

Sexuální násilí



Už vím! Srozumitelně o těle a duši pro ženy s mentálním postižením



Děkujeme Yvettě Vrublové, Ivetě Urbánkové z Persefony a Petru Eisnerovi za odbornou konzultaci a cennou pomoc při přípravě této brožury.

© Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením v České republice, z.s., 2016
© ilustrace Helena Neubertová, www.prooko.cz
ISBN 978-80-906224-9-4



Sexuální násilí

Co se v této brožuře dozvíte?

- ▶ Co je to sexuální násilí
- ▶ Jak sexuální násilí poznáte a co dělat, když se Vám stane
- ▶ Jaká jsou rizika, když se seznámím na internetu, hlavně na Facebooku
- ▶ Jak se chovat bezpečně na internetu, hlavně na Facebooku
- ▶ Co znamenají některá složitá slova

Co je to sexuální násilí a obtěžování

Jsou to různé druhy násilí, které jsou spojeny se sexem.

Sexuální násilí se nejčastěji děje ženám nebo holkám.

Sexuální násilí se ale děje i mužům.

Sexuální násilí se často děje i holkám a ženám s postižením.

Násilník využívá toho,

že je větší, silnější, důležitější než ten, komu ubližuje.

Násilník může být muž i žena.

Důležité!

Ženy, které byly znásilněny, nebo je někdo sexuálně obtěžoval, mají často pocit, že to je jejich vina.

Za sexuální násilí vždycky může násilník.

Není to Vaše vina.



Co je to sexuální násilí, obtěžování a znásilnění

Popsat, co přesně je sexuální násilí nebo obtěžování, je těžké.

Hodně záleží na tom, jak to cítíte Vy.

Co je Vám příjemné a co je nepříjemné.

Co chcete a co nechcete.

Dalo by se říct, že to jsou věci spojené se sexem, které nám někdo dělá, i když je nechceme.

Znásilnění je, když Vás někdo donutí mít s ním pohlavní styk.

Pohlavní styk je soulož, orální sex, anální sex.

Při souloži strčí muž ženě do vaginy penis.

Pohlavní styk může mít taky muž s mužem.

Pohlavní styk může mít taky žena s ženou.



Orální sex se dělá pusou. Orální sex je líbání mezi nohama.

U ženy je to líbání její vaginy.

U muže je to strkání penisu do pusy.

Anální sex je, když muž strká ženě prst nebo penis do konečníku.

Konečníku se taky říká zadek.

Anální sex je taky, když muž strká muži prst nebo penis do konečníku.

Anální sex je taky to, když žena strčí prst do konečníku muže.

Znásilnění je tedy, když Vás někdo donutí mít s ním soulož, orální sex nebo anální sex.

Muž může znásilnit ženu. Žena může znásilnit muže.

Muž může znásilnit muže. Žena může znásilnit ženu.

Dítě může být také znásilněno.

Znásilnění je taky, když Vám někdo do vaginy nebo konečníku strká různé předměty a Vy si to nepřejete.



Naše intimní místa

Na těle máme místa, na kterých by se nás nikdo neměl dotýkat, když to nechceme a je nám to nepříjemné.

Každý to máme trochu jinak.

Někdo třeba nesnáší, když mu někdo cizí sahá na uši, jiný zase na ramena.

Podívejte se na obrázek na protější stránce.

Jsou tam vyznačená místa, která jsou intimní pro většinu z nás.

