

Dominikin príbeh

Moje meno je Dominka. Bola som úplne normálne dievča s priam ukážkovým detstvom. V škole sa mi vždy darilo, mala som veľa kamarátov, rodičia ma podporovali, a dosiahla som vždy to, čo som chcela. Vyštudovala som vysokú školu a našla si zamestnanie, v ktorom som bola šťastná. Stala sa zo mňa žena, ktorá nemala žiaden vážny problém a kariérne postupovala. Bola som obklopená množstvom priateľov, v živote nebolo dňa, keď by som si povedala, že sa nudím. Mala som dostatok financií na plnenie si svojich snov, no mala som pocit, že mi v živote niečo chýba.

Priateľky už mali deti, manželov, chodili na rodinné dovolenky a ja som bola v podstate sama. Nie, že by sa muži (ako potencionálni manželia a otcovia mojich detí) okolo nemotali a o mňa sa nezaujímali. Len žiadny z nich nenaplnil moje kritériá na dokonalého partnera, ktorý by vyhovoval mojim predstavám. Možno som bola trochu náročná, ale od malička ma rodičia viedli k tomu, že mám mať svoje hodnoty, ktoré si zaslúžia byť aj primerane ocenené.

Na radu mojich priateľov som teda skúsila internetovú zoznamku. Vedť toľko mojich známych tam našlo svojho životného partnera, tak prečo by to nemohlo vyjsť aj mne. Brala som to skôr ako zábavu a nepripisovala som jej nejakú vážnosť. Vytvorila som si profil, ktorý reálne odzrkadľoval každý povahový kúsok môjho ja. A zrazu, na moje prekvapenie, začali prichádzať prvé reakcie a odpovede. Niektoré som vyradzovala ihneď po prečítaní a so zopár mužmi som nadviazala aj ďalšiu konverzáciu.

Jeden muž však bol úplne top. Spĺňal každú moju predstavu, bol naladený na rovnakej vlne. Jeho slová ma vzrušovali, cítila som z nich napätie, tajomstvo, lásku, vernosť, inteligenciu, dobrotu. Neboli to však slová, ktoré ma presvedčili. Keď mi poslal svoju fotku, podlomili sa mi kolena. Myslela som, si, že takáto osoba, v ktorej by sa spojila perfektná osobnosť s fyzickou krásou, hádam ani nemôže existovať. Písali sme si každú minútu, pravidelne si telefonovali. Nebolo rána, kedy by som si od neho nenašla v mobile esemesku na uvítanie nového dňa a to isté večer na dobrú noc. Počúval ma, všetko o mojej práci, o roztrhaných pančuškách, zaujímalo ho všetko a na všetko mal hneď aj odpoveď.

Po týždni sme sa stretli a bolo to úžasné. Tak dobre som sa ešte nikdy nebavila s neznámym človekom. Vlastne som mala pocit, že ho poznám viac, než seba. Po troch mesiacoch som už bývala u neho. Mal veľký dom na periférii malého mestečka, a aj keď to bolo pomerne ďaleko od mojej práce, neprekážalo mi to. Každé ráno ma vozil cca. 50 km do práce a podvečer tam pre mňa chodil a odviezol si ma k sebe domov. Vlastne už to nebol iba jeho domov – sám mi navrhol, aby som to miesto volala našim domovom. Po troch úžasných mesiacoch, strávených v tomto raji, ma požiadal o ruku. Bez váhania som povedala: áno.

O mesiac sme mali veľkolepú svadbu, kde však bolo pre mňa mnoho neznámych ľudí. Vskutku okrem mojich rodičov a starých rodičov tam nebol vlastne nikto z môjho okruhu blízkych. Pri plánovaní svadby totiž padlo z jeho strany niekoľko racionálnych dôvodov, prečo tá a tá osoba z mojej strany by tam byť radšej nemala. Moji priatelia neboli síce pozvaní k slávnostnému stolu, ale večer mi došli zagrátulovať. Vtedy som to vnímala, že sa nič nedeje a všetko je v poriadku – vedť predsa finančne zabezpečoval svadbu on (odmietol, aby som sa na svadbe finančne podieľala ja alebo moja rodina). Keď však nad tým teraz tak rozmýšľam, nebol to len jeho ústretový krok, za ktorý by mu mnohé ženy boli vďačné, ale bola to doslova kúpa, vopred premyslený krok. Bola som však strašne zamilovaná, a tak som jednotlivé

varovné signály manipulovania vo vzťahu zaslepeno prehliadala – ved’ na každú moju otázku či námietku z jeho strany vždy existovala pohotová reakcia. Tou síce zamietol môj pohľad na vec či prosbu, ale racionálnejšie odôvodnenie by nedal hádam ani súd. Mne vtedy stačilo, že som jeho ženou, oficiálnou manželkou.

