

# Blízké vztahy a násilí

**Mgr. Jitka Mertlíková**  
**Bc. Denisa Vargová**

**THEIA – krizové centrum o.p.s.**

**[www.theia.cz](http://www.theia.cz)**

**Kontakty: [mertlikova@theia.cz](mailto:mertlikova@theia.cz) , 728 008 771**

**[vargova@theia.cz](mailto:vargova@theia.cz) , 725 418 090**

*[www.theia.cz](http://www.theia.cz)*



## PŘEDSTAVENÍ ORGANIZACE

- **Nestátní nezisková organizace**
- **Registrovaný poskytovatel sociálních služeb**
  - Krizová pomoc
  - Odborné sociální poradenství
- **Prevence rizikového chování**
- **Vzdělávání dospělých**
- **Akreditovaná pomoc obětem trestných činů**

## Statistiky...

**Podle výzkumu Agentury Evropské unie pro základní práva z roku 2023:**

- Každá třetí žena v EU zažila fyzické, sexuální nebo psychické násilí ze strany partnera nebo bývalého partnera.

**V českém kontextu máme podobně alarmující data ze šetření Sociologického ústavu Akademie věd ČR z roku 2022:**

- 30 % žen a 12 % mužů uvedlo, že ve svém životě zažili domácí násilí.
- 49 % osob, které někdy měly partnerský vztah, zažilo psychické násilí – to znamená téměř každý druhý člověk.
- A přitom – jen necelá polovina oslovených žen (49,6 %) byla ochotná se do výzkumu zapojit. **Což samo o sobě vypovídá o stigmatizaci, studu a obavách, které toto téma stále provázejí.**

## Statistiky...

### A co děti..?

Podle dat z let 2023–2024:

- Policie a intervenční centra identifikovaly 1 394 dětí jako přímo ohrožených domácím násilím.
- Ve 679 domácnostech byl v roce 2023 vykázán násilný člen – za přítomnosti dítěte.
- Až 10 % všech dětí v ČR je podle odhadů vystaveno domácímu násilí, často opakovaně a dlouhodobě.

### Násilí v blízkých vztazích

- V roce 2024 bylo v Jihočeském kraji evidováno 850 násilných trestných činů – od ublížení na zdraví po vydírání a vyhrožování.
- A případy vykázání násilných osob z domácností – podle údajů z intervenčních center – se v kraji týkají desítek domácností ročně, často s přítomnými dětmi.

## Preventivní program „Násilí v blízkých vztazích“

- Program pro 9. třídy ZŠ a SŠ běžící od roku 2022
- Zkušenosti z praxe s oběťmi násilí v blízkých vztazích
- Využití metodik a školení pro prevenci a osvětu problematiky násilí v blízkých vztazích (metodiky vytvořené ve spolupráci Úřadu vlády, organizací Alternativa násilí (ATV) a SOFA
- Film „Zuřivec“ a „Všude dobře doma nejlíp“
- Publikace „Násilí je možné zastavit“

## O násilí..

- Násilí ve vztahu se může týkat kohokoliv z nás
- Násilí není v pořádku, lze s ním něco dělat
- Násilí je odpovědností toho, kdo se ho dopouští
- Násilí se často projevuje tam, kde se pachatel cítí bezpečně
- Násilí má dvě složky – emoce a rozum
- Násilí je bezmoc



## Aktéři násilí

- **Za násilí je vždy odpovědný ten, kdo se ho dopouští**
- **Zbavování se odpovědnosti za násilí** – svádění viny na oběť, popírání, bagatelizování, vnější faktor
- **Násilí jako reakce na bezmoc**
  - bezmoc předchází vzteku a vztek předchází násilí
  - násilí dává moc a kontrolu a zbavuje bezmoci
  - výměna rolí – už nejsem oběť
  - pomsta a zadostiučení
  - zastavení konfliktu

