

Průvodce pro rodiče,
kteří pro své děti chtějí
DĚTSTVÍ BEZ NÁSILÍ

Centrum LOCIKA
2019

Centrum



Centrum LOCIKA z.ú.

Umělecká 588/6

Praha 7

Kontaktní údaje:

tel.: +420 273 130 878, +420 734 441 233

E-mail: info@centrumlocika.cz

Datová schránka: 2egmmbz

Otevřeno pro Vás máme:

PO-ČT 8-18 hod

PÁ 8-16 hod

www.centrumlocika.cz

www.facebook.com/centrumlocika

Obsah

1.	Slovo úvodem...	2
2.	O Centru LOCIKA: Jak a komu pomáháme	2
2.1.	Základní filozofie práce aneb čemu v Centru LOCIKA věříme	3
2.2.	Co Vás a Vaše dítě v Centru LOCIKA čeká	3
2.3.	S kým se budete setkávat	4
2.4.	S jakými dalšími institucemi Centrum LOCIKA spolupracuje	5
2.5.	Co v Centru LOCIKA neděláme	5
3.	Co je násilí v blízkých vztazích?	6
3.1.	Formy násilí	6
4.	Jaký dopad na dítě může násilí v rodině mít?	7
5.	Mýty o dětech a násilí v rodině	8
6.	Nejčastější příznaky u dětí, které zažívají násilí ve vztazích	10
6.1.	Co je trauma	10
6.2.	Jak předcházet traumatizaci u dětí?	12
7.	Jak hovořit s dítětem o násilí v rodině?	13
7.1.	Co děti potřebují slyšet o násilí v rodině od osoby, která se nechová násilně	13
7.2.	Co děti potřebují slyšet o násilí v rodině od osoby, která se chová násilně	14
8.	Jak děti prožívají násilí v blízkých vztazích a co potřebují	14
9.	Dítě a rozpad rodiny	16
9.1.	Jak děti rozpad rodiny obvykle prožívají?	17
9.2.	Jak můžete jako rodiče své dítě v rozvodovém/ rozchodovém období podpořit?	18
10.	Shrnutí: Jaké chování rodičů dětem nejvíce škodí?	18
11.	Často kladené otázky	19
12.	Doporučená literatura	21
13.	Další možnosti pomoci	22
14.	Použitá literatura	24

1. Slovo úvodem...

Vážený rodiče,

právě držíte v rukou příručku Centra LOCIKA, která je určena přímo Vám, rodičům. Doufáme, že Vám bude dobrým průvodcem na naší společné cestě. Vážíme si toho, že jste se rozhodli vyhledat služby Centra LOCIKA. Je to důležitá zpráva o tom, že Vám na Vašich dětech a jejich budoucnosti opravdu záleží. Víme, že prožitek násilí v blízkých vztazích je vždy velice náročný pro všechny zúčastněné strany a chce to kus odvahy chtít v zájmu dětí situaci doma změnit. O to více si ceníme toho, že jste vyhledali naše odborné služby.

V Centru LOCIKA pomáháme dětem, které jsou vystaveny násilí v rodině. Abychom jim mohli dostatečně pomoci, úzce spolupracujeme s Vámi jako jejich rodiči, kterým nabízíme potřebnou podporu a zároveň je vnímáme jako společné partnery této spolupráce.

Součástí pomoci je i tato příručka. Věříme, že Vám usnadní základní orientaci v našich službách, a zároveň Vám umožní více porozumět tomu, jaký vliv může násilí v rodině na děti mít a jak je možné jim pomoci.

Mějte, prosím, na paměti, že ačkoliv informace v této příručce mohou dávat určité návody, v žádném případě nenahrazují odbornou pomoc.

Přejeme Vám na Vaší cestě hodně sil.

Za tým Centra LOCIKA,
Petra Wünschová

2. O Centru LOCIKA: Jak a komu pomáháme

Vize Centra LOCIKA:

CHCEME, ABY DĚTI V ČESKÉ REPUBLICE VYRŮSTALY V RODINÁCH BEZ NÁSILÍ

Poslání Centra LOCIKA:

POMÁHÁME DĚTEM A JEJICH BLÍZKÝM ŽÍT ŽIVOT BEZ NÁSILÍ A POSILOVAT ZDRAVÉ VZTAHY V RODINĚ.

Cíle naší práce:

- zastavit násilí v rodině
- pomoci dítěti vyrovnat se s dopady násilí
- pomoci oběma rodičům vyrovnat se s dopady násilí a podpořit jejich rodičovské kompetence

- snížit riziko přenosu násilného chování do další generace
- prevence dalšího poškozování dítěte v jednání s institucemi

2.1. Základní filozofie práce aneb čemu v Centru LOCIKA věříme

- Děti pro svůj zdravý vývoj potřebují bezpečné rodinné prostředí bez násilí.
- Děti jsou v rodinách, kde probíhá násilí, obzvláště zranitelné a potřebují pomoc.
- Na situaci v rodině se díváme očima dítěte a sledujeme jeho nejlepší zájem.
- Abychom mohli efektivně pomoci dětem, spolupracujeme se všemi členy rodiny. Rodiče vnímáme jako nepostradatelné partnery ve spolupráci.
- Bezpečí všech spolupracujících stran je pro nás na prvním místě.
- Všichni, kdo vyhledají naši pomoc, mají náš plný respekt.
- Nikoho nesoudíme. Poškozující jednání ale jasně pojmenováváme a pomáháme ho měnit v zájmu dítěte.
- Odmítáme násilí jako takové. Každý z nás má právo zlobit se a vyjadřovat vztek, nikdo však nemá právo chovat se násilně a ubližovat druhým.
- Věříme ve změnu. Násilí je možné zastavit. Pomoc si zaslouží všichni: osoby, na kterých se jiní dopouští násilí, i osoby, které se chovají násilně.

2.2. Co Vás a Vaše dítě v Centru LOCIKA čeká

Centrum LOCIKA poskytuje své služby v rámci pověření k sociálně-právní ochraně dítěte podle zákona č. 359/1999 Sb. Toto pověření uděluje stát organizacím, které splní zákonné podmínky a chrání nejlepší zájem dítěte. Děti, které zažívají ve své rodině násilí, jsou podle tohoto zákona považovány za děti ohrožené. V praxi to znamená, že se na situaci v rodině díváme očima dítěte. Nepracujeme tedy na zakázku žádného z rodičů, ale podporujeme je v žádoucích změnách tak, aby se vedlo lépe dítěti.

Spolupráce rodiny s Centrem LOCIKA probíhá ve **dvou fázích**. Přehledný popis jednotlivých kroků naleznete v příloženém diagramu. V této příručce poskytujeme základní informace sloužící k prvotní orientaci ve službách Centra LOCIKA. Podrobnější popis jednotlivých kroků Vám osobně představíme při Vašem vstupu do služby.

První fází je tzv. **fáze mapování**, po které může a nemusí následovat **fáze návazné péče**. Cílem fáze mapování je odborné posouzení situace dítěte v rodině. Tato fáze trvá obvykle 3-4 měsíce, během kterých spolupracujeme s dítětem a odděleně s každým z rodičů. Zjišťujeme komplexní informace o rodině s cílem posoudit psychický stav dítěte, jeho aktuální potřeby a případná rizika,

kteřá ohrožují jeho vývoj. Výstup z mapování se rodiče dozví na závěrečné schůzce, kde spolu s rodiči formulujeme konkrétní kroky plánu, jak nejlépe dítěti a rodině pomoci.

