



Kazuistika

konference Člověče, nezlob se
15. 6. 2022

Projekt **Stop násilí** Diakonie ČCE

- ▶ individuální, párová a skupinová terapie
- ▶ délka: 1 rok
- ▶ PMS klienti: 15 konzultací (+ možnost prodloužení)
- ▶ 8 terapeutů

▶ aktuální stav:


individuální	26
PMS	8
párová	4
skupinová	8



Kazuistika

- ▶ žena
- ▶ SŠ vzdělání
- ▶ vztah: 1,5 roku
- ▶ dobrovolný vstup do programu
- ▶ zahájení na podzim 2021
- ▶ 1x týdně,
nyní cca 25 konzultací

Základní informace

- ▶ Předchozí zkušenost s terapií.
 - ▶ Problém: nezvladatelné výbuchy emocí a agrese, které klientka nedokáže kontrolovat.
Nadává, řve, ječí, mlátí věcmi, bije partnera...
 - ▶ Výbuchy se poprvé objevily v jejích 17 letech.
 - ▶ Náběh na výbuch zažívá každý týden, samotný výbuch 1x za měsíc.
 - ▶ Děje se to především v partnerských vztazích.
- 

Osobnost klientky

- ▶ Působí a vystupuje sebevědomě, sebejistě, přímočaře, seriózně.
- ▶ Hovoří pragmaticky, logicky, bez emocí, s nadhledem, někdy působí až chladně.
- ▶ Vždy perfektně upravená, dbá na vzhled.

Rodinná anamnéza

- ▶ Rodiče spolu, v 10 letech F se na 1,5 roku rozešli.
Do dneška v častém kontaktu.
- ▶ Dětství na menším městě.
- ▶ Bez kontaktu se širší rodinou.



Rodiče

- ▶ Otec dominantní, přísný, výkonově orientovaný, alkoholik, bez zájmu a respektu k F.
- ▶ Matka submisivní, emočně nedostupná, často manipulující, sklony k depresím, sebelítostivá, pasivně agresivní.
- ▶ Agrese / bití ze strany otce, F se před ním často schovávala.
- ▶ Rodiče ji nikdy nepochválili, matka jí často říkala, že je hloupá, že ji dá do DD, otec několikrát sdělil, že by chtěl raději syna.

Situace v rodině

- ▶ Odchod otce z rodiny v 10 letech F k nové partnerce. Matka odchod těžce nesla, F se o ni starala.
- ▶ Rodiče spolu nekomunikovali, posílali si „zprávy“ přes F.
- ▶ Otec se po 1,5 roce vrátil, hádky opět na denním pořádku. F měla snahu je usmiřovat, mediovat jejich konflikty.
- ▶ Její snaha ale k ničemu nevedla.

Práce s agresí na 2 rovinách

Rovina praktická (*tady a teď*)

- ▶ Prevence (jak se do situací nedostávat)
- ▶ Nalezení nových strategií zvládnání
- ▶ Metody a techniky práce se vztekem

Rovina celostní (*tehdy a tam*)

- ▶ Kde se u mě agrese vzala?
- ▶ Co je v pozadí?
- ▶ K čemu mi je v životě dobrá?

Co si klientka z dětství nese?

musím si lásku zasloužit

jsem nezajímavá, nedůležitá

když se budu víc snažit, tak mě budou mít rádi

jsem nejhorší dcera na světě

proč druzí lásku dostávají a já ne?

nikam nepatřím

*když nebudu dělat chyby,
tak mě budou mít rádi*

musím rodičům ukázat, že jsem dobrá

musím se více snažit, více bojovat

musím se druhým zavděčovat

nesmím dát najevo slabost


všechny okolo jenom otravuju

rodiče mě nikdy nechtěli

jsem bezmocná, i když se snažím, tak to k ničemu není

*ubližuji druhým tím,
že jsem*

Jak na dětství „zareagovala“?

- 
- ▶ Vypnula emoce, potlačuje je („*Snažím se je nevyjadřovat...*“).
 - ▶ Chová se chladně, odměřeně, bez zájmu.
 - ▶ Nesmí ukázat slabost, musí být dokonalá.
 - ▶ Musí druhým dokázat, že za něco stojí.
 - ▶ Potřeba kontroly, perfekcionismus.
 - ▶ Stále v napětí, připravená reagovat na útok, strach, že ji někdo využije (nebo objeví její nedokonalost).
 - ▶ Musí stále „makat“.