## Aktéři násilí

- **Opakovaný cyklus násilí** – střídá se napětí a násilí s fází klidu a projevy lítosti a lásky (udržení oběti ve vztahu)
- **Transgenerační přenos násilí** – riziko přebírání vzorců násilí a přenášení následků do budoucích vztahů, přejímání postojů legitimizujících násilí ve vztazích, genderové stereotypy o mužské a ženské roli, zvýšená agresivita, důležité včasné zapojení protektivních faktorů
- **Změna je možná – bez práce s násilnými osobami není možné násilí zastavit (Liga otevřených mužů)**

## Vztek

- **Vztek jako základní emoce** – důležitý pro přežití, signál, který sděluje naše potřeby nebo upozorňuje na překročení našich hranic
- **Modely nezdravého zvládnání vzteku:**
  - **Potlačování vzteku** – „papiňák“ – hromadění energie, nárůst napětí
  - **Vybití vzteku** – „motorkář“ – na jiných lidech, na věcech, na sobě
- **Spouštěče vzteku** – podněty, situace, které mohou vyvolat vztek
- **Jak studenti prožívají svůj vztek?**
- **Jaké jsou jejich spouštěče?**

## K zamyšlení ...

- **Jak reagujete, když vás někdo/něco naštvě?**
- **Co si myslíte o fyzických trestech na dětech?** (Kdo nikdy nebyl fyzicky trestán od rodičů? Je někdo, kdo nikdy nechce použít fyzické tresty na svých dětech? Je tu někdo, kdo si myslí, že někdy použije na své děti fyzické tresty? Kvůli čemu?)
- **Co byste dělali, kdybyste zjistili, že někdo blízký zažívá ve vztahu násilí?**
- **Co může být násilí ve vztahu?**

## Novela občanského zákoníku

- **Nové znění zákona neznamena, že každý rodič bude za zvýšený hlas nebo pevnější uchopení dítěte automaticky sankcionován. Smyslem není potlačit autoritu rodiče, ale zvýraznit hranici mezi výchovou a násilím.**
- **Novela má spíše preventivní a hodnotový charakter.**
- **V případě, že se prokáže, že rodič dítě opakovaně tělesně trestá, ponižuje nebo mu jinak působí duševní újmu, může být omezen rozsah jeho péče o dítě nebo v krajních případech může být výkon rodičovské odpovědnosti pozastaven**

## Formy násilí

- **Fyzické** – jakékoli užití fyzické moci proti druhému člověku, která mu má ublížit, způsobit bolest, zastrašit ho nebo ponížit, aby jednal proti své vůli nebo nejednal podle ní
- **Psychické** – ovládání druhého člověka uplatněním moci a kontroly, vyhrožování, urážení, vydírání, které dotyčnému ublíží, způsobí bolest, zastraší ho, omezí jeho vůli nebo ho poníží
- **Latentní** – předpoklad či očekávání, že k násilí může dojít

## Formy násilí

- **Sexuální** – sexuální násilí nebo obtěžování je jakékoliv nevyžádané a nechtěné jednání se sexuálním podtextem, který je vám nepříjemné a není pro vás v dané chvíli možné bezpečně jej odmítnout.
- **Kybernásilí** – je soubor násilných aktů páchaných prostřednictvím digitálních médií, jako je internet a mobilní telefony, které mohou způsobit fyzické, psychické nebo sociální škody oběti.
- **Sociální a ekonomické násilí** – zahrnují činy, které mají druhou osobu kontrolovat, manipulovat nebo jí zabránit v odchodu.

