

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Ústav pedagogiky a sociálních studií

Bakalářská práce

Andrea Šafranová

Manipulace v rodině

Olomouc 2017

vedoucí práce: Mgr. Dagmar Pitnerová, Ph.D.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci na téma Manipulace v rodině vypracovala samostatně za vedení Mgr. Dagmar Pitnerové, Ph.D. a že jsem všechny použité prameny uvedla v seznamu použitých zdrojů.

V Olomouci dne 18.4.2017

Andrea Šafranová

Poděkování

Ráda bych na tomto místě poděkovala vedoucí bakalářské práce Mgr. Dagmar Pitnerové, Ph.D. za obětavou spolupráci, trpělivost, rady, inspiraci, věcné diskuze i za čas, který mi věnovala při konzultacích.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Andrea Šafranová
Katedra:	Ústav pedagogiky a sociálních studií
Vedoucí práce:	Mgr. Dagmar Pitnerová, Ph.D.
Rok obhajoby:	2017

Název práce:	Manipulace v rodině
Název v angličtině:	Manipulation Inside the Family
Anotace práce:	Bakalářská práce se zabývá sociálně psychologickým tématem patologické manipulace v základní rodině. Manipulace je v rámci rodinných vztahů problémem latentním, který má zcela zásadní vliv na fungování rodiny a duševní zdraví jejích členů. Tato práce popisuje manipulativní praktiky rodičů ve vztahu k dítěti a mezi rodiči navzájem, dává návody, jak manipulaci rozpoznat, jak ji předejít a jak se ji účinně bránit. Teoretická východiska této práce jsou konfrontována s poznatky odborníků věnující se problematice manipulace v praxi a se zkušenostmi obětí manipulace skrz rozhovory tvořící výzkumnou část této práce.
Klíčová slova:	Manipulace, manipulátor, manipulace v rodině, techniky manipulace, domácí násilí, oběti, asertivita, kontramaniplulace, sociální poradenství, psychologické poradenství
Anotace v angličtině:	The bachelor thesis deals with the social-psychological theme of pathological manipulation inside the basic family. Manipulation is a latent problem in family relationships that has a crucial impact on the functioning of the family and the mental health of its members. This thesis describes the manipulative practices of parents in relation to their children and parents with each other, gives instructions on how to recognize manipulation, how to prevent and how to effectively defend against it. The theoretical background of the thesis is confronted with the knowledge of experts dealing with manipulation in practice and with the experience of victims of manipulation through the interviews forming the research of the thesis.
Klíčová slova v angličtině:	Manipulation, manipulator, manipulation inside the family, manipulation techniques, domestic violence, victims, assertiveness, countermanipulation, social advice, psychological assistance
Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1: 30 charakteristických znaků manipulátora Příloha č. 2: Odsouzené osoby za vybrané trestné činy Příloha č. 3: Rozhovor s respondentem R1 Příloha č. 4: Rozhovor s respondentem R2 Příloha č. 5: Rozhovor s respondentem R3 Příloha č. 6: Rozhovor s respondentem R4

Rozsah práce:	67 + přílohy
Jazyk práce:	Čeština

Obsah

Úvod	9
1 Manipulace	11
1.1 Definice manipulace	11
1.2 Třídění manipulací	13
1.3 Osobnost manipulátora	14
1.4 Typologie manipulátorů	17
2 Techniky užívané při manipulaci	22
2.1 Ofenzivní techniky	22
2.1.1 Techniky manipulace dle Isabelle Nazare – Aga	22
2.1.2 Techniky manipulace podle Shahidy Arabi	25
2.2 Defenzivní techniky	28
2.2.1 Kontramaniplulace	29
2.2.2 Asertivita	30
3 Manipulace v rodině	32
3.1 Manipulace v kontextu základních rodinných vztahů	32
3.1.1 Manipulace rodiče ve vztahu k dítěti	33
3.1.2 Manipulace mezi rodiči	36
3.2 Oběť manipulátora	38
3.3 Důsledky manipulace	39
4 Odborná pomoc obětem	44
4.1 Sociální poradenství	45
4.2 Intervenční centra	46
4.3 Bílý kruh bezpečí	46
4.4 Linky důvěry	47
4.5 Poradenské služby ve školách a školských zařízeních	48
4.6 Soukromé psychologické poradny a psychoterapeutická centra	48
4.7 Jiné subjekty poskytující pomoc obětem	49
5 Výzkumné šetření	51
5.1 Stanovení výzkumného cíle	51
5.2 Metodologie, organizace výzkumu, cílová skupina	51
5.3 Výsledky výzkumného šetření	54
5.4 Shrnutí výzkumného šetření	60
Závěr	63

Seznam použitých zdrojů	64
Seznam tabulek	67
Přílohy	

„Pamatujte si, že nejlepší vztah je ten, ve kterém vaše vzájemná láska je větší, než vaše vzájemné potřeby.“

Dalajláma (Tändzin Gjamccho)

Úvod

Tato bakalářská práce se zabývá sociálně psychologickým tématem patologické manipulace v základní rodině. Manipulace je v rámci rodinných vztahů problémem latentním, který má zcela zásadní vliv na fungování rodiny jako celku, na duševní zdraví jejích členů a na zdravé rodinné prostředí.

Téma manipulace ve vztazích je v současnosti aktuální, svědčí o tom publikace zahraničních i českých odborníků, které se tohoto tématu dotýkají nebo jej zpracovávají na základě svých vlastních poznatků vycházejících z provozování jejich odborné praxe. Komplexní, vědecky zpracované publikace věnující se přímo manipulaci ve vztazích lze ale najít spíše v zahraniční literatuře, zejména francouzské. O aktuálnosti tématu svědčí také stále častěji objevující se články o manipulaci ve vztazích, o jejích patologických projevech a obranách proti ní na internetu, v médiích.

Pojem manipulace je dnes běžně používán odborníky i laickou veřejností, používá se v různých oborech, jako je například psychologie, sociologie, ale také v marketingu nebo v politice, i v různých významech, ve smyslu manipulace s osobami nebo předměty. Často je pojem manipulace také používán nesprávně nebo je manipulace zaměňována s jinými jevy, které se jí podobají nebo které jsou až následkem manipulativního jednání.

Ne každý manipulativní projev je a priori škodlivý, manipulace ve vztazích ale tento nebezpečný potenciál s sebou obvykle nesou, mohou neblaze působit na druhé, podřývat jejich sebedůvěru, ovlivnit jejich psychický stav, zvláště pak jde-li o manipulace v rodinném prostředí. Úkolem rodiny je mimo jiné její členy formovat, vytvářet jim zázemí a být zdrojem opory a pochopení, to platí pro vztah mezi rodiči a dětmi i mezi rodiči navzájem, potažmo partnery. V prostředí rodiny ale bývá patologická manipulace skryta, její oběti se bojí nebo z různých důvodů o ní nechtějí mluvit nebo se stydí o ní hovořit, snadné není ani odhadnout počet manipulací postižených rodin.

Tato práce se věnuje patologickým manipulativním praktikám rodičů ve vztahu k jejich dítěti a mezi rodiči navzájem. Hlavním cílem této práce je analyzovat patologické manipulace v základní rodině, prostředky obrany proti manipulacím a možnosti odborné pomoci obětem manipulátorů.

Práce je členěna do pěti stěžejních kapitol. Jednotlivé kapitoly podávají odpovědi na otázky co je manipulace, kde je její původ, jak rozpoznat manipulaci a manipulátora, jaké techniky manipulátor používá k ovládnutí své oběti, jak se může oběť proti těmto technikám účinně bránit, jakými způsoby je manipulováno dítě, jaké manipulace používají rodiče mezi

sebou navzájem, jaké důsledky má patologická manipulace pro oběti a kde mají oběti hledat odbornou pomoc, neví-li si rady samy. Tyto otázky zároveň tvoří dílčí cíle této práce.

Pátá kapitola obsahuje kvalitativní výzkum k tématu manipulace v rodině, výzkum odpovídá na otázky týkající se vlivu dětství manipulátora na patologii jeho osobnosti, obětí, negativních dopadů manipulace na oběti, přerůstání manipulace ve fyzické násilí a odborné pomoci obětem. Teoretická východiska této práce jsou zde konfrontována s poznatky odborníků věnující se problematice manipulace v praxi a se zkušenostmi obětí manipulace skrz polostrukturované rozhovory tvořící základ výzkumné části.

1 Manipulace

Slovo manipulace pochází z latiny a z hlediska etymologie je vysvětlováno několika způsoby. Nejčastěji se původ slova manipulace vysvětluje spojením latinských slov manus - ruka a plere - něco uchopit či plnit. Manipulace tedy v tomto významu může odpovídat českému přirovnání „mít někoho v hrsti“. Původ pojmu je možné hledat rovněž v latinském slově manipulo, které lze přeložit jako dělat něco s rukama. Lze se setkat také s vysvětlením pomocí slova manipulus, které znamená náruč, hrst nebo svazek, přičemž člen pulus není úplně jednoznačný a je spojován s latinskými slovy pleo a impleo, které jsou překládány jako naplňovat.¹

Ve středověké latině bylo namísto slova manipulo používáno slovo manipulare, ale až v první polovině 18. století je zaznamenáno používání francouzského slova manipulation, obdoby slova manipulare, ve smyslu činnosti. Francouzské slovo manipulation bylo záhy převzato také do anglického a německého jazyka a v 19. století byl tomuto slovu přiřazen sekundární význam ve smyslu duševní aktivity. Pojem manipulace jako rafinovaná forma komunikace, tedy ve smyslu manipulace s lidským myšlením, je používán až v sedmdesátých letech v různých pracích v oboru sociální komunikace. Slovo manipulace se stalo populárním až v osmdesátých letech 20. století.²

V současnosti je pojem manipulace používán jak v jazyce odborném, tak v hovorovém. S manipulací je možné se setkat jak v rovině soukromých vztahů, tak i ve veřejné sféře. Vyskytuje se v mezilidských vztazích, hojně je využívána ze strany médií, v politice a také v reklamách.³ Nejčastěji je manipulace vnímána jako ovlivňování lidského jednání, jako nekalý prostředek, kterým lze jinou osobu přinutit k vykonání určité činnosti, případně k vyvolání myšlenkové pohnutky, která sleduje určitý cíl. Jak tento cíl, tak i proces manipulativního jednání je osobám, které jsou mu vystaveny, utajen.⁴

1.1 Definice manipulace

Neexistuje pouze jedna obecně platná definice manipulace. Někteří autoři definují manipulaci pozitivně, například jako termín užívaný v behaviorizmu pro ovlivňování chování

¹ WRÓBEL, Alina. *Výchova a manipulace: podstata manipulace, mechanismy a proces, vynucování a násilí, propaganda*. Praha: Grada, 2008, s. 17.

² WRÓBEL, Alina. *Výchova a manipulace: podstata manipulace, mechanismy a proces, vynucování a násilí, propaganda*. Praha: Grada, 2008, s. 18.

³ WRÓBEL, Alina. *Výchova a manipulace: podstata manipulace, mechanismy a proces, vynucování a násilí, propaganda*. Praha: Grada, 2008, s. 17.

⁴ WRÓBEL, Alina. *Výchova a manipulace: podstata manipulace, mechanismy a proces, vynucování a násilí, propaganda*. Praha: Grada, 2008, s. 17-23.

systemem posilování a vyhasínání reakcí za určitým cílem, jako je reedukace vězňů, manipulace prostředím v léčebnách, sanatoriích apod.⁵ Lze se setkat také s definicemi neutrálními, THIELE definuje manipulaci jako cílené a vědomé ovlivňování nebo vedení druhých.⁶

Obecně ale převažují definice negativně zabarvené, manipulace je vnímána jako něco špatného. POSPÍŠIL definuje manipulaci jako skrytý pokus v komunikaci o nepřímé řízení druhých lidí s cílem sebeprosazení, získání komfortu na úkor druhého, sociálního uznání, zlepšení sebevědomí, zastrašení druhého, jeho zesměšnění, získání materiální nebo duchovní hodnoty, přitom rozlišuje manipulaci v širším smyslu, kdy manipulaci chápe jako triky nebo úskoky jakéhokoliv druhu, a manipulaci v užším smyslu, ve smyslu ovlivňování lidí, zejména indoktrinací, propagandou, klamáním, reklamou.⁷ Zřejmě cíle uvedené v jeho definici nejsou zcela vyčerpány, u manipulace jde o dosahování jakýchkoliv osobních cílů manipulátora, stejně tak důležitější než vnímání pojmu manipulace v širším a užším smyslu je rozeznat manipulaci od jiných jednání a chování.

Přesněji vystihuje definici manipulace ŘEZÁČ, kdy ji trefně definuje jako způsob ovlivňování jiných lidí, při němž se tito lidé, jejich jednání a chování, stávají prostředkem dosahování osobních cílů manipulátora. ŘEZÁČ definuje manipulaci pomocí restrikce pojmu ovlivňování, a to jako ovlivňování, které je nežádoucí.⁸ Manipulace se od ovlivňování žádoucího, jako je například výchova, terapie nebo vedení, liší tím, že manipulativní jednání (příp. chování)⁹ je motivováno osobním prospěchem manipulátora, je zastíráno (ne nutně vždy), manipulativní cíle jsou skrývány a jde o zneužívání druhého jako prostředku prospěchu manipulátora.¹⁰

Manipulace je tedy asymetrická sociální interakce, při které dochází ke zneužívání jedné osoby druhou osobou. Manipulovaná osoba se následkem této interakce chová dle záměrů manipulátora. Přesto ne vždy musí jít o manipulativní jednání nebo chování, které je v rozporu s aktuálními motivy manipulované osoby, manipulovaná osoba ani nemusí být materiálně poškozena, vždy je však manipulací poškozen její osobnostní vývoj. Z hlediska

⁵ HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 301.

⁶ THIELE, Albert. *Jak na „špinavé“ triky a útoky v komunikaci: úspěšná argumentace ve stresu*. Praha: Grada, 2010, s. 83.

⁷ POSPÍŠIL, Miroslav. *Slovní manipulace v komunikaci, jak vyzrát nad lží a chytráctvím, aneb, Jak rychle, vtipně a efektivně reagovat a vyhrát, jak bravurně zvládat těžké situace*. Plzeň: M. Pospíšil, 2008, s. 49.

⁸ ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998, s. 89-91.

⁹ Manipulativní jednání a manipulativní chování mají v zásadě stejné důsledky, liší se jen etiologií vzniku.

¹⁰ ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998, s. 89-91.

psychologie lze shrnout, že manipulace přinejmenším ohrožuje nebo narušuje osobnostní autonomii manipulované osoby, a proto je ovlivňováním nežádoucím.¹¹

Jinou otázkou je vnitřní psychický vztah manipulátora k jeho jednání a následku, řečeno terminologií deliktního práva tzv. „subjektivní stránka“ manipulace. ŘEZÁČ tvrdí, že většina manipulací jsou jednáními vědomými a záměrnými, ale existují také lidé, kteří se manipulativního jednání nedopouštějí s určitým cílem, zejména proto, že jsou sami produkty manipulativních interakcí a v průběhu spontánního sociálního učení si osvojili neuvědomované nebo ne zcela uvědomované manipulativní způsoby interakcí, jednají tak ze zvyku nebo jakéhosi návyku.¹² Naproti tomu KLIMEŠ tvrdí, že naprostá většina manipulací je nevědomých a instinktivních, typicky tehdy, když se člověk snaží obejít jím předvídané odmítnutí a že cílený a plánovaný záměr manipulátora někoho ovládnout je pouze špičkou ledovce všech manipulací.¹³

KLIMEŠ definuje manipulaci snadno zapamatovatelně a zároveň výstižně jako úmyslné zacházení s druhými lidmi jako s věcmi. Lidé jsou v očích manipulátora degradováni na předměty, se kterými je možno pohybovat jako s neživými objekty a je možné je přesouvat a umisťovat na požadované místo. V tomto smyslu dochází při manipulaci k obcházení svobody jednání manipulovaných lidí, a to poukazuje na silnou patologičnost a destruktivnost manipulace.¹⁴

1.2 Třídění manipulací

Standardně se používají tři, někdy také čtyři hlediska třídění manipulací.¹⁵ Základním hlediskem třídění manipulací je obcházení vlastnost svobodného jednání. Za manipulativní se obvykle značí takový způsob jednání, při němž manipulátor obchází nebo úmyslně přehlíží vnitřní psychické vlastnosti manipulovaného, tj. jeho vůli a vědomí. Jednání manipulátora obvykle předchází očekávané odmítnutí manipulovaným, tedy přesvědčení manipulátora, že to, oč usiluje, by manipulátorovi manipulovaný v dané situaci svobodně neposkytl.¹⁶

Pokud ze strany manipulátora dochází ke snaze vnutit nátlakem nebo silou jeho vůli jiné osobě a zároveň si je tato jiná osoba jednoznačně vědoma, že je po ní vyžadováno takové

¹¹ ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998, s. 89-91.

¹² ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998, s. 89-91.

¹³ KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 135.

¹⁴ KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 133.

¹⁵ Např. KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 134-136. POSPÍŠIL, Miroslav. *Slovní manipulace v komunikaci, jak vyvrátit nad lži a chytřáctvím, aneb, Jak rychle, vtipně a efektivně reagovat a vyhrát, jak bravurně zvládat těžké situace*. Plzeň: M. Pospíšil, 2008, s. 49-51.

¹⁶ KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 134.

jednání nebo chování, které učinit nechce, jde o **manipulaci přímou**, nebo také označovanou jako nátlakovou. Přímá manipulace tedy spočívá v obcházení vůle manipulovaného, například výhrůžka „*jestli odejdeš, už se nevracej*“.¹⁷

Jestliže manipulátor užívá lstivých taktik, figlů, úskoků, s jejichž pomocí se snaží zastřeným způsobem získat od manipulovaného to, co potřebuje a obelstít tak jeho vědomí, aniž by si manipulovaný uvědomoval, že se pro něj něco nevýhodného děje, jde o **manipulaci nepřímou**, nebo také označovanou jako taktickou. Nepřímá manipulace spočívá v obcházení vědomí manipulovaného. Vědomí lze zejména snadno obházet za pomoci hry na soucit, lichocením, kdy manipulovaný často sleví ze svých obvyklých nároků a požadavků, například se může jednat o podřízeného jednajícího se svým nadřízeným v otázce schválení dovolené. Nepřímá manipulace je často používána jako obranné jednání, které je rovněž manipulací, proti bezprostředně předcházející manipulaci přímé, spouštěcí manipulaci.¹⁸ Zřejmě je v tomto rozlišení zásadní hledisko pořadí.

Z hlediska zamýšleného prospěchu lze manipulace dělit na egocentrické a altruistické. V případě **egocentrických manipulací** manipulátor sleduje zejména svůj vlastní prospěch. Naproti tomu u **altruistických manipulací** manipulátor cílí na prospěch manipulovaného, ale stále jde o manipulaci, protože v daném konkrétním případě půjde o prospěch manipulovaného přinejmenším za cenu narušení osobnostního vývoje manipulovaného. Typickou altruistickou manipulací je výchovný trik, nikoliv výchovný zákaz nebo příkaz, rodiče dítěti. Egocentrické manipulace jsou klasifikovány jako silně patologické jednání.

Patologická může být také snaha silou vůle navodit si prožitky jiné, než které bychom reálně prožívali nebo odmítání určitých pocitů. Tato **manipulace vlastními prožitky** nebo také fantazijními postavami má obvykle zdroj v narušeném vztahu k sobě samému, v sebestrukci nebo sebenenávisti. Manipulace vlastním prožitky je manipulace se sebou samým, od ní se odlišuje **manipulace s lidmi**, tedy s jednou nebo více osobami.¹⁹

1.3 Osobnost manipulátora

S manipulátorem je možné se setkat v různých vrstvách sociálního žebříčku, nevybírá si ani rodinu, ani sociální prostředí a celkově nelze říci, zda jsou manipulátory spíše muži nebo převažují ženy. Manipulátor nemusí mít nutně jen negativní vlastnosti, naopak, navenek manipulátoři působí velmi přívětivě a jejich záměry jsou zpravidla skryté, nebo dokonce

¹⁷ KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 134-135.

¹⁸ KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 134-135.

¹⁹ KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015, s. 135-136.

popírané. Protože touto latentní formou chování manipulátoři matou své okolí, je velmi obtížné je při počáteční interakci identifikovat.²⁰ Okolím je obvykle vnímán jako milý a otevřený člověk, jeho postoje vzbuzují důvěru a často je vnímán jako vzor. Přestože zvenčí může být manipulátor okouzlující a ukazující se pouze v dobrém světle, v soukromí je to jiný člověk, který zcela ztrácí zábrany. Když svým blízkým odkrývá svou destruktivní část osobnosti, lže, obviňuje, vydírá, vyhrožuje a osočuje. V náhledu na sebe sama vykazuje manipulátor jistou deformovanost, není schopný sebereflexe ani uznání vlastních chyb. Využívá různých technik a prostředků, jak dosáhnout vlastních egocentrických cílů.²¹

Manipulátoři jsou ve velké míře osobnosti, které vykazují narcistické rysy, nebo přímo trpí narcistickou poruchou osobnosti, manipulátor vnímá jen sám sebe a své vlastní zájmy, to manipulátory z psychiatrického hlediska řadí mezi osobnosti vykazující psychopatologické znaky.²² Manipulátoři jsou v tomto patologickém smyslu zcela jistě osoby trpící psychickými poruchami, avšak těmto poruchám se vědecké studie věnují jen povrchově a zároveň jich není mnoho.²³ V obecné rovině člověk s narcistickou poruchou osobnosti má sklony sám sebe přehnaně oceňovat a totéž hodnocení požaduje i od ostatních, především od těch, které se pokouší ovládat a mnohdy také využívat. Navenek se narcistická osoba projevuje velmi sebevědomým chováním a přehnanými nároky na sebe i na ostatní. Touží po moci a po úspěchu a bývá arogantní. Lidem, kteří dosahují úspěchů, závidí a je nepřejícný. Uvnitř sebe sama ho šírají obrovské pochybnosti o své osobě, svým chováním se je snaží kompenzovat.²⁴

Manipulátoři v negativním slova smyslu tvoří zhruba 2 - 3% populace, nicméně vzhledem ke skutečnosti, že je ve většině případů manipulace skrytá pod povrchem partnerských, rodinných a jiných vztahů, je více než pravděpodobné, že toto číslo bude daleko vyšší.²⁵

Přibližně 20% manipulátorů si uvědomuje své manipulativní jednání, vědomí jejich moci jim zároveň činí potěšení. V těchto případech se jedná o zvrácené jedince, jejichž nepříjemné a nemorální chování má jediný cíl, a to destabilizovat svou oběť. Většina manipulátorů ale nevyužívá manipulaci vědomě nebo ne zcela vědomě a neuvědomují si důsledky svého jednání vůči oběti, to také potvrzuje vědecký výzkum.²⁶

²⁰ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 13-18.

²¹ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 11 – 13.

²² HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000, s. 342.

²³ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 13.

²⁴ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 22.

²⁵ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 42.

²⁶ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 43 – 44.

NAZARE-AGA nadeřinovala třicet charakteristických znaků manipulátora, jejich úplný přehled je uveden v příloze. NAZARE-AGA uvádí, že vykazuje-li osoba nejméně deset z nich, můžeme hovořit o manipulátorovi jako o narcistické osobě. V opačném případě se jedná spíše o nežádoucí chování, které sice negativně ovlivní vývoj ve vztahu, ale nejde o psychopatického manipulátora. NAZARE-AGA uvádí, že typickými znaky manipulátora jsou navozování pocitů viny u oběti, kterým se manipulátor zbavuje odpovědnosti za situaci a nepřipušřtění jakéhokoli zpochybňování vlastní osoby, na kritiku zvenčí většinou manipulátor reaguje negativně až útočně. Z dalších typických znaků lze uvést, že se manipulátor s oblibou staví do pozice soudce a dává druhým najevo jejich chyby, nedostatky a tím naplňuje své vlastní potřeby. Zahrávání si s emocemi druhých mu není cizí a s oblibou sleduje ponížení svých obětí. Triumfuje, když svou oběť na její ponížení upozorní.²⁷ Tento druh jednání, kdy má manipulátor ze svého konání radost a s potěšením ji dává najevo, specifikují zejména francouzští autoři jako perverzní manipulaci.²⁸

Je třeba odlišovat perverze charakterové, které se vztahují na jedince postižené perverzí, od perverzí sexuálních. Perverze charakterová označuje povahu a chování některých jedinců vyznačující se zvláštní zlovolností, až krutostí. Pokud například dojde u narcistické osobnosti k rozvinutí perverzního procesu, je tento stav popisován jako narcistická perverze.²⁹ EIGUER definoval narcistické perverzní osoby jako „jedince, kteří se snaží vytvořit vztah s druhým jedincem na základě velikašského sebezpojetí, přičemž útočí zvláště na jeho vlastní narcistickou integritu, aby druhého zcela odzbrojili. Útočí rovněž na jeho sebelásku, sebedůvěru, sebehodnocení a víru v sebe sama. Zároveň se určitým způsobem snaží okolí přesvědčit, že závislostní vztah druhého jedince k nim je nenahraditelný a že si to ten druhý tak přeje.“³⁰

Je známo několik cest, které vedou k tomu, stát se manipulátorem. Jedna možnost je přičítána vlivu obranného systému, který se u člověka vytváří již od dětství. Jde o obranný mechanismus, který si vytváří většina lidí a který spočívá v uplatňování agresivního chování v situacích, kdy to daná osoba považuje za nutné, za účelem uchování psychické integrity při jakékoli agresii, kterou v životě utrpí. Jiní lidé naopak vytěsňují ze svého života určité okamžiky nebo zesměšňují obtížné situace, se kterými se střetávají. Od běžných obranných mechanismů se však ten manipulátorův liší tím, že soustavně využívá manipulaci jako nástroj

²⁷ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 14-17.

²⁸ Slovo perverze se objevilo ve francouzském jazyce již v roce 1944 a znamenalo přeměnu dobra ve zlo. NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 18-22. HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 5-13.

²⁹ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002. s. 138.

³⁰ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002. s. 137.

k přežití. Tento mechanismus je u něj nakonec zautomatizován a představuje jediný způsob jak s druhými lidmi komunikovat a jednat.³¹

Osobnost manipulátora a způsob jeho komunikace s jinými lidmi se utváří již v dětském věku, ale každé dětské manipulativní jednání vůči svým rodičům nelze ztotožňovat, s tím, že jde o manipulativní dítě. Manipulativní dítě dokáže vypozerovat a odhadnout citové slabiny psychicky méně odolného a zranitelnějšího rodiče a následně ho trápí vyvoláváním pocitů viny. Dítě se poté uchyluje k chytřejším a stále více rafinovanějším způsobům jednání. Od rodičů a dospělých ve svém okolí dokážou vymámit vše, co vymámit chtějí. Obvykle se jedná o děti, které jsou rodiči až přehnaně obdivované a dokáží své okolí fascinovat. Moc získávají tím, že se k nim dospělí nevědomky chovají jinak, než se běžně chovají k dětem stejného věku.³²

Další možností, jak se může člověk stát manipulátorem, je vystavení se vlivu rodiče s narcistickou poruchou osobnosti v dětství. Dítě v důsledku nestandardní výchovy častokrát pocítí selhání a hůře se orientuje mezi fantazií a realitou. Osobnost dítěte je soustavně znevažována a díky každodennímu opakování je chování rodiče pro dítě velmi traumatizující. Dítě je soustavně kritizováno, často bývá vystavováno urážlivým poznámkám o svém fyzickém vzhledu, školních výsledcích, čelí nezájmu naslouchat a nejsou mu projevovány city. Tyto negativní postoje ve výchově dítěti uštědřuje hluboké rány, které zabraňují vývoji sebedůvěry a vedou k narcismu. Aby dítě nezažívalo zklamání ze skutečné reality, zaměří se na vytváření svého dokonalého obrazu před okolím. Své opravdové „já“ pak vnímá jako něco co nemá hodnotu. Porucha vtělená dítěti narcistickým rodičem má potom potenciál být předávána z generace na generaci.³³

1.4 Typologie manipulátorů

Manipulátor dokáže velmi dobře identifikovat situaci, ve které se aktuálně nachází, dokáže se ji také snadno přizpůsobit. Nejprve se manipulátor snaží v druhých lidech vyvolat sympatie vůči jeho osobě, pak při svém působení na ně užívá metodu cukru a biče, kombinuje vlídnost s přísností. Někteří manipulátoři se snaží v lidech vzbudit strach, působí nepříjemně a agresivně a snižují v člověku jeho sebedůvěru a důstojnost, nebo cílí na pocity viny, nejsou-li splněny jejich požadavky a očekávání. Existují dvě roviny manipulace, ve kterých se manipulátoři pohybují. První z nich lze nazývat jako jemnou, měkkou, nenápadnou

³¹ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 40-42.

³² NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 41-42.

³³ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 38-40.

manipulaci, kde manipulátor budí dojem, že to s druhou osobou myslí dobře a koná vše jen pro její dobro. Druhý rovina manipulace využívá moc a sílu, je tvrdá, agresivní až predátorská. Manipulátory lze také typově rozřadit podle opakujících se vzorců jeho chování a taktik, které používají. V současnosti existuje několik typologií, na základě nichž lze stanovit, s jakým typem manipulátora má člověk co do činění. První z nich je Shostromova typologie manipulátorů.³⁴

SHOSTROM vypracoval typologii, v níž rozeznává devět základních typů manipulátorů. Prvním typem je takzvaný **diktátor**. Tento typ manipulátora se odvolává na autority a tradice a volí vhodně volené citace, čímž dokáže úspěšně prosadit svůj názor. Často se vyskytuje v pozicích autoritativních nadřízených, soudců, lze jej také spatřovat v roli direktivního otce. Diktátor nepřipouští žádnou možnost diskutovat a zpravidla uznává pouze vlastní pravdu. Vystupuje z pozice moci, kterou si určil on sám. Pokud diktátorovi někdo odporuje, vrátí se mu to v podobě psychického útoku či konfliktu.

Dalším a zcela odlišným typem je manipulátor **chudáček**. Tento typ se odvolává na své handicap a snaží se v jiných lidech vyvolávat dojem, že je méněcenný. Klasickým jednáním chudáčka je časté používání vět, jako je „*rád bych to pro tebe udělal, ale není mi vůbec dobře*“. Chudáček se často vymlouvá na zdravotní problémy a indispozice, byť je zcela zdravý. V důsledku tímto způsobem jednání manipulovaného citově vydírá.

Manipulátor typu **počtář** dokáže rychle a jednoduše vyhodnotit, co je pro něj v dané situaci nejvýhodnější a tím se také řídí. Jeho mottem je „*něco za něco*“. Dobře si pamatuje, co pro koho v minulosti udělal a podle toho k druhým lidem přistupuje, své jednání podmiňuje recipitou.

Typ manipulátora Shostromem označovaný jako **břečťan** využívá k manipulování předstíranou závislosti na druhých lidech. Jde mu o to, aby se o něj ostatní lidé starali, a on na jejich péči touto předstíranou závislostí parazituje. Tento typ, stejně jako manipulátor chudáček, užívá citové vydírání jako nástroj k dosažení svého cíle. Pro brečťana jsou typické fráze jako „*bez tebe bych to nezvládl*“. Břečťan rád zdůrazňuje své potíže, těžký osud a svou podstatou se blíží hypochondrii.

Manipulátor nazývaný **drsňák** využívá k manipulaci s druhými lidmi hrubost. Když je potřeba, své okolí překřičí a v krajním případě se uchyluje k nadávkám či výhrůžkám. O své pravdě je skálopevně přesvědčen a svou stoprocentní jistotu dává najevo. Protože ke své

³⁴ POSPÍŠIL, Miroslav. *Slovní manipulace v komunikaci, jak vyzrát nad lži a chytráctvím, aneb, Jak rychle, vtipně a efektivně reagovat a vyhrát, jak bravurně zvládat těžké situace*. Plzeň: M. Pospíšil, 2008, s. 129-130.

manipulaci využívá agresivitu a bezohlednost, lidé mu většinou ustupují. U drsňáka, obdobně jako u diktátora, nejsou žádné kompromisy ani diskuze přípustné.

Manipulátor **obětavec** by se pro druhou osobu samou obětavostí a láskou rozkrájel, ale za každou svou oběť vybírá daň v podobě výsad a citového vydírání. Tento typ manipulátora se často vyskytuje v rodinách, především v roli matky. Naopak u mužů je více frekventovaný typ **poslední spravedlivý**. K manipulování využívá kritiku a svou oběť neustále kontroluje. Působí jako velmi nepříjemný člověk, vyvolává v druhých dojem, že oni jsou ti špatní, nedůkladní, na určitou záležitost nemají potřebné kvality nebo schopnosti. Obdobně jako je tomu u diktátora i poslední spravedlivý sám sebe považuje za člověka, který nemá a nedělá žádné chyby. Manipuluje, precizností, perfekcionismem, dokonalostí.

Manipulátor **opatrovatel** se zase neustále stará o druhé a své vyvolené chrání před jakýmkoliv vlivy v běžném životě. On sám ví nejlépe, co je pro něj i pro jeho okolí nejlepší a tímto se také řídí. K manipulaci využívá konání dobrých skutků, nabídky pomoci, úsluhy a za to požaduje, uznání a vděk.

Konečně posledním typem Shostromovy typologie je takzvaný manipulátor **mafíán**. Ten k manipulaci využívá sílu jako drsňák, ale současně nabízí určitou ochranu a záštitu. Působí jako pomocník a ochránce, ale jeho oběť nesmí udělat nic, s čím by mafíán nesouhlasil. V případě projeveného nesouhlasu nebo odporu dává najevo svou sílu. Své chyby a omyly nepřipouští.

NAZARE-AGA ve své typologii člení manipulátory podle masek, pod nimiž se ukrývají a přizpůsobují se podle situace lidem ve svém okolí. Manipulátory člení na sympatické, okouzlující, altruistické, vzdělané, nesmělé a manipulátory diktátory. Toto členění je oproti Shostromově typologii užší a významově se částečně liší.

Nejnebezpečnějším typem je dle typologie NAZARE-AGA takzvaný **sympatický manipulátor** a to zejména pro jeho dokonalé skrývání jeho skutečných záměrů a cílů. Tento typ se projevuje jako sympatický, přívětivý, usměvavý a milý člověk, jež si dokáže osoby ve svém okolí naklonit, ale jen do chvíle, než si někdo dovolí dotknout se jeho teritoria. Pokud je sympatickému manipulátorovi něco odmítnuto nebo vyčteno, začne být sarkastický, ironický nebo dokonce zlý. Sympatický manipulátor odpovídá v typologii SHOSTROMA opatrovateli a obětavci.

Typ **okouzlujícího manipulátora** je obvykle člověk přitažlivého vzezření. Tento typ dokáže druhé přímo fascinovat. Ostatním lidem pokládá osobní otázky, sám však mlží, pokud jsou obdobné otázky směřovány k jeho osobě. Bere si, co chce, naproti tomu on sám kromě lichotek nic nedává. Tomuto typu manipulátora podléhají zejména lidé, kteří jsou citliví na

některé vlastnosti, jimiž je manipulátor fascinuje, například krása, inteligence, libozvučný hlas a jiné.

Altruistického manipulátora tak, jak jej pojímá NAZARE-AGA, lze zase připodobnit k SHOSTROMOVU manipulátorovi typu **počtář**, protože oba z uvedených typů využívají principu reciprocity.

Vzdělaný manipulátor dává najevo pohrdání lidmi, kteří nemají stejné vědomosti, jakými vládne on. Spoléhá na neznalost ostatních a uplatňuje prvky jako dosažené vzdělání, vysoký společenský status či společensky ceněné povolání za účelem zvýšení své autority.

Nesmělý manipulátor je velmi vzácný typ, to je také jeden z důvodů, proč je obtížné jej poznat. Tento typ manipulátora se většinou skrývá za nesmělostí a zdržuje se spíše v pozadí. Zpravidla jím bývá žena, která využívá prostředníků, například v podobě manžela nebo kolegy, ke sdělení kritiky jiné osobě. Prezентuje se jako člověk, který nesnáší konflikty a přitom je lstivě mezi lidmi vyvolává, lstivě mezi nimi zasívá svár. Lstivé jednání skrz prostředníka není lehce rozpoznatelné, respektive není lehce rozpoznatelný jeho původce.

Posledním typ z této typologie je manipulátor **diktátor**. Tento typ se obvykle chová prudce, kritizuje a verbálně napadá ostatní. Zpravidla se jedná o zvráceného člověka, který si je většinou vědom svého cíle i autority. Pocity a myšlenky druhých jej nezajímají a dle něj se má člověk dokonale ovládat a nesmí podléhat citům. Na rozdíl od sympatického, nesmělého a altruistického manipulátora je tento typ snadno rozpoznatelný. Od diktátora nelze očekávat přiměřené a pozitivního chování.³⁵

SHRNUTÍ

Manipulace je pojem v současnosti používaný jak laickou veřejností, tak odborníky z oborů psychologie a sociologie, pochází z latinského jazyka, ale neexistuje jeho jednoznačná vědecká definice. Stručně a zároveň výstižně manipulaci definuje KLIMEŠ, když říká, že manipulace je úmyslné zacházení s druhými lidmi jako s věcmi. Je nutné rozlišovat mezi jednorázovým manipulativním jednáním nebo chováním a systematickou manipulací, kterou uplatňují vůči své oběti manipulátoři a která je již v samé podstatě negativním, škodlivým jevem.

Manipulace je nebezpečným jevem projevujícím se latentně, je velmi těžké ji rozpoznat. K tomu, aby se stal člověk manipulátorem, je třeba mít určité předpoklady, které

³⁵ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 18-35.

jsou zpravidla nabývány nestandardní, pokřivenou výchovou v dětství. Dítě totiž podléhá působení rodičů, kteří při uplatňování svých výchovných metod mají na dítě zásadní vliv. Manipulátorem se velmi často stane dítě, které prožilo své dětství s rodičem manipulátorem. Manipulace se pak může dědit z generace na generaci.

Neexistuje obecně jen jeden typ osobnosti manipulátora, může jít o člověka typově agresivního, ale stejně tak přívětivého s jemným vystupováním. Je celá řada projevů, na základě nichž lze manipulátory typově rozřadit. Důležité je ale umět manipulátory rozpoznat, přecítit jejich jednání a použít proti nim správný obranný mechanismus. Techniky manipulace a obrany proti nim budou analyzovány v následující kapitole.

2 Techniky užívané při manipulaci

Existují různé techniky a úrovně, které jsou používány při manipulaci. Mnohdy jsou tak nenápadné, že je velmi složité se v nich orientovat a dokázat posoudit, zda je ještě chování v mezích přijatelného jednání či nikoli. Nebezpeční manipulátoři užívají psychologické lsti, aby získali kontrolu nad svými oběťmi. Ty mohou přijímat jejich chování nevědomě, zatímco manipulátoři usilují o uchopení kontroly vědomě.

Existují také obrany proti technikám používaným manipulátory. Obranné techniky byly popsány na základě pozorování a zkoumání reakcí osob, které byly manipulaci vystaveny, ale manipulativní techniky byly vůči nim neúčinné. Obrana může zejména v počátcích manipulativních útoků pomoci k jejich odvrácení.³⁶

2.1 Ofenzivní techniky

Techniky užívané manipulátory zpravidla cílí na ovládnutí psychické stránky oběti. Stává se, že je oběť způsobům a technikám manipulace vystavena, aniž by si toho byla vědoma. Důvodem jejího neuvědomění je podstata strategie vědomé manipulace vzbudit v oběti pocit, že konkrétní problém vychází z této oběti a žádné psychické zneužití neexistuje. Snaha oběti zavděčit se je manipulátorem neoceněna, namísto pochvaly nebo jiné pozitivní reakce se oběti vrací pouze kritika, trest a další negativní projevy. Oběť se ocitá v začarovaném kruhu, ze kterého je jen velmi těžké se vyprostit. V případě, že se podaří oběti manipulaci odhalit a manipulátorovy taktiky prohlédnout, je možné jeho útoky do jisté míry úspěšně odvracet.

Technikami manipulace v rodinných a partnerských vztazích se blíže zabývá NAZARE-AGA a ARABI. NAZARE-AGA techniky manipulace popisuje jako strategie, které manipulátor zaujímá vůči své oběti. ARABI uvádí dvacet různých technik a tvrdí, že ve vztahové rovině lze pozorovat devět z nich a že je zároveň lze použít jako obranu. ARABI u definování těchto devíti základních technik uvádí, že je lze současně použít jako obranu proti manipulaci.

2.1.1 Techniky manipulace dle Isabelle Nazare – Aga

Manipulátorovi činí potěšení, když může v lidech vzbuzovat pochybnosti a rozeštvát druhé vzájemně proti sobě. Nejlepším způsobem jak lidi znesvářit, je vyvolat

³⁶ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 167 – 237.

v nich podezření nebo jinou nejistotu. Tato technika je nazývána jako **zasívání sváru**. Manipulátor dokáže podezření vyvolat už jen pouhým vyřčením jediné věty. Například to může být větou „*jsi má kamarádka a záleží mi na tobě, proto bude lepší, když se dozvíš raději ode mě než od cizích, že tvůj přítel tě podvádí*“. Tato informace vyvolá v manipulované osobě pocit, že pro ni chce manipulátor jen její vlastní dobro, ale při tom ji současně zraňuje. Trauma, které manipulovaná osoba prožívá v důsledku zjištění špatné zprávy, odvádí její pozornost od skutečnosti, že manipulátor chce primárně oběti ublížit a rozeštvat ji se svými blízkými. Manipulátor dává najevo, jak to s manipulovanou osobou myslí na oko dobře a chce jí ochránit před bolestí a ponížením, které by prožívala, pokud by se stejnou informací dozvěděla od někoho jiného a kvůli tomu oběť ani nenapadne, že by mohl mít manipulátor špatné úmysly.

Manipulátor při zasívání sváru pronáší často poznámky o svém okolí způsobem, aby druhou osobu přinutil pochybovat o sobě nebo o jejích blízkých, tím dosahuje postupného omezení styku své oběti s jejími přáteli a rodinou. Styk s těmito osobami své oběti přímo nezakazuje, spíše naopak, vytýká ji, že nemá moc přátel. Používá také věty jako „*Vůbec mě nepřekvapuje, že k nám nikdo nechodí na návštěvu, protože ty stejně nejsi schopna se bavit o něčem zajímavém*.“ Manipulátor tak přenáší na oběť odpovědnost za zástupný problém, protože oběť není jedinou osobou, která by měla dokázat vést zajímavou konverzaci.

Postoje směřující ke snaze izolovat oběť je ale možné snadno odhalit, protože manipulátor se při každém setkání oběti s jejími blízkými chová nepříjemně. V soukromí zase hovoří manipulátor o přátelích partnera pohrdavě a znevažuje je. Tato situace bez úspěšné obrany může vygradovat v pochyby oběti o své rodině a svých blízkých. Oběť se začne cítit nesvá, postupně omezuje kontakt se svými blízkými, až se nakonec dostane do izolace. Tuto situaci dokáže manipulátor využít ve svůj prospěch tak, že ještě z oběti učiní osobu odpovědnou za její vznik.

Navozování pocitu viny je další frekventovaně využívaná technika manipulátorů. Navozování pocitu viny spočívá ve svalování odpovědnosti na druhého za jakékoliv, byť i imaginární pochybení. Oběť se následkem svalování viny uchyluje k chování a postojům, díky kterým se manipulátor dostane snadno do výhody. Systematické navozování pocitů viny má destruktivní vliv. Oběť při navozování viny pociťuje úzkost z provedení domnělého zlého skutku, vyvolaná úzkost předurčuje neurózu a pocit viny je pak příčinou závažných psychických problémů.

Od těchto navozených pocitů viny je třeba odlišit objektivní vinu, která plyne ze závažného porušení společensky uznávaných pravidel nebo z porušení zákona. Porušení

pravidel, jako je například zákaz lhaní, podvádění a ubližování druhým je považováno za nemorální jednání a pociťování viny je v tomto smyslu zcela běžné a normální. Pokud však pocit viny neodpovídá objektivní skutečnosti, jde o pocit patologický.

K navozování pocitů viny manipulátor využívá taktiku double-bind, takzvanou dvojnou vazbu, technika je také známá pod názvem dvojná léčka. Ta funguje tak, že manipulátor vyšle informaci, která současně obsahuje dva navzájem protichůdné požadavky a vyžaduje splnění obou. Oběť se dostává do rozporné situace, pokud vyhoví jedné zprávě, druhé vyhovět nelze. Příkladem může být věta „*Nikdy mi jen tak sám od sebe nic pěkného nekoupiš.*“, kterou pronese žena ke svému partnerovi. Muž již nemůže své ženě vyhovět. Jestliže ji přinese dárek, nesplní požadavek, udělat to sám od sebe, nepřinese-li dárek, nevyjde ženě vstříc. Možnou obranou proti této léčce je ignorování komunikace nebo poukázání na nelogičnost vyřčené věty spojené s požadavkem na jednoznačné vyjádření žádosti.

Manipulátor často **mění názory a chování podle situace**, s velkou rázností něco prohlašuje, záhy to však popře. Změna názorů je výsada téměř všech manipulátorů, užívají ji zejména v případech, kdy nejsou u jeho původního tvrzení přítomni žádní svědci. Manipulátorovi poté nebude činit problém bez váhání namítat větami, jako jsou „*Špatně jsi mi rozuměl.*“ nebo „*Vůbec jsi neposlouchala, co jsem ti říkal.*“, aby své výroky a chování ospravedlnil. Vyvolá tak v oběti pochyby o jejím správném porozumění nebo pochopení manipulátorova sdělení. Odtud je to jen krůček k snížení hodnoty oběti ve prospěch manipulátorova pocitu nadřazenosti.

Manipulátoři se uchylují k **devalorizaci** své oběti spočívající v poukazování na její nedostatečné vědomosti, v kritizování, ironizování a ve zpochybňování její kvalit a schopností. Manipulátor dokáže velmi neúnavně a přitom neoprávněně kritizovat a navozovat pocit viny za nepatrná nebo dokonce neexistující provinění. Ustavičné opakování vět, jako je „*Nikdy nic nedokážeš.*“ nebo „*Žádný muž s tebou nevydržel.*“ celé měsíce či roky má katastrofální následky na sebevědomí oběti. Zejména u dětí, jejichž osobnost se teprve formuje, uvedené jednání způsobuje deformování jejich psychiky.

Výzkumy zabývající se manipulací ukazují, že si manipulátoři ani neuvědomují újmy, které svou destruktivní kritikou a ponižováním dokážou napáchat. Kritizování manipulátorům umožňuje, aby se cítili jiní, lepší než jejich oběti. Paradoxem je ale skutečnost, že jinými, lepšími lidmi, se manipulátoři nestávají, jelikož většina kritik, které pronášejí, se nějakým

způsobem dotýkají jejich vlastního jednání a chování, jejich vlastních já. Tento jev, kdy manipulátor promítá své vlastní chování do své oběti, se nazývá **projekce**.³⁷

2.1.2 Techniky manipulace podle Shahidy Arabi

ARABI popisuje techniky psychické manipulace ve vztazích mezi mužem a ženou, v nichž nastiňuje způsob, jakým kontroluje narcistický manipulátor život svých blízkých. Ukazuje cestu, jak takového jedince rozpoznat, bojovat s ním a jak ho zneškodnit.

První technikou psychické manipulace podle ARABI je **gaslighting**, spočívá v deformování a překrucování vyprávění o událostech tak, že je oběť donucena pochybovat o své paměti, o svém vlastním mentálním stavu, o tom, co viděla, cítila nebo slyšela. Této technice odpovídají tvrzení, jako jsou „*Takhle se to nestalo.*“, „*Všechno se ti jen zdálo.*“, „*Jsi zmatená.*“, „*Děláš ze sebe oběť.*“. Narcistní manipulátor zneužívá situace a se sebedůvěrou popírá pravdivá fakta, dělá z oběti blázna, ta se pak cítí dezorientovaná. Gaslighting je nejnebezpečnější, nejškodlivější technika manipulace, protože u oběti dlouhodobě postupně podrývá smysl pro realitu, pomalu požírá schopnost důvěry v sebe sama a schopnost rozpoznat mentální zneužívání, psychický nátlak a špatné zacházení. Z psychologického hlediska se gaslighting opírá o kognitivní disonanci³⁸, rozpor mezi dvěma různými informacemi, dvěma protikladnými myšlenkami, jako jsou „*Mohu opravdu věřit tomu, co jsem zažil?*“, „*Má tato osoba pravdu, že já mám nějaký problém?*“. Aby oběť tomuto nátlaku odolala, je důležité, aby dokázala ukotvit vlastní realitu. Vhodný způsob je například psaní deníku, poznámek o tom, co se opravdu stalo, mluvení s přáteli, s jinými příbuznými, s psychologem. Kontaktovat druhé a opřít se o ně je efektivní prostředek, jak se vymanit z deformované reality, kterou se osoba manipulátora snaží oběti vnutit.

Další používanou technikou je takzvaná **mentální projekce (strategie obětního beránka)**. Sigmund Freud definoval tento psychologický jev již na konci 19. století. Manipulátoři kategoricky odmítají připustit si nebo vnímat vlastní chyby, nejsou schopni převzít odpovědnost za své činy. Dělají a říkají cokoli, aby se vyhnuli odpovědnosti, vědomě přenášejí odpovědnost na druhého. Přenesení vlastní odpovědnosti dovoluje manipulátorovi zbavit se podvědomé ostudy za sebe sama. Je potřeba mít na paměti, že manipulátoři jsou často ze svého jednání psychicky nemocní, ale nedají to znát. Oběť se tak stává obětním

³⁷ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 70 - 146.

³⁸ Kognitivní disonance je označení pro nepříjemný pocit, která se objevuje ve chvíli, když má člověk ve vědomí současně dvě protikladné myšlenky. Úlevou od tohoto nepříjemného pocitu je změna postoje, chování, přesvědčení nebo zdůvodnění takovéto změny, čemuž se říká racionalizace.

beránkem, loutkou k odčinění viny, kterou manipulátor používá, aby se zbavil tíhy svých hříchů. Vyhybá se tím závazku mezi ním a pocitem odpovědnosti a morálkou, a proto nutí svou oběť, aby tento pocit vzala na sebe a cítila se vinna, zostuzena. Například žena, která vykazuje patologické city a žárlivost, může obvinít svého manžela z toho, že se na ni příliš upíná.

V případě **odvádění konverzace sofistickými oklikami a argumentačními klamy** může být člověk pokoušen konverzací s klamným cílem najít společné řešení v duchu kompromisu.³⁹ To je v pořádku, pokud je protivníkem „normální“ osoba. V případě, kdy je člověk konfrontován s narcistickou osobou či manipulátorem, může tvrdě narazit. S manipulátorem nebude nikdy možné korektně konverzovat, manipulátoři používají propracované lsti, do konverzace zasazují kognitivní okliky, sofismy a jiné argumenty postavené na falešné logice, které jim umožňují vyhrát všechny debaty, mít vždy poslední slovo, a to dokonce i v případech, kdy se mýlí (petitio principii, argumentum ad hominem).⁴⁰ Manipulátoři udělají všechno pro diskretizaci své oběti, pro vyvolání její frustrace a její dezorientace do té míry, že oběť kompletně ztratí náhled na primární problém. Manipulátoři se v zásadě ale nehádají s obětí, nýbrž se sebou samými a oběti používají pouze jako východisko z vlastní situace. Pokud se jim oběť pokouší oponovat a diskutovat s nimi, jen to zhoršuje situaci v její neprospěch. Jediným řešením nastalé situace je přejít na jiné téma nebo konverzaci zastavit.

Následující technika je specialitou narcistických jedinců. **Strategie nastrčené figury** spočívá v překrucování myšlenek a pocitů a v přehánění absurdním způsobem. Narcistické osoby podstrkují své oběti figuru tak, že z ní dělají tu špatnou, obviňují ji a dorážejí na její emoce. Když se pak oběť pokusí projevit svou nespokojenost s manipulátorovým chováním, jeho reakcí bude, že svou oběť nepřímou vyzve k tomu, aby ona sama řekla to, co si nemyslí, například „*Takže ty si myslíš, že já jsem zlá?*“ nebo „*Hlavně, že ty jsi perfektní, že?*“ Uvedené chování směřuje k úplnému zbavení práva postižené osoby na vyjádření svých vlastních pocitů a emocí.

Častou technikou narcistických manipulátorů je také **používání různých výhružek a vydírání**. Narcističtí manipulátoři neustále svým obětem vyhrožují a používají je jako rukojmí, aniž by nezbytně používali násilí fyzické. Příkladem může být časté opakování výhružek, jako je „*Udělej to, nebo dostaneš!*“ Psychické násilí je zákeřné a těžko pro oběti

³⁹ Sofistická metoda argumentace je umění Sofistů přesvědčit oponenta pomocí klamu a porušení pravidel logického důkazu. Tyto metody byly definovány již Aristotelem.

⁴⁰ Petitio principii = požadavek důkazu, argumentum ad hominem = z lat. argument k člověku.

rozpoznatelné, oběti mají tendenci projevy psychického násilí podceňovat a nepřipouštět si je. V dané situaci je pro oběť nejdůležitější uvědomit si, že je obětí. Oběti samy totiž často situaci zlehčují a podřizují se, ať už ze strachu nebo z pocitu, že si to sami zasloužili.

Technika **destruktivního podmaňování** je zvláště nebezpečná. Zvrácený manipulátor svou oběť rozebírá velmi pomalu a pečlivě. Toho dociluje tak, že do každodenního života oběti zahrne útoky na její kvality a charakterové rysy, její vzory a ideály. S pomocí skrytých asociací oběť pomalu mění a učí ji nenávidět sebe samu, aniž by si to uvědomovala. Manipulátor cíleně kazí její svátky, prázdniny, ničí cíle, které si stanovila, vzdaluje ji od jejich příbuzných a kamarádů, aby se tak oběť stala zcela závislá pouze na něm. Vede to k situaci, že téměř Pavlovovým reflexem narcistní manipulátor svou oběť vycvičí k tomu, aby měla strach dělat věci, které by jí zpříjemnily nebo obohatily život.⁴¹ Postupně manipulátor oběť odradí od všeho, co má ráda, a to jen s cílem získat si veškerou její pozornost. Tito manipulátoři jsou poháněni strachem ze všeho, co by jiní mohli mít rádi mimo je samotné a ze všeho, co by mohlo vstoupit do vztahu mezi ně a jejich oběť. Šťěstí druhých pro ně představuje vše, co oni mít nemohou a ze závisti se to snaží zničit, aby mohli oběť lépe ovládat.

Technika nazvaná jako **veřejné ponižování** je manipulátory užívána sekundárně tehdy, pokud selhávají manipulátorovy pokusy přímo ovlivnit u oběti vnímání sebe sama. Manipulátor se snaží změnit nahlížení na svou oběť u ostatních, například náhle změni své chování a postaví se sám do pozice oběti tím způsobem, že před svědky ji označí za zvrácenou osobu. Manipulátor takto působí na osoby v okolí jeho oběti, takzvaně aby jim „ukázal pravdu“ o tom, co je ona oběť zač. Tímto způsobem si manipulátor vytváří masku, která zakryje jeho vlastní zvrácené chování a prostředek diskreditace své oběti pro případ, že se skutečná oběť pokusí o něm vyprávět a prozradit jeho manipulativní chování. Manipulátorovi jde primárně o pošpinění reputace své oběti v očích jediných osob, které by ji mohly podpořit a pomoci ji tomuto manipulativnímu chování čelit. Oběť se pak cítí sama, bez podpory, a pokud manipulátor již sabotoval veškeré rodinné a citové prostředí oběti, jedinou možností záchrany je vyhledání odborné pomoci.

Technika **triangulace** vychází ze situace, kdy do konfliktu mezi manipulátorem a obětí vstupuje reálný nebo jen předpokládaný názor třetí osoby, nebo dokonce hrozba ze strany třetí osoby. Názor třetí osoby je použitý k potvrzení jednání manipulátora a k znejistění oběti. Manipulátoři mohou k manipulaci používat také smyšlené názory třetích osob

⁴¹ KASSIN, Saul M. *Psychologie*. Brno: Computer Press, 2007, s. 169.

k validaci jejich jednání. Efekt techniky triangulace spočívá v tom, že ten, kdo vzbudí sympatie publika, vyhrává spor, ať už je nebo není jeho argumentace pravdivá. Efektivní obranou proti tomuto mechanismu je použití manipulátorovy vlastní zbraně proti němu, tedy konfrontace manipulátora s třetí osobou, které oběť plně důvěřuje.