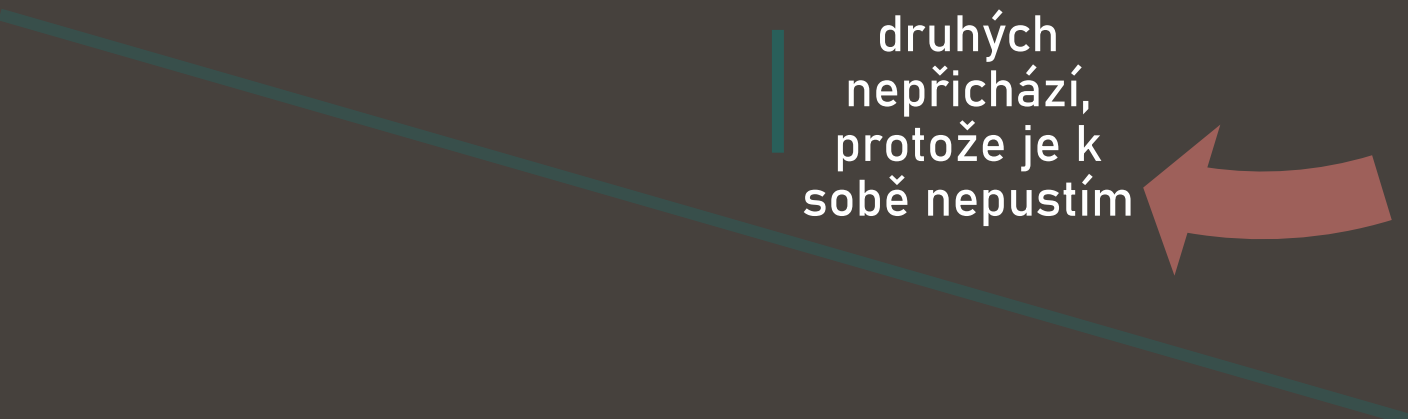
Začarovaný kruh

jsem tvrdá,
odměřená, aby
mě druzí
nemohli zranit

toužím po
blízkosti a
náklonosti,
které se mi
nedostává

blízkost od
druhých
nepřichází,
protože je k
sobě nepustím

bojím se
druhé k sobě
pustit



Od sebepoznání k pochopení agrese

Pochopení
toho, co se mi
v životě děje

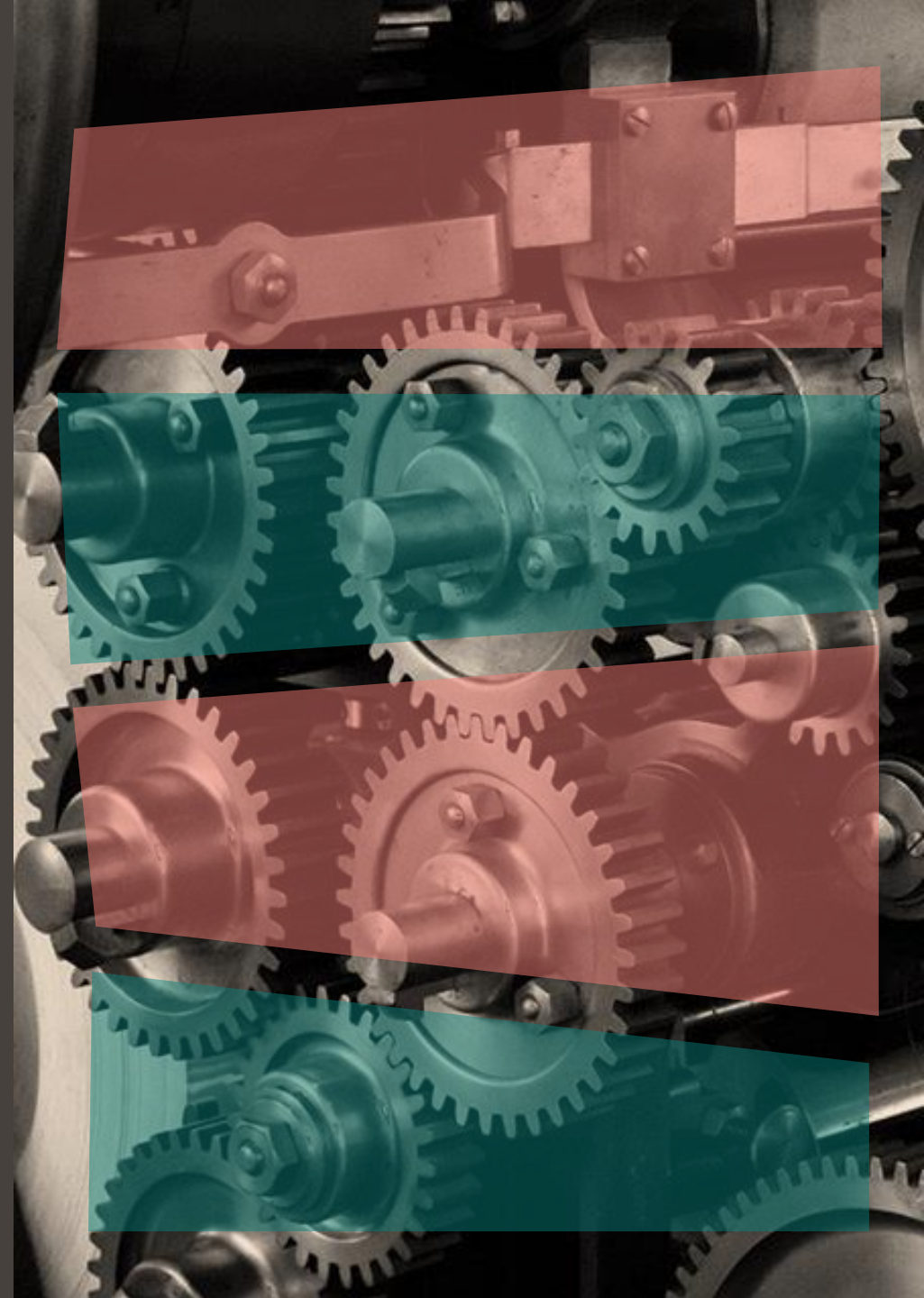
Porozumění
agresivním
tendencím

Agresivní reakce / výbuchy

- ▶ Výbuchy přicházejí vždy v hádce. F se dlouho snaží, ale nedaří se jí něco změnit.
- ▶ Průběh: F dlouho navenek klidná, drží se, racionální, logická... pokud hádka trvá dlouho, tak přichází výbuch.
- ▶ V momentě frustrace a bezmoci, jakmile si F připadá zahnaná do kouta a nemůže uniknout.
- ▶ Pocity, že ji partner nemá rád, že mu na ní nezáleží.
- ▶ Myšlenka „*Proč mě tak moc nemáš rád?!*“. Myšlenka patří otci. F byla často bitá, bála se, schovávala, ale uniknout nedokázala. Ot si ji vždy našel.

