

Martin Hollý

Když duše válčí s tělem

Ve společnosti žije nemálo lidí s neobvyklými sexuálními touhami, jako jsou například pedofilie nebo patologická sexuální agrese. Ačkoli ve společnosti převažuje názor, že sexuálního násilí se dopouštějí právě takové osoby-parafilici, pravda je taková, že většina z nich se protiprávního sexuálního jednání zřejmě nikdy nedopustí. Naopak je jejich „nenormálnost“ velmi často trápí. Jejich duše válčí s jejich tělem. Loni odstartoval projekt Parafilik, který má těmto lidem pomoci. Nejenom v tom, aby se nikdy žádného sexuálního trestného činu nedopustili, ale hlavně v tom, aby se dokázali se svojí sexualitou vyrovnat a lépe čelit psychickým a sociálním problémům spojeným s jejich sexuálním nastavením. „Pro mě je vždycky důležité to, když se individuální příběh podaří odklonit od předpokládaného konce, tedy od velkého průšvihu,“ říká ředitel Psychiatrické nemocnice Bohnice a metodik projektu Parafilik.

TEXT PAVEL BAROCH

FOTO KAREL ŠANDA

P

odle Národního ústavu duševního zdraví lze za jeden z nejvíce alarmujících dopadů pandemie covidu-19 v oblasti sexuality považovat nárůst sexuálního násilí a problematického sexuálního chování v on-line prostředí. Co konkrétně to znamená?

Žijeme v situaci, která nás více tlačí k tomu, abychom byli více on-line, abychom byli více v kontaktu přes komunikační technologie, přes sociální sítě, a znemožňuje nám běžné sociální kontakty. V oblasti sexuality to nemůžeme vnímat tak, že by to byly spojitě nádoby a sexuální násilí by se jen přesunulo do on-line prostředí. Člověk, jenž má vnitřně dáno, že by mohl zasahovat

do sexuální svobody jiných osob – například pacienti s pedofilním zaměřením nebo sadistickou preferencí –, má obvykle vypracované jisté adaptační strategie, jak se svou odchylkou naložit, aby nikomu neublížil. Bývají ale spojeny s běžným sociálním kontaktem. Ale když se výrazně ubere, může nastat situace, že se více začnou orientovat na první pohled bezpečné on-line prostředí, které zdánlivě vyvolává pocit anonymity nebo může navazovat atmosféru, že tady nemohu nikomu ublížit. V dokumentu *V síti* jsme se mimochodem přesvědčili, že tomu tak není. Člověk s odlišnými sexuálními touhami se může nechat lehce vtáhnout do on-line prostředí, protože si myslí, že je to pro něho neškodné.

„Nabízíme pomocnou ruku lidem, kteří se chtějí vyrovnat se svými neobvyklými sexuálními touhami.“

Znamená to tedy, že se s jiným prostředím nedokáže vyrovnat?

Není to možné vykládat černobíle. Koronavirová pandemie představuje pro všechny větší stresovou zátěž. Pro lidi s jiným sexuálním nastavením je o to větší, protože vyrovnat se se svojí odlišností je samo o sobě velmi stresující a dopady koronavirové pandemie tomu ještě přidávají. Obecně se lidé se stresem často vyrovnávají tak, že pokud jsou v nějakém napětí, hledají uvolnění v sexuálním vybití. U jedinců s odlišným sexuálním nastavením může toto sexuální vybití zahrnovat i aktivity, které zasahují do sexuálních svobod ostatních.

Lidé s odlišnou sexuální touhou se odborně nazývají parafilci. Loni vznikl stejnojmenný projekt, jehož cílem je těmto osobám pomoci. Reaguje také na nově vzniklou situaci, která vznikla kvůli koronaviru?

Myslím, že nová koronavirová situace jenom podtrhuje potřebnost, význam tohoto projektu. Vznikal už několik let před ním, než se covid-19 objevil. Projekt především vyplňuje obrovskou mezeru, žádný takový systémový preventivní program pro parafiliky u nás nebyl nastaven. V rámci nabízených služeb ale reaguje na současnou situaci dočasnou nabídkou telefonické a on-line krizové intervence pro lidi s problematickým sexuálním nastavením a jejich blízké, kteří se ocitli ve stavu akutní krize a uvítali by podporu při zvládnání své sexuality.

Co je tedy jeho hlavním posláním?

Nabízí pomocnou ruku lidem, kteří se chtějí vyrovnat se svými neobvyklými sexuálními touhami, vést spokojený život a naučit se zvládat své sexuální potřeby tak, aby se nedopustili něčeho nevhodného. Ne vždy jejich sexuální zaměření může být nebezpečné vůči ostatním, může ale být frustrující pro ně

samotné. Pomocná ruka se snaží být nestigmatizující, můžeme se všemi, kteří se přihlásí, pracovat anonymně, ale současně při zachování všech informačních povinností – není to tedy tak, že bychom něco kryli. Je to každopádně pro lidi, již zatím kvůli svým sexuálním touhám nepřišli do křížku se zákonem, a má jim pomoci se s jejich touhami vyrovnat způsobem, aby tomu tak bylo i nadále.