Ale môj manžel ma zrazu požiadal, aby som svoje pracovné nasadenie zmenila a začala pracovať z domu. Moja práca a čas, ktorý som jej venovala, mu začal prekážať a naliehal, aby som ju obmedzila – v prospech rodiny. Začali sme totiž plánovať dieťa, a ako mi vysvetlil – na splodenie dieťaťa treba čas a pokoj, nie stresy. Začal ma pasovať do klasickej roly manželky a matky, ktorej miesto je výhradne v domácnosti. Ja som ho tak strašne milovala, že som mu to uverila. Vzdala som sa práce v kancelárii a snažila sa pracovné úlohy plniť z domu. Moji nadriadení z toho síce neboli nadšení, ale akceptovali to, nakoľko som si riadne všetko plnila. Avšak to si stále vyžadovalo dosť času, ktorý mi však nebol dopriaty – manžel mi stále vyčítal, že väčšinu času, čo mám venovať domácnosti, trávim za počítačom a pracujem.

Zrazu mi začal zakazovať aj stretnutia s priateľkami a priateľmi. Pre každú mne blízku osobu mal zrazu nejaké vulgárne označenie a nachádzal milión chýb, ktoré má, a pre ktoré nie je pre mňa vhodnou priateľstvom. Keď som chcela ísť do fitka, von medzi ľuďmi, zariadil mi telocvičňu v dome a najal osobnú trénerku. Keď som si chcela ísť von zaplávať, odkázal ma na bazén, ktorý sme mali doma. Začala som sa cítiť ako vtáčik v zlatej klietke. Nemala som možnosť úniku. Nikto mi nemohol pomôcť otvoriť dvierka na tej klietke. Izoloval ma od mojich rodičov, chodili sme k nim čoraz zriedkavejšie a vždy len spolu. Keď sa dozvedel, že som rodičov navštívila sama, vyvolal medzi nami konflikt. Zrazu aj moji rodičia boli v jeho očiach zlí a o tom presviedčal aj mňa.

Po roku manželsta sa nám narodila dcéra. Myslela som, že sa všetko zmení k lepšiemu a upokojí atmosféru vo vzťahu. Dnes už viem, že to bola iba naivná predstava. Do pôrodnice ma nedošiel ani pozrieť, ani nás z nej neodviezol domov. O dcérku neprejavoval žiaden záujem. Nakúpil jej síce výbavičku, krásne hračky, ale to bolo všetko. Tam jeho starostlivosť končila, neprejavil voči nej žiadne city. Mňa však vedel donekonečna poučovať, prikazoval mi – ako sa mám o ňu starať. Vždy, keď som si mu dovolila oponovať, vznikol ďalší konflikt, sprevádzaný nielen tými najhoršími vulgárnymi nadávkami, ale aj ponižovaním – aká som neschopná matka, ako sa nedokážem riadne postarať o dieťa a o domácnosť, aká som nula.

Útočil na môj fyzický výzor, nakoľko som sa po pôrode zagul’atila. Vyhadzoval mi na oči, ako sa mu hnusím. Nielen že sme sa už ani intímne nestýkali, ale nútil ma spať na zemi pri našej spoločnej posteli. Ak som odišla do inej izby, prišiel tam v noci a rozsvetcoval mi svetlo, úmyselne produkoval nadmerný hluk (zapínal rádio, televíziu), aby ma odtiaľ vyštvál. Mne neostávalo nič iné, len sa vrátiť na deku, položenú na zemi pri manželskej posteli. Odopieral mi tiež stravu. Vždy, keď videl, ako mám v ruke jedlo, vynadal mi, aká som (podľa neho až vysoko) obézna a vytrhol mi jedlo z ruky. Potravu som si teda kupovala a jedla iba v čase, keď nebol doma. Nemohla som mať nič odložené v chladničke, lebo presne mal zmapované, čo sa tam nachádza, a čo je určené pre dcéru a pre neho. Bločky z nákupov som mu musela odovzdávať.

Vždy som sa vnútorne uist’ovala v tom, že ešte stále je to medzi nami v poriadku – ved’ ma predsa nikdy neudrel, nikdy neublížil našej dcére a finančne nás zabezpečuje. Neustále

konflikty som pripisovala sebe. Ved' on mal akoby pravdu, že ja som nebola schopná sa riadne postarať o dieťa a o domácnosť, ja som pribrala a preto je celkom logické, že by som nemala jesť a podobne. A aj keď som cítila, že niekedy to už preháňa, dúfala som, že sa to celé zmení – ved' predsa nie je možné, aby človek, čo ma kedysi toľko miloval, mi môže takto donekonečna ubližovať. Ved' máme predsa spoločné dieťa! Áno, a bolo to presne kvôli dieťaťu, pre ktoré som to s ním nemohla ukončiť. Ved' predsa dcére nemôžem zobrat' jej otca. Ako by som jej to vysvetlila?