Funkce a význam výbuchů

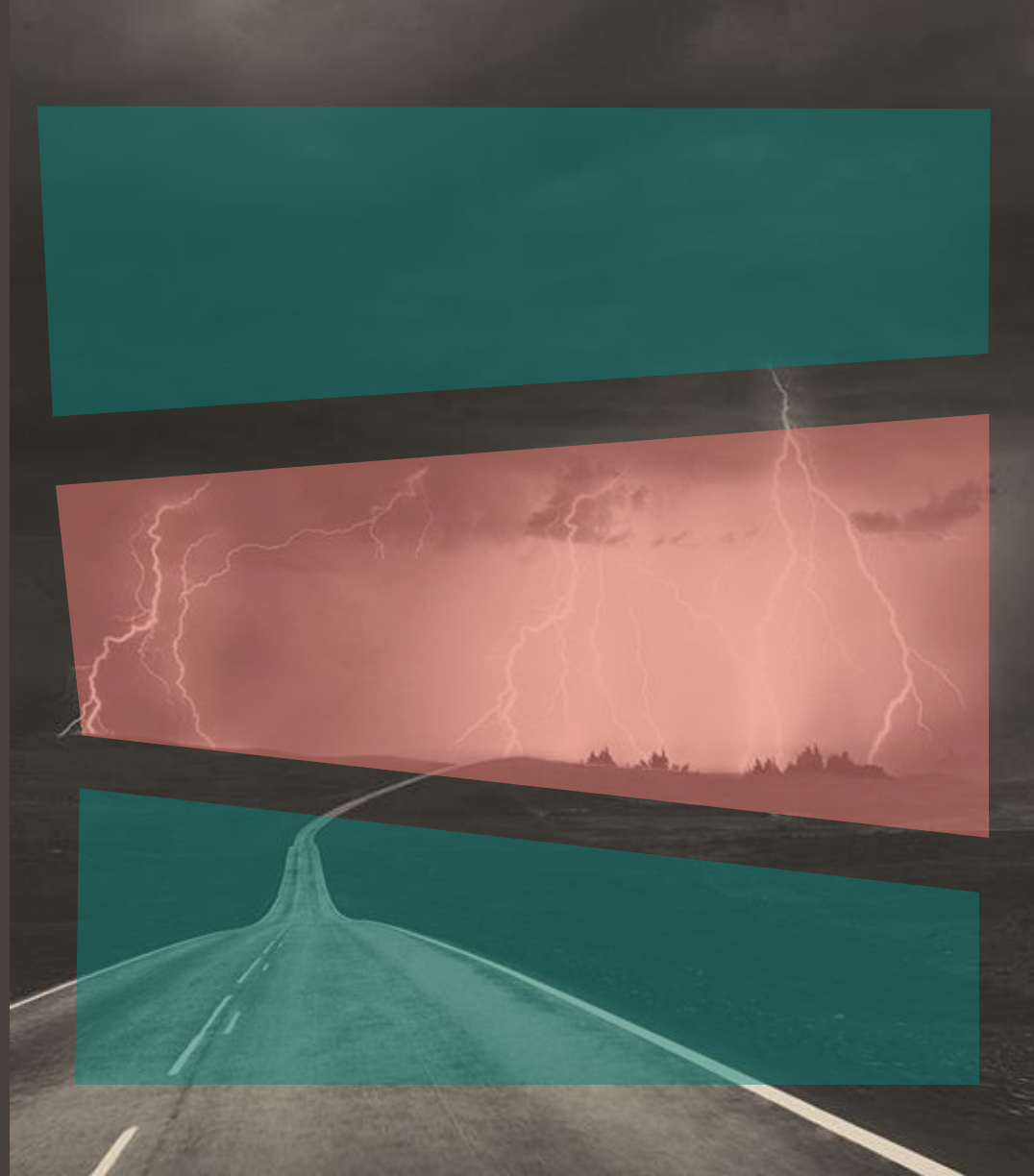
- ▶ Až tehdy ji druhý dokáže uslyšet, brát vážně.
- ▶ Obrana proti bezmoci a frustraci (v situaci výbuchu je F velice „mocná“).
- ▶ Vybití napětí, úleva od (potlačovaných) emocí.
- ▶ Forma volání o pomoc, na kterou druhý slyší.