V jakékoliv fázi spolupráce může sociální pracovník svolat či iniciovat **případovou konferenci**, tj. setkání všech odborníků, včetně pracovníků orgánu péče o dítě, kteří s rodinou pracují, s rodiči (a případně i staršími dětmi), aby se společně poradili a naplánovali co nejefektivněji další kroky v zájmu dítěte.

V návazné péči nabízíme pomoc jak dětem, tak rodičům. Mezi nejčastěji nabízené formy pomoci patří: **individuální terapie pro děti, skupinová terapie pro děti, poradenství pro rodiče** zaměřené na dítě. Matky dále mohou využít **skupinu pro ženy, otcovskou skupinu pro muže**. Je-li potřeba posílit vztah rodič-dítě, můžeme nabídnout **terapeutické setkání rodič-dítě, arteterapii**, případně podpořit komunikaci rodič-dítě pomocí **videotréninku (VTI)**.

Pokud Vaše dítě čeká výsledek na policii či u soudu, můžeme Vám i jemu pomoci situaci dobře zvládnout a ochránit ho před možnými necitlivými intervencemi.

Na obě fáze spolupráce s Vámi bude uzavřena písemná **smlouva o poskytování služeb**. Její součástí jsou i pravidla spolupráce, kde mezi hlavní závazek patří zdržet se násilného chování v průběhu poskytování služby a před setkáním v LOCICE nekonzumovat alkohol ani drogy.

Naše služby Vám jsou poskytovány **zdarma**. To však neznamená, že nejsou finančně nákladné. Jedna hodina odborné činnosti stojí 600 - 1000 Kč. Pokud víte, že se ze závažných důvodů nebudete moci na předem sjednaný termín dostavit, dejte nám co nejdříve vědět, abychom termín mohli využít pro jiné klienty. Děkuje!

2.3. S kým se budete setkávat

Spolupráce s matkou i otcem probíhá odděleně. Na úvodní schůzce se rodič setká se **sociálním pracovníkem**, který se ho bude ptát na jeho přání a potřeby, a detailně vysvětlí, co rodině v Centru LOCIKA můžeme nabídnout. Pokud rodiče se spoluprací souhlasí, začíná fáze mapování. Každý ze členů rodiny má ve fázi mapování svého průvodce: matky provází **pracovník pro ženy**, otce **pracovník pro muže**, děti **dětský psycholog**. Spolupráci všech členů rodiny i odborných pracovníků centra koordinuje **sociální pracovník / casemanager**, kterého rodiče znají z úvodní schůzky.

Všichni pracovníci Centra LOCIKA jsou řádně proškoleni, pracují pod supervizí a dodržují etický kodex a standardy práce.

2.4. S jakými dalšími institucemi Centrum LOCIKA spolupracuje

Násilí v rodině je komplexní problematika na pomezí práva, justice, sociální práce, psychologie, psychiatrie a dalších disciplín. Aby byla pomoc rodině účinná, je nezbytná multioborová spolupráce. Centrum LOCIKA spolupracuje s různými orgány a institucemi. Ve všech případech musíme být ze zákona v kontaktu s příslušnými pracovníky Oddělení sociálně právní ochrany dítěte (OSPOD) příslušného úřadu. Dále pokud je to třeba, spolupracujeme i s Policií České republiky, Probační a mediální službou, soudy, soudními znalci, Intervenčními centry a zdravotnickými zařízeními (zejména oddělení dětské psychiatrie). Dále spolupracujeme např. s Dětským krizovým centrem, Linkou bezpečí, Bílým kruhem bezpečí, Ligou otevřených mužů a dalšími odbornými organizacemi.

Soudům, OSPOD a Policii České republiky na jejich žádost vypracováváme odborné zprávy. S jejich obsahem jsou rodiče vždy seznámeni. Na žádost rodičů ani jejich právních zástupců zprávy nevypracováváme.

2.5. Co v Centru LOCIKA neděláme

- Nerozhodujeme o tom, kdo je v rodině viníkem a pachatelem násilí. To je úkol Policie České republiky a justice, jejichž závěry plně respektujeme. Naším úkolem je pomoci násilí v rodině zastavit a pomoci rodičům ke změně.
- Nespolečně pracujeme s právníky rodičů a nepíšeme posudky na přání. Naše závěry a vyšetření dětí nenahrazují soudně-znalecké posudky.
- Nepracujeme s osobami závislými či s osobami s takovým psychiatrickým onemocněním, které by znemožňovalo spolupráci. Tyto osoby potřebují nejprve pomoc hledat jinde.
- Nenabízíme individuální terapii ani diagnostiku dospělých. S dospělými komunikujeme výhradně jako s rodiči. V případě potřeby individuální terapeutické či psychiatrické pomoci rodičům předáváme kontakty na jiné organizace.
- Neslepujeme rodiny dohromady. Snažíme se rodičům pomoci, aby mohli být dobrými rodiči i v případě, že žijí odděleně.
- Nepracujeme na zakázku jednoho z rodičů. K oběma rodičům přistupujeme jako k partnerům s cílem pomoci jejich dítěti a posílit je v jejich rodičovské roli.
- Neposkytujeme asistované styky rodičů s dětmi. Tuto péči zajišťují jiné organizace.

3. Co je násilí v blízkých vztazích?

NÁSILÍ JE ČIN NAMÍŘENÝ PROTI DRUHÉMU, KTERÝ MU MÁ UBLÍŽIT, ZASTRAŠIT HO NEBO PONÍŽIT, ABY JEDNAL PROTI SVÉ VŮLI (RESP. NEJEDNAL PODLE SVÉ VŮLE).

Každý z nás je do určité míry agresivní, mívá vztek, zlobí se. Každý z nás násilí nebo agresi někdy ve svém životě zažil. Pokud nám na našich blízkých záleží, učíme se s naší agresí pracovat: nepoužívat ji proti druhým a neubližovat jim tak. Každé násilí má totiž závažné negativní dopady na psychiku všech zúčastněných, na vztahy v rodině a výrazně poškozuje zejména děti. Pokud je násilí opakované, intenzivní a má závažné dopady, může být trestně postižitelné. Pak v rodině může zasahovat Policie a situaci posuzuje nezávislý soud. Je mnohem výhodnější pro všechny zúčastněné vyhledat pomoc dříve, než se situace v rodině stane takto závažnou.

3.1. Formy násilí v blízkých vztazích

Násilí nemusí mít jen fyzickou podobu, může mít i mnoho jiných podob. Per Isdal (in: Jakobsen, B., Råkil, M., 2017) uvádí následující formy násilí:

- **Fyzické násilí** – zahrnuje široké spektrum jednání zahrnující uplatnění fyzické moci jako násilné držení, strkání, třesení, tahání za vlasy, bití, kopání, používání zbraní nebo i vraždy.
- **Sexuální násilí** – zahrnuje sexuální obtěžování a urážení, nátlak a donucení k provádění sexuálních aktivit proti vůli ohrožené osoby, donucení k pohlavnímu styku s jinými osobami, předměty a nebo zvířaty, až po brutální znásilnění a sexuální mučení. I v případech sexuálního násilí dochází k aspektům uplatňování moci, nátlaku, donucování, způsobování bolesti a zastrahování.
- **Materiální násilí** – násilí namířené proti materiálním statkům s účelem zastrašení, ponížení druhého. Patří sem např. rozbití kusu nábytku, bušení do zdí, dveří, házení věcmi.
- **Psychické násilí** zahrnuje 7 kategorií:
 - **Nepřímá výhrůžka** – projev, který naznačuje možné nebezpečí nebo důsledek v podobě fyzického násilí. Výhrůžky přitom mohou být verbální i neverbální (gesto, pohled), sdělují informaci o možných násilných důsledcích, a vedou k ovládnutí druhé osoby.
 - **Degradující a ponižující chování** – chování, jehož cílem je ranit nebo ponížít druhého psychicky. Projevuje se zejména verbálně s cílem stavět druhého do špatného světla, nebo ho nutí do konání, které vnímá jako ponižující. Patří sem např. nadávky a veřejné zesměšňování.