Poslední technikou uplatňovanou v rodinných a partnerských vztazích podle ARABI, je **permanentní kontrola nejmenších prvků každodenního života manipulované osoby**. Manipulátoři prahnou po kontrole nad ostatními a pro její dosažení jsou připraveni udělat vše. V extrémních případech lze u manipulátorů hovořit i o obsedantně kompulzivní poruše.⁴² Manipulátoři například izolují své oběti, budují permanentní systém kontroly nad jejími financemi, izolují ji od blízkých osob, kontrolují, co jejich oběť čte nebo kam chodí. Pokoušejí se řídit každou část života oběti a nenechají ji žádný volný prostor k tomu, aby se sama utvářela. K ovládnutí své oběti touto technikou manipulátoři používají jako prostředek hru s emocemi. Sami se od emocí oprostí z důvodu lepší kontroly, oběť naopak zahrnují láskou a pozorností, pokud cítí, že ji ztrácí.⁴³

2.2 Defenzivní techniky

Odhaduje se, že přibližně deset procent populace je vůči manipulaci imunní a vůči působení manipulátora zcela indiferentní. Tito lidé nevnímají nátlak, který na ně manipulátor vyvíjí a nepocítují žádné psychické následky.⁴⁴ Lidé, kteří jsou lhostejní vůči tomu, co si o nich druzí myslí a necítí se provinile za své jednání, nesplňují pro manipulátora představu ideální kořisti. Imunní lidé nejsou v emocionální rovině citliví na kritiku, výhrůžky, útoky a další negativní projevy vedoucí k destabilizaci a vše, čím se je manipulátor pokouší zasáhnout, jde mimo ně. Jelikož je jeho působení nedokáže zranit, nemá možnost uplatnit nad nimi svou moc.⁴⁵

Nejen přirozeně imunní jedinci, ale také jedinci jednající asertivně dokážou manipulativní působení úspěšně odrážet. Manipulátoři díky sebevědomému projevu těchto lidí a jejich schopnosti prosadit své názory, cítí, že nad nimi nezískají převahu. Ani asertivní

⁴² Obsedantně kompulzivní porucha je zvláštní porucha chování, při níž postiženou osobu trápí nepříjemné myšlenky, které lze utlumit neustálým ujišťováním a opakovaným prováděním nějaké činnosti.

⁴³ ARABI, Shahida. *Becoming the Narcissist's Nightmare: How to Devalue and Discard the Narcissist While Supplying Yourself*. BookBaby, 2016, 524 s.

⁴⁴ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 59.

⁴⁵ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 161-167.

lidé tedy pro ně nepředstavují ideální oběť, protože manipulátoři jako narcistní jedinci jsou si vědomi, že při střetu s nimi neobstojí.⁴⁶

Techniky využívané k odrážení manipulace vychází právě z pozorování reakcí imunních a asertivních jedinců, díky tomuto pozorování vznikl do jisté míry účinný nástroj, jak se manipulacím bránit.

2.2.1 Kontramanipulace

Kontramanipulace je způsob jednání, který umožňuje manipulované osobě účinně se bránit vlivu manipulátora. Zásady kontramanipulace spočívají v zamlžování, mluvení v neurčitých větech a užívání obecných pojmů. Někdy je výhodné také užívání humorných a ironických poznámek, záleží na konkrétní situaci. Při kontramanipulaci může také vhodně působit používání ustálených frází a přísloví, to pak vymezuje případné oběti prostor k obraně. Vhodné fráze jsou například „*To je tvůj názor.*“ nebo „*Já mám svědomí čisté.*“, které je možné opakovaně používat jako reakci na manipulátorovy útoky a provokace.⁴⁷

Při kontramanipulaci je důležité udržet soustředění a důslednost, aby bylo možné ustát nápor provokací. Dostaví se také pocit viny, protože se potenciální oběť musí projevovat jako zlá, nelidská a lhostejná osobnost. Manipulátor na toto jednání bude reagovat obviňováním, aby manipulovaného donutil zaujmout defenzivní postoj. Pokud má být kontramanipulace efektivní, oběť nesmí ustoupit. Na rozdíl od osob lhostejných vůči manipulaci totiž není emoční stav člověka, který se brání kontramanipulací neutrální. Potenciální oběť vnímá, jak ji manipulátor provokuje a snaží se ji jakkoliv vyvést z míry. Stačí udělat jen malou chybu a námaha oběti se stane zbytečnou. Manipulátor se této chyby chytí a pohotově využije nesoudržných argumentů, které, ač budou stát na nepravdivých základech, z jeho úst budou znít logicky. Oběť se pak začne ospravedlňovat, její nervozita vychází napovrch, projevuje se nedostatek její sebejistoty.⁴⁸

Kontramanipulace je technika, jejímž účelem je reagovat na manipulátorovi útoky lhostejně. Trvá několik měsíců, než si oběť zautomatizuje tuto techniku, volbu svých odpovědí, k úspěšné kontramanipulaci se musí oběť propracovat. Pokud oběť ve svém snažení vytrvá, manipulátor si všimne její pasivní rezistence a podvědomě se začne od své oběti odpoutávat.⁴⁹

⁴⁶ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 210-215.

⁴⁷ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 167 - 172.

⁴⁸ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 167 - 170.

⁴⁹ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 167 - 170.

2.2.2 Asertivita

Obětmi manipulátorů se stávají převážně lidé, kteří jsou pasivní a v každodenním životě se nedokážou nebo nechtějí prosadit. Mezi pasivní lidi například patří osoby nesmělé, milé, osoby, které jsou ochotné pomáhat druhým a dělat jim radost i za cenu, že mají v danou chvíli jiné plány. Opomíjejí sami sebe.⁵⁰ Manipulátoři velmi rychle dokáží identifikovat pasivního člověka nejistého si vlastní hodnoty. Naproti tomu asertivní lidé jsou spíše lidé aktivní, kteří dovedou prosadit svůj názor a sebe sama. Asertivní člověk ví, co chce a jak toho dosáhnout, jsou mu známy důsledky jeho jednání a chování a přebírá za ně plnou odpovědnost. Asertivní člověk má přiměřené sebevědomí, dokáže říct, o co mu jde, popsat jak vnímá a prožívá situaci a také co si o ní myslí. Asertivně komunikující osoba se nezdráhá vyslovit své myšlenky ani přesvědčovat o svém názoru ostatní, ale respektuje jejich názory. Pokud však přijde do střetu s agresivním útokem, brání se. Dokáže dobře rozpoznat manipulaci a umí ji zastavit.⁵¹

Asertivních technik využitelných proti manipulaci je celá řada.⁵² Efektivní je například technika **zaseklé gramofonové desky**. Zakládá se na mechanickém opakování odpovědi, nebo stejného požadavku pokaždé, když se jedinec setká s odporem, který je neodůvodněný. Manipulátor může vést jakoukoliv řeč a je mu sdělována stále stejná odpověď, není nutné mít připravené argumenty. Tato technika umožňuje ignorovat manipulativní léčky a přitom si trvat na svém. Jejím cílem je tedy ubránit se manipulativním otázkám a výrokům. Asertivní osoba jasně projevuje svou vůli a posiluje tím svou sebeúctu.

Další z technik, které lze uplatnit v dialogu s manipulátorem, zejména je-li útočný a kritický, je **technika otevřených dveří**. Podstata této techniky spočívá v souhlasu s částí manipulátorova tvrzení, která je pravdivá a která dává smysl a v nesouhlasu se zbytkem tvrzení. Rozhodně však oběť nesmí souhlasit s tvrzeními, které ji ponižují. Manipulátor bude postupně ztrácet energii na hledání nových argumentů, jako by silou zatlačil na nedovřené dveře. Tato technika pomáhá zvládat manipulativní kritiku a zvyšuje proti ní odolnost a současně snižuje frekvenci, s jakou ji manipulátor bude vůči oběti užívat.⁵³

⁵⁰ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 210-211.

⁵¹ PRAŠKO, Ján, PRAŠKOVÁ, Hana. *Asertivitou proti stresu*. 2. vydání. Praha: Grada, 2007, s. 22.

⁵² PRAŠKO, Ján, PRAŠKOVÁ, Hana. *Asertivitou proti stresu*. 2. vydání. Praha: Grada, 2007, s. 106-130.

⁵³ PRAŠKO, Ján, PRAŠKOVÁ, Hana. *Asertivitou proti stresu*. 2. vydání. Praha: Grada, 2007, s. 117-129.

SHRNUTÍ:

Manipulátor používá ofenzivní manipulativní techniky pro dosažení vlastních cílů. Tyto techniky mají za úkol destabilizovat a podrobit si oběť. Oběť jen stěží dokáže sama rozpoznat manipulátorovo počínání, znalost manipulátory používaných technik ji však může pomoci včas odhadnout škodlivé jednání a správně se rozhodnout, vyhledat pomoc, dříve, než manipulace přeroste v nezvladatelný stav. Do jisté míry je možné manipulátorovi praktiky a útoky díky této znalosti odrážet.

Existují konkrétní nástroje, takzvané kontramanipulace, s jejichž pomocí oběť dokáže na manipulátorovy výpady reagovat efektivně. Také cílené a systematické asertivní jednání, které zároveň pomáhá oběti udržet si zdravé sebevědomí, je účinným prostředkem obrany proti manipulaci.

Výsledky kontramanipulačních a asertivních technik se však mohou projevit až při jejich dlouhodobém používání. Velmi záleží na délce manipulativního působení a na typu osobnosti manipulátora. Pokud je již manipulace v plném proudu, oběť si většinou už sama poradit nedokáže. Jde-li zároveň o působení agresivního, narcistického manipulátora a oběť je spoutána rodinnými závazky, je situace o to obtížnější a bez odborné pomoci často bezvýchodná, ale o tom více v následující kapitole.

3 Manipulace v rodině

Každé rodinné prostředí má své vlastní, typické klima, které přímo ovlivňuje vztahy uvnitř rodiny, míru jejich harmonie. Vzájemné vztahy a pocity mezi jednotlivými členy rodiny podstatně ovlivňují její chod. Každý člen má v rodině svou roli, je vnímán jako součást celku, podílí se na jejím fungování a je motivován spolupracovat s ostatními členy. Dětem rodinné prostředí umožňuje snadné vstřebávání rodičovských hodnot a cílů. Od těchto hodnot se odvíjí ochota dětí přijímat tresty a pokárání, protože si podvědomě uvědomují, že plynou z rodičovského zájmu a lásky, díky tomu jsou děti schopny rychle se navrátit do zajetých kolejí.⁵⁴

Povinností jednotlivých členů rodiny je také nenarušovat rovnováhu ve vzájemné interakci, nevyvíjet psychické či fyzické násilí na členech rodiny a neprobouzet v nich strach nebo frustraci z interakce se svými blízkými. Je-li členem rodiny psychopatický manipulátor, jehož chování a jednání je v rozporu se standardy zdravého fungování rodinného prostředí, na rodinu to působí celkově destruktivně a jeho jednání a chování vede nebo může vést k vážným psychickým problémům členů, na které dopadá.

Manipulaci v rodině autoři vědeckých publikací subsumují pod formy domácího násilí.⁵⁵ V kontextu domácího násilí se o manipulaci pojednává jako o manipulaci zvrácené nebo perverzní, protože využívá psychického týrání a nátlaku a směřuje k jedinému cíli, k destrukci oběti.⁵⁶

S ohledem na uzavřenost rodinného prostředí vzhledem k společnosti jako celku, tedy k jakési privátní zóně, kam je ostatním lidem bez pozvání vstup zakázán, je velmi těžké zvenčí patologické jednání uvnitř rodiny odhalit. Rodinní příslušníci jsou vzájemně emočně, materiálně a finanční provázání a není snadné z rodinného prostředí uniknout nebo najít řešení, na které manipulátor přistoupí. Z tohoto důvodu je manipulace v rodině ve velké míře dlouhotrvajícím latentním jevem.

3.1 Manipulace v kontextu základních rodinných vztahů

Manipulace může působit v rodině horizontálně i vertikálně, avšak principy jejího působení jsou vždy stejné. Patrný rozdíl je mezi osobami, na které je manipulativní jednání

⁵⁴ MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 3. Vydání. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003, s. 9-12.

⁵⁵ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 6-7.

⁵⁶ Pervert nebo také perverzní jedinec, v českém jazyce má toto označení zejména sexuální podtext, ale ve francouzském jazyce je pervert používán spíše pro označení psychicky narušené osoby, rodiče, partnera.

mířeno. Pokud je obětí manipulátora dítě, které je ve své podstatě bezbranné a své rodiče bezvýhradně miluje bez ohledu na jejich chování a projevy, zanechá to na něm následky, které si přenáší i do dospělosti, zvláště pokud má psychopatického rodiče. U dospělé osoby jsou následky manipulace neméně závažné s tím rozdílem, že dospělý měl tu výsadu a možnost manipulaci v zárodku identifikovat a odvrátit.

Patologické manipulace se v základní rodině mohou vyskytovat mezi rodiči navzájem nebo ve vztahu k dítěti. Manipulace dítěte s rodičem se v rodinách rovněž vyskytují, ale zřídka při nich dochází k negativním důsledkům, které vedou k rozkladu stabilního a jinak zdravého rodinného prostředí, proto manipulace dítěte s rodičem není obecně považována za manipulaci patologickou.

3.1.1 Manipulace rodiče ve vztahu k dítěti

Na život dítěte a jeho vývoj mají zásadní vliv rodiče, jejich láska, pocit bezpečí, který rodiče vytvářejí. Rodiče určují dítěti cíle výchovy, které vybírají tak, aby byly v souladu se společenskými normami a jejich vlastním přesvědčením. Tím dítě připravují na život ve společnosti. Děti mají lehce zranitelnou osobnost, jsou zcela závislé na kvalitě vztahů v rodině, ať už je jakákoliv.

V prvních letech života si dítě manipulaci neuvědomuje, přijímá to, co mu je nabízeno, i když to zrovna nemusí být příjemné, ani správné pro utváření jeho prvotní identity. V pubertě, kdy se začíná formovat jeho vlastní já, přicházejí námitky a pochybnosti s cílem osamostatnit se, stát se nezávislým na rodičích. Manipulativní, psychicky narušený rodič, ale nepřijme jakýkoliv pokus o převzetí dominance a začne chování dítěte potlačovat. Klade na dítě vysoké, leckdy nesplnitelné nároky, a pokud dítě takzvaně neskáče, jak on píská, dítě psychicky týrá různými nesmyslnými zákazy a příkazy.⁵⁷

K manipulaci s dítětem může dojít i tehdy, manipuluje-li jeden rodič s druhým rodičem, a to jako druhotný následek, který z této manipulace přeroste. Typicky půjde o využití lži k vytvoření spojení s dítětem, s jehož pomocí potom manipulativní rodič může ovládat svého partnera. K vytvoření spojení s dítětem však rodič použije manipulativní techniku.⁵⁸

Psychické násilí vyvíjené směrem k dítěti je zrádné v tom, že se předává z generace na generaci. Špatné zacházení s dítětem se skrývá pod maskou výchovy. MILLEROVÁ používá

⁵⁷ MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 3. vydání. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003, s. 111-114.

⁵⁸ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 43.

pro označení takové výchovy termín „*temná pedagogika*“ a odsuzuje následky stylu výchovu, který si klade za cíl zlomit vůli dítěte a udělat z něj podřízenou bytost. Děti nemají možnost se bránit, protože na ně působí síla autority, jež je umlčuje a v závažnějších případech je může připravit o vědomí sebe sama.⁵⁹ Psychické násilí vůči dětem je zakázáno mimo jiné i mezinárodní Úmluvou o právech dítěte, která považuje za nepřipustné vystavovat dítě duševnímu násilí, urážení nebo zneužívání, dále pak Úmluva nepřipouští zanedbávání dítěte, nedbalé zacházení, trýznění a jeho vykořisťování během doby, kdy je dítě v péči jednoho nebo obou rodičů.⁶⁰

Manipulativní působení vůči dítěti se tedy objevuje ve dvou podobách, a to ve formě přímé a nepřímé. **Přímé násilí** představuje přímé nebo nepřímé zavržení dítěte jedním z rodičů. Ten své chování omlouvá argumentací, že jedná pro dobro dítěte a s určitým výchovným cílem, ačkoliv skutečná pravda je taková, že dítě stojí rodiči v cestě. Ten si klade za cíl dítě vnitřně zničit, aby ochránil sám sebe. Toto destruktivní chování dokáže vnímat pouze samotná oběť. Dítě dává najevo, že je nešťastné, ale z pohledu osob, které neznají celé pozadí jeho pocitu neštěstí, však nemá důvod k tomu, aby si stěžovalo. Pokud si dítě začne stěžovat, jeho stížnosti pouze poukazují na všední slova nebo gesta rodiče, která se ničím nevyvíkají od běžných norem. Ve finále jsou stížnosti dítěte uzavřeny tím, že dítě není ve své kůži. Za tyрана je považováno dítě, které je ale samo vystavováno týrání. Dítěti je přičítáno, že je původcem potíží a je na něj nahlíženo jako na dítě, které přináší jen zklamání. Dítě se ocitá v pomyslném bludném kruhu, kde mu rodiče vyčítají, že je nešikovný a nechová se dle jejich představ, načež dítě se v důsledku svého neoceněného snažení od těchto představ ještě více vzdaluje a s rostoucím ponížením se nešikovným skutečně stává. Manipulativní rodič se chytá každé příležitosti jak svoje chování k dítěti opodstatnit. Spouštěčem však paradoxně není chování dítěte, ale už jeho samotná existence.⁶¹

Zvrácená manipulace, nebo také perverze, v rodinách působí velké škody, ničí vztahy mezi jejími členy a láme jejich osobnost, aniž by si to uvědomovali. Manipulativní jedinci své násilné sklony velmi dobře maskují a lidé v jejich okolí si o nich vytvářejí kladný obrázek. Beztrápně není možné dítě zabít, proto je nasnadě možnost jej zlikvidovat psychicky a touto cestou se postarat, aby nic neznamenal.⁶² Jediné útočiště pro tyto dětské oběti představuje útek k mechanismům rozštěpení vlastní osobnosti, čímž se z nich stávají nositelé „*mrtvého*

⁵⁹ MILLER, Alice. *C'est pour ton bien: Racines de la violence dans l'éducation de l'enfant*. Paris: Aubier, 1984.

⁶⁰ Čl. 19 odst. 1 Úmluvy o právech dítěte publikované ve Sbírce zákonů jako Sdělení Federálního ministerstva zahraničních věcí pod číslem 104/1991 Sb.

⁶¹ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 49-50.

⁶² HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 52-53.

psychického jádra.“ Vše, co dítě nedokázalo ve své mysli zpracovat, se znovu odehrává při permanentních přechodech k dospělosti. I když se ze všech dětí v dospělosti nestávají týrající rodiče, spirála destrukce je již ve člověku vytvořena a každý se po ní může dostat až do té míry, že si bude své vnitřní násilí vybíjet na jiných.⁶³

Manipulace zaměřená na rodiče, kterého chce druhý rodič ničit skrze dítě, je nazýváno jako **násilí nepřímé**. Dítě se stává terčem násilných projevů, které jsou určené partnerovi, a ocitá se uvnitř konfliktu, do kterého nepatří. Princip této manipulace spočívá v tom, že násilí je na něm vykonáváno jako na dítěti, které patří druhému rodiči. Druhý rodič, který se cítí zraněný, si zase vybíjí zlost na dítěti z toho důvodu, že nemá šanci se projevit před násilným rodičem. Tím se dítě dostává do situace, ve které je pro něj jedinou možností se stáhnout, jinak by u něj došlo ke ztrátě individuality a vlastního myšlení. Dítě si tak nese díl svého vlastního utrpení, a jestliže si tyto situace nedokáže vyřešit samo ve svém nitru, v budoucnu dojde k situaci, že bude jednat obdobným způsobem. Takto dochází k přenesení agrese z nenáviděného partnera na dítě, které se stane obětí určenou k destrukci.⁶⁴

Perverzní manipulace je příčinou závažných poruch vyskytujících se u dětí i dospělých osob. Dospívající jedinec není schopen zdravě smýšlet, pokud mu jeden z rodičů tvrdí úplný opak toho, co říká ten druhý. Děti jsou velice snadný terč k manipulaci, protože budou ve své dětské bezelstnosti pokaždé hledat pro jednání svých rodičů nějakou omluvu. Děti dokážou svým milovaným rodičům vždy odpustit a jejich tolerance vůči nim je nevyčerpatelná. Rodič, který je pod silným vlivem manipulátora nemůže dítěti pomoci a vyslechnout jeho trápení a přitom nehájit druhého rodiče. Pokud se druhý rodič ve snaze zachránit sám sebe od vlivu partnera vzdálí a ponechá dítě napospas násilnému pohrdání a odmítání, dítě se dostane do pastí, ze které není samo schopno uniknout.⁶⁵

Pro děti, u nichž se v důsledku působení rodičů přestala vyvíjet jejich autentická osobnost, je jedinou možností záchrany nějaká blízká osoba z okolí, která dokáže zmatek v hlavě dítěte rozumnými slovy napravit. Pokud bude tato osoba s dítětem komunikovat, naslouchat mu a pomůže mu otevřít se sobě i okolí, dítě bude mít možnost pochopit obyčejný lidský vztah, protože pocítí, že je k němu přistupováno jako k osobnosti. To dítěti umožní se srovnat a pochopit, že jeho rodiče nejsou schopni mu být průvodci jeho životem, protože mu nejsou schopni naslouchat ani porozumět. Dítě bude také schopno si uvědomit, že je omezován i rodič, kterým jeho psychicky narušený partner manipuluje. Dítě však nemá na

⁶³ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 54.

⁶⁴ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 44-8.

⁶⁵ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 44-8.

výběr a musí dál žít v extrémní situaci s jedním manipulovaným, trpícím rodičem a druhým bezcitným rodičem, kteří ho dohromady vedou k životu v umrtvení.⁶⁶

3.1.2 Manipulace mezi rodiči

Manipulace v partnerském vztahu se vymezuje specifickým mechanismem. Vztah začíná rychle, někdy až příliš, jako by si chtěl jeden z páru okamžitě zajistit přízeň a věrnost toho druhého. Svádění probíhá velkolepě, s náruživostí, lichotkami a dárky, šťastný vyvolený nebo vyvolená si tak bude rychle připadat pro svého partnera jako střed vesmíru. Dostaví se pocit blaženosti z pozornosti, které se osobě nikdy předtím nedostávalo. Návrat nohama na zem je však tvrdý. Idylka začíná být kontaminovaná nátlakem, pohrdáním, lží, výhrůzkami, které jsou zpočátku diskrétní, ale postupem času těžknou. Někdy se vztah již před vystřízlivěním zpečetil sňatkem nebo dětmi, společným majetkem. V takovém případě je separace partnerů velmi bolestivá, často nevyhnutelná, řešení v podobě rozvodu je zraňující a v některých případech neznamena konec manipulativního vlivu na druhého, obzvláště jsou-li v rodině společné děti.

Konkrétně lze rozeznat dvě fáze vztahu mezi partnery, z nichž alespoň jeden je manipulátor. V první fázi dochází ke svádění oběti s cílem ji postupně ovládnout. Takové svádění, označované jako **perverzní svádění**, zahrnuje polapení druhého za účelem jeho ovládnutí. Manipulátor si svou oběť připravuje, snaží se jí destabilizovat a zbavit ji sebedůvěry. Záměrem manipulátora je oběť ovlivnit tak, aby se jí zmocnil a aby ztratila velkou část své svobody. Jednostranně zaměřeným sváděním se pokouší manipulátor přivést svou oběť do stavu fascinace, aniž by on sám byl do této fascinace vtažen. Takové jednání má za úkol oběť zmást a odvrátit její pozornost od reality. Narcistické svádění mate a maže hranice toho, kdo jsem já a kdo je ten druhý. Manipulátor donutí svého partnera uvažovat a rozhodovat se odlišně od jinak běžného způsobu a oběť v důsledku tohoto donucení nemůže svobodně projevovat souhlas. K ovlivnění dochází skrze svádění a manipulaci s přihlédnutím ke zranitelnosti a citlivosti oběti. Tímto způsobem dochází k získání intelektuální i morální převahy ve vztahu, ve kterém jedna osoba ovládá druhou. Díky této moci se oběť na manipulátorovi připoutává a stává se závislou. Ovládnutí se odehrává pouze ve vztahové rovině. Je to intelektuální nebo psychická nadvláda, která je uplatňována vůči oběti, na kterou působí destruktivně, jelikož neutralizuje její přání a ničí její jedinečnost. Pokud je oběť poslušná a stává se závislou, fáze ovládnutí je obdobím, které ji ponechává v relativním klidu.

⁶⁶ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 47 – 48.

Ovládnutí není pro lidi z okolí zjevné, protože neznají kontext a skrytý význam destabilizujících nárazek.⁶⁷

Ve chvíli, když oběť začne vzdorovat vůči nadvládě a ovládnutí, fáze perverzního svádění se začne přechylovat do druhé fáze, která je nazývána **perverzní násilí**. Z oběti, která doposud fungovala jako užitečný partner, se začne stávat partner nebezpečný a je třeba se jej zbavit. V momentě, kdy dává oběť najevo svůj odpor nebo projeví snahu uniknout, narcistní jedinec začne propadat panice a vzteku a rozzuří se. Jakmile oběť projeví své pocity, manipulátor pocítí čistou a krajně násilnou nenávist a musí ji umlčet. Jako nástroj k umlčení volí nadávky, urážky, rány pod pás, ponižování anebo zesměšňování. Oběť se snaží docílit za každou cenu komunikace, čímž se vystavuje násilí, které je o to silnější, oč víc se oběť snaží. Nenávist manipulujícího partnera je stejně velká nenávist, kterou k němu v jeho představách pociťuje oběť, ve které vidí zlověstné monstrum. Manipulátor oběti přisuzuje zlé úmysly, a proto se snaží zaútočit první. Perverzní partner dělí svůj svět na dobrý a špatný a není žádoucí se ocitnout na té špatné straně. V této situaci mají oba partneři ze sebe vzájemný strach. Oběť se bojí psychologického nebo fyzického násilí a druhý partner má strach z neomezené moci, kterou dle jeho představ oběť vládne.⁶⁸

Speciálně místo ve vztazích zaujímá také sexuální život partnerů. Partneři manipulátorů trpí nejen v citové oblasti, ale také po stránce sexuální. Manipulátoři totiž využívají sexualitu jako prostředek k podrobení si druhého partnera, k tomu, aby je ponížili a degradovali je na pouhý předmět. U partnerských dvojic se v sexuálním životě odráží nevědomá hra o moc a jiné partnerské problémy.

Žena manipulátorka používá sexuální akt v rámci hry o moc a pohlavní styk je pro ni zbraň jak moci dosáhnout. Nejen, že pohlavní styk dlouhodobě odmítá, ale současně je její odmítnutí doprovázeno cynickými poznámkami a urážkami partnera, čímž mu nedává prostor rozvíjet se po sexuální stránce. Naproti tomu muž manipulátor se chová odlišně. Považuje sám sebe za výborného milence, a to i přesto, že myslí egoisticky jen na vlastní uspokojení. Perverzní manipulátoři nedbají na partnerovi touhy a nezáleží jim na tom, co činí partnerovi potěšení, stejně jako neberou v úvahu, že mu něco potěšení nečiní, že si něco nepřeje a že má zábrany. Četné výpovědi svědčí o traumatizujících a katastrofálních sexuálních vztazích.⁶⁹

⁶⁷ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 99-105.

⁶⁸ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 126-131.

⁶⁹ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 65-70.