O parafilcích panuje spousta předsudků, například že to jsou sexuální predátoři. Ale většina z nich se přitom za celý svůj život ničeho nezákonného nedopustí. Nemůže právě koronavirová pandemie celou oblast duševních poruch alespoň částečně destigmatizovat? Vycházím z toho, že se o psychických potížích nyní mnohem více mluví, plno lidí je ve stresu, má úzkostné stavy. To by mohlo vést k tomu, že se dlouhodobé předsudky mohou nabourávat, ne?

Je to konstrukt, který bych si přál. Je skutečně pravda, že si mnohem více lidí sáhne na vlastní zkušenost se stresovým přetížením. Pokud vnímáme duševní zdraví jako kontinuum, kde neexistuje pouze úplná patologie na jednom konci a úplné zdraví na konci druhém, a celý život se pohybujeme někde mezi, člověk, který si tím prochází, dokáže mnohem lépe pochopit někoho, kdo se s potížemi potýká dlouhodobě. Na druhou stranu naše individuální zkušenost nás velmi často vede k tomu, že zobecňujeme řešení, jež fungovalo u nás. Třeba: stačí se dobře vyspat a deprese nás přejde. Nebo stačí, když si popovídáme s kamarádem, a potíže jsou pryč. Takže sice dokážeme být empatičtí k určitému duševnímu stavu, ale nevnímáme komplexnost a složitost jeho řešení.

Rozumím, prostě si řekneme, že my jsme si pomohli sami, bez odborné lékařské pomoci.

Ano. A proto si myslíme, že by si to stejně mohl vyřešit i někdo jiný. Tím pádem jsou ale problémy v sexuální oblasti do značné míry diskvalifikovány, protože parafilie je dlouhodobě

daná, ze své podstaty je nezměnitelná, s tímto handicapem se lze pouze naučit žít. Proto si myslím, že současná náročná situace s koronavirem nemůže pomoci tuto oblast destigmatizovat.

Je vaše pomocná ruka, kterou už více než půl roku nabízíte parafilikům, přijímána?

Nejuchopitelnější výsledek je v první řadě ten, že se nám podařilo vyškolenit terapeuty, kteří budou s parafiliky pracovat. Nebylo to jednoduché, protože u nás do té doby nic podobného vlastně neexistovalo. Museli jsme vycházet ze zahraničních zkušeností, hodně jsme se opírali o znalosti německých kolegů. Poté, co už fungovala anonymní internetová poradna, se mohlo otevřít kontaktní centrum, takže už máme první klienty, kteří jsou zařazováni do anonymních osobních konzultací v nově založeném centru v naší nemocnici v pražských Bohnicích. Každopádně je důležité, že se projekt posunul do konkrétních příběhů. Ale jsme zatím na počátku reálné pomoci.

Jak se s parafiliky dále pracuje?

Je to možné rozdělit do několika fází. První je kontaktování – buď přes naše webové stránky, e-mail, anonymní internetovou poradnu, či telefonní číslo. Následně je klient pozván k pohovoru s našimi terapeuty, kde se vyhodnotí jejich motivace k terapii, co od terapie očekává, a stanoví se potenciální míra rizika pro překročení zákona. Podle toho je pak klientům doporučena individuální, párová či skupinová terapie nebo jejich kombinace. V rámci terapie se snažíme podpořit motivaci klienta a jeho sebezpřijetí, eliminovat problematiku sexuálního chování a rozklíčovat situace, které jsou jim nebo ostatním nepříjemné, nebo dokonce ohrožující. Pak se individuálně věnujeme tomu, co se s tím dá dělat. Zároveň se snažíme podpořit vztahy s jeho blízkými.

Už jste zmínil, že parafilie může být obtěžující i pro daného pacienta.

V čem to pro něho může být ome-

zující, nepříjemné, proč mu takové sexuální dispozice vadí?