- **Kontrola** – snaha získat mocí nebo výhružkou kontrolu nad životem druhého. Může se týkat času, aktivity, informací, sociálních kontaktů, oblékání, chování nebo zvyků. Vytváří vztah založený na dominanci a submisi, kde se jeden partner musí zcela podřídít požadavkům a očekáváním druhého. Častá je ekonomická kontrola, kdy má jeden z partnerů kontrolu nad finančními prostředky a druhému jsou přidělovány dle uvážení dominujícího partnera.
- **Patologická žárlivost** – konání, při kterém kvůli žárlivosti člověk zstrašuje nebo ubližuje, případně se toto konání stává nástrojem kontroly a ovládnutí. Může být záminkou pro ubližování druhým v podobě výčitek a tvrzení, že si partner chce najít někoho jiného, nebo připomínání dřívějších sexuálních zkušeností.
- **Izolace** – přímý nebo nepřímý nátlak s cílem omezit svobodu pohybu a životní prostor druhého. Dochází k omezení kontaktu s okolím, s rodinou, s přáteli, někdy i k zabránění docházet do práce. Jejím cílem může být kontrola, ale také snaha skrýt důsledky násilí. Izolace může v extrémním případě vést k závislosti na dominantním partnerovi a v konečném důsledku také k neschopnosti vnímat násilí jako něco nepřijatelného a nepřirozeného.
- **Emoční násilí** – chování, jehož cílem je, aby se druhý cítil poníženo, méněcenný nebo nedůležitý. Patří sem zanedbávání, systematické přehlížení, ignorování dohod a slibů, ignorování osoby a mlčení s cílem dosáhnout svého cíle, arogantní a ponižující chování.

4. Jaký dopad na dítě může násilí v rodině mít?

Násilí v rodině má na dítě vždy negativní dopad. Obecně lze říci, že negativní následky jsou tím závažnější, čím je dítě mladší, čím je násilí fyzicky blíže, čím častější násilí je a čím delší dobu v něm dítě setrvává. Negativní dopad násilí na dítě můžeme shrnout do následujících bodů:

- Dítě se učí, že násilné chování ve vztazích je normální způsob, jak získat, co chce.
- Dítěti se mění vnímání světa. Svět se stává nebezpečným místem pro život, místem, kde je potřeba být ve střehu a chránit se.
- Dítě dostává zmatené zprávy o vztazích. Jedno z poselství, které se učí, by mohlo znít takto: *Ti, co tě milují, budou také hodně ubližovat.*
- Opakované zažívání násilí snižuje citlivost k násilí. To se pak snadněji stává normou chování: děti mohou mít sklon stávat se později těmi, kdo ubližují, nebo těmi, kdo si nechají ubližovat.

- Dítě zažívající násilí v rodině je často ponecháno napospas svým zmateným pocitům. S ohledem na věk si situace, které zažilo, může vysvětlovat po svém a žít pak např. s pocitem viny, strachu, bezmoci, atd.
- Dítě se může cítit velmi osaměle, může mít strach o násilí hovořit, aby neprozradilo tajemství, což pro něj představuje nadměrnou psychickou zátěž a komplikuje mu to vztahy s okolím.
- Dítě ztrácí oporu v obou rodičích a často se v důsledku nepřiměřené zátěže musí stát „malým dospělým“.
- Dítě se zpravidla za situaci doma stydí a cítí za ni vinu.
- Dítěti chybí vzory, jak zvládat zdravě zátěžové situace a regulovat svoje emoce.
- Dítě se učí, že nefunkční blízké vztahy jsou normální.
- Dítě se mnohdy učí nerovnováhu v mužsko-ženských vztazích, kdy jedno z pohlaví je vnímáno jako méněcenné.
- Mnoho dětí zažívajících násilí v rodině vykazuje známky traumatizace (o traumatu u dětí blíže v kap. 6.1.)
- Tyto děti často trpí úzkostí, depresí, ve škole se mohou chovat agresivně.
- Výzkumy uvádějí (Jacobsen, Råkil, 2017), že děti vyrůstající v násilných rodinách v dospělosti častěji vykazují agresivní chování, zneužívají návykové látky, jsou náchylnější k psychickým onemocněním (zejména k depresivním a úzkostným poruchám), vykazují častěji sebevražedné chování, jsou více ohroženy zdravotními problémy (např. autoimunitní, kardiovaskulární, onkologická onemocnění), dosahují nižšího vzdělání, což ovlivňuje jejich úspěšnost na trhu práce, a mají potíže s navazováním a udržením zdravých fungujících vztahů.

5. Mýty o dětech a násilí v rodině

Mezi dospělými koluje mnoho mýtů o dopadu násilí v rodině na děti. Níže uvádíme některé z těchto mýtů s jejich objasněním.

Mýtus č. 1: O násilí se jedná pouze v případě, pokud jde o fyzické násilí. Psychické násilí na děti nemůže mít vliv.

Není tomu tak. Psychické násilí mezi rodiči může být pro dítě dokonce více devastující, než-li přítomnost fyzickému násilí (Jacobsen, 2017, Groves, 2002).

Mýtus č. 2: Pokud se násilí neodehrává přímo před dětmi, nemůže je nijak ovlivnit.

Tímto rodiče mnohdy zlehčují dopady svého chování. Děti však mají své „radary“. Změny v emocích a v atmosféře doma vnímají velmi silně. Vnímají konflikty rodičů, i když se např. odehrávají v noci za zavřenými dveřmi ložnice. Dokáží vytušit blížící se konflikt, což zvyšuje jejich ostražitost a připravenost k akci (zasáhnout, schovat se, atp.)

Mýtus č. 3: Malé děti jsou vůči násilí imunní, protože mu ještě nemohou rozumět a nebudou si ho pamatovat.

Je pravda, že děti mladší 3 let nemají plně vyvinutá centra pro explicitní paměť (tj. verbální paměť pro události) a násilné situace si nejspíš nebudou pamatovat formou příběhu. Ze současných výzkumů však vyplývá, že i kojenci reagují na konflikty distresem a změnou chování. Opakované vystavování násilí v raném věku mění vývoj mozku dítěte, a to jak strukturu mozkové tkáně, tak chemické reakce v mozku (Perry, 2001 a 1997; Siegel, 2014). Děti opakovaně vystavované traumatizujícím násilným situacím pak bývají samy více dráždivé, impulzivní, agresivní. Objevují se trvalé změny v jejich prožívání a chování. Ač si vzpomínku na násilí neuchovávají ve formě události, kterou by mohly vyprávět, jejich mozek a tělo si velmi dobře pamatuje stavy, které při násilí rodičů zažívalo.

Mýtus č. 4: Násilí v rodině se týká jen dětí ze sociálně slabých rodin.

Statistiky uvádějí, že násilím v rodině je ohroženo v České republice až 14 % dětí. Násilí zasahuje všechny sociální vrstvy s jediným rozdílem: čím vzdělanější rodina, tím jsou formy násilí důmyslnější a skrytější.

Mýtus č. 5: Rodič, který je násilný, nemůže mít své děti rád a nezaslouží si být jejich rodičem.

