



*„Ve svých patnácti letech
jsem byla znásilněná...
Nedocházelo mi, co se
vlastně stalo, jak fyzicky,
tak psychicky.“*

PŘÍBĚH ANNY
PŘEŽIVŠÍ ZNÁSILNĚNÍ A AUTISTKY

Ahoj,

jmenuji se Anička. V 21 letech mi diagnostikovali autismus. Dlouhou dobu jsem docházela k psychiatrovi, kvůli depresím. Nenáviděla jsem ten pocit, že mi nikdo nerozumí. Tehdy jsem nevěděla, že za vším je jenom jinak poskládaný mozek. Ve svých patnácti letech jsem byla znásilněná. Nechozelo mi, co se vlastně stalo, jak fyzicky, tak psychicky. Už ani nevím, jak přišel ten zlom, kdy jsem si začala vzpomínat, co se stalo, a kdy jsem o tom začala mluvit. Dnes jsem na tom trochu jinak. Studuju vysokou školu, bydlím samostatně, dělám to, co mě baví a občas to i sdílím s někým dalším.

Nová diagnóza

Jako dítě jsem byla vždycky ten mimoň, divná, neměla jsem kamarády, ostatní se mi buď smáli, nebo se mě báli. Bojovala jsem s tím celý život, až ve svých 21 letech jsem se dozvěděla, proč vlastně. Dostala jsem diagnózu – autismus. Konečně mi začalo dávat smysl, proč jsem na některé věci tak přecitlivělá, proč nevycházím s velkým procentem lidí, proč si nerozumíme ani s mými rodiči, proč můj mozek funguje úplně jinak. Cesta za diagnózou byla trnitá, i právě proto, že v našem prostředí je velké procento nediodnostikovaných autistů, co si vesele běhají po světě, aniž by jim doktoři přiřadili tu správnou škatulku. Ono zařazovat lidi do různých skupin a dávat jim nálepky je hrozně problematická věc, ale troufám si říct, že zrovna v případě autismu je to rozhodující faktor v životě člověka. Pro mě byl. Najednou jsem se dozvěděla nejen to, že existuje spousta dalších autistů, kteří někdy mají společné zážitky jako já a vedou podobné životy, ale že nejsem nijak rozbitá, nejsem nemocná nebo porouchaná, jsem prostě jen jiná, a to je v pohodě.

Liším se od ostatních

Dlouhou dobu jsem docházela k psychiatrovi, kvůli depresím. Nenáviděla jsem ten pocit, že mi nikdo nerozumí, že lidi nechápou to, co říkám, a že se nechovají tak, jak já chci. Neustále jsem narážela na betonovou zeď, kterou představuje rozdíl mezi neurotypiky (těmi, kteří jsou normou) a mezi autisty. Styděla jsem se za to, že mám potřebu mávat rukama, že dělám věci, co jiným lidem přijdou extrémně divné a směšné. Od mala mi všichni dávali najevo, že nezapadám, že dělám něco, co většina lidí nedělá a musím s tím co nejdřív přestat. Že jsem buď moc aktivní a běhám dokola nebo tancuju ve chvíli, kdy se to nehodí. No anebo naopak, že jsem pasivní, protože mě nezajímají kolektivní sporty, na které jsem byla vždycky dřevo. Že je divný se ptát učitelů na tolik věcí a místo kamarádění se se spolužáky si číst knížky. Že bych se měla víc zapojit do kolektivu, ale když jsem se ptala jak, nikdo mi nebyl schopen odpovědět. Že si musím zvyknout na ostré světlo nebo nečekané ruchy, protože to je přece normální a nemám z toho vyšilovat. Že většina lidí se neučí, co má říkat na veřejnosti, podle toho, co říkají postavy ve filmu.

Přemýšlím jinak

Tehdy jsem nevěděla, že za tím vším je prostě jinak poskládaný mozek. Trpěla jsem ohromnou frustrací z toho, že mi lidi nerozumí a nechtějí mi vysvětlovat, co dělám špatně. Protože pro ně je to automatická věc, se kterou se narodí. Nemusí přemýšlet nad tím, kdy je vhodné se usmát, nebo že se sluší něco podotknout, pozdravit atd. Automaticky si osvojili tyhle sociální dovednosti, aniž by se nad tím museli pozastavit.

Já se to dodnes učím. Že zapomínám pozdravit, když se zamyslím a lidi to urazí. Že nesmím vždycky říkat to, co si myslím. Že o některých věcech lidi prostě nechtějí a nebudou mluvit.

Člověk bez zábran

Ve svých patnácti letech jsem byla znásilněná. Během dalších dvou nebo tří let jsem vlastně nepochopila, co se stalo. Proč mi bylo špatně, když jsem ležela v posteli, kde se mi to stalo. Proč jsem byla neustále unavená, proč se mi do ničeho nechtělo a opustila jsem svoje zájmy. Proč je mi extra nepříjemné se dívat na scény znásilnění ve filmu.

Nedocházelo mi, co se vlastně stalo, jak fyzicky, tak psychicky. Moc v této situaci nepomáhalo ani to, že i dnes ve 21. století existují lidé, kteří věří tomu, že oběť může za to, že byla znásilněna, pokud před tím požila třeba alkohol. Kdykoliv jsem se potom znovu opila, ať už náhodou nebo cíleně, chtěla jsem se aktivně zlikvidovat. Různými způsoby jsem se pokoušela o sebevraždu, kolikrát i před lidmi nebo na veřejnosti. Odpadly poslední zábrany a já jednala jako robot, aniž bych si uvědomovala, proč cítím takovou bolest, proč nenávidím svoje tělo. Už ani nevím, jak přišel ten zlom, kdy jsem si začala vzpomínat, co se stalo, a kdy jsem o tom začala mluvit. Kdy jsem začala mluvit i o dalších věcech, které mě trápí.

Jak se máš?

Jak ale chcete podstupovat terapii, když nevíte, jak vyjádřit, co se s vámi děje? Jak o tom chcete mluvit s blízkými? Je to, jako kdyby vám někdo sebral všechna slova a ke komunikaci jich nechal třeba jen pět. Ale s vámi se děje něco, co těmi pěti slovy prostě popsat nejde. Ať už se to týkalo vztahu mě ke svému tělu nebo k faktu, že nerozumím tomu, proč jsem pořád na okraji společnosti, nevěděla jsem, jakým způsobem to dát najevo. Moje jediné štěstí bylo, že jeden ze zástupů psychiatrů to nevzdal, když jsem mu měsíce v kuse nebyla schopná odpovědět ani na pozdrav. A na otázku, co se děje, často neodpovídám dodnes. Nedokážu spočítat ty hodiny, které jsem strávila mlčením, protože jsme se s tím druhým nedostali přes otázku "Jak se máš?"

Obrat k lepšímu

Dnes jsem na tom trochu jinak. To, jak dokážu mluvit o sobě a svých problémech na mě často lidé obdivují. Stojí za tím přes dvacet let boje sama se sebou, ale hlavně s tím, jak najít řeč, kterou ostatní pochopí. Dneska studuju vysokou školu, bydlím samostatně, dělám to, co mě baví a občas to i sdílím s někým dalším. Snažím se pomáhat ostatním autistům, kteří jsou často tam, kde jsem byla já. Snažím se dělat osvětu o autismu, protože nevypadáme všichni jako Rain Man nebo Sheldon Cooper. Občas autista vypadá i jako potetovaná opiercingovaná fotografka z Prahy, co nejradši ze všeho čte komiksy a chodí do kina. Jako já.