Teď už sice dlouhé roky řediteluji, ale v dobách, kdy jsem ještě osobně pracoval s lidmi s poruchou sexuální preference a snažil se jim pomoci, bylo jedním z mých motivů také to, že se o těchto lidech mluvilo a vlastně dodnes mluví tak, že jim jejich odlišná sexualita dělá radost. Jenže naprostá většina parafiliků má se svojí sexualitou opravdu velký problém. Moc dobře vědí, že uskutečněním své sexuální preference se dostávají na hranu a někdy i za hranu zákona. Je to pro ně nesmírně frustrující. Navíc o tom nemohou s nikým moc mluvit. Když jsme se na to ptali parafiliků, říkali nám, že se mnohdy bojí vyhledat odbornou pomoc, aby nebyli nevhodně onálepkováni. Ostatně obecně rozšířená je představa uslintaného devianta, který jen čeká na to, aby ukojil svoji vášeň. A těší se na to, až to udělá podruhé. Jenže to jsou samozřejmě představy úplně liché. Ano, jsou to lidé, již občas podlehnou svému puzení, ale většinou se celý život trápí.

Nemohou si mnohdy najít partnera.

Svou nerealizovanou sexualitou jsou často ovládnuti. Utíká jim běžný život, protože řeší svou sexualitu. Pro lepší představu: je to podobné, jako když je člověk s běžným sexuálním zaměřením tlačěn do celibátu. Nebo když před sto lety byla masturbace doprovázena velkým pocitem viny, protože děti byly vychovávány v tom, že jim upadne přirození, pokud budou masturbovat. Většina parafiliků si navíc moc dobře uvědomuje, že realizací své sexuality někomu ublíží.

Jaká je ochota parafiliků se svým zaměřením něco dělat? Vyléčit se to samozřejmě nedá, ale je možné se s tím naučit žít?

Použiji takové už trochu klišé: za každou diagnózu musíme vidět člověka. Samozřejmě záleží na tom, jak s tím daná osoba chce pracovat. Ale je velká odpovědnost státu nabídnout jim řešení. Pokud s tím někdo chce něco dělat, musí mít také možnosti s tím pracovat. Jestli mi někdo podá

MUDr. MARTIN HOLLÝ, MBA

● **Psychiatr a sexuolog, metodik projektu Parafilik.**

Po studiu na lékařské fakultě pracoval na psychiatrickém oddělení nemocnice v Trenčíně (1994–1996).

Následovalo sexuologické oddělení Psychiatrické nemocnice Bohnice (1996–2000).

Poté byl vedoucím lékařem sexuologického oddělení (2000–2005).

Od roku 2008 je ředitelem Psychiatrické nemocnice Bohnice. Absolvoval psychoterapeutický výcvik v individuální i skupinové psychoterapii a řadu akreditovaných psychoterapeutických workshopů.

Publikoval v monografiích a odborných časopisech, přednáší na domácích i zahraničních konferencích.

onu pomocnou ruku, jak jsem o tom už mluvil. Je to tedy i odpovědnost systému péče o duševní zdraví.

Předpokládám, že cílem vašeho projektu je oslovit co největší skupinu parafiliků. Letos chystáte osvětovou a mediální kampaň, jejímž heslem by mělo být „nemůžete za své pocity, můžete za své činy“. Jak by ta kampaň měla vypadat?

Tou nejviditelnější částí budou nejspíše televizní a filmové spoty. Smyšlem bude zaujmout člověka, kterého se to týká, a současně o složitosti této problematiky informovat i „většinou“ společnost. Jak jsem viděl první návrhy, myslím, že je to velmi povedené. Vycházíme opět především z německých zkušeností, kde také připravili takovou kampaň, přičemž následně zaznamenali značný nárůst lidí, kteří se přihlásili.

Je nutné, aby parafilici chodili osobně na terapie, nebo stačí kontakt po telefonu nebo internetu?

Jsem v tomto ohledu asi konzervativní, věřím více osobnímu kontaktu. Ostatně se ukazuje, že taková varianta je mnohem účinnější než čistě

„Parafilici jsou lidé, kteří se většinou celý život trápí.“



on-linová terapie. Uvědomuji si ale, že současná doba je kvůli koronaviru natolik složitá, že nedovedu říct, jestli nebudeme odsouzeni pouze k on-linovému kontaktu. Každopádně nyní pracujeme v kombinaci obojího.

Existují nějaká základní obecná pravidla, která by měl parafilik dodržovat, aby se nedostal za hranu zákona?

Vždycky dokážeme vypracovat jakýsi doporučující set pro konkrétního pacienta. V obecné rovině může zmínit alespoň základní věci. Důležité je mít dostatek informací, co už je za hranou zákona. Mnozí lidé jsou v zajetí omylu. Například to, že sáhnutí na někoho jiného přece není problém. Nebo že vulgární e-mail není problém. Důležité je rovněž reflektovat to, co se ve mně děje. Základní poučkou je nechodit na led, abych neuklouzl, nikoli tedy jít na led a jen si dávat pozor, abych neuklouzl.

To znamená vyhybat se rizikovým situacím?