Mnozí z rodičů, kteří se chovají násilně k druhému rodiči, mají ke svým dětem blízký vztah a dokážou být dobrými rodiči. Vztah dítěte k násilnému rodiči však bývá vlivem násilí narušen a může být nezbytné ho terapeuticky ošetřit. Jsou však i rodiče, kteří ve své rodičovské roli natolik selhávají, že jejich styk s dětmi je pro děti nebezpečný a trvale poškozující.

Mýtus č. 6: Násilí v rodině je ryze soukromá záležitost a je pouze na rodičích, aby svou situaci vyřešili.

Pro rodiče bývá zkušenost s násilím natolik devastující, že je pro ně velmi obtížné násilí vlastními silami zastavit a vyrovnat se s jeho následky. Rodina tak obvykle potřebuje pomoc zvenku. Rodiče stojí často mnoho sil zvládnout vlast-

ní emoce, a děti zůstávají stranou. Říci si o pomoc je známkou osobní odvahy. Mnohdy je nezbytná odborná pomoc.

Mýtus č. 7: Každé dítě, které vyrůstá v rodině, kde probíhá násilí, je trvale poškozeno.

Naštěstí tomu tak není. Existuje mnoho faktorů, které dítě před poškozením mohou ochránit. Velkou roli v tom hrají právě rodiče (o tom ale blíže na následujících stránkách). Obecně lze říci, že dítě zažívající násilí ve vztazích se navždy změní, nikoliv nezbytně však musí být navždy poškozeno.

6. Nejčastější příznaky u dětí, které zažívají násilí ve vztazích

V Centru LOCIKA vidíme četné negativní dopady na vývoj dětí vyrůstajících v rodinách, kde probíhá násilí. Mnoho dětí, se kterými se setkáváme, je násilím v rodině traumatizováno.

6.1. Co je trauma

Trauma je zážitek krajního ohrožení spojený s intenzivním strachem, se kterým se dítě nebo dospělý nedokáže v krátké době vyrovnat (Matoušek, 2017). K traumatu dojde, když dítě zasáhne intenzivní situace jako blesk z čistého nebe, přehltní jej, a dítě v jeho důsledku zůstane odpojené od svého těla, myslí, ducha. Všechny obranné mechanismy, které dítě mělo, jsou v tu chvíli podkopány a dítě se cítí zcela bezmocné a zoufalé (Levine, Kline, 2014). Traumatická událost tak ovlivňuje nejen emoce dítěte, ale i jeho chování, prožívání a tělo, především nervovou soustavu.

Existují 3 typy událostí, které mají největší potenciál traumatizovat (Rothschild, 2015):

1. události, které ohrožují přímo život nebo fyzickou integritu dítěte (např. hrozí zranění) nebo jsou jím jako takové vnímány
2. události, kdy je dítě svědkem násilných činů páchaných na někom jiném, zejména na blízké pečující osobě
3. události, kdy dítě o páchaném násilí zaslechne, s tím, že jeho blízká/pečující osoba je ohrožena, zraněna nebo zemře

Z výše uvedeného popisu je zřejmé, že násilí v rodině má velký potenciál děti (a nejen je) traumatizovat. U některých jedinců, kteří byli vystaveni traumatu, se může rozvinout tzv. posttraumatická stresová porucha. Stručně řečeno se jedná o psychickou poruchu, pro kterou jsou typické určité příznaky význam-

ně ovlivňující prožívání a chování dítěte, a tudíž i jeho kvalitu života. Mezi možné příznaky, typické u dětí, mohou patřit (D'Andrea et al, 2012):

- opakované vtíravé myšlenky, tělesné pocity spojené s traumatem (děti mohou mít noční můry, opakovaně přehrávat traumatickou událost ve hře, mohou se jim vracet určité obrazy související s traumatem...)
- vyhýbání se všemu, co trauma připomíná
- zvýšená dráždivost a přecitlivělost na zdánlivě neutrální podněty, případně odpojenost a otupělost
- negativní myšlenky o sobě a o světě, např. „já jsem špatný/á,“, pocity viny „já za to mohu“
- přetrvávající negativní emoce (strachu, hrůzy, vzteku, viny, studu, atp.), až neschopnost zažívat pozitivní emoce
- ztráta zájmu o oblíbené aktivity
- podrážděné až agresivní chování, případně sebedestruktivní chování
- poruchy pozornosti, poruchy spánku
- ostražitost, neadekvátní lekavost, a další

Trauma vzniklé uvnitř rodiny, v nejbližších vztazích, se stává zdrojem příznaků mnoha dalších psychických potíží a poruch. A to zejména je-li dítě traumatickým situacím vystaveno opakovaně. Mezi nejčastější potíže, které u takto ohrožených dětí pozorujeme v delším časovém horizontu, a na kterých se shodují i další autoři (Hughes, 2017; D'Andrea et al., 2015; Matoušek et al. 2017; Barvíková, Palonciová, 2016 a další), patří:

- **emoční problémy**

Schopnost rozpoznat a vyjádřit zdravým způsobem pozitivní i negativní pocity je omezena. Dítě může pocity potlačovat (což může vést k depresi a somatickým potížím) nebo je naopak vyjadřovat nekontrolovaně (agrese, úzkost).

- **sociální dovednosti**

Schopnost navazovat a udržovat zdravé vztahy může být výrazně limitována. Dítě tak může selhávat ve vztazích s vrstevníky, později může selhávat v pracovní oblasti, v partnerských vztazích či jako rodič ve vztahu k vlastním dětem.

- **somatické problémy**

Dítě se nenaučí rozpoznávat a regulovat různé tělesné stavy: může mít potíže rozlišovat hlad, únavu, bolest. Dochází k somatizaci psychických potíží, dítě je často nemocné.

- **disociace**

Při traumatické události prochází dětský organismus emočním zahlcením. Jednou z obranných reakcí, jak se s tímto zahlcením vypořádat, je odpojit se od některých svých prožitků, tzv. zamrznout. Toto emoční přehlčení však v organismu zůstává. Některé děti mohou být dlouhodobě „zamrzlé“, jako by nebyly plně „na příjmu,“ vypadají „odpojené“. V různých situacích se však tato zamrzlá energie může spouštět ve formě nekontrolovaných flashbacků. Dítě tak může v běžné situaci náhle zažívat to, co zažilo v situaci ohrožení. Pro okolí pak bývají jeho reakce těžko srozumitelné.

- **poruchy chování**

Vzhledem k neschopnosti regulovat své tělesné a emoční prožívání se tyto děti mohou jen obtížně soustředit a ovládat se. Bývají impulzivní, jeví se jako výchovně těžko zvladatelné. Dospělí to často vidí jako „zlobení“, záměrné porušování pravidel a norem. Tyto děti pak často selhávají v systémech, které vyžadují určitý řád, např. ve škole.

- **poruchy učení**

Děti dlouhodobě vystavené násilí v blízkých vztazích žijí v permanentní ostražitosti, v tzv. modu „přežít“. V jejich prožívání světa všude cílí nebezpečí a je potřeba se stále chránit. Proto se jen obtížně mohou soustředit na učení (a využívat vyšší, rozumové, části mozku). *Je to jako kdybyste šli v noci parkem, za sebou slyšeli kroky, cítili jste ohrožení, a zároveň někdo chtěl, abyste se přitom naučili nazpaměť básničku a ještě ji odrecitovali.*

- **poruchy sebezpojetí**

Děti vystavované násilí se obvykle vnímají negativně. Často zažívají pocity studu, který ještě umocňuje pocit odlišnosti. Potíže ve vrstevnických vztazích vedou k dalšímu odmítání a tím pádem opakovanému potvrzení „*jsem špatně.*“

Na otázku, zda bylo či nebylo dítě traumatizované, případně jaký dopad na něj vystavení násilí mělo, může dát odpověď mapování situace dítěte, jehož nezbytnou součástí je **psychodiagnostické vyšetření**. Toto vyšetření probíhá zpravidla ve 2 sezeních. Pomocí baterie standardních psychologických testů psycholog mapuje aktuální psychický stav dítěte, úroveň jeho psychosociálního vývoje a případné odchylky od zdravé normy.