3.2 Oběť manipulátora

V roli oběti je v rodině vždy partner nebo dítě. Do role oběti se tato osoba dostane z důvodu systematického působení manipulátora. Stejně tak, jako role manipulátora není výsadou konkrétního pohlaví, ani osoba oběti není předurčena pohlavím. Oběť však předurčují její předpoklady obětí se stát. Tyto předpoklady jsou samotná osobnost oběti a míra jejího sebevědomí, nebo v případě dítěte, jeho bezmocnost.⁷⁰

Mezi nejčastější oběti psychických manipulátorů se řadí jedinci, kteří mají problém se v každodenním životě prosadit. Jsou to lidé, kteří postrádají sebevědomí a dávají přednost uspokojováním potřeb druhých před vlastními potřebami. Tito lidé opomíjejí sami sebe a nemohou se z dlouhodobého hlediska jakkoliv rozvíjet a dosahovat určitých cílů. Behaviorální přístup tento typ jednání přičítá pasivním jedincům. Manipulátor tento typ osoby dokáže velmi jednoduše identifikovat, a protože se pasivita projevuje u zhruba jedné třetiny populace, nečiní mu velké obtíže na pasivního jedince narazit. Opak pasivního jedince je člověk asertivní, tedy člověk, kterému nečiní problémy se prosadit. Rozdíl mezi těmito dvěma typy osobností je ten, že mají odlišné myšlení a přesvědčení. Asertivnímu jedinci nečiní obtíže vyjádřit otevřeně a srozumitelně své přání a potřeby, city a odmítnutí a s vědomím rizik dosáhnout svého, aniž by ostatní ponižovali. Naproti tomu pasivní jedinec dokáže najít rizika všude tam, kde nejsou, iracionálně je předpovídá, čímž nepřipouští adaptované chování.⁷¹

Manipulátor si za svou oběť může vybrat i silnější osobnost, která pro něj představuje výzvu. V rodině může být obětí také jedinec původně sebevědomý, asertivní a argumentačně zdatný. V každém partnerském vztahu s manipulátorem se oběť brání ze všech sil, aby její sebeúcta neklesla. V tomto vztahu je sebeúcta oběti vystavena tvrdé zkoušce a s neustálým opakováním manipulátorova negativního působení se snižují schopnost oběti věřit v sebe sama, zaplavují ji pocity viny a ztrácí schopnost samostatně jednat a rozhodovat se. Oběť je ve svém nitru frustrována a pociťuje hněv a úzkost a její tělo na to reaguje.

Pokud oběť nedokáže vystoupit z kruhu, ve kterém je soustavně potlačována její osobnost, stane se postupně majetkem manipulátora. Každý psycholog, psychoterapeut, lékař nebo kdokoliv jiný kdo se pokusí oběti otevřít oči, je označen za šarlatána, nebo dokonce může být agrese obrácena vůči němu.⁷²

Dalším problémem oběti je narůstající a prohlubující se závislost na manipulátorovi. Manipulátor drží většinou svou oběť v izolaci a je těžké se pro ni dovolat pomoci zvenčí. Tím

⁷⁰ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 150.

⁷¹ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 210.

⁷² NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 85-90.

se na manipulátorovi stane oběť závislá nejen po stránce ekonomické a materiální, ale také po stránce citové. Citová závislost představuje podřízený a nezdravý vztah jedné osoby vůči osobě druhé. Závislá oběť je vzdálena svobodě a nachází se mimo svou autonomii, kde se podrobuje něčemu uvnitř sebe, co ovládá její život. Čím více je oběť na manipulátorovi závislá, tím těžší je pro ni vymanit se z manipulátorova područí.⁷³

Pokud je obětí dítě, závislost na rodičích je pro něj přirozeností a vychází už ze své podstaty ve vztahu dítěte k rodiči. Dítě si své rodiče nevybírá. Pokud se dítě narodí do rodiny, v níž je jeden z rodičů manipulátor, nemá jinou možnost než v této rodině vyrůstat. Ačkoliv není pravidlem, že manipulativní rodič zaměří své působení na dítě, stává se tak, protože je to nejslabší článek v rodině. Dítě oběť nemá po narození žádné vnitřní předpoklady se obětí stát, nemá vyvinuté sebevědomí, jeho osobnost je mimo genetických předpokladů netknutá. Jeho budoucí osobnost se formuje díky rodičovské výchově a psychickému působením rodičů směrem k dítěti. Jestliže se dítě stane obětí manipulátora, kterým je jeden z rodičů nebo dokonce oba, je jeho vývoj a dospívání velmi negativně ovlivněno. Naneštěstí pro dítě, které vyrůstá v manipulativním prostředí s narcistními manipulativními rodiči, je toto počátek naprogramované genetické mise. Osobnost dítěte se nenaruší sama od sebe. Velkou roli zde hraje možné ztotožnění se s jedním z rodičů a také posloupnost dědičného řetězce.⁷⁴

Dítě se také velmi často stává obětí v době, kdy se jeho rodiče rozvádějí. Rodiče dítě zneužívají jako nástroj k manipulaci s druhým rodičem. Rodič manipulátor není schopen přijmout fakt, že jej partner opouští a pokouší se dítě přesvědčit, že k němu druhý rodič není spravedlivý, když jej chce opustit. Rodič manipulátor není schopen pochopit důvody, které druhého rodiče k tomu vedou, a dělá ze sebe před dítětem oběť zlovolného jednání druhého rodiče. Tyto manipulátorovi snahy dítě přetáhnout na svou stranu jsou většinou uplatnitelné u mladšího dítěte, které tímto jednáním velmi trpí. Nedokáže pochopit smysl situace a nedokáže to řešit. U dítěte staršího deseti let jsou manipulátorovi snahy většinou marné, protože dítě bylo dlouhá léta svědkem i obětí manipulátorova jednání a dokáže již rodičův úmysl prohlédnout.⁷⁵

3.3 Důsledky manipulace

O manipulativní osobnosti se odborníci začali zajímat zejména kvůli psychickým škodám, které na svém okolí zanechávají kvůli svému destruktivnímu působení. Dlouhodobé

⁷³ DEETJENS, Marie-Chantal. *Citová závislost: jak se z ní vymanit*. Praha: Portál, 2014, s. 17.

⁷⁴ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 65 – 69.

⁷⁵ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 126.

soužití s manipulátorem, coby agresorem, vyvolává v jeho nejbližších stále častěji pocity, úzkosti, strachu, smutku nebo pocity viny. Jak plyne čas, tyto pocity sílí na své intenzitě a uzavírají oběti cestu k jejímu osobnímu rozvoji a úspěchu. Omezují její psychickou svobodu a brání ji ve svobodném jednání. Přidávají se fyziologické důsledky záporných emocí v podobě fyzických symptomů, které vedou k ohrožení zdraví oběti. V některých případech je důsledkem zesilujícího napětí mezi partnery fyzické násilí vůči oběti. V případech psychického i fyzického násilí je jen jediná účinná možnost, jak ze začarovaného kruhu uniknout, a to možnost v podobě odloučení.⁷⁶

Nejčastější důsledek, který manipulace psychopatickým partnerem přináší, je **stres**. Oběť přijímá své podrobení a podřízení za cenu velkého vnitřního napětí a vynakládá obrovské úsilí, aby byl agresivní manipulátor spokojený. Když je nervózní, oběť ho uklidňuje nebo se naopak snaží nereagovat. Tento způsob napětí v ní vzbuzuje stres. Organismus se z důvodu stresové situace dostává do stavu pohotovosti, produkuje hormonální látky, modifikuje mozkové neurotransmitery a tlumí vlastní imunitní systém. Na počátku, když je stres pouze dílčí, se organismus dokáže adaptovat, což mu umožňuje čelit agresí jakéhokoliv původu a jedinec se dokáže dát rychle do pořádku. Když se však stresová situace v neustálých intervalech opakuje nebo prodlužuje a schopnost se přizpůsobit překročí určitou hranici, aktivace neuroendokrinního systému pokračuje. Z důvodu přetrvávajícího zvýšení hladiny adaptačních hormonů dochází k poruchám, které se mohou změnit v chronické. Mezi prvotní známky stresu lze zařadit svíravé pocity na hrudi, bušení srdce, dušnost, nervozita, poruchy spánku, únava, bolesti hlavy, úzkost a podrážděnost. Odolnost vůči stresu se u lidí liší, například perverzní jedinci mu vůbec nepodléhají, zatímco impulsivnější osoby jsou na stres citlivé. Agresor dokáže před stresem uniknout tím, že přeneše zodpovědnost na druhé. Oběť však tuto možnost nemá, protože nic, co by řekla, nemá v očích agresora smysl a vše, co je řečeno, je buď popřeno, nebo obráceno v její neprospěch. Toto neustálé vyčerpávání vede u oběti k neurovegetativním poruchám. Při dlouhodobě přetrvávajícím tlaku dochází k vyčerpání organismu a přichází chronická úzkost, případně organické a funkční poruchy způsobené neurohormonálními změnami. Chronický stresový stav může vést ke generalizované úzkostné poruše provázené pocity strachu a neustálému předbíhání událostem, úzkostnému přemítání myšlenek, které lze jen stěží ovládat a k ustavičnému napětí a nespavosti.⁷⁷

⁷⁶ NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 59-69.

⁷⁷ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 171-172.

Tělo člověka dokáže velmi citlivě reagovat nejen na fyzické poškození, ale také na poškození a podněty psychické. Tyto podněty dříve nebo později přináší **fyzické důsledky**. Psychické poškození je možno chápat jako negativní pocity, které člověk prožívá, jako například mohou být strach, úzkost, zklamání, pocit viny, smutek, deprese nebo hněv. Jsou to emoce, které člověk ve svém vědomí obtížně rozpoznává, ale lidské tělo je okamžitě v pohotovosti. Psychické poškození se nejdříve projevuje fyzickými symptomy. Pokud psychické utrpení dlouhodobě přetrvává, fyzické projevy nabírají na intenzitě, což vede ke vzniku syndromů – nemocí, které jsou ukazatelem stresu.⁷⁸

Ve vztazích patří manipulátoři k největším stresorům. Symptomy stresu se rozvíjejí ve čtyřech rovinách, a to v rovině, psychické, somatické, v rovině chování a výkonu. Jako příklad reakcí v psychické rovině lze uvést například depresi, úzkost, únavu a podrážděnost, v somatické rovině nespavost, migrénu, lupénku nebo trávicí potíže. V rovině chování se může vyskytovat zvýšená konzumace alkoholu či tabáku, bulimie, nervozita a ve výkonnostní rovině se často dostavuje nesoustředěnost, ztráta motivace, poruchy paměti, anebo nezvládání pracovních úkolů. Vliv psychického utrpení na stav fyzický je možné interpretovat ještě jiným způsobem. Psychicky týraný člověk nedává průchod svým emocionálním reakcím a dusí je v sobě, což vede k situaci, že se pak tyto reakce obrací proti němu v podobě agrese směřované vůči sobě sama. Toto probíhá v nevědomé rovině. Jedná se o formu sebeustruktury, která může v extrémních případech vést až k sebevraždě. Deprese, která se v těchto případech velmi často vyskytuje, pak představuje jen hněv, který člověk obrací proti sobě.⁷⁹

Manipulace využívá prostředků a technik, které jsou obdobně uplatňované v případě psychického násilí jako formy domácího násilí. Zvláště u psychopatických manipulátorů využívající predátorskou formu manipulace, dochází k nezadržitelnému propuknutí manipulace v kompletní **domácí násilí**. Domácí násilí je dlouhodobé psychické, fyzické nebo sexuální násilné chování v rámci rodiny či mezi vzájemně blízkými osobami, k němuž dochází opakovaně. Může však mít podobu ekonomické deprivace, vynucené sociální izolace či jinou formu, nejčastěji se však vyskytuje kombinace více projevů. K domácímu násilí dochází zpravidla v soukromí, čímž je skryto před okolím a mimo kontrolu veřejnosti. Je to vědomá činnost. Zpravidla dochází ke stupňování intenzity násilných incidentů, tedy nejprve začíná útoky proti lidské důstojnosti, které se opakují a postupně se k nim přidávají fyzické útoky proti zdraví, což může v konečném stádiu vyústit až k útoku na lidský život. Toto stupňování tedy vede ke ztrátě schopností tyto incidenty zavčas zastavit a narušený vztah ještě

⁷⁸ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 91-93.

⁷⁹ NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 91-93.

v rámci možností efektivně vyřešit. Uvedené chování mezi vzájemně blízkými osobami zasahuje do kvality života oběti, poškozuje její duševní nebo tělesnou integritu a zasahuje do její svobody. Domácí násilí může vést až k vážnému poškození vývoje osobnosti.⁸⁰

Mezi příčiny domácího násilí lze zařadit individuální faktory jako např. osobnost a povahové rysy osobnosti, ale zejména sociálně-psychologické faktory, mezi které se řadí tradiční rozdělení rolí a moci ve společnosti a dále traumatizující zážitky⁸¹ Domácí násilí se stejně tak jako manipulace může dotýkat lidí pohybujících se na všech úrovních sociálního postavení bez rozdílu. Ekonomická situace, věk ani vzdělání v tomto nemusí hrát žádnou roli. Pachatelem i obětí domácího násilí tedy může být kdokoli, což znamená, že není přesně stanoveno, zda musí být násilí páčeno například mužem na ženě či ženou na muži, rodičem na dítěti, mladší osobou na osobě starší a naopak. Z různých statistik a poznatků specializovaných občanských nebo neziskových pracovišť však vychází, že 90 % obětí tvoří ženy, zbývající část tvoří senioři a muži v produktivním věku pouze ojediněle. Nezletilé děti jsou v 80 % případů pasivními účastníky domácího násilí.⁸²

Z hlediska druhu vztahu mezi agresorem a obětí domácího násilí podle dat Ministerstva vnitra České republiky dlouhodobě převládá vztah manželský, poté následuje vztah druha s družkou, dále pak vztahy mezigenerační a vztah rozvedených manželů.⁸³ Od ostatních forem delikventního chování se domácí násilí liší zejména tím, že si oběť vytváří vztah závislosti k agresorovi a ten tak získává moc nad obětí. Díky své trvalosti a rozdílné intenzitě násilných projevů se domácí násilí postupně stává pro oběť i pro agresora součástí běžného života. O tomto faktu svědčí i velmi nízké číslo počtu pravomocně odsouzených osob za trestný čin týrání osoby žijící ve společném obydlí dle § 199 zákona č. 40/2009 Sb., trestního zákoníku, ve znění pozdějších předpisů, kterých bylo za rok 2015 dle dat Českého statistického úřadu jen 252.⁸⁴

Oběti reagují na čím dál jasnější hrozbu dvojím způsobem. Oběť se buď podřídí agresorovi a akceptuje jeho dominanci, a agresor tak dále bude pokračovat ve svém destruktivním počinání, nebo se oběť vzbouří a bude bojovat za možnost odchodu. Pokud se oběť ocitla v příliš silném a dlouhodobém ovládnutí, není již schopna uniknout ani bojovat.

⁸⁰ ŠEVČÍK, Drahomír a kol. *Domácí násilí: kontext, dynamika a intervence*. Praha: Portál, 2011, s. 21-26.

⁸¹ ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Forenzní psychologie*. 2. vydání. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2009, s. 237.

⁸² VOŇKOVÁ, Jiřina, LIENAU Marie. Jak dál v právní úpravě domácího násilí? *Gender, rovné příležitosti, výzkum*. 2002, 2002(1), s. 9-10.

⁸³ Ministerstvo vnitra České republiky: *PREVENCE KRIMINALITY* [online]. Praha: Ministerstvo vnitra České republiky, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://www.mvcr.cz/clanek/web-o-nas-prevence-dokumenty.aspx>.

⁸⁴ Příloha č. 2: Odsouzené osoby za vybrané trestné činy

V některých případech sice vyhledá psychiatra, psychoterapeuta nebo psychologa, ale odmítá se vracet k zásadním otázkám a jde jí pouze o to, aby unesla svou situaci podřízením a zbavila se přidružených symptomů a mohla se tvářit jakoby nic. Před dlouhodobou terapií dávají oběti přednost léčbě psychofarmaky, ale depresivní stavy nadále pokračují, což může vést ke zneužívání anxiolytik. Jakmile je totiž proces psychického týrání rozvinut, málokdy je možné jej zastavit jinak než odchodem oběti.⁸⁵

Rozchod, pokud je možné jej provést, je čistě jen záležitostí rozhodnutí oběti, nikoliv agresora. Ten se vždy při rozchodu pokládá za poškozeného a protahuje soudní řízení, vědom si toho, že jeho oběť spěchá a je tedy svolná k různým ústupkům, jen aby bylo vše co nejdříve skončeno. Agresor si většinou stěžuje na všechny možné strany, že byl poškozen, ale je to právě oběť, která přišla o všechno.⁸⁶

SHRNUTÍ:

Působení manipulátora v rodinných vztazích se většinou na počátku projevuje nenápadně. Nejsou patrné žádné významné okolnosti nasvědčující, že není něco v pořádku. K plnému propuknutí manipulace ze strany partnera často začíná docházet teprve ve chvíli, kdy dojde k nějakému konkrétnímu závaznému kroku, jako je například svatba, koupě společného domu, nebo třeba narození dítěte. Manipulace vůči partnerovi se projevuje ve fázi svádění a ve fázi násilí, která představuje ovládnutí oběti, která, ačkoliv se brání, ztrácí víc a víc svou sebeúctu a pociťuje zdravotní potíže.

U dítěte je působení manipulace neméně destruktivní. Oběť nedokáže pochopit situaci a je zoufalá, nedokáže si sama pomoci a jakákoliv pomoc blízkých se obrací proti nim i proti oběti. Dokud není oběť schopna situaci identifikovat a pojmenovat, upadá hlouběji do destruktivní nadvlády. Jestliže se však podaří oběti prozřít a pochopit situaci, do které se dostala, má naději na vysvobození. V České republice je celá řada center a institucí, napomáhající obětem násilného chování v partnerském vztahu a v rodině.

⁸⁵ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 179-180.

⁸⁶ HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002, s. 179-180.

4 Odborná pomoc obětem

Odborná pomoc obětem je vždy odvislá od schopnosti a možnosti manipulaci odhalit a uvědomění si manipulace, týrání, toho, že je manipulovaná osoba obětí. Pro obětí tohle uvědomění není zcela jednoduché, protože jim šířají pochybnosti o vlastní osobě. Po celé řadě nejružnějších utrpných zážitků a situací se některé oběti začínají uchýlovat k hledání informací na internetu a čtení knih, které by je mohly nasměrovat ke hledání řešení situace, do které se dostaly. Jakmile si obětí začne uvědomovat, v jaké se ocitla situaci a dokáže svůj vnitřní neklid pojmenovat a identifikovat, pochopí, že její případ není nijak výjimečný a ocitá se v šoku z její původní nevědomosti.

Manipulovaná osoba zjišťuje, že se jedná o typ chování, které lze rozpoznat. Přiznává si, že se stala obětí a přestane se obviňovat. Toto zjištění jí zpravidla uklidní a může začít s nápravou s cílem se oprostít od škodlivého vlivu. Před obětí stojí celá řada překážek, které musí překonat. Vyžaduje to nějaký čas, než nabyde znovu sebevědomí a bude schopna zase svobodně jednat a myslet, proto je potřeba, aby se obrnila trpělivostí a současně byla opatrná.

Obětí zkouší používat kontramanipulační techniky, vystupuje sebevědoměji a asertivně, čímž si pomáhá před dalšími stupňovanými výpady ze strany manipulátora. Pokud dokáže obětí identifikovat s jakým typem manipulátora má co dočinění, má možnost s tím pracovat a nenechávat se vtahovat do jeho her. Velmi však záleží na stádiu, v kterém se jejich vztah nachází. U psychopatického manipulátora narcistního typu může být tato patrná změna chování výzva k přitvrzení a použitá obrana se mine s účinkem. Zjišťuje si proto další a další informace, aby se mohla v situaci lépe zorientovat, přemýšlí, analyzuje a hledá vysvětlení a možnosti jak dál, jak si pomoci.⁸⁷

V České republice existuje celá řada specializovaných poraden, poradenských a intervenčních center a organizací, které nabízejí celou škálu služeb souvisejících s danou problematikou, které může obětí využít, zejména pokud obětí ze své situace nevidí žádné východisko. Tyto služby jsou buď poskytovány bezplatně, nebo za poplatek, který je vyšší zejména v případě soukromých subjektů poskytujících odbornou pomoc. V rámci nabízených služeb lze pracovat na nápravě nejen s jednotlivcem, ale také s dalšími členy rodiny, pokud mají zájem se na uzdravení rodiny a nápravě následků podílet.

⁸⁷ PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012, s. 77-78.

4.1 Sociální poradenství

Sociální poradenství se v České republice poskytuje na základě zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. Sociální poradenství je jako sociální služba poskytováno formou základního sociálního poradenství a odborného sociálního poradenství. V rámci sociálních služeb je poskytováno sociální poradenství, které je ze zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách, bezplatné. Sociální poradenství zahrnuje základní sociální poradenství a odborné sociální poradenství.

Základní sociální poradenství je dle § 2 odst. 1 uvedeného zákona bezplatné, dle § 37 odst. 2 poskytuje osobám potřebné informace přispívající k řešení jejich nepříznivé sociální situace. Základní sociální poradenství zejména poskytuje informace směřující k řešení nepříznivé situace, o formách pomoci a o základních právech a povinnostech osob v souvislosti s poskytováním sociálních služeb.⁸⁸

Odborné sociální poradenství zajišťuje zprostředkování kontaktu se společenským prostředím tak, že zprostředkovává navazující služby, poskytuje sociálně terapeutické činnosti jako je poradenství v oblasti práva, vzdělávání, psychologie a v oblasti orientace v sociálních systémech. Dále pak nabízí pomoc při uplatňování práv a oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí.⁸⁹

Zákon o sociálních službách definuje základní činnosti při poskytování sociálních služeb v manželských a rodinných poradnách, poradnách pro oběti trestných činů a oběti domácího násilí. Zahrnuje také sociální práci s osobami, jejichž způsob života může vést ke konfliktu se společností. Poskytovatelům sociálních služeb podle výše uvedeného zákona plynou též povinnosti. Mezi tyto povinnosti patří zajišťování dostupnosti informací o druhu, místě, okruhu osob, jimž se poskytují sociální služby, o kapacitě poskytovaných sociálních služeb a o způsobu poskytování sociálních služeb, a to způsobem srozumitelným pro všechny osoby. Vytvářet osobám, kterým poskytují sociální služby, takové podmínky, které jim umožní naplňovat jejich lidská a občanská práva.⁹⁰

Právě v manželských a rodinných poradnách a poradnách pro oběti trestných činů a oběti domácího násilí mohou oběti manipulace najít vhodné řešení svého problému. Rodinné poradenství se specializuje na řešení problémů a krizových situací vzniklých v partnerském soužití. Zabývá se konstruktivním řešením problémů a hledáním východisek z

⁸⁸ § 3 vyhlášky č. 505/2006 Sb., vyhláška, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů

⁸⁹ § 4 vyhlášky č. 505/2006 Sb., vyhláška, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů

⁹⁰ zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů

nepříznivé situace. Pracuje jak s jednotlivci, tak se skupinami. Poradenství je zpravidla interdisciplinárního charakteru, to je dáno zejména tím, že lidské vztahy a problémy mají velké množství příčin a důsledků. V rámci poskytování odborného poradenství jsou tedy na straně poskytující odbornou pomoc důležité znalosti a zkušenosti z oborů psychologie, pedagogiky, sociologie, lékařství a také z oboru práva.⁹¹

4.2 Intervenční centra

Intervenční centra jsou zařízeními sociálních služeb a jejich služby se řadí mezi služby sociální prevence, služby poskytované intervenčními centry jsou upravené § 60a zákona o sociálních službách a jejich služby jsou poskytovány bezplatně. Smyslem intervenčních center je pomoc osobám, které jsou ohrožené domácím násilím, při řešení jejich krizové situace a poskytnutí informací k jejich návratu zpět do běžného života. Cílovou skupinou jsou tedy osoby ohrožené domácím násilím, které jsou v ochranném režimu z důvodu vykazání osoby ze společné domácnosti a osoby, které chtějí svou situaci řešit a potřebují odbornou pomoc. Pokud došlo k vykazání osoby ze společného obydlí, intervenční centrum samo kontaktuje nejpozději do 48 hodin oběť a nabídne ji odbornou pomoc.⁹²

Intervenční centra poskytují sociálně terapeutické činnosti, pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí a zprostředkování následné pomoci. Služby intervenčního centra jsou poskytovány jako ambulantní, terénní nebo pobytové. Pomoc je poskytována ženám, mužům, seniorům i osobám se zdravotním postižením. Intervenční centra jsou zřizována v krajích, úzce spolupracují s Policií ČR a dalšími institucemi.⁹³

Intervenční centra jsou vybavena dostatečnými odbornými kapacitami napříč obory, jsou schopna oběti rychle a účinně pomoci, jejich výhodou je také skutečnost, že se oběti na intervenční centra mohou obracet anonymně. Intervenční centra ale pracují pouze s oběťmi, nemohou pracovat na nápravě přímo s agresorem.

4.3 Bílý kruh bezpečí

Bílý kruh bezpečí je spolek zapsaný v Registru poskytovatelů sociálních služeb Ministerstva práce a sociálních věcí a v Registru pomoci obětem trestných činů Ministerstva

⁹¹ NOVÁK, Tomáš. *Manželské a rodinné poradenství*. Praha: Grada, 2006, s. 23-25.

⁹² *Bílý Kruh Bezpečí: Pomoc obětem trestných činů v ČR* [online]. Praha: Bílý kruh bezpečí, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <https://www.bkb.cz/>.

⁹³ zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů

spravedlnosti. Poskytuje komplexní pomoc obětem trestných činů, pozůstalým a svědkům. Tato pomoc zahrnuje psychologické a sociální poradenství, poskytování právních informací a dalších praktických rad a potřebných informací.

Pomoc obětem je poskytována odborníky z oblasti psychologie, práva a také sociálními pracovníky. Tyto osoby jsou zpravidla uznávanými experty ve svém oboru. Základními principy poradenské činnosti Bílého kruhu bezpečí jsou bezplatnost sociálních služeb, nestrannost, nezávislost na politických, ekonomických a náboženských vlivech a nezávislost na státní správě a samosprávě a diskrétnost. V souvislosti s patologickými manipulacemi a domácím násilím lze uvést, že se Bílý kruh bezpečí také specializuje na pomoc obětem trestných činů, jako je týrání svěřené osoby, omezování osobní svobody, týrání osoby žijící ve společném obydlí a ublížení na zdraví.⁹⁴

4.4 Linky důvěry

Linky důvěry umožňují telefonický rozhovor, při kterém je možné řešit problémy, které vykazují naléhavost. Tento rozhovor probíhá se zachováním anonymity volající osoby. Linky důvěry, mimo poskytování pomoci nebo informací ke zvládnutí různých krizových situací, poskytují také informace o službách a kontaktech na vhodná zařízení. Mezi přednosti této služby patří snadná dostupnost a možnost linku kontaktovat kdykoliv je potřeba. Mimo anonymitu je předností linek také jejich dobrá dostupnost, odborná způsobilost pracovníků a provázanost s dalšími službami.

Existuje několik druhů těchto linek a několik jejich určení dle problémů, k jejichž řešení byly zřízeny. V České republice se jedná například o linky důvěry poskytující krizovou intervenci, sociální poradenství a krátkodobou terapii, nebo linky dětského krizového centra, které jsou určeny pro děti, rodiče, příbuzné anebo i odborníky, kteří se dostali do kontaktu se syndromem týraného, zneužívaného a zanedbaného dítěte. Obecně ale linky důvěry nabízejí služby všem lidem, kteří se nacházejí v krizové situaci a potřebují rychlou a snadno dostupnou pomoc.

Dětem a mládeži je speciálně určená linka bezpečí, při které je poskytována také možnost e-mailové komunikace či komunikace prostřednictvím chatu. Pro děti, které žijí s rodičem manipulátorem a dennodenně zažívají psychické týrání a další negativní projevy

⁹⁴ *Bílý Kruh Bezpečí: Pomoc obětem trestných činů v ČR* [online]. Praha: Bílý kruh bezpečí, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <https://www.bkb.cz/>.

narcistického rodiče, nabízí linka důvěry vhodnou formu pomoci, protože děti prakticky, aniž by vystoupili z anonymity, jiné možnosti nemají.⁹⁵

4.5 Poradenské služby ve školách a školských zařízeních

Ve školách a školských zařízeních jsou poskytovány bezplatné poradenské služby žákům a studentům a jejich zákonným zástupcům. Poradenství je poskytované zejména pedagogicko-psychologickými poradnami, školními psychology, výchovnými poradci a školními metodiky prevence. V pedagogicko-sociálních poradnách působí tým pracovníků skládajících se z psychologa, speciálního pedagoga a sociálního pracovníka. Jedním ze zaměření těchto poraden je poradenská intervence v případě životní krize a problémů, negativně ovlivňujících vzdělání dítěte. Jejich služby mohou přispět k vytváření vhodných podmínek pro zdravý sociální, fyzický a psychický vývoj dítěte a ke zdravému rozvoji jeho osobnosti.⁹⁶

4.6 Soukromé psychologické poradny a psychoterapeutická centra

V České republice působí celá řada soukromých psychologů a psychoterapeutických center, kteří jsou schopni poskytnout patřičnou pomoc a individuální odborné poradenství lidem, kteří se ocitají v obtížných životních situacích. Tyto soukromé instituce a soukromé osoby vykonávají svou činnost prostřednictvím placených konzultací, na které se osoby předem objednávají.