Ano. Často to bývá spojeno s alkoholem nebo drogami, které uvolňují zábrany. Střízliví by na led nikdy nevstoupili. Musím se učit zvládat stresové situace o samotě. Protože když jsem ve velkém napětí a mám sexuální poruchu, mám tendenci si toto napětí uvolnit právě přes sexuální uspokojení. Musím také stále vědět, co je povolené a co už nikoli, neposouvat si hranice, neříkat si například, že násilí bylo vždycky součástí naší civilizace.

Co byste považoval za úspěch programu Parafilik?

Pro mě je vždy důležité to, když se individuální příběh podaří odklonit od předpokládaného konce, tedy od velkého průšvihů, od toho, že se někomu ublíží. Myslím, že to je z každého terapeutického programu to nejdůležitější. Další rovinou je samozřejmě

pomoc lidem s parafilii se se svojí preferencí vyrovnat.

V programu Parafilik nabízíte i pomoc blízkým pacientům. Proč ji potřebují?

Jedna z rizikových oblastí je osamocení těchto lidí. Často nejsou schopni téma ani otevřít, a pokud to udělají, setkávají se s nepochopením, protože to není ta běžná úzkost, s níž si dokážu sám poradit. Lidé z okolí to nejsou schopni pochopit. Proto je dobré, aby vedle pacienta a terapeuta do řešení problému vstoupil ještě někdo třetí. Z léčby lidí s poruchou sexuální preference například máme vyzkoušeno, že jedním z tradičně formulovaných cílů je nějaká partnerská adaptace – pokud to alespoň trochu jde. Lidé jsou typicky párovými živočichy. Proto je dobré pracovat s okolím, protože člověk v životě není sám. A když je sám, je to pro něho rizikovější. Těmi třetími tedy mohou být partneři nebo rodiče.



Jednou ze zažitých představ je, že onen „uslitaný deviant“ je většinou osamělý muž. Jsou parafilici skutečně jenom muži, nebo se to týká rovněž žen?

Ženy nejsou zastoupeny stejně jako muži, na druhou stranu to není výhradně problém pouze mužů, i když jich je většina. Mužská sexualita je dlouhodobě asertivnější, jsou aktivnější. A když je porouchaná, hůře se jim s tím žije. Druhá rovina je společenská. Pokud tetička v dlouhém kabátě bude před školou rozdávat bonbonky, nikdo na ni nezavolá policisty. Když to bude chlap, dorazí hlídka okamžitě. Nebo když se bude žena v přízemí bez zatažených záclon převlékat, nikdo na ni policisty volat nebude. Když se před okny zastaví skupina chlapů, kteří si ji budou prohlížet, zavolají na ně hlídku, protože to jsou voyeuři. Pravda je, že mužské porouchané sexuální chování je obecně asi více ohrožující. Na druhou stranu existují i ženy, jež mají neobvyklá sexuál-

ní přání a touhy. Může to být sexuální orientace směrem k dětem, může to být i sadisticko-masochistické zaměření. Obecně ale ženské sexuální odchylky nejsou tak prozkoumané. Také proto, že jsou spíše raritní.

Webová stránka Parafilik.cz se propojila se stránkou dokumentu V síti, který sugestivně zmapoval zneužívání dětí na internetu. V čem vidíte přínos?

Film *V síti* se stal fenoménem. Myslím, že tu pozornost k tématu dokážeme odborně posunout, nabídnout onu pomocnou ruku. V první fázi je

ale samozřejmě fajn, že jsme se stali součástí tohoto filmového fenoménu, jinak by se nám téma mnohem hůře komunikovalo.

Někde jsem zaznamenal i otázku, zda postup filmařů byl férový, jestli to celé nebyla provokace, lákadlo. Co si o tom myslíte?

Myslím, že dokument jasně ukázal, v jaké situaci se nacházíme. Z reakcí osob ve filmu bylo patrné, že nikdo z agresorů onu provokaci neodhalil. Myslím, že je to eticky v mezích. Cílem nebylo někoho oklamat, ale ukázat na to, jaká je reálná situace. ■

PROJEKT PARAFILIK

Nabízí včasnou odbornou pomoc lidem, kterým neobvyklé nastavení sexuality působí potíže v oblasti duševního zdraví, a pomáhá se zvládáním sexuálních tužeb v mezích zákona. V českém prostředí tak nabízí unikátní pomoc v oblasti primární prevence. Přístupnost této pomoci je zajištěna zejména bezplatností a anonymitou klientů. Navazuje na úspěšné preventivní projekty a programy z celého světa, například na britský Stop It Now! a StopSO, švédský Preventell či německý Kein Täter werden, který funguje již od roku 2005. S týmy těchto a dalších programů tým projektu Parafilik spolupracuje a čerpá z jejich dlouholetých zkušeností prostřednictvím odborných výcviků a konzultací. Informace o nabízených službách i telefonických a on-line krizových intervencích naleznou zájemci na www.parafilik.cz.