V případě, že některý z výše uvedených příznaků u svého dítěte pozorujete, nemusí se ještě jednat o traumatizaci, je však namístě vyhledat odbornou pomoc.

6.2. Jak předcházet traumatizaci u dětí?

Základním předpokladem ochrany dítěte před traumatizací je zajištění bezpečí v rodině, což se neobejde bez **zastavení násilí**. Bezpečí v rodině nemůže a nikdy by nemělo zajišťovat dítě, to je úkol dospělých. I v případě, že je dítě vystaveno traumatogenní situaci, mohou rodiče z velké míry svým chováním ovlivnit, jaký dopad tato situace bude na dítě mít (Levine, Kline, 2014; Perry, 2014).

Zejména menší děti nerozumí situaci, kterou zažívají, a reakce rodičů tak zásadně ovlivní jejich prožívání. Pokud rodič dokáže ve vypjaté situaci vnímat dítě, ochránit ho a následně ho utišit, může dopady traumatické situace minimalizovat. Naopak silná emoční reakce rodiče zahlceného svými emocemi, kdy dítě zůstává ponecháno napospas vlastním pocitům, umocní jeho prožívání hrůzy, bezmoci, opuštěnosti a může přispívat k rozvoji psychických potíží. **Reakce rodičů jsou v tomto ohledu naprosto zásadní.**

Rodič by měl:

- zajistit bezpečí své i dítěte
- naslouchat dítěti, dávat mu najevo svou lásku a zájem, být mu k dispozici
- tlumit, usměrňovat emoce dítěte, utěšovat ho
- vysvětlit přiměřeně věku dítěte události, ke kterým doma došlo
- být dítěti zdrojem a oporou

7. Jak hovořit s dítětem o násilí v rodině?

Mnoho rodičů váhá, zda a jak s dítětem o probíhajícím násilí hovořit. Těžko hledají slova, navíc objasnit násilí v rodině dítěti znamená sám sebe konfrontovat s tím, co se děje, a to bývá pro dospělé nepříjemné. Je pochopitelné, že se k situaci násilí nechtějí vracet. V Centru LOCIKA však důrazně doporučujeme rodičům, aby s dítětem o násilí mluvili a pomohli mu porozumět situaci. Mlčet o násilí podporuje tabuizaci celého tématu a je živnou půdou pro to, aby si dítě vytvářelo své vlastní verze porozumění situaci, které mohou negativně ovlivňovat jeho další prožívání a sebeobraz. Např. dítě může žít s pocitem, že táta zbil mámu proto, že zlobilo; nebo, že když uhodilo mladšího sourozence, tak půjde do vězení stejně jako šel jeho násilně chovající se rodič. Níže uvádíme možnosti jak s dítětem o násilí v rodině hovořit (dle Crager, Anderson, 1997).

7.1. Co děti potřebují slyšet o násilí v rodině od osoby, která se nechová násilně

- že násilí není v pořádku
- že to není jeho vina
- že mě mrzí, že bylo takové situace svědkem
- že jako rodič hledám způsoby pomoci, aby se taková situace už neopakovala
- že jsem tu pro něj a budu naslouchat všemu, co je trápí
- že se postarám o to, aby bylo v bezpečí

7.2. Co děti potřebují slyšet o násilí v rodině od osoby, která se chová násilně

- že násilí není v pořádku a měl/a jsem se zachovat jinak
- že se mu chci omluvit, že toho bylo svědkem
- že jsem za své chování zodpovědný/á
- že to není jeho vina
- že udělám vše pro to, aby se to už neopakovalo
- že se mnou může bez obav hovořit a já budu mu naslouchat

8. Jak děti prožívají násilí v blízkých vztazích a co potřebují

Prožívání dětí může být velmi různorodé. Je běžné, že prožívání se může lišit i mezi sourozenci v jedné rodině, ač byli svědky stejných situací. Níže uvádíme nejčastější pocity, se kterými se u dětí vystavených násilí v rodině setkáváme (dle Crager, Anderson, 1997). Následně uvádíme, co děti potřebují a co jim může chybět, výčet však zdaleka není vyčerpávající.

Strach

- o rodiče, sourozence
- z rodiče, který se chová násilně
- o svou budoucnost, z toho, co bude

Co děti potřebují:

- zažívat pocit bezpečí
- možnost o svých pocitech hovořit s někým, komu důvěřují
- vědět, co mohou dělat, kdyby znovu nastala ohrožující situace

Vztek

- na toho, kdo se chová násilně
- na toho, komu je ubližováno: že v situaci zůstává, že sebe a dítě dostatečně neochrání
- na to, že žijí v rodině, kde dochází k násilí

Co děti potřebují:

- vědět, že je normální zlobit se

- učit se způsoby, jak vztek zdravě ventilovat
- možnost o svém vzteku hovořit s někým, komu důvěřují

Ambivalence čili zmatení v pocitech

- děti mohou zažívat protichůdné pocity, např. mají rády toho, kdo ubližuje, ale zároveň mají strach, či se za něj stydí, což v nich může vzbuzovat další pocity viny

Co děti potřebují:

- slyšet, že je normální cítit se zmateně a mít protichůdné pocity k jedné osobě
- vědět, že nejsou špatné, pokud mají rády rodiče, který se chová násilně
- potvrzení, že mohou mít někoho rády, a zároveň nesouhlasit s tím, jak se v některých situacích chová

Ztráta

- ztráta ideálních představ o rodičích, o rodině, která drží pohromadě a jejíž členové jsou si oporou
- ztráta jednoho/obou rodičů, pokud dojde k rozpadu rodiny
- ztráta pocitu bezpečí, zázemí, pozornosti a péče, kterou potřebují vzhledem ke svému věku

Co děti potřebují:

- sdílet s někým, komu věří, smutek ze ztráty a mít možnost ji odtruchlit
- posilovat zdroje, tedy oblasti, kde se jim daří: vztahy s kamarády, s širší rodinou, mít koníčky, atp.

Vina / zodpovědnost

- děti často viní sebe sama ze situace doma
- mohou cítit vinu za to, že násilí mezi rodiči neumí zastavit
- mohou přebírat zodpovědnost za rodiče, např. je chránit, starat se o mladší sourozence, o domácnost, apod.

Co děti potřebují:

- jasně slyšet, že nejsou zodpovědné za násilí v rodině, že to není jejich vina
- jasně slyšet, že mají právo na bezpečí v rodině a ochranu od obou rodičů
- jasně slyšet, že řešení násilí v rodině leží na rodičích a organizacích, které jim s tím mohou pomoci, nikoliv na dětech samotných

Bezmoc / nepředvídatelnost

- Děti často zažívají pocit bezmoci, že násilné, často nepřehledné a těžko předvídatelné situace v rodině nemohou nijak ovlivnit. Zážitek opakované bezmoci může vést k pasivnímu jednání do budoucna, k trvalému pocitu, že nemohou věci/ vztahy kolem sebe měnit v souladu se svými potřebami. Takové děti např. dovolí, aby jim v budoucnu také někdo ubližoval. Jiné děti naopak budou mít permanentní potřebu kontroly nad vším, co se kolem nich děje, a mohou chtít ovládat druhé.
- Nepředvídatelnost situace a nejistota, kdy konflikt propukne znovu, může vyvolávat úzkost. Děti se pak nemohou soustředit na běžné dětské starosti a radosti, ale snaží se místo toho kontrolovat situaci v rodině, snaží se předcházet konfliktům, a chránit členy rodiny, které považují za slabší.