Osobám, které se na psychologa nebo psychoterapeutické centrum obracejí, je poskytováno individuální poradenství v oblastech, na něž je konkrétní centrum nebo psycholog specializován. Těmito oblastmi může být například poradenství v náročných životních situacích spojených s pocity smutku, vzteku, s depresí, nejistotou, nepochopením, stresem. V oblasti mezilidských vztahů se jedná například o manželské, partnerské, mezigenerační problémy, nebo problémy dospívajících, které mohou být doprovázeny konfliktními situacemi, domácím násilím a které narušují duševní či tělesnou rovnováhu člověka. Poradenství může být poskytováno také rodinám a partnerům v případě

⁹⁵ PSYCHOPORTAL.cz: *Linky důvěry* [online]. Praha: Psychoportal.cz, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://www.psychportal.cz/linky-duvery>.

⁹⁶ vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů

různých partnerských krizí. Tento typ poradenství se zakládá na důvěrnosti předávaných informací.⁹⁷

4.7 Jiné subjekty poskytující pomoc obětem

Také další subjekty poskytují pomoc obětem domácího násilí, různým způsobem, různým druhům obětí a v různém rozsahu, jedná se zejména o zapsané spolky a ústavy, nezisková centra věnující se obětem. Například centrum Rosa, zapsaný spolek, se zaměřuje na přímou komplexní pomoc ženám, které se staly oběťmi domácího násilí a jejich dětem. V rámci pomoci poskytuje odborně specializované poradenství a komplexní pomoc zahrnující krizovou intervenci, tvorbu bezpečnostního plánu, sociálně terapeutické poradenství, a poskytování utajeného azylového bydlení obětem domácího násilí.⁹⁸

Pomoc dětem, které zažívají domácí násilí, nabízí centrum Locika. Posláním centra je pomáhat dětem, které se staly nejen přímými oběťmi domácího násilí, ale také přihlížejícími svědky. Locika chrání zájmy dítěte a poskytuje dětem i rodičům odbornou a velmi citlivou pomoc. Cílem centra je minimalizovat případné dopady násilí tak, aby bylo dětem umožněno vyrůstat v rodinném prostředí bez násilí. Centrum Locika nabízí dětem a jejich rodičům osobní, e-mailové anebo telefonické poradenství. Podporu zdravých rodinných vztahů, bezpečný prostor pro práci s dětmi a propojení na další spolupracující odborníky v zájmu dětí.⁹⁹

SHRNUTÍ:

Situace obětí patologické manipulace nemusí být bezvýchodná, nezvládnutelná, oběť nebo její okolí musí manipulaci rozpoznat a oběť si musí sama uvědomit, že se stala obětí. V České republice působí řada specializovaných center a odborníků věnujících se dané problematice. Ať už se jedná o instituce zřizované na základě zákona, soukromé subjekty, neziskové organizace, všechny tyto instituce nabízejí obětem pomoc, je na oběti, zda se na ně obrátí.

⁹⁷ *DOBRÝ PSYCHOLOG: Jak si vybrat dobrého psychologa* [online]. Praha: DOBRÝ PSYCHOLOG, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <https://www.dobry-psycholog.cz/>.

⁹⁸ *ROSA nezisková organizace: ROSA spolek - stop násilí na ženách* [online]. Praha: ROSA — centrum pro ženy, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://rosa-os.cz/>.

⁹⁹ *Centrum Locika: Pomoc pro děti zažívající domácí násilí* [online]. Praha: ACORUS, z.ú., 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://www.centrumlocika.cz/>.

Každé centrum je zaměřeno na řešení problémů určitého druhu, poskytování typových služeb, řada z nich poskytuje své služby bezplatně nebo anonymně, některá se specializují výhradně na pomoc ženám a dětem, všechna centra obětem poskytují potřebné informace.

5 Výzkumné šetření

Výzkumné šetření bylo provedeno formou kvalitativního výzkumu. K provedení kvalitativního výzkumu byla zvolena metoda polostrukturovaného rozhovoru provedeného s odborníky zabývajícími se problematikou manipulace při výkonu své odborné praxe a s oběťmi manipulace.

5.1 Stanovení výzkumného cíle

Cílem výzkumu je analyzovat manipulaci v rodině z praktického hlediska, a to ze dvou různých pohledů. Za tímto účelem byly provedeny rozhovory s dvěma odborníky z oboru psychologie a psychoterapie a se dvěma ženami, které žily s manipulátory ve společné domácnosti.

K dosažení cíle výzkumného šetření byly respondentům položeny otázky, které byly speciálně uzpůsobeny k jednotlivým účelům zkoumání. Díky těmto otázkám byly získány odpovědi na výzkumné otázky, které jsou uvedeny zde:

- 1) Má dětství manipulátora vliv na patologii jeho osobnosti?**
- 2) Častějším cílem patologické manipulace v rodině je rodič nebo dítě?**
- 3) Jaké negativní dopady může mít manipulace na oběť?**
- 4) Dochází při manipulaci také k fyzickému násilí?**
- 5) Domnívají se respondenti, že odborná pomoc může přispět k vyřešení obtížené situace oběti?**

5.2 Metodologie, organizace výzkumu, cílová skupina

Pro dosažení hlavního cíle bakalářské práce byla v empirické části použita metoda kvalitativního výzkumu. Vzhledem k latenci problematiky a náročnosti zajištění osob, jichž se osobně problematika dotýká, je metoda kvalitativního výzkumu nejvhodnější.

Kvalitativní výzkum je možné charakterizovat jako typ výzkumu, u něhož lze dosáhnout výsledků, bez použití statistických procedur a jiných způsobů kvantifikace. Je to výzkum, který je využíván v psychologických a sociálních vědách a zaměřuje se na život, příběhy a chování lidí, nebo na jejich vzájemné vztahy. Může se také týkat například chodu

organizací a společenských hnutí. U kvalitativního výzkumu může dojít ke kvantifikaci některých údajů, ale samotná analýza je kvalitativní.¹⁰⁰

HENDL kvalitativní výzkum definuje jako „proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní, holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.“¹⁰¹

Kvalitativní výzkum je proveden na základě polostukturovaného rozhovoru. HENDL uvádí, že „vedení kvalitativního rozhovoru je uměním i vědou zároveň. Vyžaduje dovednost, citlivost, koncentraci, interpersonální porozumění a disciplínu. Je obvykle třeba učinit řadu rozhodnutí ohledně obsahu otázek, jejich formy i pořadí. Dále se musí uvážit možná délka rozhovoru. Tyto problémy se vyjasňují buď před interview, nebo až v jeho průběhu v závislosti na typu rozhovoru.“¹⁰²

Dle MIOVSKÉHO se řadí polostrukturovaný rozhovor mezi nejběžnější výzkumné metody při sběru potřebných dat. U strukturovaného rozhovoru je možné předem připravené otázky pro respondenty zaměňovat. Cílem zaměňování otázek je získat co nejvíce kvalitní a hodnotné odpovědi pro výzkum.¹⁰³

Přestože není počet dotazovaných respondentů vysoký, kvalitativní výzkum umožňuje získat mnoho informací, které mají neopakovatelný charakter.¹⁰⁴

Jestliže je rozhovor správně veden, měl by respondent i tazatel pociťovat dojem rovnocenné oboustranné komunikace. Je třeba brát zřetel na dva hlavní aspekty. Jedním je postoj ke sdělenému obsahu a druhý aspekt spočívá v přístupu k respondentovi. Úkolem tazatele je po dobu rozhovoru udržovat svým chováním motivaci dotazovaného. Podstatné je, aby tazatel měl neutrální postoj a neprojevoval žádné pozitivní ani negativní reakce, kterými by mohl ovlivnit obsah sdělení respondenta.¹⁰⁵

Organizace výzkumného šetření probíhala od února do dubna 2017. V průběhu února bylo osloveno 21 odborných psychologických a psychoterapeutických poradenských pracovišť. Kontaktování pracovišť proběhlo formou telefonické a e-mailové komunikace. I přes velkou pracovní vytíženost poradensky zaměřených profesí, se podařilo domluvit

¹⁰⁰ STRAUSS, Anselm, CORBIN, Juliet. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 1999, s. 10-12.

¹⁰¹ HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2012, s. 48.

¹⁰² HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2012, s. 166.

¹⁰³ MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006, s. 159.

¹⁰⁴ ŠVEC, Vlastimil, HRBÁČKOVÁ Karla. *Průvodce metodologií pedagogického výzkumu*. Zlín: Univerzita Tomáš Bati ve Zlíně, 2007, s. 55.

¹⁰⁵ HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2012, s. 172.

rozhovory se dvěma odborníky, kteří mají zkušenosti s danou problematikou. Současně v únoru proběhlo vyhledávání osob, které mají s problematikou manipulace osobní zkušenost. V tomto ohledu byly zajištěny dvě ženy, přičemž jedna z nich stále žije s manipulátorem ve společné domácnosti a druhá vztah s manipulátorem ukončila. Rozhovory se všemi čtyřmi osobami byly uzpůsobeny časovým kapacitám respondentů a jejich realizace probíhala převážně v březnu.

Rozhovory s odborníky trvaly přibližně 90 minut. Rozhovory s oběťmi byly vzhledem k citlivosti problematiky rozprostřeny na delší časový úsek, který byl potřebný pro navození a vytvoření vztahu vzájemné důvěry. Se souhlasem respondentů byly jejich odpovědi zaznamenávány nahrávacím zařízením, poté byly převedeny do psané podoby. Po vzájemné domluvě se všemi respondenty jsou rozhovory s ohledem na citlivost daného tématu anonymizované.

Pro obě skupiny respondentů byly zvoleny vhodně a důkladně sestavené otázky, které byly stěžejní pro kvalitní provedení výzkumu dané problematiky a k řešení hlavních výzkumných otázek. Některé otázky byly dále doplňovány dalšími sondážními otázkami, které vedly k hlubšímu prozkoumání problémové oblasti. Každý respondent měl vždy dostatek času na jejich zodpovězení, přičemž nebyl dán prostor žádným hodnotícím reakcím na odpovědi dotazovaných a byl dodržen neutrální postoj k obsahu sdělovaných informací. Některé rozhovory zahrnují krátké příklady, příběhy a rozvedení konkrétních situací, které jsou přínosem pro pochopení sdělované situace, což činí rozhovory velmi hodnotnými.

Základní otázky položené odborníkům:

- Setkáváte se v rámci své praxe s případy manipulace v rodině?
- Jak často se s manipulací v rodině setkáváte a na kom je praktikována?
- Jak byste popsal osobnost patologického manipulátora?
- Je manipulace častěji mířena na partnera nebo na dítě?
- Setkáváte se konkrétně přímo s manipulací jako s primárním problémem nebo manipulace vyplývá na povrch při řešení jiných problémů
- Rozlišujete manipulaci od psychického násilí?
- Dá se s manipulací v rodině pracovat? Je nějaká šance na nápravu vztahu s manipulátorem?
- Řešíte manipulaci v rámci terapie celé rodiny, nebo jen s obětí, popřípadě jen s manipulátorem?
- Jak se projevuje manipulace na dítěti?

- Jaké jsou následky manipulace pro oběť?
- Stává se, že manipulace přechází k fyzickému násilí?
- Pokud je přítomno i fyzické násilí, spolupracujete s policií?

Základní otázky položené obětem manipulace:

- Jak probíhal počátek vašeho vztahu? Kdy jste si začala uvědomovat, že ve vztahu není něco v pořádku?
- V jakém prostředí váš partner vyrůstal? Jaké má vztahy se svými rodiči?
- Jaký má váš partner vztah k vašim dětem?
- Co si o partnerovi myslí vaše okolí mimo rodinu? Jak se projevuje před jinými lidmi?
- Jak se váš partner chová k vám?
- Jaký je váš sexuální život?
- Mělo chování vašeho partnera vůči vám nějaký vliv na vaše zdraví?
- Zkusila jste vyhledat odbornou pomoc?
- Uvažovala jste o tom, že byste ze vztahu odešla?

5.3 Výsledky výzkumného šetření

Vlastní výzkum zahrnuje kvalitativní informace získané od čtyř respondentů. Jednotlivé rozhovory byly velmi individuální. První polovinu cílové skupiny tvoří odborníci s několikaletou praxí v oblasti rodinného poradenství a psychoterapie a druhá polovina je zastoupena ženami, které v rodině manipulátora zastávají roli oběti. Získané informace byly zpracovány s ohledem na pět výzkumných otázek. Pro přehlednost jsou základní vyzkoumané informace zpracovány v tabulkách, pod nimiž je shrnuta odpověď každého jednotlivého respondenta.

Základní identifikace respondentů

Respondent	R1	R2	R3	R4
pohlaví	muž	žena	žena	žena
role	psycholog	psychoterapeut	oběť	oběť
délka praxe v dané problematice	21 let	10 let		
délka osobní zkušenosti s danou problematikou			20 let	14 let

Tabulka č. 1 - Identifikace respondentů

Výzkumná otázka č. 1: Má dětství manipulátora vliv na patologii jeho osobnosti?

Respondent	R1	R2	R3	R4
Vliv dětství na osobnost manipulátora	ano	ano	ano	spíše ano

Tabulka č. 2 - Vliv dětství na osobnost manipulátora

Shrnutí odpovědi respondentů:

R1

Respondent v rozhovoru uvedl, že nějaká manipulace s dítětem má mít v rámci výchovy své místo. Jde o to, za jakým cílem rodič s dítětem manipuluje. Pokud je zdrojem manipulativního chování nezralost rodiče, který má pocit, že je dítě jeho majetkem, jedná se o manipulaci, která není pro dítě dobrá a vede pouze k uspokojování individuálních potřeb nezralého rodiče. Díky tomuto chování rodiče se utváří další generace psychopata. Respondent také odkazuje na odborný zdroj, kde je psychopatie jednoznačně dávana do souvislosti s deprivací v rodině.

R2

Respondentka uvedla, že pokud dítě dlouhodobě čelí psychickému nátlaku rodičů, uzavírá se do sebe. Jestliže dítě nebude rozvíjeno správných směrem, dochází v dospělosti k uplatňování stejných praktik, které zná z dětství.

R3

Respondentka dala chování manžela do souvislosti se vztahem k jeho vlastnímu otci. Otec se o něj moc nestaral. Od jeho otce se mu nikdy nedostalo uznání, na které čekal. V rodině panovaly také napjaté vztahy mezi jeho matkou a babičkou, které manžel respondentky pociťoval.

R4

Respondentka uvedla, že rodiče jejího partnera na něj v dětství kladli obrovské nároky. Pocházel z bohaté rodiny a rodiče si přáli mít syna, který rodinu reprezentuje. Vystudoval několik vysokých škol a vyrostl z něj velmi vzdělaný člověk, jinak však o sebe nijak nedbá. Respondentka si myslí, že se nemá rád a je to nešťastný člověk. N své děti tytéž nároky, které byly kladeny na něj, neklade.

Výzkumná otázka č. 2: Častějším cílem patologické manipulace v rodině je rodič nebo dítě?

Respondent	R1	R2	R3	R4
Cíl patologické manipulace v rodině	rodič i dítě	rodič i dítě	rodič i dítě	pouze rodič

Tabulka č. 3 – Cíl patologické manipulace v rodině

Shrnutí odpovědí respondentů:

R1

Respondent uvádí, že je těžké říct, zda jsou obětí manipulace častěji rodiče nebo děti. Manipulace probíhá jak v rovině partnerského vztahu tak směrem k dětem.

R2

Respondentka nedokáže posoudit, s čím se setkává nejčastěji, považuje to za vyrovnané.

R3

Respondentka zmiňuje, že ji její manžel uráží a shazuje. Nadává také na její příbuzné a dělalo by mu radost, kdyby s nimi respondentka neměla dobré vztahy. Respondentka také uvádí, že ji manžel několikrát napadl fyzicky. Jejich syny shazuje před jinými lidmi a vyjadřuje se o nich jako o dětech, které nic neumí. O děti má zájem, jen když je potřebuje zapojit do práce, jinak se o ně nezajímá. K cizím dětem je milejší, než ke svým vlastním.

R4

Respondentka uvádí, že bývalý přítel se dětem věnuje pouze navenek, aby působil jako dobrý otec. Dětem vše dovoluje a nezajímá se, jak se mají a jaký mají prospěch ve škole. Nemyslí si však, že dětem způsobuje psychickou újmu. Jediné co ji na jeho vztahu k dětem mrzí je, že uplatňuje rozdílnou výchovu a dětem vše dovoluje a následně ona je za tu špatnou. Respondentka také uvedla, že když partnera opustila, ošklivě ji před dětmi pomlouval. Manipulace byla dle výpovědi respondentky praktikovaná jen na ní, přítel byl učebnicový případ.

Výzkumná otázka č. 3: Jaké negativní dopady může mít manipulace na oběť?

Respondent	R1	R2	R3	R4
Negativní dopady manipulace na oběť	stres pokles sebedůvěry závislost sebevražda	stres zdravotní potíže sociální dopady sebevražda	stres zdravotní potíže fyzické násilí	stres zdravotní potíže snižená imunita sebevražda

Tabulka č. 4 – Negativní dopady manipulace na oběť

Shrnutí odpovědí respondentů:

R1

Respondent uvádí, že pokud oběť dlouhodobě žije v bezmocnosti a útlaku, tak se mění, je méně sebevědomý a méně odvážný. Posílení sebevědomí je velmi těžké, protože je osobnost oběti velmi poničená. Dalším problémem je prohlubující se závislost oběti na

manipulátorovi, která je přesvědčená, že je bez něj nic, je ztracená a může dojít až k sebevraždě.

R2

Respondentka uvádí, že se dopady na oběti projevují ve třech rovinách, a to v rovině biologické, která se může projevovat například zvracením nebo pícháním na hrudi, v rovině psychické, která se projevuje úzkostí, depresi, ale také sebevraždou a v rovině sociální, například podobě zhoršené komunikace s druhými lidmi.

R3

Respondentka uvádí, že se u ní projevovaly zdravotní potíže, jako chronické astma, problémy se zády a kožní choroba pityriasis rosea, se kterou se léčila i v nemocnici. Respondentka to přičítá trvalému stresu a dušení se ve vztahu. Rovněž je pravidelně vystavována občasným fyzickým útokům v podobě facky, sražení na zem nebo úderu do obličeje plácačkou na mouchy.

R4

Respondentka uvádí, že pociťovala neustálý stres a také veliký strach a zoufalství. Stres se projevoval také na jejím fyzickém vzhledu a na snížené imunitě, která se projevovala v častých onemocněních. Přemýšlela také nad sebevraždou.

Výzkumná otázka č. 4: Dochází při manipulaci také k fyzickému násilí?

Respondent	R1	R2	R3	R4
Fyzické násilí při manipulaci	ano	ano	jen částečně	ne

Tabulka č. 5 – Fyzické násilí při manipulaci

Shrnutí odpovědí respondentů:

R1

Respondentova odpověď zněla ano. Zejména se to stává u typu manipulátorů, kteří pracují se silovou manipulací. Respondent to popisuje jako zesílený argument psychického násilí a manipulace. Silová manipulace není jen výsadou mužů, ale také žen. Záleží také na míře afektu. Muži však převažují, protože mužská agresivita je neurofyzilogicky a evolučně podloženější.

R2

Respondentka uvádí, že se to stává, záleží na inteligenci agresora a na schopnosti oběti se ubránit. Vliv přičítá také prostředí, ve kterém agresor vyrůstal.

R3

Respondentka uvádí tři příklady, kdy ji partner fyzicky ublížil. Jeho výpadům vůči ní však vždy předcházelo, že se ho nějakým způsobem fyzicky dotkla. Násilí probíhá víceméně v psychické rovině, kdy se ji snaží vyprovokovat slovně a ve chvíli, kdy projeví nějakou slabou fyzickou reakci, vrátí jí to fyzickým ublížením. Znaky plného fyzického násilí však popisovaná situace nevykazuje.

R4

Respondentka v rozhovoru uvádí, že jí bývalý přítel fyzicky nikdy neublížil

Výzkumná otázka č. 5: Domnívají se respondenti, že odborná pomoc může přispět k vyřešení obtížené situace oběti?

Respondent	R1	R2	R3	R4
Vyřešení situace s využitím odborné pomoci	ano	ano	ne	ne

Tabulka č. 6 – Vyřešení situace s využitím odborné pomoci

Shrnutí odpovědí respondentů:

R1

Respondent uvádí, že pokud je manipulace pouze v komunikační rovině, je optimální pracovat se všemi, kteří se na manipulaci podílejí. Pokud je manipulace pouze špatně naučeným komunikačním vzorcem a ten člověk to cítí a chce tu změnu, dá se s tím pracovat. Psychopaté ale své chování nevnímají jako problém. Je nezbytné pracovat i s obětí, protože ta je také odpovědná. Zejména pokud přijde samotná oběť a je tedy jediná, s kým je možné pracovat. Oběti často očekávají, že situaci za ně někdo vyřeší, ale ony jsou ty, které se do toho dostaly a pouze ony si mohou pomoci. Jediné funkční řešení je rozvod a toto řešení je pro ně bolavé. Úloha v poradenství není oběť utišit, ale řešit vzniklý problém.

R2

Respondentka uvádí, že v rámci terapie se dá s rodinou pracovat. U osob s narcistickou poruchou osobnosti je třeba komunikovat s velkou opatrností. Pokud se podaří dát mu najevo pochopení a uznat jeho emoce, dá se s ním pracovat. Pokud však informace nepřipouští, nemá terapie smysl.

R3

Respondentka uvádí, že opakovaně navštívila psychologa a přesvědčila k tomu také manžela. Psycholog jí řekl, že manžel žádné problémy ve vztahu nevidí a je na jejím zvážení, zda chce v nefunkčním vztahu dále setrvávat.

R4

Respondentka v době, kdy byla ve vztahu, navštívila psychologa. Je to už delší doba a na detaily si nevzpomíná, zmínila však, že jí psycholog nepomohl.

5.4 Shrnutí výzkumného šetření

Cílem výzkumného šetření byla kvalitativní analýza problematiky manipulace vyskytující se v rodině. Na základě odpovědí respondentů v rámci polostrukturovaných rozhovorů bylo možné snadno proniknout do tématu v praktické rovině, analyzovat vzniklé problémy více do hloubky a identifikovat teoretické poznatky.

Z rozhovorů s respondenty byly zjištěny nejen informace odpovídající na výzkumné otázky, ale také mnoho dalších informací, které je třeba zmínit. Z rozhovorů s odborníky vyplývá, že manipulace se objevuje téměř u všech případů řešených v rámci manželského a rodinného poradenství a že i psychopatičtí manipulátoři využívají služby odborného poradenství, i když zpravidla za jiným účelem, než za účelem vyřešení problému, což bylo potvrzeno i v jednom z rozhovorů s obětí.

Z výzkumných otázek vyplynulo, že prostředí, ve kterém manipulátor v dětství vyrůstá, má velmi značný vliv na patologii jeho osobnosti. U odborníků byla odpověď jednoznačná a u obětí vedl popis dětství jejich partnerů taktéž k potvrzení této skutečnosti. U poslední respondentky byla popisována pravděpodobná příčina negativního vlivu, který mohl přispět k situaci, že její bývalý partner je psychopat, nicméně mohly k tomu přispět i jiné okolnosti, které nebyly respondentce známy.

Otázka, která vedla ke zjištění, na koho je manipulace v rodině cílena, měla ve třech případech shodné odpovědi. Odborníci nejsou schopni s jistotou tvrdit, zda je ve více případech manipulace zaměřena na dítě nebo na partnera. U jedné z obětí byla manipulace ze strany manžela patrná jak ve vztahu k ní, tak i ve vztahu k dítěti. Respondentka R4 uvedla, že otec se dětem věnoval jen na oko pro lidi z okolí a záleželo mu na tom, aby působil jako vzorný otec především navenek, jinak se o děti nezajímal. Psychické následky na dětech však respondentka, možná snad díky její vlastní péči o děti, nezaznamenala. U obou respondentek bylo také vysledováno, že každá z nich má muže manipulátora jiného typu. Zatímco respondentka R4 žila s manipulátorem, kterého lze dle typologií uvedených v teoretické části, identifikovat jako sympatického a vzdělaného manipulátora. Respondentka R3 žije s manipulátorem využívajícím agresivní formy manipulace a odpovídá dle typologie typu drsňáka a posledního spravedlivého. U respondentek obětí bylo v rámci rozhovorů vyzorováno také několik technik manipulací. Velmi patrně z jejich vyprávění vyplynula například technika zasívání sváru, navozování pocitů viny, devalorizace a gaslighting.

Negativní dopady manipulace se dle respondentů podepisují především na psychické stránce osobnosti, a to zejména ve formě stresu, na čemž se shodli všichni respondenti. Dále se na oběti manipulace projevují v podobě různých zdravotních potíží odvíjejících se od stresu a také v sociální oblasti. Zajímavé výzkumné zjištění také je, že odborníci se opravdu setkávají s případy, kdy si oběť sáhne na život, jedna z obětí zmínila, že skutečně o sebevraždě uvažovala.

U otázky vztahující se k fyzickému násilí odborníci opět potvrdili, že se manipulace může v domácí násilí rozvinout. Záleží především na typu manipulátora, přičemž větší

předpoklad je u takzvaného silového manipulátora. Sklony k násilí lze také hledat u manipulátora, který sám jako dítě fyzické násilí zažíval. Toto tvrzení bylo opět částečně potvrzeno respondentkou R3, kde se známky fyzického násilí, byť jen v malé míře, vyskytují a jejíž muž byl identifikován jako typický silový manipulátor.

Odborná pomoc vede dle odborníků k přispění vyřešení obtížné situace, velmi však záleží na tom, jak si oběť řešení situace představuje. Odborníci se shodují, že je možné v rámci poradenství problém vyřešit, ale jen pokud oběť podnikne potřebné kroky. V rámci odborného poradenství je oběť obeznámena s tím, co je třeba podniknout, aby přestala být obětí. Pokud oběť očekává, že se situace vyřeší sama, problém nebude vyřešen. Velkou roli zde však hraje také závislost, kterou si oběť postupně vytvoří k manipulátorovi. Respondentka R3 vyhledala odbornou pomoc hned několikrát, byla obeznámena s tím, že manipulace ze strany jejího muže je neřešitelná, protože si neuvědomuje žádný problém, bylo jí také doporučeno, aby zvážila další setrvání ve vztahu, přesto s manipulátorem žije dále. Odborná pomoc v tomto případě tedy nebyla natolik účinná, aby přispěla k vyřešení její situace.

Respondentka R4 rovněž navštívila psychologa v době, kdy nevěděla, jak dál, uvedla, že v jejím případě jí odborná pomoc také nepomohla. V jejím případě byla situace natolik kritická, že už neměla na výběr a volila mezi možnostmi sebevraždy anebo dalším prodlužováním utrpení. Pomocnou ruku jí nakonec poskytla přítelkyně, která ji povzbudila k odchodu a poskytla jí k tomu vhodné podmínky.

Závěr

Cílem bakalářské práce bylo analyzovat patologickou manipulaci, která probíhá v základní rodině, prostředky k obraně proti manipulaci a možnosti odborné pomoci, které mohou oběti manipulátorů využít. Stanoveného cíle bylo dosaženo, v bakalářské práci se podařilo propojit teoretické poznatky se skutečnými příběhy lidí, kteří se s manipulací setkávají každodenně. V lepším případě je to jen v rámci profese, kterou vykonávají, v tom horším případě je důvodem jejich kontaktu s manipulací vztah s psychopatickým partnerem.