Prešlo niekoľko rokov, a ja som vedela, že už nie som tá ambiciozna a sebavedomá žena, ako kedysi. Nevedela som, kto mi môže z tejto pasce pomôcť, a či to vlastne ja sama chcem. Rezignovala som na život. Manžel ma ponižoval nielen slovne, ale ku psychickému týraniu a ku slovným hádkam sa čoraz viac pridružovali aj fyzické útoky. Triasol so mnou, fackoval ma, ťahal za vlasy, sácal do steny. K ranám na duši sa pridali aj rany na tele. Keď som išla do obchodu, mala som na očiach tmavé okuliare, a to aj v zime. V lete zasa telo zakryté dlhými rukávami. Mlčala som, keď si to niekto všimol a naznačil otázku. V hlave som mala vždy pripravených niekoľko verzií vzniku mojich úrazov, ktoré som postupne používala. Prezentovala som sa ako nemehlo, ved' som ním asi aj bola – aspoň tak mi to manžel neustále opakoval. Vedela som, že mi to nikto neuverí. Ani moji rodičia. Ved' tí ma nevideli už niekoľko rokov. A okrem toho on bol pán podnikateľ, ktorý všetko hradil, každému pomohol, bol tu vždy pre všetkých, no nikdy nie pre svoju rodinu. Ale to nikto nevedel, nikto netušil, čo sa deje medzi stenami, za oknami, keď sa zavrú dvere nášho domu.

Jedného dňa, pri nejakej z ďalších našich hádok, ktoré vyvolal opäť on (pre nejaký blbý, nepodstatný dôvod) však ku mne pristúpil zozadu, obmotal mi kábel okolo krku a začal ma škrtiť. Ostala som v šoku, nedokázala som dýchať, chrčala som, a on po mne niečo kričal. Nevnímala som jeho slová, iba to, ako mi dochádza dych. Zrazu kábel povolil, schmatol za vlasy a ťahal do kúpeľne. Tam mi na hlavu pustil studenú vodu zo sprchy – vraj aby som sa ukľudnila. Tak to neskôr vysvetlil aj polícii. Sotil ma na podlahu, kopol do mňa a odišiel. Z posledných síl som sa doplazila späť do obývačky, kde som mala položený mobil a zavolała na políciu. Keď prišla hliadka, on nebol doma. Policajti si ma doma vypočuli a spýtali sa, či chcem podať na manžela trestné oznámenie. Nevedela som, ako odpovedať. V hlave mi vírili protichodné myšlienky, ťažko som vnímala i policajta, ktorý mi vysvetľoval, ako budem musieť vypovedať na kameru, ako sa musím podrobiť znaleckému vyšetreniu u psychiatra, a ako dlho to bude celé trvať. Vlastne ten policajt mi nepovedal ani jednu relevantnú vec, prečo by som to mala spraviť. A v mojom vnútri sa bili myšlienky – ved' ja ho predsa milujem; musím ho milovať; ved' som jeho manželka; ale keď on mi ublížil; mohol ma zabiť a podobne. Nemala som sa s kým poradiť, policajti so mnou nediskutovali. Hliadka ma iba poučovala a vlastne od podania oznámenia odhovárala. Nepripisovali celej tej situácii dôležitosť. Mala som z toho pocit, že čo im to tu rozprávam – ved' on mi vlastne nič hrozné nespravil, ved' ja žijem. V tomto zmysle sa jeden z policajtov aj vyjadril. Dali mi podpísať nejaké papiere a odišli. Keď odchádzali, počula som jednu policajtku, ako niekomu do telefónu hovorí: „Tak môžem jej dať tvoje číslo?“ Neviem, prečo mi práve tieto slová v hlave rezonujú dodnes. Ale odrazu sa obrátila a na jeden z páierov, ktoré som držala v ruke, mi napísala meno a číslo so slovami: „Zavolajte tejto pani. Je z organizácie, kde Vám môžu pomôcť.“