Co děti potřebují:

- jasná pravidla a rituály v rodině, vědět, kdy se co bude dít a proč
- mít do určité míry možnost spolurozhodovat a ovlivňovat dění v rodině
- mít jiné oblasti života (škola, kamarádi, koníčky), kde se mohou svobodně rozhodovat a mít zdravý pocit kontroly nad svým životem
- mít vytvořený bezpečnostní plán s někým, komu důvěřují

9. Dítě a rozpad rodiny

V rodinách, kde dochází k násilí a kde není vůle či schopnost ze strany rodičů situaci a své chování měnit, v drtivé většině případů dochází k rozpadu rodiny a následnému uspořádání péče o děti. Proto jsme se rozhodli věnovat jednu kapitolu i této problematice.

Rozpad rodiny bývá pro dítě spojen s velkou zátěží- jedná se o další potenciálně traumatizující situaci. Míra zátěže záleží na věku dítěte a jeho osobnosti, ale zejména na jeho **rodičích**: na jejich schopnosti nepřenášet své konflikty a zranění do vztahu k dítěti, na jejich aktuální emoční kapacitě být dítěti na blízku a pomoci mu situaci dobře zvládnout.

Obecně v rozchodových/rozvodových situacích platí (Buriánová, 2014):

- Rozvod/ rozchod obdobně jako probíhající násilí je pro rodiče extrémní zátěž. Ti proto mnohdy nevidí potřeby dětí a často nedokáží oddělit roli expartnera od role rodiče. Zde pak hrozí riziko, že upozadí potřeby dětí, což může mít negativní vliv na jejich další vývoj.
- Nezávládnutý rozvod, který se zacyklí v patologický děj, je v důsledku devastující pro všechny zúčastněné, jak pro děti, tak pro jejich rodiče.

- Problémy dětí způsobuje nikoliv rozvod samotný, ale způsob, jakým rodiče reagují na chování dětí, a kvalita jejich rodičovství.

Rozvodové situace v rodinách, kde docházelo k násilí, mívají svá specifika. Vždy záleží na typu násilí, ke kterému docházelo, jeho četnosti a době, po kterou trvalo. V některých rodinách může být rozvod/ rozchod a rozdělení rodičů vnímáno dětmi jako úlevné, a to zejména tehdy, pokud tím dojde k zastavení násilí mezi rodiči. V jiných rodinách vedou partnerské rozluky naopak k eskalaci násilí. Rozvodová fáze často přináší boj o děti a o uspořádání následné péče. Někteří rodiče začnou využívat dítě jako nástroj moci a kontroly nad bývalým partnerem, což mívá na děti devastující účinek. Rozvod rodičů znamená pro dítě vždy velkou změnu a zátěž. Přináší mnoho protichůdných pocitů, což se nemůže neprojevit na chování dítěte. Někteří rodiče se mylně domnívají, že odchod z násilné domácnosti rychle vyřeší negativní příznaky, které u dětí pozorovali. Obvykle tomu tak není.

9.1. Jak děti rozpad rodiny obvykle prožívají?

Každé dítě je jiné a proto i prožívání každého je individuální. Pro každé dítě však platí, že rozvod představuje narušení jeho základní existenční jistoty a vyvolává v něm pocity ohrožení. Jeho budoucnost se stává nejistou.

Teyber (2007) popisuje tři hlavní obavy dětí v rozvodové fázi:

Strach z odloučení: Rozchodem rodičů dítě ztrácí pravidelnou přítomnost jednoho z rodičů a může mít obavy, že by je mohl opustit i ten druhý. Získává zkušenost, že nejdůležitější lidé v jeho životě mohou odejít, a v důsledku toho může prožívat velkou úzkost.

Představy o opětovném sjednocení rodičů: Většina dětí se snaží rodiče opět sblížit, někdy v sobě i dlouhé roky po rozchodu rodičů chovají představu, že budou zase úplná rodina. Je potřeba, aby bylo dětem rodiči srozumitelně a jasně řečeno, že rozchod mezi rodiči je definitivní. V některých rodinách, kde bylo dítě svědkem násilí, může dítěti rozchod rodičů přinést úlevu a zvýšit jeho pocit bezpečí. Představa možného sjednocení rodiny pak představuje spíše hrozbu a je dalším zdrojem úzkosti.

Pocit odpovědnosti: Řada dětí (zejména ty mladší) může žít s představou, že za rozchod rodičů mohou a dávají si ho za vinu. Vina dítěte ubíjí, neumožňuje mu žít dětsky bezstarostný život, posiluje pocity nedostatečnosti a oslabuje schopnost navazovat vztahy.

Rozvod je spojen s velkými nároky na psychiku dětí. Musí řešit něco, co by za jiných okolností řešit vůbec nemusely. Wallersteinová (1990) formulovala šest úkolů, které stojí před dítětem v situaci rozvodu rodičů:

- porozumět faktorům, které způsobily rozdělení rodiny
- překonat pocit ztráty

- smířit se s trvalostí faktu rozvodu
- překonat hněv
- vrátit se k běžným vývojovým úkolům ve škole a mezi vrstevníky
- získat naději a důvěru v budoucnost

9.2. Jak můžete jako rodiče své dítě v rozvodovém / rozchodovém období podpořit?

I zde platí, že zásadním faktorem ovlivňujícím porozvodovou adaptaci dětí jsou **rodiče**, tj. jejich vzájemný vztah s dětmi a jejich jednání a chování. V případě, že jsou zohledňovány potřeby dětí, je velká šance na to, že si dítě neponese rozvod rodičů dál jako nezpracovanou traumatickou zkušenost. Naopak. Pokud se dítě naučí, že i přes předchozí konflikty, které vyústily v rozvod, je následně možné domluvit se a respektovat se v roli rodičů, může se to stát posilující zkušeností (Buriánová, 2014). Obecně lze říci, že dobře zvládnutý rozvod rodičů, po kterém následují funkční rodičovské dohody, je pro děti méně devastující, než dlouhodobé opakující se konflikty v nefunkčním manželství / partnerství.

Jako další nesporně ochranný faktor se ukazuje tato skutečnost: dítě nezbytně potřebuje silnou citovou vazbu na některého člena rodiny (Perry, 2014). Čím více takových vazeb má a může se o ně v náročné rozvodové situaci opřít, tím lépe. Podobně jako v rozhovorech o násilí dítě potřebuje od obou rodičů slyšet důvody rozchodu, a to formulované shodně od obou rodičů. Dítě by mělo být ujištěno, že to není jeho vina, a ubezpečeno, že ho oba rodiče mají rádi.

Naopak, upřednostňování potřeb rodičů na úkor dětí děti poškozuje. Pokud jsou navíc děti do konfliktů mezi rodiči zatahovány, dochází k negativnímu ovlivnění jejich vztahu k nim oběma. Rodiče mohou dětmi ať vědomě nebo nevědomě manipulovat: činit z nich prostředníky, zpovědníky, rukojmí, mohou je trestat za to, že vyjadřují pozitivní pocity vůči druhému rodiči. Jedná se o velmi nebezpečné manévry, které mohou rodičům z krátkodobého hlediska přinést určité výhody, z dlouhodobého hlediska však vždy přináší ztráty, neboť mohou děti do budoucna nevratně poškodit.