V této práci byla analyzována manipulace a s ní související problematika s důrazem na její patologickou podobu, tedy manipulace prováděná ze strany narcistních, psychopatických lidí, kteří se každodenně přiživují na sebedůvěře a utrpení svých obětí, svých partnerů, dětí. Manipulátoři užívají různé techniky, které obětem mohou přivodit závažné psychické problémy, které dále somatizují do podoby fyziologických potíží.

Z rozhovorů s odborníky vyplývá, že velký podíl viny na trvání vzniklé situace může mít i samotná oběť. Oběť sama může manipulaci ukončit, tuto skutečnost si ale velmi často neuvědomuje. Rozhovory s oběťmi tento stav potvrzují, protože nelze logicky vysvětlit, proč dále přetrvávají v partnerském vztahu, když jim nepřináší žádnou podporu, žádné potěšení, nic jim nedává, pouze bere.

V současných rodinách je zkoumaný jev závažným problémem, dochází k němu skrytě a v různé intenzitě. Manipulace mezi blízkými osobami není normální. Nikdo si nesmí přisvojovat právo zacházet se svými blízkými jako s věcmi, vyvíjet na ně psychický tlak, patologicky působit na jejich vývoj, chování nebo osobnost. V některých rodinách k tomuto jevu bohužel dochází, zcela mimo kontrolu veřejnosti. Oběti jednání manipulátorů nejsou povinny je strpět, žít v permanentním napětí, které má potenciál se stále stupňovat. Aktivita k zabránění působení manipulací musí vycházet od samotných obětí a osob obětí blízkých, stojících na jejich straně. Oběti musí pochopit, že jsou manipulovány, že se obětí staly, nesmí si nechávat své pocity jen pro sebe, odpovědnost za vznik situace leží totiž na bedrech manipulátora, proto oběti nemají důvod se za svá přiznání stydět. Vždy existuje způsob, jak tento latentní problém efektivně vyřešit v jejich prospěch.

Seznam použitých zdrojů

Monografie

ARABI, Shahida. *Becoming the Narcissist's Nightmare: How to Devalue and Discard the Narcissist While Supplying Yourself*. BookBaby, 2016. 524 s. ISBN 978-1-48-358951-0.

CONWAY, Helen L. *Domáci násilí: příručka pro současné i potenciální oběti se zákonem č. 135/2006 Sb. platným od 1. ledna 2007*. Praha: Albatros, 2007. 158 s. ISBN 978-80-00-01550-7.

ČÍRTKOVÁ, Ludmila. *Forenzní psychologie*. 2. vydání. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2009. 446 s. ISBN 978-80-7380-213-4.

EIGUER, Alberto. *Le Pervers narcissique et son complice*. 4. vydání. Paris: Dunod, 1996. 240 s. ISBN 978-2100570126.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. 776 s. ISBN 80-7178-303-X.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2012. 407 s. ISBN 978-80-262-0219-6.

HIRIGOYEN, Marie-France. *Psychické násilí v rodině a v zaměstnání*. Praha: Academia, 2002. 229 s. ISBN 80-200-0994-9.

JIŘINCOVÁ, Božena. *Efektivní komunikace pro manažery*. Praha: Grada, 2010. 138 s. ISBN 978-80-247-1708-1.

KASSIN, Saul. *Psychologie*. Brno: Computer Press, 2007. 771 s. ISBN 978-80-251-1716-3.

KLIMEŠ, Jeroným. *Partneři a rozchody*. 4. vydání. Praha: Portál, 2015. 239 s. ISBN 978-80-262-0979-9.

LEMERT, Bernard. *L'Enfant et le désamour*. L'Srbre su milieu, 1989. 142 s. ISBN 978-2-907046-02-2.

MATOUŠEK, Oldřich. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 3. vydání. Praha: Sociologické nakladatelství, 2003. 161 s. ISBN 80-86429-19-9.

MILLER, Alice. *C'est pour ton bien: Racines de la violence dans l'éducation de l'enfant*. Paris: Aubier, 1984. 320 s. ISBN 2-7007-0372-3.

MIOVSKÝ, Michal. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada, 2006. 332 s. ISBN 80-247-1362-4.

NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014. 152 s. ISBN 978-80-262-0682-8.

NAZARE-AGA, Isabelle. *Nenechte sebou manipulovat*. 7. vydání. Praha: Portál, 2014. 261 s. ISBN 978-80-262-0652-1.

NOVÁK, Tomáš. *Manželské a rodinné poradenství*. Praha: Grada, 2006. 108 s. ISBN 80-247-1316-0.

PONCET-BONISSOL, Yvonne. *Psychický nátlak v rodině*. Praha: Portál, 2012. 110 s. ISBN 978-80-262-0153-3.

POSPÍŠIL, Miroslav. *Slovní manipulace v komunikaci, jak vyzrát nad lží a chytráctvím, aneb, Jak rychle, vtipně a efektivně reagovat a vyhrát, jak bravurně zvládat těžké situace*. Plzeň: M. Pospíšil, 2008. 371 s. ISBN 978-80-903529-2-6.

PRAŠKO, Ján, PRAŠKOVÁ, Hana. *Asertivitou proti stresu*. Praha: Grada, 1996. 184 s. ISBN 978-80-247-1697-8.

ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie*. Brno: Paido, 1998. 268 s. ISBN 80-85931-48-6.

SHOSTROM, Everett Leo. *Man, The Manipulator: The inner journey from manipulation to actualization*. New York: Abingdon Press, 1988.

STRAUSS, Anselm, CORBIN, Juliet. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 1999. 228 s. ISBN 80-85834-60-x.

ŠEVČÍK, Drahomír a kol. *Domácí násilí: kontext, dynamika a intervence*. Praha: Portál, 2011. 186 s. ISBN 978-80-7367-690-2.

ŠVEC, Vlastimil, HRBÁČKOVÁ Karla. *Průvodce metodologií pedagogického výzkumu*. Zlín: Univerzita Tomáš Bati ve Zlíně, 2007. 129 s. ISBN 978-80-7318-547-3.

WRÓBEL, Alina. *Výchova a manipulace: podstata manipulace, mechanismy a proces, vynucování a násilí, propaganda*. Praha: Grada, 2008. 199 s. ISBN 978-80-247-2337-2.

Legislativa

ČESKO. Sdělení federálního ministerstva zahraničních věcí č. 104/1991 Sb., o sjednání úmluvy o právech dítěte. 1991. In: *Sbírka zákonů České republiky*. Dostupné z: http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/SearchResult.aspx?q=104/1991&typeLaw=zakon&what=Cislo_zakona_smlouvy.

ČESKO. Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2007. Dostupné z: http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/SearchResult.aspx?q=108/2006&typeLaw=zakon&what=Cislo_zakona_smlouvy.

ČESKO. Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů. In: *Sbírka zákonů České republiky*.

2005. Dostupné z: http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/SearchResult.aspx?q=72/2005&typeLaw=zakon&what=Cislo_zakona_smlouvy.

ČESKO. Vyhláška č. 505/2006 Sb., vyhláška, kterou se provádějí některá ustanovení zákona o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů. In: *Sbírka zákonů České republiky*. 2007. Dostupné z: http://aplikace.mvcr.cz/sbirka-zakonu/SearchResult.aspx?q=505/2006&typeLaw=zakon&what=Cislo_zakona_smlouvy.

Další zdroje

VOŇKOVÁ, Jiřina, LIENAU Marie. Jak dál v právní úpravě domácího násilí? *Gender, rovné příležitosti, výzkum*. 2002, 2002(1), s. 9-10.

Internetové zdroje

Bílý Kruh Bezpečí: Pomoc obětem trestných činů v ČR [online]. Praha: Bílý kruh bezpečí, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <https://www.bkb.cz/>.

Centrum Locika: Pomoc pro děti zažívající domácí násilí [online]. Praha: ACORUS, z.ú., 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://www.centrumlocika.cz/>.

DOBŘÝ PSYCHOLOG: Jak si vybrat dobrého psychologa [online]. Praha: DOBŘÝ PSYCHOLOG, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <https://www.dobry-psycholog.cz/>.

Ministerstvo vnitra České republiky: PREVENCE KRIMINALITY [online]. Praha: Ministerstvo vnitra České republiky, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://www.mvcr.cz/clanek/web-o-nas-prevence-dokumenty.aspx>.

Odsouzené osoby za vybrané trestné činy [online]. Praha: Český statistický úřad, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/cs/index.jsf?page=vystup-objekt&pvo=KRI03&pvoc=&katalog=31008&z=T#w=>.

PSYCHOPORTAL.cz: Linky důvěry [online]. Praha: Psychoportal.cz, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://www.psychportal.cz/linky-duvery>.

ROSA nezisková organizace: ROSA spolek - stop násilí na ženách [online]. Praha: ROSA — centrum pro ženy, 2017 [cit. 2017-04-16]. Dostupné z: <http://rosa-os.cz/>.

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 - Identifikace respondentů

Tabulka č. 2 – Negativní dopady manipulace na oběť

Tabulka č. 3 – Cíl patologické manipulace v rodině

Tabulka č. 4 – Negativní dopady manipulace na oběť

Tabulka č. 5 – Fyzické násilí při manipulaci

Tabulka č. 6 – Vyřešení situace s využitím odborné pomoci

Přílohy:

Příloha č. 1: 30 charakteristických znaků manipulátora

30 charakteristických znaků manipulátora

1. Navozuje u ostatních pocit viny a dovolává se přitom rodinných vztahů, přátelství, lásky, profesionální zodpovědnosti atd.
2. Přenáší zodpovědnost na druhé nebo se ze své zodpovědnosti snaží vykroutit.
3. Nesděljuje svoje své žádosti, potřeby, city a názory.
4. Obvykle odpovídá neurčitě.
5. Mění své názory, chování a city podle situace nebo osoby, s níž je ve styku.
6. Svě žádosti zakrývá logickými důvody.
7. Dává druhým najevo, že nesmějí nikdy měnit názor, musí být dokonalí, všechno vědět a reagovat okamžitě na žádosti i otázky.
8. Zpochybňuje kvality, schopnosti a osobnost druhých, nenápadně druhé kritizuje a soudí, hovoří o nich s despektem.
9. Nechává své vzkazy vyřizovat jinými lidmi nebo se uchyluje k nepřímému sdělení (místo osobního rozhovoru telefonuje, nechává vzkazy písemně).
10. Zašívá nešvár, podněcuje podezřavost, rozděluje, aby mohl lépe panovat, a je schopen rozvrátit manželství.
11. Dokáže ze sebe dělat oběť, aby ho ostatní litovali (přehání závažnost nemoci, stěžuje si na nesnesitelné lidi ve svém okolí, na pracovní přetížení apod.).
12. Nedbá na žádosti druhých (i když tvrdí pravý opak).
13. Využívá morálních zásad druhých k naplnění vlastních potřeb (k jeho oblíbeným pojmům patří lidskost, milosrdenství, rasismus, hodnocení „dobrá“ nebo „špatná“ matka apod.).
14. Skrytě vyhrožuje nebo zcela otevřeně vydírá.
15. Neomaleně mění téma uprostřed hovoru.
16. Vyhýbá se pracovním schůzkám a poradám, utíká z nich.

17. Zaměřuje se na neznalosti druhých a snaží se vyvolat dojem, že „má navrch“.
18. Lže.
19. Hlásá lež, aby se dověděl pravdu, překrucuje a interpretuje výroky druhých.
20. Je egocentrický.
21. Závídí třeba i partnerovi nebo vlastním dětem.
22. Nesnáší kritiku a dokáže popírat zcela zřejmá fakta.
23. Nedbá na práva, potřeby a přání druhých.
24. Velmi často žádá, vydává pokyny a nutí druhé jednat na poslední chvíli.
25. Jeho slovní projev zní logicky a koherentně, avšak jeho postoje, činy nebo způsob života svědčí o pravém opaku.
26. Užívá lichotek, aby se zalíbil, dává dárečky nebo nečekaně prokazuje drobné služby.
27. V jeho přítomnosti se lidé cítí nepříjemně a nesvobodně.
28. Jde za svými cíli velmi důsledně, ale na úkor druhých.
29. Přiměje nás dělat věci, které bychom pravděpodobně o vlastní vůli nedělali.
30. Lidé, kteří ho znají, o něm stále hovoří, i když není přítomen. |

Zdroj: NAZARE-AGA, Isabelle. *Láska a manipulace*. 3. vydání. Praha: Portál, 2014, s. 14-30.

Příloha č. 2: Odsouzené osoby za vybrané trestné činy

	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Celkem odsouzeno osob	67 561	69 445	75 728	75 761	73 787	70 651	70 160	71 471	77 976	72 825	65 569
z toho											
nedovolená výroba a držení omamných a psychotropních látek a jedů, šíření toxikomanie	1 326	1 445	1 382	1 360	1 542	1 650	1 865	2 080	2 522	2 854	2 708
zanedbání povinné výživy	7 174	7 120	6 066	6 081	6 157	8 656	9 693	9 562	11 154	9 803	8 160
týrání osoby žijící ve společně obývaném bytě nebo domě	134	225	255	254	281	271	283	321	291	285	252
vražda	153	121	118	133	136	105	120	107	121	132	112
ublížení na zdraví, rvačka	3 082	2 714	2 390	2 184	3 020	2 689	2 699	2 776	4 528	2 971	2 870
loupež	1 608	1 532	1 411	1 291	1 327	1 501	1 353	1 384	1 388	1 106	1 007
znásilnění a pohlavní zneužívání	491	468	455	479	519	544	494	521	535	529	515
krádež, zpronevěra, podvod	21 263	20 201	18 747	17 995	20 897	20 659	21 058	22 859	25 052	23 032	18 847
trestné činy v dopravě	7 969	10 101	21 250	24 511	22 665	18 306	17 036	16 306	16 903	16 715	16 055
ostatní trestné činy	24 361	25 518	23 654	21 473	39 140	32 634	30 658	29 908	50 460	48 516	45 770

Zdroj: *Odsouzené osoby za vybrané trestné činy* [online]. Praha: Český statistický úřad, 2017 [cit. 2017-04-16].
Dostupné z: <https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/cs/index.jsf?page=vystup-objekt&pvo=KRI03&pvokc=&katalog=31008&z=T#w=>.

Příloha č. 3: Rozhovor s respondentem R1

Psycholog, poradna pro rodinu, 21 let praxe

Setkáváte se v rámci své praxe s případy manipulace v rodině?

„Téměř každý případ manželského či rodinného poradenství se více či méně dotýká manipulativního chování. Nelze říci, že každé manipulativní chování je v principu výrazně patologické. Manipulace, neboli „manus pullare“ - úchop rukou, lze vidět například u matky, když se jí narodí dítě a musí s ním manipulovat, přenášet jej z místa na místo. Manipulace je zacházení s druhým člověkem bez jeho souhlasu, nebo respektive tak, aniž bychom se jej ptali na projev jeho svobodné vůle. Někdy může být manipulace ku prospěchu tomu člověku, ale porušení této svobodné vůle, jeho autonomie. Hlavní rys manipulace je, že s druhým přímo zacházím, že jej mám ve svých rukou. Manipulace je standardní součástí života, nikdo z nás nemůže nemanipulovat. Měli bychom ale manipulovat třeba jen v rámci výchovy. Partnerství je o svobodě, tam spíše doporučujeme manévrování. Manévr ve smyslu, že já nějak uhnu, než že já něco s někým udělám. Něco s někým udělat už je manipulace. Uhnout aniž bych se dotkl.“

„Proč se často setkáváme v manželských poradnách s manipulací, je proto, že jsme k ní vedeni. Direktivní nebo manipulativní výchova; jsme vedeni k tomu, že máme nějakou moc, máme bojovat za pravdu. Dokonce na prezidentské standartě je uvedeno, že pravda vítězí. Bohužel bojování za pravdu je typická manipulace, protože pravda prostě existuje, není třeba za ni bojovat, ona sama o sobě je. Pokud má někdo na transparentu, že bojuje za pravdu, u toho je už typicky podezřelý, za jakou pravdu a proč to dělá, k čemu je mu to dobré. Takže jsme k tomu vedeni. Spousta lidí vnímá manipulaci jako standard a ani neví, že vlastně manipulují. To je třeba ta láskyplná manipulace, typická manipulace žen, matek „já vím, co mé dítě potřebuje, vím co je pro něj dobré“, dokáže zdeformovat duši toho dítěte. Pak je zde mocenská manipulace, ta je predátorská, to znamená, že jde druhému o zisk, o moc, potřebuje ostatní lidi zkonsumovat ke svému zisku. Tento typ psychopatů vnímá lidi jako nástroj ke svému úspěchu, nebo přímo jako oběti. A pak je měkčí forma manipulace – vnímají je jako nástroje. Manipulují tedy s nimi s pocitem oprávnění, že když se ten člověk nechá, tak mu dává najevo, že s ním má právo manipulovat.“

Jak často se s manipulací v rodině setkáváte a na kom je praktikována?

„S manipulací se setkávám běžně. Téměř v každém případě, rodinného, partnerského poradenství se nějaká manipulace vyskytuje. Svým způsobem je to vlastně i běžná součást vztahové, mezilidské roviny. Ne každá manipulace musí být nezbytně vnímána jako patologická, nebo má patologické dopady. Co by ale měla manipulace z mého pohledu obsahovat, abychom ji tak mohli nazývat je, že jeden člověk manipulátor zachází s druhým člověkem bez ohledu na jeho svobodnou vůli, že ho má ve svých rukách. Například ve výchově je to nezbytně nutné, taková ta klasická konzervativní výchova s limity. Já osobně jsem zastáncem konzervativní výchovy, je to částečně výchova manipulující. To, že rodič to dítě drží, tam ho nepustí, tam ho omezí, to je manipulace, a rozhodně bych neřekl, že je nezdravá, naopak bych řekl, že nezdravá může být výchova zcela volná, nemanipulující. V případě manipulace patologické, to znamená, že jeden s druhým nebo s jinými lidmi manipuluje a tím to způsobuje problémy nebo obtíže. Jde o takzvané získávání moci, získávání kontroly, výhody. Vycházejme z toho pragmatického předpokladu, že cokoliv člověk dělá, dělá kvůli nějakému motivu, kvůli nějakému zisku, naplnění své osobní potřeby. Do jaké míry to je patologické, nebo není, se různí. I psychopat se chová tak aby něco získal. Mimochodem, manipulace je typickým rysem psychopatů.“

Jak byste popsal osobnost patologického manipulátora?

„Jsou doporučení, že by se slova psychopat nebo sociopat neměla používat, v DSM – mezinárodní klasifikaci mentálních poruch, se používá pojem „poruchy osobnosti“. Nicméně já se přimlouvám za používání slova psychopat, protože na jednu ránu vysvětlí o člověku, kdo to asi je. Psycho – psychické, socio – vztahové a pat – patologické, nezdravé. Když hovořím o psychopatovi, ne vždy musím mluvit o nějakém predátorském psychopatovi, jehož cílem je sežrání druhých lidí, jejich likvidace, nebo jejich využití. Mohou být lidé psychopatičtí a třeba to z jejich pohledu myslí láskyplně“

„Český expert na psychopatii, doktor František Koukolík, už od prvních knih psaných začátkem devadesátých let, píše o psychopatech v politice, ve strukturách velkých firem, kde je vyšší procento lidí, psychopatů a hlavním zdrojem moci je právě úspěšná manipulace. Dává psychopatii zcela jednoznačně do souvislosti s deprivací v rodině, která je natolik masivní, že zanechává trvalé stopy v tom neurofyziologickém obraze člověka. To znamená, že výchova psychopata v dětství, je v tom jeho prostředí tak intenzivní, že trvale formuje tělo a neurofyziologické struktury mozku. Proč to zmiňuji, Koukolík mluví o takzvaně sociálně zdatných psychopatech, což jsou právě ti lidé, kteří se stávají místa lídrů ve společnostech,

politice, a různých partách. Můžeme je najít v pouličních partách mezi feťáky, mezi generálními řediteli firem, stejně jako je můžeme najít mezi faráři, anebo třeba mezi skautskými vedoucími. Jsou to lidé, kteří, přestože mají tuto poruchu osobnosti, která se projevuje třeba sníženou mírou vztahové empatie, ale i láskyplné empatie, tedy schopnosti sdílet, altruismu, nastavení na sebe (narcismem), tak zároveň jsou velmi dovední ve vytváření dojmu a mají charisma. A z tohoto důvodu mají ten obrovský vliv. Pokud je to predátorský typ psychopata, tak oběti zjistí, že jsou vlastně požírány nebo svým způsobem zneužívány k otroctví, až ve chvíli, kdy jsou hluboko v pasti a zároveň jsou závislí. Typické je to u manželů/ manželek. To znamená, že dívka se zamiluje do úžasného charismatického, úspěšného člověka, nebo může být i neúspěšný, třeba je to loser z ulice, ale má úžasné filosofické názory na svět a probere se v situaci se dvěma dětmi, kdy ten člověk ji psychicky i fyzicky týrá a ona najednou zjišťuje, že je to jen loser, že nic nedokázal, že o těch věcech jen fantazíruje, ale že už je pozdě, už v tom prostě je. Zároveň už ona prožívá verzi Stockholmského syndromu, to znamená, že ona ví, že ten člověk ji ničí, ale zároveň už z toho nemůže vyjít a obhajuje jej, bere vinu sama na sebe a tak podobně. Ale stejně tak to může být celý národ ten, který si uvědomuje, že ten komu dávali důvěru, je pouze psychopat, který v jistém správném načasování pronesl třikrát ano a lidé následně reagují jako ovce.“

Je manipulace častější mířena na partnera nebo na dítě?

„Těžko říct. Třeba v partnerském vztahu, jakmile jednou žena svolí se sexem, i když si ho nepřeje, dává tím tomuto typu člověka, generální povolení. Od té chvíle mu tím řekla „ty si se mnou můžeš dělat, co chceš“ a on si to nastaví jako standard. Pokud ona někdy řekne „ne“, tak on to vnímá jako křivdu a jde do agrese, protože on má právo s ní manipulovat, protože ona mu to dovolila. Proto jsou tak důležité už první kontrakce“.

„V rámci výchovy dítěte je nějaká manipulace nezbytná. Některé přístupy moderních nedirektivních postojů tvrdí, že lze vychovávat bez manipulací. Osobně si nemyslím, že je taková výchova zdravá, že je to dobré. Rodič nese plnou odpovědnost za dítě, dokud dítě není dospělé a ta odpovědnost je vykonávána i omezením svobody. Mohu být liberární rodič a dítě mi přeběhne přes silnici, ale budu liberární rodič mrtvého dítěte, protože tam pojede nákladní automobil. Takže budu manipulativní rodič, dítě seřvu, dítě mě v tu chvíli nebude mít rádo, ale přežije. V rámci výchovy manipulace má mít své místo, jde o to, zda zdrojem manipulace je láskyplný vztah rodiče, to znamená plně rozvinutý attachment, citová vazba, a cílem manipulace je zlepšení kvality života, nebo ať to dítě přežije, nebo jestli cílem manipulativního chování je nezralost rodiče, který vnímá dítě jako svůj majetek. Máme

manipulující rodiče, kteří vědí, proč manipulují, vědí k čemu to je a mají představu proč je pro dobré - protože ho mají to dítě rádi a chtějí pro něj udělat to nejlepší. Jsou rodiče, kteří jsou tu pro dítě a pak jsou rodiče, kteří mají pocit, že to dítě je tu pro ně, je to jejich majetek. Mimochodem toto je jedna z nejsilnějších manipulativních vět „ co všechno pro tebe dělám“, „polévku jsem ti uvařila s láskou a ty ji nejíš“, „obětuji ti celý život“. V tu chvíli je to princip manipulace tzv. zadlužování. Vytváří v oběti obrovský dluh, který dítě nemůže nikdy splatit, protože nikdy nemůže splatit celý život matky. Dítě je v tu chvíli úplně v pasti. Když to děti slyší od malička, tak je docela jasné, co to s nimi dělá. Vytváří se tak další generace psychopata. Toto je ta manipulace, která je vedena tak, že rodič nepracuje a nežije pro dítě, ale má pocit, že dítě je tady pro něj a cílem té manipulace je uspokojení rodičovských potřeb, nebo spíš potřeb nezralého rodiče, individuálních potřeb nezralého rodiče. Takže ani ne tak rodičovských potřeb, ale spíš individuálních potřeb nezralého rodiče.,,

Má dítě šanci uniknout vlivu manipulátora díky nějaké blízké osobě zvenčí?

„Rodič je rodič a pořád je tam to standardní nastavení, že dítě miluje svého rodiče, jako svého boha za každou cenu i když je týráno. To znamená, že i když mu je například u tety lépe, málokdy jde do konfliktu s rodičem. Docela často se stává, že zrovna tito pomáhající lidé, nebo lidé zvenčí si to potom v případě, kdy si dítě musí vybrat, slíznou. Ta agresivita totiž potom nejde na matku ale na tu tetu. Ten kdo pomáhá, bývá potom často zraněn. Pro dítě je těžké se nějakým způsobem postavit přímo proti rodiči. Pokud není ještě úplně zničené, tak v pubertě se tomu dokáže postavit, právě tím, že se objeví vrstevníci, oddíl, skaut. Ale takový majetnický rodič spíše to dítě nikam nepouští, s výjimkou různých koníčků, klubů, oddílů, kde si rodič plní své ambice. Dceruška vyhrála taneční závody, nebo chlapec hraje fotbal. Když je třeba dobrá vrstevnická skupina nebo dobrý trenér, je šance že to dítě pak jde nějakým způsobem do srovnávání, ale ten táta má tohle trošku jinak a pak hrozí velké kolize – útěky z domů, střety, pořezávání se u děvčat a jiné věci, které zažíváme v extrémní formě. Často vidíme majetnický přístup k dětem po rozvodu, docela často za bojem rodičů o děti, za bojem o střídavou péči. Je to takový majetnický vztah „moje děti mají být se mnou, protože jsou moje, já mám právo mít ty děti“ a už méně často je za tím vidět můj zájem pro dítě, jen a ten druhý nevyhraje. Dítě je obzvláště při rozvodu využíváno jako nástroj k manipulaci s druhým rodičem.“

Setkáváte se konkrétně přímo s manipulací jako s primárním problémem nebo manipulace vyplývá na povrch při řešení jiných problémů?

„Manipulace vyžaduje nějaký proces, takže se s ní člověk setkává až po nějaké době, až je rozvinutá. Přibývají klienti, kteří chodí s tím, že říkají „ můj manžel je manipulátor“, ale je to tak, protože si přečtou internet a více se o tom píše v různých časopisech. Co jim je to však platné, když přicházejí v situaci, kdy to už spíše používají jako obvinění, ale už v tom jsou. Často potom vyčítají manipulaci banální a nejsou schopni odlišit manipulaci, která je méně nápadná, ale mnohem devastující. “

„Je spousta způsobů manipulace. Pracovně můžeme rozlišit manipulaci tvrdou, číňani by řekli jang, je to manipulace zjevnou silou, násilím, muž je agresivní, silný, mocenský, křičí, vyhrožuje „nedám ti peníze“, „dám ti přes pusu, a ty se z toho to pokálíš“. Do této silové manipulace patří i manipulace silová argumentová. Manipulátor je komunikačně zdatnější, má více argumentů, umlátí toho druhého slovy. Nemusí to být jen muž, ale i žena. Je to manipulace zjevná, protože je na první pohled agresivní, s velkou energií, rychlá. I násilí verbální, psychické i fyzické. Projevuje se i rychle, je součástí temperamentu a tak. Nebezpečnější z mého pohledu je takzvaná měkká manipulace, kdy to vypadá, že ten člověk má zájem, kdy je na straně toho manipulujícího komunikační zdatnost, kdy netlačí na pilu a jakoby nenápadně nechá vlézt oběť do pastí, nechá ji udělat chyby a pak jí je vyčítá. Vytváří třeba takzvanou dvojnou vazbu, nejasné příkazy, nejasně říká, co potřebuje. Je to taková pozvolná a nenápadná manipulace. Dá se říct, že je spíše ženského typu a ta tvrdá je spíše mužského typu, což ale neznamena, že tu měkkou dělají pouze ženy. Typicky se s ní setkáváme ve výchově u maminek. “

„Zjevná silová manipulace a i ta nenápadná mají postupné kroky. Jsou známé různé strategie, například cukr a bič, salámová taktika, kdy po malých kouscích seberu druhému jeho svobodu, například v situaci „prosím tě ty jsi tak šikovný, mohl bys mi s tím pomoci?“ Zítra udělá to samé a pak zas to samé a pak se z toho stane denní režim. Pak jednou řekne oběť, že nepomůže a manipulátor odpoví „a že ti to včera nevadilo. “

Rozlišujete manipulaci od psychického násilí?