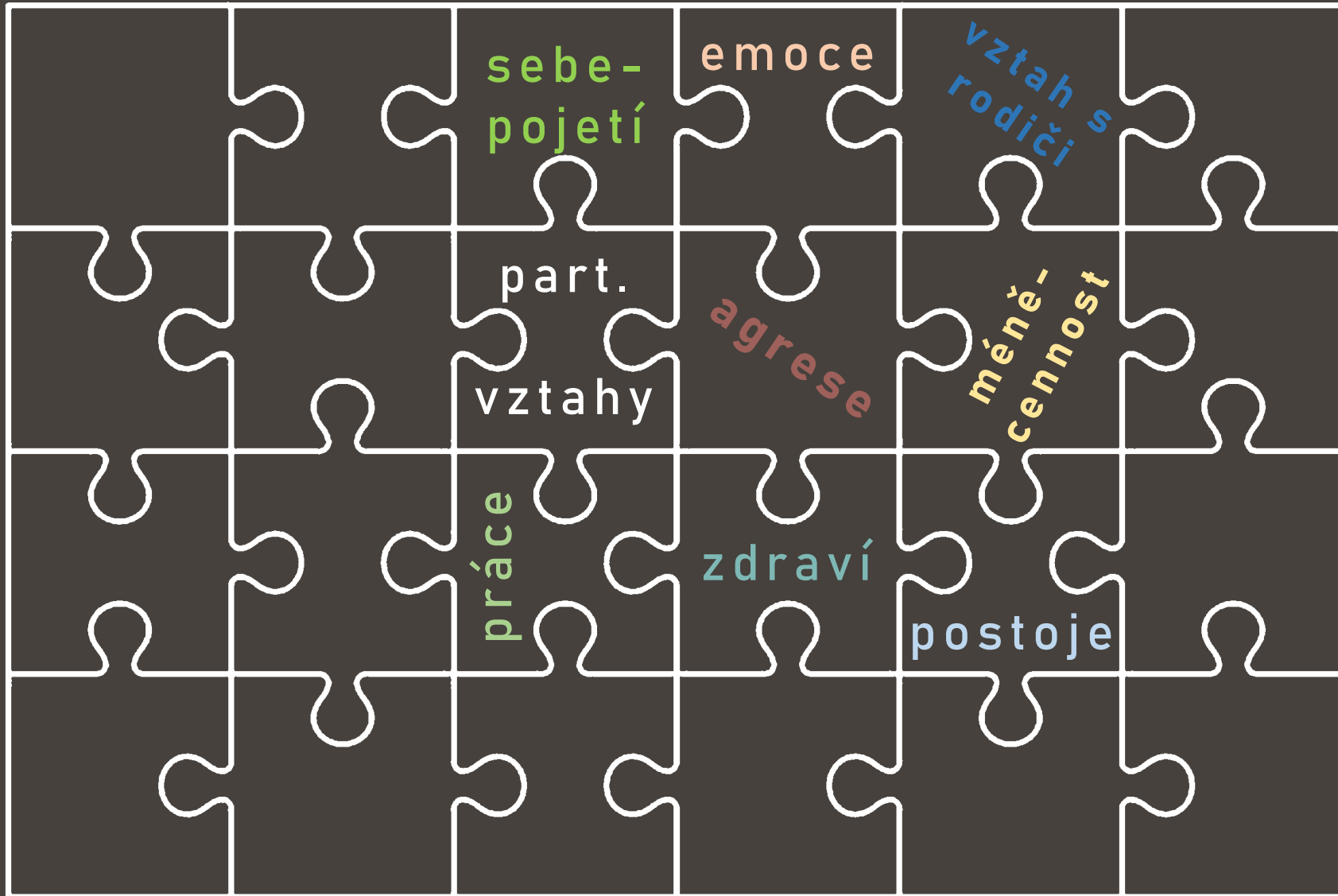
*Agrese je často
nejlepší možné řešení.*

Agrese v životě klientky

- ▶ Zlost a vztek zažívá neustále.
- ▶ Každý den si kvůli tomu přijde v napětí.
- ▶ Agrese v podobě tvrdosti, neústupnosti až aroganci. „*Druhé umlácuje argumenty.*“
- ▶ Častá pasivní agrese.



Průběh terapie



Průběh terapie

- ▶ Nestrukturovaný průběh = pracuji s tím, s čím klientka přichází
- ▶ Propojování témat s agresí / násilím
- ▶ Součástí terapie i korektivní emoční zkušenost: „*Druhý mě bere takovou, jaká jsem.*“
- ▶ Zlomové okamžiky v terapii s F:

uvědomění si
ambivalence
k rodičům

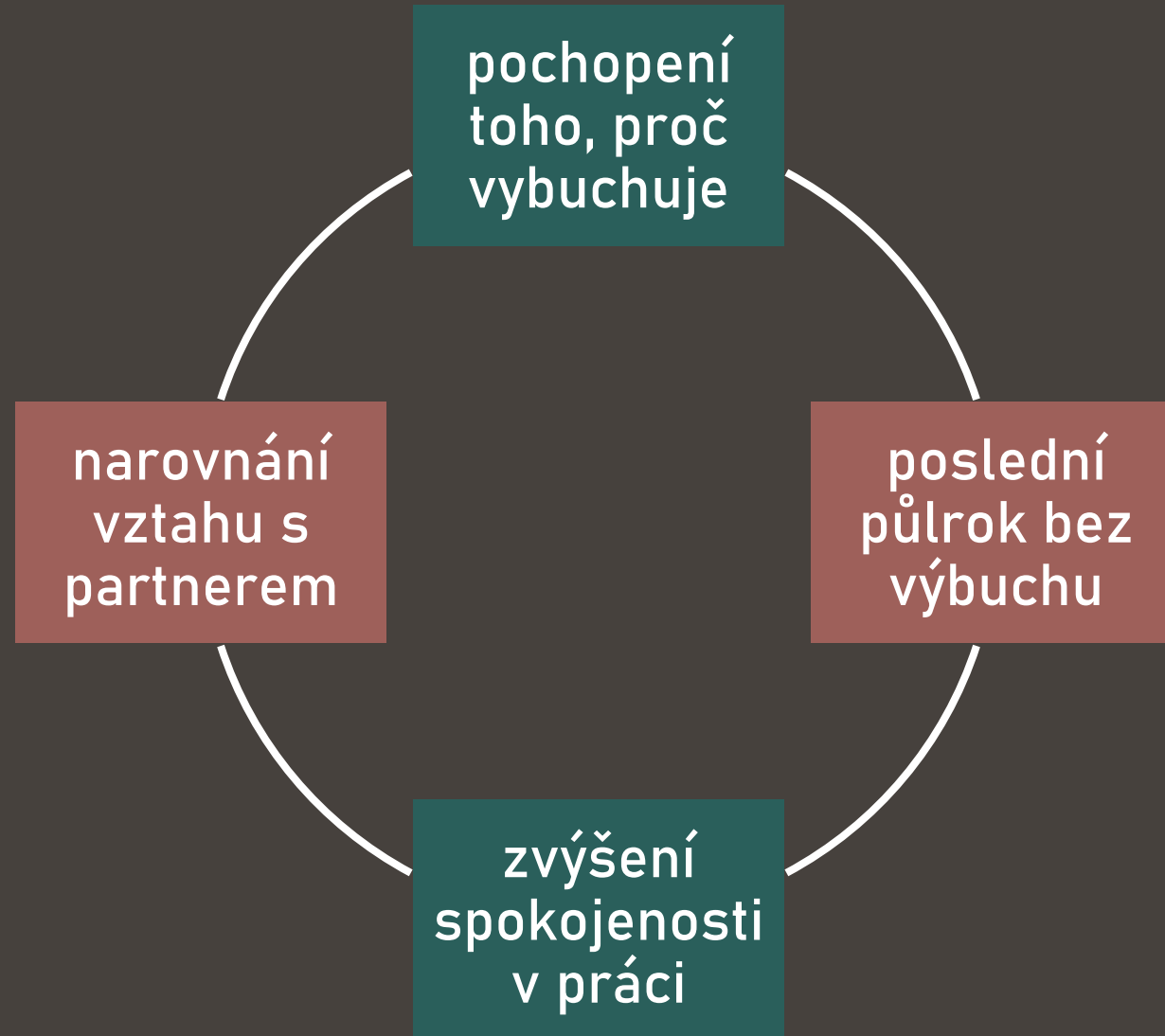
přiznání si
pocitů
méněcennosti

odžití si zloby
a vzteku

pochopení
vlastních
emocí

konfrontace s
otcem

Vývoj situace



Co jsem chtěl kazuistikou říci?

- ▶ Agrese/násilí není osamocený symptom, vždy existuje v kontextu života klienta.
- ▶ Důležitost práce s celým životním příběhem klienta. Agrese je reakcí či strategií, která v životě klienta dává smysl.
- ▶ Cíl terapie: porozumění toho, co se mi v životě děje a proč se mi to děje.
- ▶ Agrese není pouze o fyzickém násilí.



...prostor pro diskusi

Děkuji za pozornost.



PhDr. Václav Chytrý

Diakonie 
Českobratrské církve evangelické

projekt Stop násilí