Rozvod rodičů sám o sobě nemusí způsobit dítěti psychické problémy. Jak se děti adaptují na rozvodovou situaci, velmi úzce souvisí s adaptací rodičů. Lze říci, že rodiče svým dětem mohou být největší oporou, když nejprve vyhledají pomoc pro sebe, aby pak měli dost kapacity a sil na pomoc svým dětem.

10. Shrnutí: Jaké chování rodičů dětem nejvíce škodí?

- absence bezpečí (tj. přítomnost opakovaného násilí v rodině) a absence podpůrné, milující vztahové osoby (osob), která vnímá a naplňuje potřeby dítěte

- pokud jsou rodiče natolik pohlceni partnerským konfliktem, že zapomínají na potřeby svého dítěte: dítě zůstává v rodině osamoceno
- pokud rodič vnímá druhého rodiče pouze skrze vlastní negativní partnerskou zkušenost, nedokáže v něm vidět matku nebo otce vlastního dítěte, a připustit, že s ním dítě může mít pozitivní zážitky
- bagatelizování dopadu násilí v rodině na dítě
- dlouhodobá nejistota: strach o rodiče, nejasné dohody ohledně uspořádání následné péče po rozchodu/ rozvodu rodičů, vleklé spory bez konkrétních výsledků v podobě dohod a pravidel
- neochota a neschopnost rodičů komunikovat o záležitostech kolem dětí
- je-li dítě používáno jako zbraň v boji vůči druhému rodiči
- tlak rodičů a dalších příbuzných na dítě: „koho máš radši?“, „s kým bys bydlel radši?“, soutěžení o dítě a přetahování dítěte na svou stranu
- pomlouvání, zostuzování, dehonestování druhého rodiče před dítětem
- fyzické tresty, ponižování dítěte
- pokud je dítě znovu svědkem násilí mezi blízkými
- nepřiměřené nároky, přenos odpovědnosti za péči o sourozence, o domácnost
- psychický nátlak, aby dítě o situaci nemluvalo či mluvilo ve prospěch jednoho z rodičů
- získávání informací o druhém rodiči přes dítě, předávání vzkazů přes dítě
- pokud o jejich rodičích někdo mluví špatně
- pokud dítě slyší jednoho rodiče o druhém mluvit špatně

11. Často kladené otázky

Fáze mapování trvá 3–4 měsíce. Znamená to, že do té doby budete „pouze“ zjišťovat informace? Co když je situace u nás v rodině akutní a naléhavě potřebujeme pomoci už teď?

Fáze mapování rozhodně neznamená jen zjišťování informací. Abychom situaci v rodině dobře porozuměli, scházíme se opakovaně se všemi členy rodiny. Takto intenzivní spolupráce často situaci v rodině mění a stabilizuje již ve fázi mapování. A v případě krizových situací pochopitelně s jednotlivými členy rodiny tyto situace řešíme ihned.

Mám strach, že můj partner/partnerka s Vámi nebude chtít spolupracovat, a když zjistí, co jste za organizaci, tak se situace u nás ještě zhorší.

Musím ho o tom skutečně informovat?

Nemusíte. Uděláme to za Vás prostřednictvím pracovníků OSPOD. Z praxe totiž víme, že pomoc dítěti je nejúčinnější, pokud spolupracujeme s oběma rodiči. Naopak spoustu rizik sebou nese „utajení“ odborné práce s dítětem. Proto s nabídkou spolupráce oslovujeme oba rodiče, obvykle prostřednictvím pracovníků OSPOD. U některých rodin spolupráci u nás nařizuje soud. Vše vám vysvětlí a veškeré vaše obavy s Vámi detailně probere při vstupním pohovoru náš odborný pracovník/ice. První konzultaci je možné absolvovat anonymně.

Kolik času mi spolupráce s vámi zabere?

Poměrně hodně. Zpočátku se setkáváme se členy rodiny zhruba jednou týdně po dobu tří měsíců. Máme tak dostatek času opakovaně hovořit jak s rodiči, tak s dítětem. Některá setkání jsou nezbytná (např. rozhovor rodiče o dítěti s psychologem), jiná plánujeme jen u některých rodin, o jiná si rodiče říkají sami (např. rozhovory s průvodcem rodiče). V návazné fázi péče pak záleží na potřebách té které rodiny.

Mohu spolupráci s vámi odmítnout?

Můžete. Chceme, aby spolupráce s oběma rodiči a dítětem byla dobrovolná. Když rodiče stojí o pomoc a jsou ochotni spolupracovat, je velká šance na změnu. Než spolupráci s námi odmítnete, vyslechněte si, co nabízíme a zamyslete se nad tím, zda by Vám spolupráce s námi přece jen nemohla být užitečná.

Výjimkou možnosti odmítnutí jsou situace, kdy je péče u nás rodinně nařízena (např. z rozhodnutí soudu). I v těchto případech se snažíme získat důvěru rodičů ke spolupráci na změně.

Nabízíte spoustu služeb, kolik to bude stát?

Služby Centra LOCIKA jsou pro všechny klienty bezplatné, přestože jejich reálná hodnota je vysoká. Např. náklady na jedno terapeutické sezení pro dítě jsou 800 Kč, hodina poradenství stojí okolo 600 Kč a náklady na komplexní psychodiagnostiku dítěte činí 2000 Kč. Pokud tedy na domluvenou konzultaci nemůžete dorazit, prosíme o včasnou omluvu, abychom volný termín mohli nabídnout jiným zájemcům.

Můžete změnit mého partnera / partnerku / chování dítěte? Stačilo, aby mu / jí někdo vysvětlil, že ...

Takovou změnu jednoho člověka na přání druhého člověka udělat neumíme. Jedinou možností, jak pracovat na změně je to, že dotyčná osoba o to bude sama stát. A každá změna potřebuje čas.

Potřebuji potvrdit, že v naší rodině docházelo / nedocházelo k násilí. Dostanu od vás o tom nějaký dokument?

Služby Centra LOCIKA nenahrazují služby policie ani české justice. Naším cílem NENÍ vyšetřovat, co se v rodině dělo. Naším cílem je zjistit, jak se jednotliví členové v rodině mají, co potřebují, do jaké míry to dostávají, a nastartovat uzdravné mechanismy v celém rodinném systému. Stává se ale, že policie, soud či OSPOD si zprávu o spolupráci rodiny s naším centrem vyžádají jako jeden z podkladů pro nezávislé posouzení situace, a pak jsme povinni ji poskytnout.

Spolupracujete s OSPOD. Nepoškodí mě, když se tito pracovníci dozví o situaci v naší rodině?

Naopak. Z našich zkušeností vyplývá, že dobrá a včasná spolupráce s pracovníky OSPOD nejen pomáhá lépe řešit situaci v rodině, ale také činí jednotlivé kroky pro rodiče lépe předvídatelnými.

12. Doporučená literatura

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak přežít vztek, zlost a agresi*. Praha: Grada, 2004. Psychologie pro každého. ISBN 80-247-0818-3.

GUEGUEN, Catherine. *Cesta ke šťastnému dětství: empatická výchova ve světle nejnovějších poznatků o mozku a emocionálním vývoji dítěte*. V Praze: Rybka, 2014. ISBN 978-80-87950-03-6.

LEVINE, Peter A. a Maggie KLINE. *Prevence traumatu u dětí: průvodce k obnově důvěry, vitality a odolnosti*. Praha: Maitrea, 2014. ISBN 978-80-87249-61-1.

SIEGEL, Daniel J. *Rozbouřený mozek: dospívání, teenageři a jejich výchova*. Přeložil Eva KLIMENTOVÁ. Praha: Stanislav Juhaňák - Triton, 2016. ISBN 978-80-7553-040-0.

MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Přestali jste být manželi, ale zůstáváte rodiči*. Jinočany: H & H, 1992. ISBN 80-85467-53-4.

13. Další možnosti pomoci

Telefonická krizová pomoc:

Pražská linka důvěry: 222 580 697

Linka pro dospělé, nonstop služba

Linka bezpečí: 116 111

Linka pro děti a studující do 25 let. Non-stop bezplatná služba

DONA linka: 251 51 13 13

Linka pro pomoc obětem domácího násilí, nonstop služba

Rodičovská linka: 606 021 021.

Linka pro rodiče, kteří řeší potíže s dětmi

Po-čet 13–19, Pá 9–15

ACORUS, z. ú.

Praha 7, Dělnická 213/12

(pomoc osobám ohroženým DN – i mužům a dětem)

nonstop linka: 283 892 772

www.acorus.cz

Bílý kruh bezpečí

Praha 5, U Trojice 2

(pomoc dospělým osobám ohroženým DN)

Linka pomoci obětem kriminality a domácího násilí: 116 006

Dona linka: 251 511 313

www.116006.cz

www.donalinka.cz

Cestou necestou

Praha 2, Trojická 1

(pomoc ohroženým dětem a jejich rodinám)

731 430 848

www.cestounecestou.org

Dětské krizové centrum, z. ú.

Praha 4, V Zápolí 1250/21
(pomoc ohroženým dětem a jejich rodinám)
241 480 511, 241 483 853
www.ditekrize.cz

Dům tří přání, z. ú.

Praha 6, Terronská 727/7
(pomoc ohroženým dětem a jejich rodinám)
233 931 310, 602 662 063
www.dumtriprani.cz

Intervenční centrum Praha

Praha 3, Chelčického 39
(pomoc osobám ohroženým DN i osobám násilným)
281 911 883, 734 510 292
www.intervencnicentrum.cz

Krizové centrum RIAPS

Praha 3, Chelčického 842/39
(nonstop pomoc dospělým osobám v krizi)
222 586 768 (8:00–16:00), 222 582 151 (16:00–8:00)
www.csspraha.cz/24829-krizove-centrum-riaps

SOS centrum

Praha 2, Varšavská 37
(pomoc osobám násilným)
Help linka Stop násilí: 608 004 444
www.nasilivevtazich.cz

Triangl – centrum pro rodinu

Praha 3, Chelčického 39/ 842
(pomoc ohroženým dětem a jejich rodinám)
281 863 620, 731 056 720
www.centrumtriangl.cz

14. Použitá literatura

- Barvíková, J., Palonciová, J. (2016). Děti, rodiče a domácí násilí. Výzkum klientely Acorusu, z.ú. Praha: VÚPSV.
- Buriánová, V. (2014). Rodina v procesu porozvodové adaptace v kontextu OSPOD: případová studie, poradenská práce z pohledu psychologa. Rigorózní práce. Praha: PedF UK.
- Crager, M., Anderson, L. (1997). Helping children who witness domestic violence: A guide for parents (Students manual).
Zdroj: <https://www.thegreenbook.info/documents/instructor.pdf>
- D'Andrea, et. al. (2012). Understanding interpersonal trauma in children: why do we need a developmental appropriate trauma diagnostics. American Journal of Orthopsychiatry. Vol. 82, No.2, 187-200.
- Groves, B. (2002). Children who see too much: Lessons from the Child Witness to Violence Project. Boston: Bacon Press.
- Hughes, D.A. (2017). Budování citového pouta. Praha: Institut fyziologické socializace.
- Jacobsen, B., Råkil, M. (2017). Násilí je možné zastavit. Praha: Nadace Open Fund Society.
- Levine, P., Kline, M. (2014). Prevence traumatu u dětí. Praha: Maitrea.
- Matoušek, O. a kol. (2017). Dítě traumatizované v blízkých vztazích. Praha: Portál.
- Matoušek, O. a kol. (2015). Děti a rodiče v rozvodu: Manuál zúčastněné profesionály a rodiny. Praha: Portál.
- Perry, B.D. (2001). The neurodevelopmental impact of violence in childhood. Chapter 18: In Textbook of Child and Adolescent Forensic Psychiatry, (Eds., D. Schetky and E.P. Benedek) American Psychiatric Press, Inc., Washington, D.C. pp. 221-238.
- Perry, B.D. (1997). Incubated in Terror: Neurodevelopmental Factors in the 'Cycle of Violence' In: Children, Youth and Violence: The Search for Solutions (J Osofsky, Ed.). Guilford Press, New York, pp 124-148.
- Perry, B.D. (2014). Helping traumatised children. A brief overview for caregivers. The ChildTrauma Academy.
- Rothschild, B. (2015). Tělo nezapomíná. Praha: Maitrea.
- Siegel, D. (2014). Vnitřní nazírání. Praha: Triton.
- Teyber, E. (2007) Děti a rozvod. Praha: Návrat domů.
- Wallerstein, J.S. (1990) in Novák, T. (2000). Rodičovské judo: dítě během rozvodového řízení. Praha: Grada.

Tato příručka vznikla díky fi nanční podpoře Ministerstva vnitra České republiky v rámci projektu RODIČEM BEZ NÁSILÍ II.

Centrum



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY

Služby Centra LOCIKA jsou realizovány za finanční podpory Ministerstva práce a sociálních věcí ČR v rámci dotačního programu Rodina, Úřadu vlády České republiky, Středočeského kraje, Magistrátu Hlavního města Praha, Městské části Praha 7, Městské části Praha 2 a Městské části Praha 4. Naše aktivity dále významně podporuje Nadace Terezy Maxové dětem, Nadace rozvoje občanské společnosti a České televize v rámci sbírky Pomozte dětem, Nadace J&T, Nadační fond AVAST, KB Nadace Jistota a Nadace Agrofert.



Úřad vlády České republiky



Středočeský kraj



NADACE J&T



nadační fond avast



Nadace Terezy Maxové dětem

NA PARTNERSTVÍ ZÁLEŽÍ



KB
Nadace Jistota



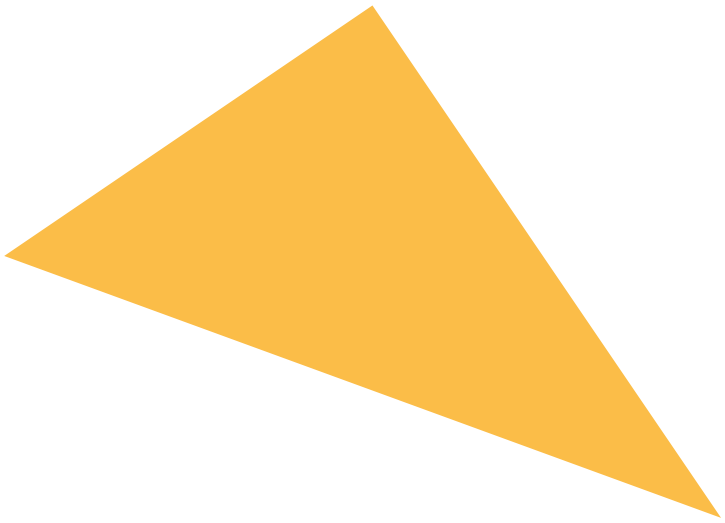
NADACE
AGROFERT

Za obsahovou tvorbu metodického materiálu patří velké poděkování především Mgr. Barboře Malíkové a dalším členům týmu Centra LOCIKA.

Vydalo Centrum LOCIKA, z.ú.

Praha

2018



Centrum