„Psychické násilí je prostředek, kterým může být manipulace vykonávána. Manipulátor může používat nějaké prostředky a jedním z nich je psychické násilí. Někdo zase naopak říká, že manipulace je psychické násilí. Ne každá manipulace, byť je násilná, musí být škodlivá. Taktiky manipulace jsou součástí arzenálu psychického násilí, používají se k tomu. A ty fáze (fáze svádění a posléze agrese) jsou ten predátorský typ manipulace. Někdo už od

počátku má svůj manipulativní scénář, kde je už od počátku manipulace cílem nějaký zisk. Vím, že už od počátku někoho svádím, takže vím, že manipuluji už od začátku. To už je docela zjevné nebezpečí, to dělají ti psychopati, kteří žijí tímto strategickým způsobem života, nedělají to spontánně, všechno mají podřízené svému řádu, nevěří přirozeným láskyplným vztahům, takže pro ně je úplně normální pracovat násilím. Někoho musím podvést, tak hraji nějakou hru láskyplného partnera, čímž se do mě oběť zamiluje a jak už ji někde mám, tak můžu přitvrzovat. Někdy je to na podvědomé rovině, třeba při seznamování je přirozená potřeba dělat ze sebe lepšího. Je to evoluční. Muž má zájem o ženu, která je zároveň maminka a má dítě z předchozího vztahu. Tím, že ten muž má o ni zájem, tak dělá přirozeně všechno, co se té ženě líbí, to znamená, že projevuje zájem o tu dcerku. Nemusí to být ani promyšlená strategie, může to být i intuitivně, protože to tak nějak podvědomě je evolučně nastavené. Mozek říká, že když projeví dítěti něco dobrého, bude tě mít matka ráda. Ale potom, když už jsou spolu a mají vlastní dítě, tak ten postoj k tomu nevlastnímu dítěti se velmi rapidně mění. Těžko říct, zda to byla manipulace vědomá nebo podvědomá, protože to se prostě děje a podle mě odpovědnost nelze dávat za vinu tomu manipulátorovi, ale tomu kdo měl chránit to dítě, ro je ta matka. Jednak si myslím, že lidé by měli vědět sami o sobě a být citliví na to, jestli s nimi nehraje někdo nějakou hru, to moc neumíme. Druhá věc je, že je někdy ten vztah pro tu ženu tak důležitý, že, to dítě obětuje.“

Dá se s manipulací v rodině pracovat? Je nějaká šance na nápravu vztahu s manipulátorem?

„Většinou to končí rozchodem a většinou ne pěkným. Pokud se jedná o typ mocenského manipulátora psychopata, tak ten nesnese, že by se někdo od něho osvobodil. Jde do pomsty, vnímá a prožívá to jako křivdu, ona sám si neuvědomuj, že dělal něco, špatně, protože to jeho chování bylo pro něj standardem, pravděpodobně tomu sám byl v dětství vystaven nebo to bere jako normu. Nechápe, jeho mozek není schopen identifikovat, že je za tou hranicí a s takovým typem lidí, kteří mají určitou poruchu, se už moc pracovat nedá, jsou velmi resistantní vůči terapii, protože u terapie musí mít nějaký náhled.“

„Spousta lidí ale manipuluje, protože se to tak naučili, protože tento způsob chování přináší nějaký úspěch nebo se dokonce vyžaduje. Třeba spousta mužů se dožaduje aktivního sexu ne kvůli tomu, že jej potřebují, ale protože žijí v tom, že se to od mužů očekává, že to tak vlastně má fungovat, ale sami o sobě ho ani nechtějí. Jsou utahaní a vytvářejí takové tlaky a naproti tomu vznikají protitlaky, místo aby si otevřeně řekli, že to není potřeba nebo tuhle hru hrát nebudu. Pokud tedy manipulace nevychází z toho trvalého poškození, je tam pouze

chybně naučený komunikační vzorec, komunikační scénář, a ten člověk to cítí a chce tu změnu, tak se s ním pracovat dá. Pokud je manipulace opravdu v rámci komunikace a není podložena těmi nezvratnými psychopatickými změnami, tak pokud je tam skutečná motivace, tak se dá změnit. Komunikace je naučené chování a dá se přeučit. Jinak bych tu práci nedělal, jinak bych řekl, všechno máme vrozené, všechno máme od těch rodičů vtištěné a můžu spálit diplom. A pokud ta ten náhled je, tak se dá se změnami pracovat, manipulace se dá změnit v manévrování. Manipulace třeba je, když někdo řekne „ty mě štvěš, ty mě trápíš“, tak i toto je manipulace, protože on se trápí následkem chování toho druhého. Něco jiného ale je, když řeknu „já se trápím, když děláš tyhle věci“, to už není ani výčitka, ani manipulace, je to informace o tom, co se mi děje a jak ten druhý se na tom podílí. Ale když řeknu „ty mě trápíš“, tak říkám děláš to naschvál, ty mi naschvál ubližuješ. I změnou jednoho, dvou slov se z původně manipulativní komunikace může stát takzvaně komunikace otevřená nebo také nenásilná. Říkám své potřeby, a jak se cítím. Nenásilná komunikace je velmi jednoduchá věc. Komentuji, neutrálně popisuji tu situaci, když ty něco děláš, tak já se nějak cítím, je mi to příjemné, nepříjemné a mám z toho nějaké emoce a potřeboval bych, abys to zkusila jinak, nebo aby si mě chvíli nechala. Neutrální, popisný, věcný, nevyčítavý, nenásilný.“

„Zároveň manipuluje i ten, kdo vyčítá. Manipulace je častá i u toho kdo hraje oběť – být oběť je docela dobrá manipulativní strategie, sice to bolí, ale jako oběť mám spoustu výhod, mohu si stále stěžovat, mohu ukazovat na viníka, mohu se dožadovat pomoci. Had nezakopne. Manipulace je často oboustranná hra. Na manipulaci jednoho odpovídá manipulace druhého. Jedna je typu agresora a druhá té oběti, když začne hrát provinilé dítě. Oba manipuluji, protože oběma to přináší nějaké výhody. Málokdy se setkávám s tím, že je pouze jeden viník. U těch predátorských psychopatů, tam ano, ale i se ta oběť do toho dostala dobrovolně, málokdy jí držel pistoli u hlavy.“

Dá se nějak charakterizovat osoba oběti?

„Může to být kdokoliv. Jsou například typy predátorů, kteří si vybírají pouze velmi zdatné soupeře, chtějí mít hodnotnou výhru. Asertivního člověka nemusí napadnout, že člověk, se kterým žije, je vlastně predátor. Jsou typy manipulátorů, kteří mají strach, jsou násilníci z důvodu strachu, začnou ubližovat jako první, protože se bojí, že by někdo mohl ubližovat jim. Dají první facku, mají potřebu vzbuzovat strach, protože sami mají ten strach. Strach je motore té manipulace. A pak jsou psychopati, kteří vůbec nepřipustí, že by ten druhý mohl mít nadvládu, ani je ta myšlenka nikdy nenapadne, oni ten strach nemají, mají jen potřebu potrestat, protože druhý porušil pravidla, něco řekl. Strach mají jen ti agresivní, manipulující

zbabělci, ale takový ten poctivý, echtovní. Psychopat, ten strach nemá. Ten má pouze strach, že o něco přijde nebo že se mu něco naruší, ale jde do toho naplno, ten potom trestá. Všechny ty kroky přitom dokáže omluvit, koupit kytku a to je jeho strategie.“

Řešíte manipulaci v rámci terapie celé rodiny, nebo jen s obětí, popřípadě jen s manipulátorem?

„Optimální samozřejmě je, pokud je ta manipulace v komunikační rovině, pracovat se všemi, kteří se na té manipulaci podílejí. První je zjištění, zda opravdu chtějí, zda to identifikují jako problém a zda na něm chtějí pracovat. Echtovní psychopat to nevnímá jako problém. Optimální práce je s celým tím zasaženým systémem. Ale většinou je problém, že ti manipulátoři si to buď neuvědomují nebo naopak se bojí, že se ukáže, že oni jsou na vině. Typická taktika manipulátora je, že on je násilný nebo manipuluje a říká, že k tomu ho donutili ti druzí „ty jsi mě vyprovokovala“, „kdybys nedělala tohle, tak já bych takhle nereagoval“. A pak nějaká neutrální osoba řekne „víte ono je to trošku pravda“. A v tom má tu nejsilnější zbraň, vytvářet v oběti pocit viny.“

Přichází na terapii i manipulátoři?

„Někteří manipulátoři přijdou, aby ukázali, že jim nějaký psycholog nebude říkat nějaké nesmysly. Oni mají pravdu, jsou v pohodě, oni se nebojí a naopak se snaží získat nějakou převahu i nad tím terapeutem – to je první motiv. Druhý motiv je, že potřebují mít kontrolu. Je to hodně podobné muslimskému přístupu k ženám, musí být u toho, když je tam ten doktor. Nepřipustí, že by ta druhá osoba přišla sama. Třetí motiv je, že oni skutečně mohou mít představu, že to chtějí zlepšit. Jsou někteří psychopati, kteří to opravdu někdy cítí, oni by zlepšení chtěli, ale není jim to dáno, protože to, že jsou psychopati, a to je dáno neurofyziologickou změnou. Dnes se uvažuje o tom, že v raném dětství může tuto změnu způsobit porucha aktivace takzvaných zrcadlových neuronů, které mají pravděpodobně na starosti empatické vnímání (objev devadesátých let - zrcadlové neurony.) Ty se aktivují se do dvou až tří let věku dítěte, optimálně kolem roku a půl právě tím attachmentem - citovou vazbou. Moderní teorie říkají, že autismus pravděpodobně souvisí s nějakou chemickou bloádou aktivace těchto neuronů. Z dítěte, které je v kojeneckém ústavu do tří let se v podstatě stává automaticky psychopat a sociopat, protože mu nebylo jak aktivovat tyto neurony. Neovládá přirozené sociální vazby, musí se to učit uměle. A takový člověk někdy fakt trpí, protože on by chtěl, aby ho měli lidi rádi, a vidí to a možná tomu nerozumí, ale třeba se snaží o to víc potom prožívat to zklamání, protože toho není trvale schopen, ale může si najít

kompenzační mechanismus, může se to natrénovat jinak. Třeba zažívá pocit úspěchu, když manželka je spokojená, něco se mu daří, takže i když empaticky tomu nerozumí, zažívá, že něco funguje, a to mu může stačit, na tom se dá stavět.“

Jak se projevuje manipulace na dítěti?

„Je důležité je v jakém věku dítě je, do jaké míry si vůbec uvědomuje co se vlastně děje a do jaké míry už to vnímá jako standardní vzorec chování, jako běžný svět, to jsou důležité věci pro další život, protože to se potom předává. Chlapec, který měl manipulující matku, si najde podobnou partnerku. Je to takzvané retrauma, spočívající v tom, že oběť se to snaží vyřešit a tím se do toho neustále vrací, ale taky se na tom aktivně podílí. Jsou případy, kdy žena byla týraná jako dítě a našla si hodného muže a začala se chovat takovým způsobem, že on se začal k ní chovat násilnický. Tito lidé se dostávají do tunelu, protože nic jiného neznají. Jejím přáním je najít si hodného muže, ale neví co to vlastně je, protože s takovým typem muže neumí žít a pak se může chovat tím způsobem, že v tom hodném muži, protože v každém z nás je agresor, probudí jakousi nejistotu úzkost, začne se chovat agresivně a v tu chvíli už ona vlastně ví v čem je. A umí s tím nějakým způsobem žít. V tomto případě se s tím dá terapeuticky pracovat. Například při šikaně ve škole nikdy nepracovat jen s agresorem, ten týrá a ubližuje, toho zpracujete. Vždycky je třeba pracovat i s tou obětí, protože ta se vždy na tom násilí, které je na ni pácháno, nějakým způsobem podílí. A tak je to i u manipulace. Třeba se podílí jen málo, nebo i jen podvědomě, ale je to tak i v přírodě, že napřed půjde nějaká gazela, co kulhá a pak po ní skočí lev. Nikdy predátor nepůjde po zdravé oběti, protože ta oběť musí být tím predátorem vyhodnocená, že je vhodná oběť., Takže i ta oběť vykazuje nějaké známky, které mohou být podvědomé, ale je dobré, aby to oběť věděla. Co se děje že znovu volí ty partnery? Co se děje, že ta holčička je už ve třetí škole a znovu ji někdo šikanuje? Tohle ti rodiče obětí, nebo šikanovaných dětí nechtějí moc slyšet, protože oni jsou vlastně oběti, tak jak po nich může někdo chtít nějakou odpovědnost. Další věc je, že je nezbytně nutné pracovat s okolím, které tu manipulaci sleduje a jakoby se ho to netýká, ale týká.“

Znamená to, že je na vině i oběť?

„To je to co ti lidi někdy těžko vezmou. Psycholog oběti nikdy neřekne, že ona je viník. Řekne jí, že ona je odpovědná. Já říkám lidem, tady popisujete, jak on s vámi manipuluje, a máte pravdu, ale nikdo vám pistoli u hlavy nedrží. To, že s ním jste, to je vaše volba, vy se na tom aktivně podílíte a pokud je tam nějaká patologie, ten manipulátor s tím nechce pracovat,

tak já musím pracovat s tím jediným kdo tady je a to je ta oběť. Já nejsem na ty oběti vůbec milý, jestli si chce oběť stěžovat nebo plakat, tak ať jde někam jinam, musí sama chtít ten problém skutečně řešit. Lidsky je mi to líto, ale je potřeba s tím něco dělat. Ty oběti očekávají, že to někdo za ně to udělá, je mi to líto, ale ona si toho partnera vybrala sama. Že si vzala psychopata, no dobře, ale každý ty následky má. Je to tvrdé, ale je to tak. A když má navíc děti, tak ona je za ně zodpovědná. Oběti to někdy vnímají, že jsme na ně zlí, ale my jim nabízíme jediné funkční řešení a ty funkční způsoby řešení jsou bohužel bolavé. Ale jsou situace, kdy nejsou nebolavá řešení, například rozvod je prostě amputace, buď umřete, nebo amputujete. Co amputujete, to už vám bude chybět celý život. Máte na výběr, buď mrtvý, nebo živý s amputací. Profesionál, odborník tohle řekne. Naše úloha v poradně není tišit pěkným slovem ale řešit vzniklý problém. Já mám potom plné právo dělat všechno proto, aby to bylo lepší včetně nátlaku na ni.“

Jaké jsou následky manipulace pro oběť?

„Pokud manipulace směřuje ke snižování sebevědomí a ponižování, oběť samozřejmě žije pořád v tom, že je neúspěšná. A evoluce nastavila náš organismus tak, že jakmile je někdo neúspěšný, tak umře. Proč by tu evoluce budovala lidi, kteří přežívají neúspěšně? Když spolu zápasí dva boxeři, kteří jsou stejně fyzicky vybaveni a jeden prohraje, tak ten, který vyhrál, se rychleji uzdravuje, a ten který prohrál, se uzdravuje pomaleji. To je dáno, je to náš mechanismus. Pokud dlouhodobě někdo žije v tom, že je bezmocný a utlačovaný, tak se mění, je méně sebevědomý, méně si troufá, méně se odvažuje. Jen si vezměte, že když je nějaká tyranie, je tam jeden nebo dva tyrani, kteří mají možná rozsáhlou armádu, ale je vždycky víc těch koho oni ovládají. Tak proč to tak dlouho trvá, než to těm lidem dojde a převálcují ty tyrany? Stačí jedna hrstka manipulátorů, kteří mají pár svalů a tak, ale na ty sebevědomé si netroufají, a to je ten veliký dopad.“

„Dalším problémem je prohlubující se závislost oběti na manipulátorovi se pracuje podobně jako s jinou závislostí. Podle mě je jediný funkční způsob, jak se zbavit závislosti, tvrdá abstinence. Jinak to není možné. Zbavit se té iluze, zbavit se takového toho myšlení, že on je takový kvůli něčemu, ale kdyby se něco změnilo... Posílení sebevědomí je docela těžké, protože tihle lidi jsou poničení. Je to jako lidi, které odtrhnou ze sekty, ti se pak zabijí, protože jsou tak poničení, že nemůžou dál. Manipulace v rodině je stejný model jako manipulace v sektě - odříznout od přirozeného prostředí, stát se závislým na tom hlavní bohu, šamanovi, vůdci, manželovi, omezit prostředky, přesvědčit toho člověka, že beze mě je nic, beze mě je onuce, bez nás zahyneš. Pak, když manipulátor odejde, tak pak zahyne, jako ženy ze sekty, to

vlastně je nejtvrďší trest. Ten člověk je ztracený a proto potřebuje náhradní ochranu, proto chce jít potom k psychologovi a říká „chraňte mě, ochraňujte mě, pečujte o mě“. A my to nesmíme udělat, protože bychom tím zopakovali stejný scénář.“

Stává se, že manipulace přechází k fyzickému násilí?

„Ano. Není to vždy. Ti, kteří manipulují hrou na oběť, ti do fyzického násilí nejdou, ale ti co pracují s tou manipulací silovou ano. Je to v podstatě jen pokračování, ta facka je pro ně v podstatě jen zesílený argument. Přivázání manželky k topení je v podstatě jen zesílení jeho příkazu, který na počátku zněl „nepůjdeš na diskotéku“.

„Silová manipulace není jen výsadou mužů, jsou i ženy, jsou i statistiky jak přibývá mužů, kteří jsou fyzicky týráni. Agresor nemusí mít zjevnou fyzickou převahu, znám případy, kdy je agresor muž, ale ta žena je řekněme od pohledu silnější a fyzicky zdatnější než její manžel a je agresor. V afektu i malé dítě může zabít dospělého člověka, i devadesátiletý senior, když má strach tak může někoho zabít. Záleží na míře afektu a způsobu toho násilí. Jakmile se začnete bát tak vás přemůže kdokoli. Muži převažují, protože ta mužská fyzická agresivita je spíš neurofyzilogicky evolučně podloženější. Je je to dáno funkcí mozku, muži jsou nastavenější na přímočarou akci. Často je mužská agresivita vůči ženě partnerce vyvolána ženskou manipulací. Ta uvede muže do stavu naprosté bezmoci, resetuje mu mozek a on se začne chovat opravdu animálně. Je v koutě a zbývá mu jediný způsob jak být mocný a to je agresivita. Typická situace je, že žena s dítětem nechce pustit muže do hospody a stoupne si s dítětem v náruči mezi dveře. No a muž, protože chce jít do hospody, tak ženu odstrčí. Je to jednoznačné fyzické napadení na základě omezení osobní svobody a řekněme psychického nátlaku té manželky. Ale agresor je ten manžel, který mohl způsobit i úmrtí. Otázka ale je, kdo byl tím prvním agresorem. Tím neříkám, že obhajuju toho muže, který to udělal. Je zdravý a dospělý, má se kontrolovat. Ale z hlediska znalosti neurofyzilogie těchto věcí je potřeba vysvětlit, že všichni máme nějaké limity. To je právě to, jak říkám, že každý se na tom podílí.“

Pokud je přítomno i fyzické násilí, spolupracujete s policií?

„Máme tu intervenční centrum, což znamená, že pokud se jedná o domácí násilí, je to řešeno intervenčním centrem. Já to mám s těmi lidmi v případě domácího násilí tak, že samozřejmě mám ohlašovací povinnost, ale většinou pak už dál nepracuju a řeknu stop. Mohu pracovat na nějaké zakázce, pokud je tam nějaké chování, se kterým já eticky nesouhlasím. Ale když ho oběť odmítá, tak já s ní nemůžu pracovat a v tom případě já tu spolupráci končím. Doporučím oběti, a klidně i před agresorem „běžte teď okamžitě na policii“. Jsou kolegyně,

které ale mohou mít strach. Já jsem tu zažil člověka s pistolí i s výhrůžkami. Je to tak, že manipulátor tu agresi přenesení na toho, kdo chrání tu oběť. S tím se naučíte pracovat. “

Příloha č. 4: Rozhovor s respondentem R2

Psychoterapeutka, poradenství pro rodinu, děti a dospívající, krizové poradenství a na lince bezpečí, praxe 10 let

Setkáváte se v rámci své praxe s případy manipulace v rodině?

„Ano, manipulace se projevuje téměř u každého případu. Často jsou manipulace silnější u rozvedených rodičů.“

Jak často se s manipulací v rodině setkáváte a na kom je praktikována?

„Nejvíce se s manipulací setkávám v rozvedených rodinách. Patologická manipulace se projevuje u cca 80% rodin, které do centra přichází. Negativní vliv do rodiny však přinášejí i jiní příbuzní, jako třeba babičky a tchýně. Je také potřeba rozlišit, o jaký typ agrese v případě manipulace jde. U Psychického násilí nebo manipulace formou pasivní agrese mám větší zkušenost se ženami, protože jsou emotivnější. V Bílém kruhu bezpečí to bylo zase více o agresi uplatňované pomocí síly a fyzického násilí a tam zase převahují muži.“

Jak byste popsala osobnost patologického manipulátora?

„Je to člověk, který si není jistý sám sebou, a snaží se dosáhnout svého za každou cenu. Nepřipouští názory druhých a vnímá je jako ohrožení nebo útok vůči sobě. Manipulací se snaží získat převahu a nedbá osobních potřeb a citů druhých lidí. Je to svým způsobem psychopat.“

Je manipulace častější mířena na partnera nebo na dítě?

„Nedokážu tvrdit, jestli se častěji setkávám s manipulací směřovanou k dětem nebo mezi rodiči. Bude to hodně vyrovnané.“

Setkáváte se konkrétně přímo s manipulací nebo manipulace vyplývá na povrch při řešení jiných problémů?

„Manipulace není nikdy ten primární problém, se kterým lidé přicházejí. Vychází vždycky na povrch až z toho problému, nebo symptomu, se kterým oběť přijde. Zpravidla se u dítěte na tom symptomu podílí celá rodina, takže nejen manipulátor ale i osoby, které s ním přichází do kontaktu. Měla jsem případ, kdy otec je silný manipulátor a hádá se se ženou, ta žena to nezvládá a oba útočí na to dítě aby s nimi bylo, aby se jich zastalo, aby ho dostali na

to svoji stranu a to je také často vidět i u rozvádějících se rodičů a útočí na to dítě, že oni se hádají a chtějí, aby to dítě šlo k nim, ale to dítě, protože je to pro ně těžká situace, A to dítě je vždy nositelem toho symptomu. Takže dítě začne vykazovat nějaké symptomy, somatizovat, má astmatické záchvaty. Rodiče se v tu chvíli přestanou hádat, dají dítěti ty potřeby, které potřebuje a v tu chvíli se dítě zase uzdraví, a je chvíli klid, rodiče sledují to dítě a nesoustředí se na sebe, ale jakmile je dítěti zase lépe a stabilizuje se, tak v tu chvíli zase je čas řešit ty jejich problémy. Nebo se to dítě stane úzkostné a depresivní a začne té situaci nějak unikat.“

Rozlišujete manipulaci od psychického násilí?

„Pokud máte na mysli patologickou manipulaci, považuji to za to stejné. Má stejné projevy, stejné dopady na děti i rodiče“

Dá se s manipulací v rodině pracovat? Je nějaká šance na nápravu vztahu s manipulátorem?

„Velmi záleží na stavu, v jakém se rodina nachází. Já pracuji více s rozvedenými rodinami a tam se řeší spíše forma komunikace.“

Dá se nějak charakterizovat osoba oběti?

„Ideální obětí manipulací jsou lidé tišší, extroverti a také hlavně děti. Jsou to lidé, kteří působí bezbranně. Jsou to také lidé, kteří byli v dětství obětí manipulativních nebo týrajících rodičů a v dospělosti podvědomě vyhledávají partnera, který bude mít nad nimi převahu. – když uděláte skupinovou terapii kde bude třicet lidí, tak agresor a oběť se vždy najde. A to je naprosto prokázané, protože každý z nich vykazuje znaky, které ten druhý umí číst. Je to pro ně něco známého takže se přitáhnou a začnou tvořit dvojici. Takže pokud ta osoba s nálepkou oběti nemá ten náhled co se děje, ta bude vykazovat znaky, které toho agresora přitahují, aniž by si to oběť uvědomila.“

Řešíte manipulaci v rámci terapie celé rodiny, nebo jen s obětí, popřípadě jen s manipulátorem?

„U osob s narcistickou poruchou osobnosti je velký problém, že informace, které jsou jim sdělovány, na ně nedolehnou a potom to nemá smysl. Je velmi těžké našlapovat okolo, abych je neurazila. Je třeba jim dát najevo pochopení a ve chvíli kdy jsou uznané jejich emoce, tak se s nimi už dát pracovat. Pokud je terapie ve dvojici tak je potřeba projevít pochopení obou osob, aby i ten manipulátor věděl, že má taky svoje práva. Takže je třeba

uznat to dobré a uznat jeho emoce, ale současně uznat emoce oběti, aby pro to něco udělal. S dětmi, které jsou obětí rodičovským manipulací, je lepší pracovat samostatně. Je totiž problém, že když dítě přijde s rodičem a hrají se nějaké terapeutické hry za účelem nějakého zjištění, tak děti místo hry sledují rodiče, jestli se nezlobí, jestli neudělalo něco špatně.“

Jak se projevuje manipulace na dítěti?

„U dítěte je často ten problém, že nedokáže pojmenovat, že je to manipulace. Dítě má rodiče rádo a věří jim a v důsledku lásky k rodičům si neuvědomuje, že je vhodné s tím něco udělat, tak v tom raději zůstává, uzavírá se do sebe a začne somatizovat. Pokud nepřichází žádná změna, dítě se nerozvíjí tím správným směrem. Zpravidla pak v dospělosti na svých dětech uplatňuje stejné praktiky, které zná ze svého dětství.“

Jaké jsou následky manipulace pro oběť?

„Následky manipulace se projevují ve třech rovinách. V rodině biologické se to projevuje například bolestmi břicha, bolestmi hlavy, zvracením, nebo třeba pícháním na hrudi. Další rovinou je psychická stránka oběti, jejíž narušení má za následek vyvolání úzkostí, deprese, v případě velkého nátlaku dokonce i halucinace, různé fobie a sebevražedné pokusy. Třetí rovinou je rovina sociální, která se může projevit vyčleněním od vrstevníků, pokud je obětí dítě, a všeobecně špatným navazováním kontaktů a zhoršenou komunikací.“

Stává se, že manipulace přechází k fyzickému násilí?

„Pokud je v rodině fyzické násilí, bez manipulace se většinou neobejde. Ano, stává se to. Záleží na inteligenci agresora a také na to jak se dokáže oběť ubránit. Současně má velký vliv prostředí, ve kterém agresor vyrůstal.,,

Pokud je přítomno i fyzické násilí, spolupracujete s policií?

„Pokud zavolala žena nebo dítě na linku bezpečí a sdělila, že je obětí domácího násilí, bylo třeba, aby nejprve vystoupila z anonymity. Pokud chce oběť vystoupit z anonymity, dá se teprve poté situace řešit. U 80% se však policie nevolá. V případě dětí zasahuje policie a sociální pracovníce, je však důležité správně a s citem situaci vyhodnotit v zájmu dítěte.“

Příloha č. 5: Rozhovor s respondentem R3

Alena, 44 let, vdaná, dvě děti, žije s manželem manipulátorem

Jak probíhal počátek vašeho vztahu? Kdy jste začala uvědomovat, že ve vztahu není něco v pořádku?

