

Minislovník pro práci s lidmi z BDSM/kink komunity

Autorka: Anna Židlická

Židlická, A. (2025). Minislovník pro práci s lidmi z BDSM/kink komunity. *SF REVUE*, 6, 92–94.

Představme si běžnou terapeutickou situaci: přijde nový klient nebo klientka a sdílí své téma – například opakující se úzkosti, problémy ve vztahu, nejistotu při změně práce nebo work-life balance. Zakázka, jakou potkáváme často. Až v průběhu spolupráce může vyjít najevo, že součástí klientova života je i sexuální nebo vztahová praxe, která vybočuje z běžných společenských norem – například preferuje dominantně-submisivní dynamiku nebo se věnuje svazování.

Lidé z takzvané BDSM či kink komunity jsou v našich terapeutických místnostech přítomní častěji, než si možná myslíme – jen o tom nemusí vždy mluvit. A když už se rozhodnou o této části svého života zmínit, často testují naši otevřenost a respekt.

V ideálním světě by sexuální preference a praktiky klienta neměly hrát roli ve kvalitě péče, které se mu dostane. V přístupu zaměřeném na řešení k tomu máme velmi dobré předpoklady: nesnažíme se být experti na život klienta, ale vedeme dialog s respektem k jeho jedinečnosti. Nehledáme patologii, ale mapujeme zdroje. Zajímají nás cíle a představy o lepší budoucnosti – a to vše ve vztahu, který staví na zvědavosti a nehodnocení.

Přesto lidé z této komunity často popisují tři základní překážky, které zažívají v terapii:

1. **odsuzování,**
2. **automatické vnímání jejich preferencí jako problému samotného,**
3. **nutnost vysvětlovat každý pojem a "edukovat" terapeuta ve vlastním terapeutickém čase.**

A právě s tím třetím bodem mohu snad pomoci. Následující krátký výkladový slovník nabízí základní orientaci v pojmech, se kterými se při práci s kinky klienty můžete setkat. Existuje-li česká užívaná verze, uvádím ji. Často se však používají původní anglická slova.

Cílem tohoto článku není z psychoterapeutů dělat odborníky na kink – není to třeba. Ale domnívám se, že základní orientace v pojmech může terapeutům usnadnit práci a klientům ušetřit mnoho energie i frustrace.

Základní pojmy BDSM a kink komunity

Pojem	Význam
BDSM	Zastřešující pojem pro praktiky zahrnující Bondage & Discipline (svazování a disciplínu), Dominance & Submission (dominanci a submisi), Sadism & Masochism (působení a přijímání bolesti). Klienti často používají i zkratku jako označení komunity.

Kink	Obecný výraz pro jakoukoliv sexuální preferenci nebo aktivitu, která se odlišuje od běžného „vanilkového“ sexu. Nemusí zahrnovat bolest ani mocenskou dynamiku.
Vanilka	Označení pro sexuální praktiky mimo svět kink/BDSM – tedy „běžný“ sex.
Sub /Submisiv/Subík	Osoba, která v rámci domluvené dynamiky přebírá podřízenou roli. Může se jednat o krátkodobé hraní rolí (např. během konkrétní scény), nebo o dlouhodobý vztahový rámec. Submisivita může být fyzická, psychická nebo symbolická, vždy však s vědomým souhlasem.
Dom /Dominant	Osoba, která v rámci dohody přebírá vedoucí nebo řídicí roli. Může určovat pravidla, dávat pokyny nebo vést scénář. Role dominance je, stejně jako submise, předmětem konsenzuální dohody.
Switch	Označení pro člověka, který si užívá obě role – submisivní i dominantní – a může mezi nimi přecházet v závislosti na náladě, partnerovi či konkrétní situaci.
Spratek /Brat	Submisivní osoba, která záměrně provokuje nebo vzdoruje, aby vyprovokovala reakci dominantního partnera.
Fetish/ Fetiš	Sexuální fascinace určitým objektem, částí těla, materiálem nebo situací, která může být pro daného člověka výrazně vzrušivá nebo potřebná k dosažení uspokojení.
Play / Session	Termín označující dohodnutou dobu, či setkání, kdy k BDSM aktivitám dochází.
Scéna	Předem domluvená BDSM aktivita, často s rolí, pravidly a strukturou.
Roleplay	Hraní rolí v rámci scény – např. učitel/žák, doktor/pacient – může nebo nemusí obsahovat BDSM prvky.
Safeword /Stopka	Domluvené slovo nebo signál, kterým účastník může kdykoli zastavit nebo přerušit aktivitu.

Hard Limit	Nepřekročitelná osobní hranice toho, co daná osoba nechce dělat/aby se s ní dělo.
Soft Limit	Hranice, se kterou je možné za určitých okolností dobrovolně pracovat či ji testovat.
Aftercare	Vzájemná péče po session, kdy si účastníci poskytují psychickou podporu, zklidnění a pečují o fyzické potřeby. Potřeby v rámci aftercare jsou různé a individuální a účastníci se na ní ideálně dopředu domlouvají.
Kink-aware therapist	Označení pro psychoterapeuta (nebo jiného odborníka v oblasti duševního zdraví), který má základní znalosti o BDSM/kink praxi. Pomáhá klientům v jejich vyhledávání.

Tento slovníček si nehraje na to být vyčerpávajícím ani univerzálním průvodcem světem BDSM a kinku. Jde o úvodní orientaci – přehled pojmů, se kterými se může psychoterapeut při práci s klienty z této komunity běžně setkat.

Každý člověk žije svůj kink nebo BDSM jinak – s jinými pravidly, potřebami a významy. Nejlepší pomůckou pro terapeuta tak zůstává otevřená zvědavost, ochota klást otázky a schopnost zůstat v roli partnera v dialogu, nikoli experta na klientův život.

Pokud vás téma zaujalo a chcete se dále vzdělávat, doporučuji například následující zdroje (v češtině i angličtině):

Sociální síť a web psycholožky Zdeňky Pospíšilové - např. <https://www.facebook.com/psychozdenka>
<https://varias.cz/>

Zdroje pro odborníky od National Coalition for Sexual Freedom

https://ncsfreedom.org/resource-library/#Professional_Resources

O autorce: Anna Židlická



Anna Židlická je SF psychoterapeutka, která se věnuje práci s dospělými klienty, včetně těch, kteří žijí v nemonogamních vztazích anebo jsou součástí BDSM komunity. Usiluje o bezpečné prostředí pro tyto klienty jak jeho vytvořením ve své praxi, tak šířením povědomí o kink-aware terapii mezi další psychoterapeuty i veřejnost.