Nevedela som, čo mám prv robiť. Nevedela som, či a kedy sa muž môže vrátiť, či som v bezpečí, čo mám vlastne robiť. Hlava úplne vygumovaná a telom lomcujú pocity strachu a beznádeje, tiež viny. Bola som dezorientovaná – nielen v celej situácii, ktorá sa rýchlo zomlela, ale aj vo vlastných emóciách. Zrazu nepoznáte odpoveď ani na jednu z otázok, ktoré vám víria v hlave, pritom ich máte milión. Vzala som teda ten papier a zavolala na uvedené číslo. Bolo to to jediné, čo mi v tú chvíľu dávalo zmysel. Na druhej strane linky sa ozvalo: „Dobrý deň, tu Krízový intervenčný tím organizácie ADRA Slovensko. Pri telefóne Daniela Borzová. Ako Vám môžem pomôcť?“ Už len to, že zrazu tu bola nejaká konkrétna osoba, ktorá Vám chce pomôcť, bolo pre mňa neuveriteľné. Z telefonického rozhovoru som mala pocit, že tejto žene môžem dôverovať. Povedala som jej všetko, prerozprávala celý svoj príbeh. Ona ma nielenže počúvala, ale predostrela mi s vysvetlením niekoľko možností – ako možno celú túto situáciu riešiť. Zorientovala ma v situácii, vysvetlila mi, čo sa stalo, a čo ktorý krok presne znamená, aj aké sú ďalšie možné postupy. Ponúkla mi alternatívy, ponechala však na mňa, nech sa rozhodnem. Dala mi pocítiť, že nie som vôbec zbytočná, že sa to celé nedeje mojou vinou, a že i ja mám právo voľby. Hovor bol nesmierne dlhý, ale vôbec to nebolo vyčerpávajúce. Práve naopak, nesmierne podporné a posilňujúce. Aj keď som bola zrazu prehustená toľkými informáciami a mala som plnú hlavu, chcelo to iba čas, aby sa to vo mne celé ujasnilo. Zrazu mi začali dávať veci zmysel. Bolo to presne tak, ako to pani Borzová opisovala. Bolo to vôbec možné? Ved’ ona môjho manžela nepoznala. Alebo som ho vôbec nepoznala ja? Vybrala som si a rozhodla sa, že túto pani budem počúvať – ona na základe svojich skúseností (a nejedného prípadu, podobného tomu môjmu) zjavne vie, o čom rozpráva. Ona má tu moc mi pomôcť. Stretli sme sa v kancelárii ADRA a zrazu tu nebola iba táto pani, ale celý tím skvelých ľudí, s ktorými som v kontakte dodnes. Tento tím mi poskytuje nielen právnu, ale aj psychosociálnu pomoc a podporu, a práve vďaka nemu som opäť tou silnou, sebedovou ženou – s ambíciami a úsmevom na tvári.

Vďaka pomoci zo strany organizácie ADRA a jej Krízového intervenčného tímu som sa vymanila spod moci a kontroly násilného manžela. Pracovníčky ADRA stáli pri rekonštrukcii môjho života a pomáhali mi aj právne. Síce sme narazili na niekoľko nepochopení (práve zo stany štátnych orgánov), ale práve vďaka ADRA to nemalo žiadny vplyv na môj súkromný život, ktorý konečne opäť nadobúdala iné rozmery a farby. Osobne som šťastná a vďačná, že mi bola ponúknutá možnosť – spojiť sa s ADRA tímom. Lebo iba vďaka jej pracovníčkam som si uvedomila, že vo zväzku s manželom som nežila dôstojný život a ten nebol vhodný ani pre výchovu našej dcéry. Za to všetko by som sa i s mojou malou Míškou rada úprimne poďakovala organizácii ADRA a celému jej tímu.

Vyjadrenie sociálnej pracovníčky (členky KIT-u) k príbehu Dominiky:

Príbeh pani Dominiky je klasickým príkladom zneužívania moci zo strany partnera, manipulácie manželom. Tu je však potrebné pripomenúť, že obeťou domáceho násillia sa môže stať akákoľvek žena – bez ohľadu na jej ekonomickú situáciu a spoločenský status. Nie je to ani otázka vzdelania či rodinného zázemia – aj sebedovomá žena môže podľahnúť manipulácii zo strany partnera (najmä v stave zamilovanosti, keď si varovné signály násilného vzťahu neuvedomuje). V rámci nastavovania dôvery a hraníc vo vzťahu žiadna osoba,

vstupujúca do nového partnerského zväzku neočakáva, že sa jej vzťah zmení na majetnícky a deštruktívny.

V takýchto prípadoch je potom veľmi dôležitá podpora zo strany rodiny, priateľov, ako aj širšieho okolia, ktoré nesmie akceptovať čoraz redší kontakt a postupnú izoláciu (riadenú partnerom obete), ale všímať si možné zmeny a varovné signály. Tiež včasná intervencia zo strany odborníkov a odbornícok z jednotlivých oblastí (právna pomoc, psychologická podpora, sociálna rehabilitácia atď.) dokáže podchytiť každú jednu klientkinu potrebu a pomôcť jej znova vybudovať dôstojný život.