„S Petrem jsem začala chodit v létě 1997. Po roce jsme si začali hledat bydlení. Petr chtěl nejdříve, abychom bydleli doma s jeho rodiči, chtěl předělat část domu, což já jsem odmítla. Začali jsme tedy hledat nějaký dům ke koupi. Několik jsme jich prošli, ale nic se nám nelíbilo. Pak jsem otěhotněla, a protože se zrovna stavěly nové zástavby, začali jsme hledat alespoň byt. Na podzim jsme se vzali, zatím bydleli u nás doma a další rok se stěhovali do bytu. Já jsem také do bytu jít nechtěla, ale prostě nic jiného zatím nebylo. Myslím, že tím asi vše začalo. Petr pochopil, že u rodičů bydlet nebudeme a začal dělat zle. Výčitky, že jsem ho dotáhla do bytovky a nadávky na vše možné, byly na denním pořádku. Nejdříve jsem to přehlížela a stále ho přesvědčovala, že budeme hledat dál, že v bytě také nechci být. V noci jsem to pak vše vždycky obřečela. Jenže nešlo dál jen to poslouchat a začali jsme se hádat. Páteční a sobotní večery pak Petr trávil v hospodě a já hlídala naše dva syny. Po pěti let jsme koupili stavební parcelu a začali stavět dům. Všechn volný čas jsme denně trávili na stavbě. Já kolem sebe měla ještě malé kluky, dělala jsem vše, co bylo třeba od nošení cihel přes navázání malty. Po letech mi několikrát řekl, že jsem na baráku nic neudělala, to mě hodně mrzí. Potom jsem se vracela po mateřské do práce. Kvůli klukům jsme začali chodit na protisměny, ale myslím, že to pro vztah taky nebylo dobře, prakticky jsme spolu pak byli jen o víkendu.“

V jakém prostředí váš manžel vyrůstal? Jaké má vztahy se svými rodiči?

„Manžel nikdy moc nemluvil o svém dětství, ale z toho co vím, bydleli s babičkou (tchýně jeho matky), kterou jeho máma neměla moc ráda. Dokonce si ani nepřeje být pohřbena ve stejném hrobu jako její tchýně. Podle jeho mámy se o ně (4 syny) otec moc nestaral. Je to už hodně dávno, co mi Petr řekl, že ho otec jednou tak seřval, až se rozbrečel, ale proč to nevím. Myslím si, že jeho chování pramení ze vztahu s otcem. Pořád prý čekal na uznání od otce, kterého se mu bohužel nikdy nedostalo. Víam, že ho jeho bratři moc nemusí, ale na druhou stranu, kdykoliv potřebovali s něčím pomoci, tak jim pomohl. Zažila jsem však i několik jeho výstupů k nim, až jsem se za něj styděla.“

Jaký má váš manžel vztah k vašim dětem?

„Jeho vztahu k synům, je asi hodně ovlivněn otcem. Kolikrát mi kluci něco vyprávějí o všem možném, a někdy se zeptám, jestli to řekli taky tátovi, tak většinou odpoví, že ne, že ho to nezajímá. Myslím, že je to i hodně mrzí. Ale je to asi tak jak se mnou, několikrát mi řekl, že ho ty moje nesmysly nezajímají, časem už nevíte co si s ním povídat, v půli věty někdy dokonce i odejde. Petr vůbec neřeší, co je doma a s dětmi potřeba. Dárky pro syny také vždy obstarávám já sama, on nemá zájem. I věci na sport jako kola, hokejky, florbalky, a věci na rybaření, sháním sama po poradě se syny. Mrzí mě, že nemá zájem, je přece muž a víc tomu i rozumí. Jejich prospěch ve škole ho také nezajímá, a když je nějaký problém, tak ho musím řešit já. On o ně stojí spíš, když potřebuje pomoc, třeba se dřevem v lese.“

Takže děti spíše ignoruje?

„O našich synech říká, že nic neumí, ale on je k máločemu vezme. Kluci tvrdí, že je před lidmi i shazuje. Náš mladší syn mi nedávno řekl, že se všiml, že se táta chová moc mile k cizím malým dětem, ale že k němu se takhle nechová. O syny se tedy moc nezajímá. Mám strach, aby se jednou nechovali jako jejich táta. O to víc se snažím synům věnovat já sama, snažím se je vyslechnout a mluvit s nimi. Víím, že to není ideální situace, ale sama zatím nevím jak dál. Když jsme se nastěhovali do domu, Petr jen neustále řval na kluky, ať nesahají na zdi a něco nezamažou. Po první návštěvě mojí sestry s rodinou zase nadával, že děti dělají bordel. Od té doby k nám moje sestra chodí, jen když není Petr doma. A vlastně on tvrdí, že o žádné návštěvy nestojí, že má rád jen lidi, ze kterých něco má.“

Znamená to tedy, že nemá váš manžel rád vaši sestru? Jaké má vlastně vztahy s vaší rodinou?

„Mé sestry pojmenovává vulgárními nadávkami, samozřejmě jen při komunikaci se mnou. Jejich děti jsou dle jeho slov nevychovaní spratci a vlastně všichni moji příbuzní jsou dle jeho slov vychcaní a nenažraní. Nadával i na mé rodiče. Můj táta byl pro něj dobrý, jen když něco potřeboval. Jinak si k rodičům chodil na mě stěžovat, později jsem se dozvěděla, že máma ho pak nakonec i vyhodila, což měla udělat už dávno a netrápit se s ním. Bohužel oba moji rodiče již zemřeli. Po čase jsem si uvědomila, že bylo dobře, že ho máma asi rok před smrtí vyhodila, protože pak už na tom byla hodně špatně, a já bych asi neunesla ty jeho připomínky. Následně se snažil mluvit do našeho dědictví. Asi ho štvalo, že jsme se se sestrami v klidu dohodly a držíme při sobě. Bylo to těžké období, hlavně psychicky, přijít v tak krátké době o oba rodiče.“

Máte pocit, že se váš manžel snaží rozeštvat proti vlastní rodině a izolovat od příbuzných?

„Je to ale přesně tak, jak říkáte. Rozeštvat rodinu. Vyhovovalo by mu, kdybych seděla doma a jen se starala o děti a domácnost a on si chodil po hospodách a kamarádech, tak je to přeci normální.“

Co si o manželovi myslí vaše okolí mimo rodinu? Jak se projevuje před jinými lidmi?

„Nejbližší okolí ví, jaký je a jak se chová, ale on to nějak neřeší, za vše přeci mohu já. Myslím si, že má problém hlavně sám se sebou a že si svým hnusným chováním zvyšuje sebevědomí, ale to on asi nikdy nepřizná. Není moc chytrý, co se týče běžného života, a to nemyslím nějak špatně proti němu. Co se mu ale nechce řešit, hodí na mne s tím, že jsem neschopná. O to víc dokáže až neuvěřitelně člověka smést svými argumenty a nepřistoupí na názor druhého. Když je venku a jde někdo kolem, tak se s ním dá do řeči, je samý úsměv, pak přijde domů, zavře za sebou dveře a zase to začne. Už jsem mu i říkala, aby se k nám choval jako k těm cizím lidem. Když jsme třeba byli někde na výletě, tak se s cizími lidmi dává rád do řeči. Cizím mužům vždy tyká. V restauraci flirtuje se servírkami a to i přede mnou. Myslím, že má problém hlavně sám se sebou, ale to on asi nikdy nepřizná.“

Jak se váš manžel chová k vám?

„Když přijde domů z práce, tak si vždy najde něco, kvůli čemu nám nadává. Vadí mu, i když koukám na televizi na Ordinaci v Růžové zahradě, prý mi to vymívá mozek. Kritizuje i jiné pořady a naopak se směje něčemu, co nám vtipné nepřijde. Asi má city někde jinde. Jen se vyžívá v tom, jak pořád kritizuje a pomlouvá a já prý nechci slyšet pravdu. Jednou už jsem po něm vyjela, ať už ztichne a chytla ho za košili. Dal mi takovou facku, až jsem spadla na zem, a pak odešel se slovy, že jsem líná kráva. Později mi řekl, že to byl říct mojí mámě, co si to vychovala za dceru. Když jsem k ní pak šla, styděla jsem se za něj, ale máma o tom nemluvila.“

„Když jsem v práci před dvěma lety dostala nečekaně výpověď, byla jsem z toho úplně vyřízená. On to před synem komentoval slovy "já chodím do práce i v soboty a máma se bude válet doma. Kritizuje i můj vzhled, mám si ostříhat vlasy, protože prý vypadám na 60. Když před ním sním něco sladkého, tak mě uráží, jak jsem tlustá, ať se podívám, jak vypadám. Mám velikost L a myslím, že to není tak hrozné.“

„Se syny jsme si moc přáli jet někam na dovolenou. Těch řečí, že je to k ničemu, že se potřebuji jen někde válet. Přesto mi to nedalo a poprvé před 4 roky, kdy synům bylo 11 a 14

let jsem nakonec po jeho souhlasu zařídila dovolenou a jeli jsme autobusem do Chorvatska. Sice tam víc času trávil s delegátem než s námi, ale stálo to za to, kluci i já jsme si to užili. Chlubil se tím před známými, ale zároveň mi řekl, že už se mnou nikdy k moři nepojede. Loni jsem si domluvila, že pojedu do Chorvatska jen se syny a rodinou sestry. Chvilí tvrdil, že by jel třeba taky, pak zase, že nedokážu pochopit, že o dovolenou nestojí, pokaždé jinak. Prostě nám to jen nepřál. Nakonec řekl, že mu nevadí, že jedeme, ale s kým jedeme. Jen mi z toho všeho stresu týden před odjezdem ruplo v zádech, byla jsem na neschopence a nervovala se, jestli vůbec zvládnou cestu. Ale zvládla jsem to a byla to pěkná dovolená.“

Jaký je váš sexuální život?

„V minulosti jsem od něj už dvakrát odešla z ložnice a pak se zase vrátila. Potřetí, po jeho další dávce ponižování, jsem ho prosila, aby přestal, nebo že odejdu. Řekl mi, ať si jdu. Je to již rok a půl co spím v jiném pokoji. Taky mi vyhrožuje, že si najde někoho na sex. Ať si dělá, co chce. I tak byl u nás sex, jen když chtěl on. Několikrát mě odmítl a časem jsem o to přestala stát.“

Mělo chování Vašeho manžela vůči vám nějaký vliv na vaše zdraví?

„Ano, už v době, kdy jsme se přestěhovali do bytu, přišli i zdravotní problémy. Dlouho jsem kašlala a k ránu mívala záchvaty kašle, jeho reakce zněla „zadus se“. Běhala jsem po doktorech a nakonec z toho bylo chronické astma. Ted' už vím, že to bylo z toho, jak jsem se dusila ve vztahu. Za několik let se mi zase objevily fleky po těle - pityriasis rosea. Dva měsíce jsem byla na neschopence, týden v nemocnici, odběr vzorku ze zad, příčina neznámá. Myslím, že to bylo ze stresu.“

Zmínila jste, že jste od manžela dostala facku. Ubližuje vám fyzicky?

„Ještě když jsme žili v bytě, tak do mě poprvé vrazil tak, že jsem spadla na hranu postele a měla modřiny na boku. Hodně jsme se hádali, ale já pořád doufala, že až budeme bydlet ve svém, že bude lépe. Co se týče násilí, on se mě snaží svými řečmi, ponižováním, pomlouváním a kritizováním, vyprovokovat, abych po něm vyjela já. Naposledy tak před dvěma měsíci, jsem ho opět chytla, ať už je zticha a on mě praštil do obličeje plácačkou na mouchy, kterou měl v ruce. Najednou do něj vjel obrovský vztek a jeho chování bylo plné agrese, asi že jsem si dovolila na něj sáhnout, ještě ted' je mi z toho špatně. To se nedá popsat, chodí za mnou po baráku a hustí do mě ty jeho řeči. Nesmím se prostě nechávat vyprovokovat, protože na to on čeká.“

Zkusila jste vyhledat odbornou pomoc?

Když jsme byli ještě v bytě, tak jsem poprvé navštívila psychologa, radil mi více komunikovat. Později jsem ho navštívila asi ještě čtyřikrát. Dokonce jsem jednou přesvědčila i Petr, aby tam šel, ale bylo to asi k ničemu, prý je to na nic. Psycholog mu prý nabídl setkání ve třech, na což mi řekl s humorem, že si vystačí sám. Jinak o tom nechtěl mluvit. Nedalo mi to a ještě jsem tam šla asi po půl roce sama. Psycholog mi řekl, že Petr vlastně žádný problém u nás ve vztahu nevidí. Musím prý sama zvážit, zda chci v takovém nefunkčním vztahu dále setrvávat.

Uvažovala jste o tom, že byste z toho vztahu odešla?

„Roky žiji s mužem, který mě a moji rodinu jen uráží, kritizuje a pomlouvá. Já pořád vysvětluji a čekám, že se něco změní, Už tedy vlastně spíš ani nečekám. Nyní to u nás vypadá tak, že se s Petrem bavím jen minimálně a zatím jsme se dokonce tak 14dní nepohádali. Když jsem si chtěla o nás promluvit, tak to stejně skončilo tím, že za vše můžu jen já, a tak už to takhle neřeším. Už dlouho uvažuji jak dál. Co by bylo pro kluky lepší, ale to mi neřekl ani psycholog. Nyní od března mám pocit, že se to ve mně nějak zlomilo. Po mé několikáté nabídce na řešení našeho vztahu u psychologa mi Petr řekl, že nemá zájem, že se mnou skončil. A já jsem najednou měla takový zvláštní pocit, že to prostě už nemá cenu, že mi to konečně došlo. Zpětně, když přemýšlím o životě s ním, tak je mi špatně z toho co jsem si od něj nechala líbit, jak jsem se trápila, kolik nocí probrečela, místo toho abych se jen tak obyčejně radovala ze života, na co jsem celé roky čekala, na zázrak?“

Příloha č. 6: Rozhovor s respondentem R4

Martina, 43 let, dvě děti, žila několik let s partnerem manipulátorem

Jak probíhal počátek vašeho vztahu? Kdy jste si začala uvědomovat, že ve vztahu není něco v pořádku?

„S Milanem jsme se poznali, když mi bylo 24 let. Byl o osm let starší, byl velmi vzdělaný a pocházel z velmi bohaté rodiny. Po třech měsících vztahu jsem neplánovaně otěhotněla. Milan rozhodně nebyl ten typ vzorného nastávajícího otce, který by mě hýčkal a nosil mi pomeranče, tak jak jsem to viděla u ostatních kamarádek a jejich partnerů a mě to tenkrát bylo moc líto. Vlastně je to jediná taková výrazná vzpomínka, kterou si z těhotenství pamatuji. Vůbec si mě nevšímal, všechno jsem si dělala sama, i všechny mužské domácí práce, které měl dělat on. Když jsme mezi sebou měli nějaký konflikt, tak Milan jednal v klidu, nijak jsme se nehádali, řval minimálně, ale měl takový jízlivý, strašně zlý pohled. Chtěl mít vše pod kontrolou. Kdysi jsem četla Hitlerův životopis a Milan je takový druhý Hitler. Potřeboval mít vše pod kontrolou a šlo mu o to mít nade všemi moc. Jeho rodina měla hodně peněz, ale on si nikdy nekoupil, například i teď, kdy se řeší dědictví po jeho otci, on nechce peníze, aby si koupil třeba něco nového jako nové auto, on shromažďuje peníze, aby měl moc. Když náš vztah dospěl do vztahu, kdy už to pro mě nebylo snesitelné, hodně jsem si o těchto případech načetla, a Milan byl typický čítankový případ manipulátora a psychického násilníka.“

V Jakém prostředí váš přítel vyrůstal. Jaké má vztahy se svými rodiči?

„Byl vychováván tak, že ho celý život nutili k učení, protože vzdělání je to nejdůležitější. Celý život měl jedničky a procházel s vyznamenáním, dokonce má několik vysokých škol.“

Myslíte si, že na něj jeho rodiče v dětství kladli vysoké nároky?

„Myslím si, že ano, chtěli mít dokonalou spořádanou rodinu a Milan byl jedináček, syn právníka, proto se soustředili jen na něj a chtěli syna, který bude rodinu reprezentovat. Paradoxem celé situace ale je, že on se snažil být za každou cenu jiný. Snažil se dělat pravý opak toho, do čeho ho rodiče nutili. Místo, aby chodil v drahých oblecích, které si mohl dovolit, a také by se hodili víc k jeho práci, tak nosí rifle a vytahaná trička, neholí se

a v podstatě vypadá spíš neupraveně. Myslím si, že se nemá rád., myslím si, že nemá rád nikoho, je to nešťastný člověk.

Jaký má váš přítel vztah k vašim dětem?

„Dětem vše dovolí, vše jim koupí. Je zvláštní, že přesto, že on byl jedničkář, vůbec ho nezajímá, jak se naše děti učí, nechce po dětech, aby byli perfektní. Děti nosí ze školy čtverky a pětky a jemu je to jedno. Přitom se navenek projevuje tak, aby bylo vidět, jaký je super táta a jak se stará. Všímá si jich jen tak na oko. Nezajímá ho, čím se děti zabývají a co je trápí, ale hlavně aby on vypadal jako dobrý otec. Mimo to však na děti nebyl nikdy zlý nebo agresivní. Je mi ale hrozně smutno, jak jsou naše děti vychované. Podrážel mi autoritu, já jim něco zakázala a on jim to dovolil. Nemají žádné pevné hranice.“

Jaký vztah měl s vaší rodinou?

„Jeho vztah s mou rodinou byl v pořádku. Byl to přesně ten typ člověka, který si dokáže lidi získat a kterého všichni milují. Když jsem mojí rodině vyprávěla, jaký je, stavěli se na jeho stranu. Až po nějakém čase změnili názor.“

Co si o vašem příteli myslí vaše okolí mimo rodinu? Jak se projevuje před jinými lidmi?

„Když byste se kohokoliv v naší vesnici zeptali, jestli je někdo, kdo Milana nemá rád, zjistíte, že nikdo takový neexistuje. On je pro všechny úžasný a všem pomáhá, je oblíbený a kamarádský. Když jsem někomu říkala, že takový není, nikdo mi to nevěřil. Věřila mi to jen jedna kamarádka, která jeho hysterii zažila na vlastní kůži. Jinak si dával pozor na to, aby za každé situace působil v tom nejlepším světle. Je to úplný čítankový případ. Je chytrý, vzdělaný, inteligentní a má přehled úplně o všem, ví úplně všechno.“

Jak se váš přítel choval k Vám?

„Je toho spousta, o čem bych mohla vyprávět. Například, když jsem měla třídní sraz po patnácti letech ze základní školy, šla jsem domů po půlnoci a Milan úmyslně zamknul dveře do domu a nechal klíče v zámku, abych se nemohla dostat dovnitř. Nesnesl, že jsem se bavila a chtěl mi zkazit alespoň ten dobrý pocit z večera. Milan se neustále odvolával na zákony a pravidla „musí se to udělat, protože to říká zákon, protože je to standard“. Myslím, že musel být schizofrenik. Byl schopen tvrdit třeba celý den, že je něco zelené a vzápětí to po několika hodinách popřel a řekl, že je to přece žluté, že by nikdy neřekl, že je to zelené, že není přece barvoslepý. Jednou, když jsem mu řekla, že se chci odstěhovat, tak mi řekl „já už se k

tobě nebudu chovat hnusně a už tě nebudu ponižovat“. Do té chvíle jsem si myslela, že si neuvědomoval, že to co dělá, mi ubližuje, ale po této větě mi došlo, že on to opravdu vše dělal úmyslně, aby mi ublížil. Fyzicky mi nikdy neublížil, ale psychické týrání bylo na denním pořádku.“

Jaký byl váš sexuální život?

„Milan je typ muže, který sex k životu nepotřebuje. Když už k sexu došlo, Milan neznal pohlazení, neznal objetí, sex byl chladný. Přesto, že jsme žili ve společné domácnosti, často jsme se spolu nebavili a rozcházeli. Bylo i období, kdy jsem měla asi sedmiletý celibát.“

Co tedy bylo tím podnětem, že jste ho opustila?

„Rozešli jsme se několikrát, ale dál jsme spolu žili v domě, aby děti měly normální rodinu. Nejhorší období nastalo, když jsem otěhotněla a čekala jsem druhé dítě. Přesto, že jsme neměli sex třeba několik měsíců, otěhotnět se mi podařilo hned na první pokus. Byla jsem asi ve čtvrtém měsíci těhotenství, když za mnou Milan přišel a řekl mi, že to dítě není jeho, že to ví a ať se přiznám. V tu chvíli jsem se cítila strašně ponížena, ale největší problém byl ten, že jsem mu to nemohla nijak rozmluvit. Přišel s tím, že si to propočítal a cokoliv jsem mu k jeho mylným propočtům řekla, nemělo žádnou váhu, protože on to prostě spočítal a nesedí mu to. Začal to rozhlašovat po celé rodině, jeho rodičům i mým rodičům a dokázal to podat takovým způsobem, že já jsem mohla říct, co jsem chtěla, a nikdo mi nevěřil. Byla jsem tak psychicky rozložená a paranoidní, že i přesto, že jsem Milana nepodvedla a měla stoprocentní jistotu, že je otcem, měla jsem strach i z testů na určení otcovství, že se může něco pokazit a omylem to vyjde špatně. Asi v šestém měsíci za mnou přišli Milanovi rodiče a řekli mi, že se mohu s miminkem odstěhovat do jejich bytu v Praze a staršího syna jim nechat, že se o něj postarají. Jeho rodiče byli velmi vlivní a já měla šílený strach, že mi syna seberou. Dále jsem však s nimi žila v jednom domě a do porodu se nebavila ani s nimi, ani s Milanem. Pak jsem porodila, v porodnici se mnou byla moje maminka a Milan pro mě jen poslal taxi. Žila jsem dále v domě se strachem, co bude dál a když měl náš syn asi měsíc, přišel za mnou Milan s tím, ať mu miminko půjčím, že by si ho chtěl pochovat a že mu nevadí, že není jeho. Začali jsme se tedy spolu opět bavit a já přistoupila na testy DNA. Testy potvrdili jeho otcovství a on se mi omluvil. Měsíc byl klid a on se choval hrozně tajně, v pokoji si schovával nějaké papíry. Nedalo mi to, a když nebyl doma, tak jsem se podívala, co tam má za papíry. Zjistila jsem, že si nechal tajně udělat ty testy znova. Už to nebyly oficiální testy, ale testy anonymní. Udělal si je na obě děti. Jenomže ony tak nebyly jenom ty dvojce testy, on si je totiž

udělal třikrát. No a během toho, když mě podezíral, mi chodily anonymní sms. Představte si tu situaci, že jste u kamarádky na návštěvě a přijde Vám sms, ve které je napsáno „já vím, že máš se svým tchánem miminko“. Takových sms mi přišlo asi deset. Já jsem vůbec nevěděla, kdo to píše, co si mám o tom myslet. Zašla jsem tak daleko, že jsem Milanovi vlezla do telefonu a myslela že najdu tyhle zprávy mezi jeho odeslanými sms, ale našla jsem v jeho telefonu příchozí zprávu „vím něco o vaší ženě, za peníze vám řeknu, o co jde“. Ted' vůbec nevíte co se děje. Byla jsem v hrozném stresu, ale nechala jsem to být a neřešila. Asi o dva roky později se mi ve slabé chvílce přiznal, že to měl na svědomí on. Prostě si odvodil, že pokud byly testy DNA v pořádku, může být otcem našich dětí i jeho otec.“

Přes toto všechno jste s ním dále žila?

„V té době jsme byly rozejití a po domluvě spolu zůstali jen kvůli dětem. On jednoho dne navrhl, že když jsme rozejití, tak bychom si měli soudně zajistit střídavou péči o děti. Já jsem mu říkala, že je to nesmysl, že jsem mu slíbila, že s ním přece zůstanu kvůli dětem, ale on na tom trval. Měli jsme tedy náš první soud ohledně střídavé péče. Soudkyně však potvrdila, že není možné řešit střídavou péči, když žijeme spolu. Najednou Milan začal u soudu vykládat, že já vůbec nepřispívám na domácnost a že vše platí on. Byla jsem v šoku, protože především všechno kupovali jeho rodiče, vše co v tom domě najdete je za jejich peníze. Jídlo, nábytek a veškeré zařízení, prostě všechno. Soud nakonec skončil tak, že já mu musela platit 4000 korun alimenty. Byla jsem v té době na úřadě práce a měla peníze jen z brigády a každý měsíc mu dávala 4000 korun, nemohla jsem ani koupit nic dětem. Byla jsem zoufalá. Po třech měsících řekl, že si uvědomuje, že to byla blbost, ať mu nic nedávám, že to nepotřebuje, tak jsem to s radostí uvítala. Uběhlo asi šest měsíců a přišla na mě od něj exekuce, chytře uvalená na mé auto. To už jsem byla úplně na dně.“

Mělo chování vašeho přítele nějaký vliv na vaše zdraví?

„Vypadala jsem hrozně v té době hrozně. Lidé se mě ptali, co se mi stalo. K tomu jsem měla opakované virózy. Pravděpodobně jsem měla v důsledku stresu sníženou imunitu. Opravdu jsem přemýšlela nad tím, že si sáhnu na život a skončím to“

Zkusila jste vyhledat odbornou pomoc?

„Ano, ale jediné co si pamatuji, bylo, že mi to nijak nepomohlo. Chtěla jsem vyřešit problém, který nezáležel na mě a když jsem navrhla psychologa Petrovi, říkal, že ho potřebuji já, ne on. Byla jsem také u psycholožky, když jsme měli další soud. V té době už jsem byla

odstěhovaná a měli jsme děti ve střídavé péči. Milan chtěl, aby byl starší syn svěřen do jeho péče. Já s tím nesouhlasila, a i když jsem nikdy nechtěla děti od sebe rozdělit, tak jsem jemu natruc chtěla svěřit mladšího syna do mojí péče. V rámci toho, jsme museli projít psychologickým posudkem. Posudek psychologa dopadl katastrofálně pro nás oba, ale soud naštěstí dopadl dobře.“

Kdy teda nastal ten zlom, a vy jste přítele opustila?

„Kamarádka mi půjčila peníze na splacení exekuce a já se jí se vším svěřila. Tenkrát to byla ona, která mi řekla, ať se okamžitě odstěhuju, a nabídla mi, že má její přítel chatu, že můžu bydlet i s dětma tam. Řekla mi tehdy, že už nemám co ztratit a já si uvědomila, že má pravdu, že já už opravdu neměla co ztratit. Několik týdnů jsem si nenápadně stěhovala věci na chatu, tak, aby si toho Milan nevšiml, a když jsem byla připravená, řekla jsem mu, že odcházím. Nechal mě odejít. Samozřejmě mi to však dále dával sežrat a dělal mi naschvály. Platila jsem mu dále alimenty a neměla jsem moc peněz, abych se užívala, tak jsem mu občas poslala méně, protože jsem někde četla, že když jde vidět alespoň snaha, tak se to až zase tak moc neřeší. Milan na mě po nějaké době samozřejmě opět podal exekuci. Nenapadlo mě v tu dobu, že jsem mohla platbu alimentů nechat zrušit a on toho využil.“

Jako prožívali Vaše odloučení vaše děti?

„Myslím, že děti to zvládli bez problémů. Jediné, co mě trápí je, že v rámci střídavé péče se každý týden stěhují. Střídavá péče podle mě může fungovat jen za předpokladu, že jsou oba rodiče perfektně sladění. Naše děti však mají u něj úplně jiný režim než u mě a nepovažují to za ideální stav. V jednu dobu, když jsem odešla, tak mě úplně strašně před dětma pomlouval. Říkal jim třeba, že máma je šlapka, máma dělá toto, máma dělá támhleto, ona vás nemá ráda, ona se o vás nestará. Starší syn mi dokonce s odstupem řekl, že mě jednu dobu úplně nesnášel kvůli tomu, co mu táta o mně vyprávěl. Já jsem věděla, že mě pomlouval, ale já sama jsem ho pomlouvat nechtěla, protože kdybych začala také, tak dětem seberu tu jedinou jistotu, kterou vlastně měli alespoň v něm. Ve mně ne, protože já jsem pro ně byla kvůli němu ta nejhorší na světě. Kdybychom se pomlouvali navzájem, tak ty děti by se ocitli na v oboustranném konfliktu.“

Jaká je vaše situace ve vztahu k bývalému příteli dnes?

„Nyní je to pět let, co jsem z toho venku a mohu říct, že jsem úplně v pohodě. S Milanem normálně fungujeme v rámci střídavé péče o děti, jinak spolu do styku nepřicházíme.“

Zajímavé však je, že po smrti jeho otce jsem se více sblížila s jeho matkou, která mě vyhledala a řekla mi, že mě teď s odstupem času už chápe. Žije s ním v domě a Petr se k ní nyní chová stejně, jako se choval ke mně. Momentálně se snaží omezit její svéprávnost z důvodu duševní poruchy, pravděpodobně ze strachu, aby nepřišel o část dědictví“