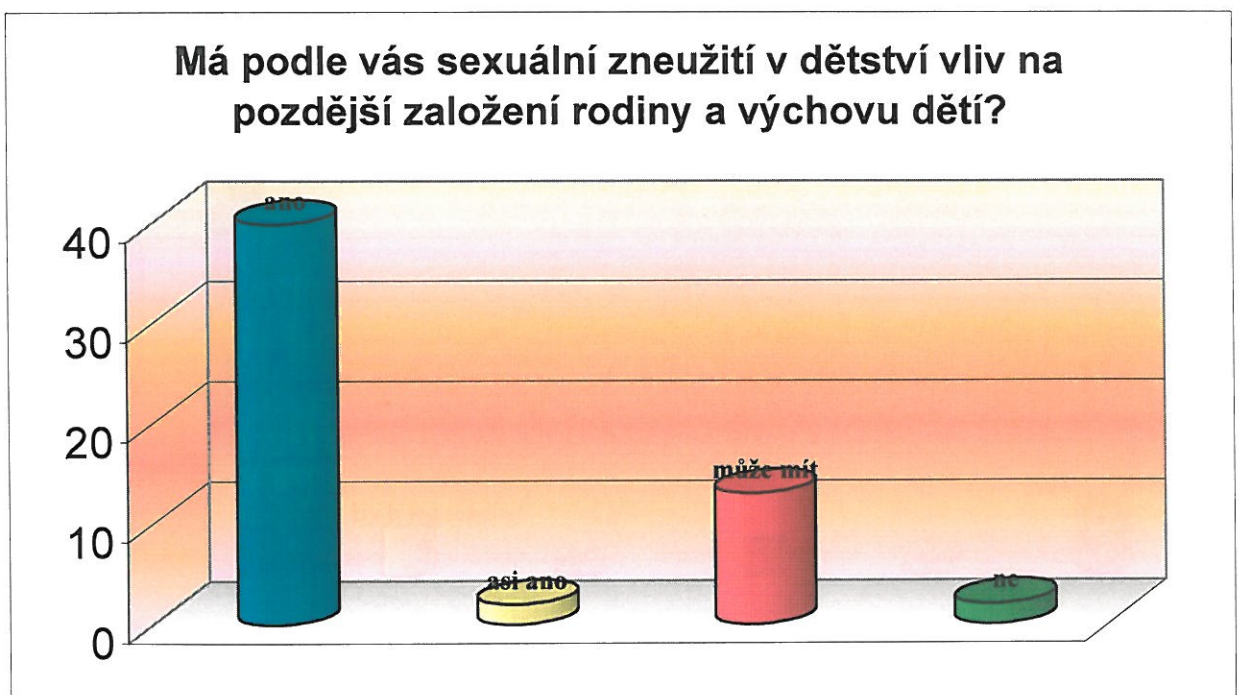
Č.2



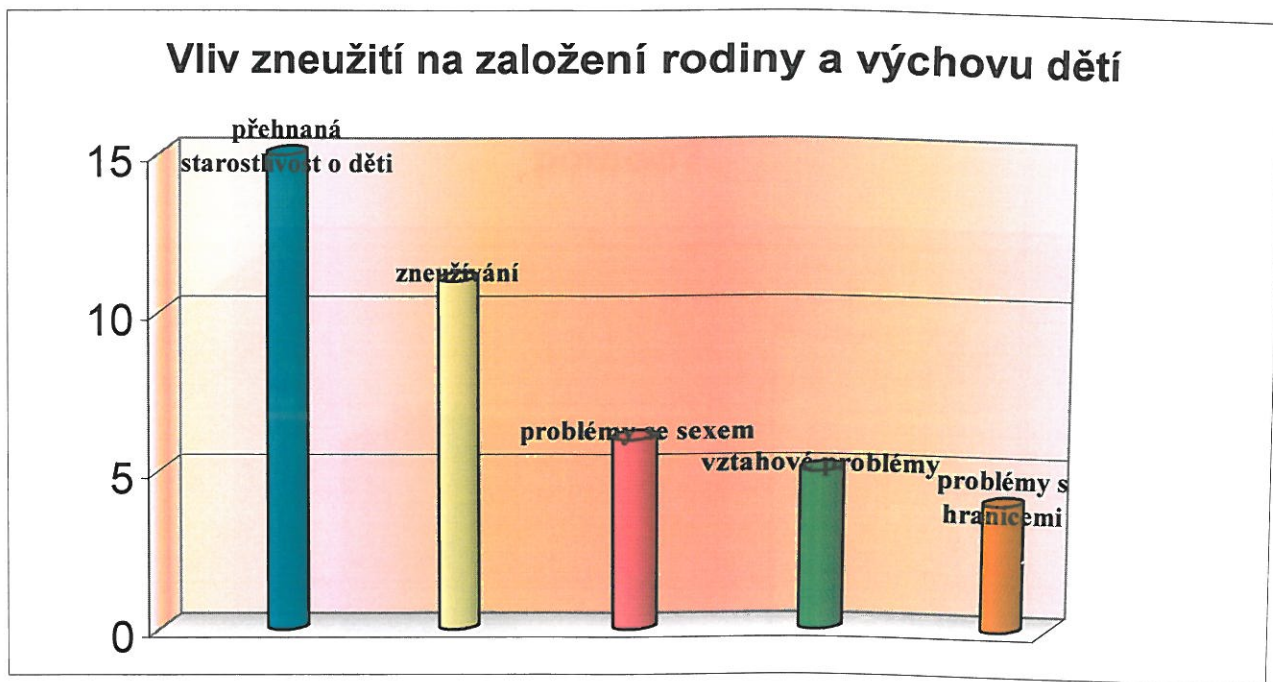
Č.3



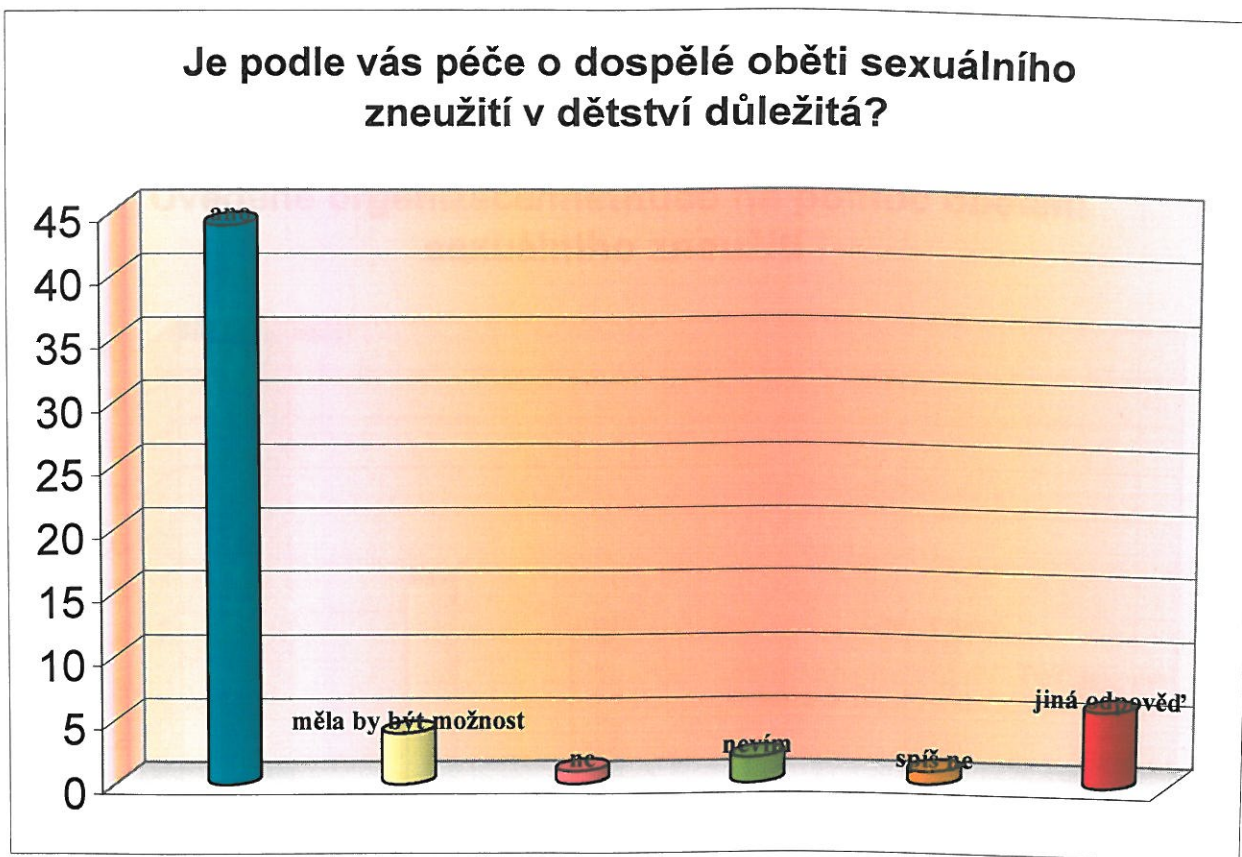
Č.4



Č.5



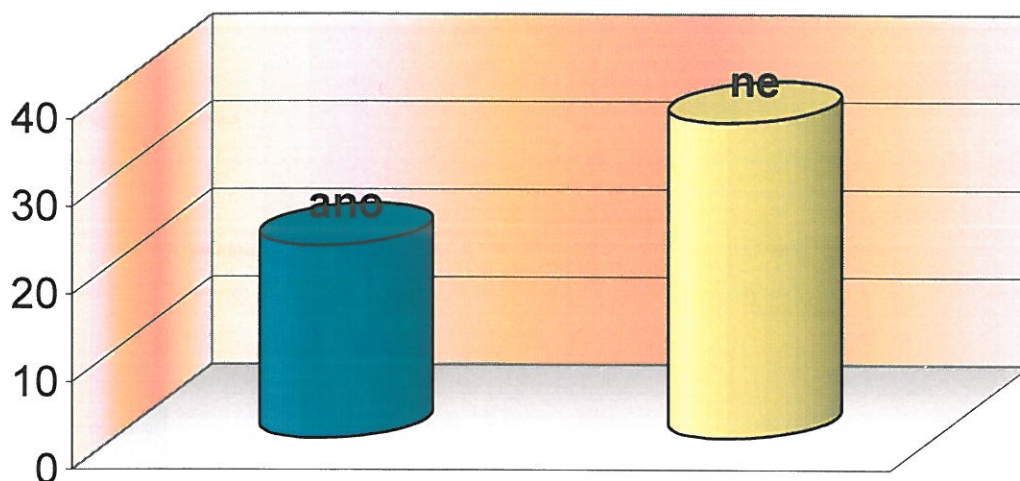