## Oběti násilí v blízkých vztazích (kazuistiky)

- **Ženy** – nejčastější skupina obětí násilí v blízkých vztazích
- **Děti** – vždy obětí, i když násilí není pácháno přímo na nich, závažné dopady na psychický vývoj dětí, absence bezpečného prostředí a bezpečného vztahu s rodičem, pocity viny, deformovaný postoj k sociálním vztahům
- **Muži** – stereotypy ve společnosti, stud
- **Senioři** – strach, stud, závislost na násilné osobě, nedostatek sil, nízké právní povědomí
- **Zdravotně postižení** – blízký vztah či závislost na násilné osobě, strach, bariéry přístupu k pomoci

## Partnerské násilí dospívajících

- **Vliv sociálních sítí** – prezentování „reality“, online vztahy, algoritmy
- **Manosféra** – souhrn online komunit, kde se šíří nesnášenlivost a předsudky vůči ženám (misogynie, incelové, victim blaming)
- **Film Adolescent**



## Partnerské násilí dospívajících

- **Varovné signály:**

- Izolace a potíže s navazováním vztahů (uzavírání se v online světě)
- Pocit bezmoci a vzteku vůči ženám
- Pocit nároku na sex
- Podpora mužské nadřazenosti
- Obdiv k toxickým vzorům (Andrew Tate)
- Přijímání postoje, že násilí je ospravedlnitelné

## Partnerské násilí dospívajících

- Nebývá finanční závislost
- Není problematika společných dětí
- Menší zkušenost se vztahy
- Neznalost, kam se obrátit o pomoc
- Bagatelizace z okolí

## Bariéry odchodu

- **Strach**
- **Ekonomická závislost**
- **Bezmoc, pocit viny, nízké sebevědomí**
- **Naděje, že se násilník změní (fáze líbánek)**
- **Sociální tlak a izolace**
- **Stigma rozchodu či rozvodu**
- **Institucionální překážky nebo slabá činnost orgánů**
- **-> vrstvení faktorů**

## Zpětné vazby z dotazníků – „co mi program přinesl nového“?

- „Dozvěděla jsem se, že i věci, které jsem považovala za normální, tak asi nejsou úplně v pořádku“
- „Třeba to, že se to přenáší z generace na generaci.“
- „Nebát se říct, když se něco děje.“
- „Pohled z jiného úhlu pohledu na problematiku bití dětí.“
- „Zjistil jsem, že můžu pomoci ostatním.“
- „Abych se choval normálně a nikoho nemlátil“
- „Byla jsem v toxickém vztahu a jsem ráda za tu přednášku, kdybych jí měla dřív, tak bych se tolik netrápila. Myslím, že to může pomoci hodně lidem.“

## Užitečné odkazy:

- <https://www.societyforall.cz/blizke-vztahy-bez-nasili>
- <https://zurivec.cz/wp-content/uploads/2025/09/Jak-mluvit-s-detmi-o-nasili-v-rodine.pdf>
- <https://zurivec.cz/>
- [https://ilom.cz/wp-content/uploads/2023/05/01\\_ZVZ-ESF-prirucka\\_A4\\_WEB.pdf](https://ilom.cz/wp-content/uploads/2023/05/01_ZVZ-ESF-prirucka_A4_WEB.pdf)

## Zdroje:

- ČÁP, D., STOČESOVÁ, V. Psychoterapeutická práce s původci domácího násilí. Praha: Portál, 2020. ISBN 978-80-262-1655-1
- JAKOBSEN, B. RAKIL, M. Násilí je možné zastavit. Praha: Nadace Open Society Fund, 2022. ISBN 978-80-7440-302-6
- NEJEDLOVÁ, J., Kdo jsou incelové a proč nás to má zajímat. Praha: Konsent, z.s., 2025
- <https://www.profem.cz/cs>
- <https://www.soc.cas.cz/akce/kdyz-boli-doma-vysledky-vyzkumu-o-nasili-v-blizkych-vztazich>
- <https://www.domacinasili.cz/statistiky/>
- <https://www.mvcr.cz/clanek/vladni-program-bezpecne-detstvi-cesta-k-prevenci-nasilive-spolecnosti.aspx>
- <https://www.czso.cz/csu/czso/kriminalita-v-jihoceskem-kraji-v-roce-2024>
- <https://www.policie.cz/clanek/statistika-domaciho-nasili.aspx>

# **DĚKUJEME ZA POZORNOST**

**THEIA – krizové centrum o.p.s.**

**Mgr. Jitka Mertlíková**

**Bc. Denisa Vargová**