Č. 6





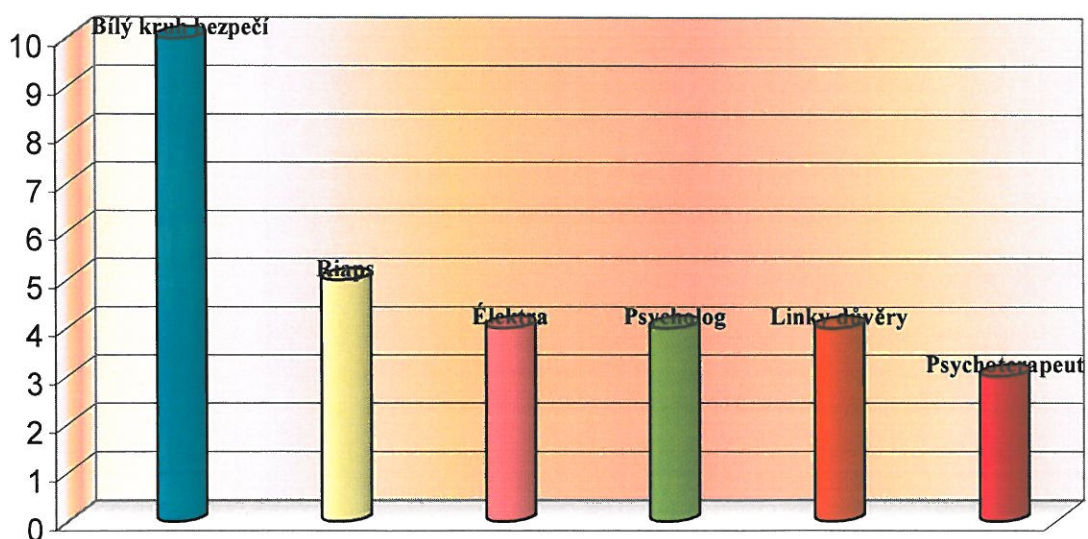
Č. 7

Znáte nějakou organizaci/instituci, kam se mohou obrátit dospělé oběti sexuálního zneužití pro pomoc?



Č. 8

Uvedené organizace/instituce na pomoc obětem sexuálního zneužití



### Jakou formu pomoci by měla poskytovat organizace pro dospělé oběti sexuálního zneužití v dětství?