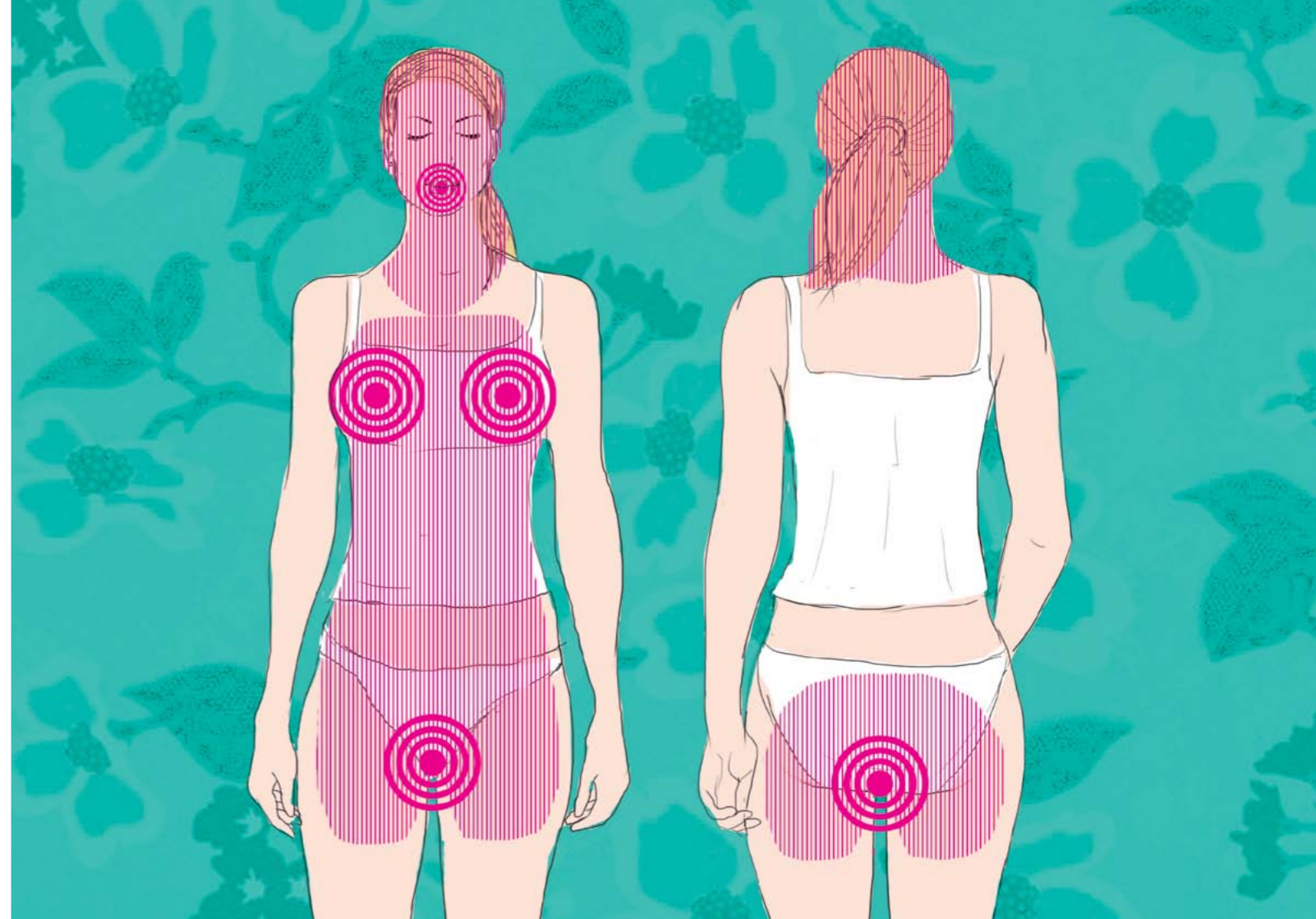
Růžově jsou označena místa, na kterých by se Vás nikdo neměl dotýkat, pokud nechcete.

V červeném kolečku jsou místa, která jsou opravdu hodně intimní.

Jsou to hlavně prsa, zadek a mezi nohama.

Na těchto místech se Vás může dotýkat jen někdo opravdu blízký, a jen pokud se Vám to líbí a chcete to.

Co nám je nebo není příjemné – o tom si každý rozhoduje sám.



Pokud nechcete, nikdo s Vámi a před Vámi nesmí mluvit:

o sexu, pohlavním styku, hlazení, milování,
o prsou, penisu, vagině,
o Vašem těle, o svém těle.

Mluvit o sexu s blízkými přáteli
nebo se svým klukem, manželem, holkou
je úplně v pořádku.

Špatně je, když Vám tyto věci někdo říká
a Vy se o tom nechcete bavit.

To je sexuální násilí a obtěžování.

Nikdo Vám to nesmí dělat, pokud nechcete.



Pokud nechcete, nikdo před Vámi nesmí dělat tyto věci:

Ukazovat Vám fotky nahých lidí,
nebo lidí, kteří mají pohlavní styk.

Ukazovat Vám filmy o nahých lidech,
lidech, kteří dělají sex nebo se osahávají.

Svlékat se před Vámi do naha a ukazovat penis
nebo ženské pohlaví, prsa.

Osahávat sám sebe před Vámi, hladit se před Vámi.

To je sexuální násilí a obtěžování.

Nikdo Vám to nesmí dělat, pokud nechcete.



Pokud nechcete, nikdo Vám nesmí dělat tyto věci:

Objímat Vás, líbat.

Osahávat Vás a hladit – hlavně ne prsa, zadek, mezi nohama.

Nutit Vás k pohlavnímu styku.

Nutit Vás k tomu, abyste někoho osahávala.

Fotit nebo natáčet Vás nahou nebo při sexu, pokud to nechcete.

To je sexuální násilí a obtěžování.

Nikdo Vám to nesmí dělat, pokud nechcete.



Pokud nechcete, nesmí Vám to dělat Váš kluk nebo manžel ani cizí muž.
Nikdy Vám to nesmí dělat Váš otec, bratr, dědeček
nebo někdo jiný z rodiny.
Nikdy Vám to nesmí dělat asistent, lékař, učitel.

Sexuální násilí dělají někdy i ženy.
Nesmí Vám to dělat ani matka, sestra, asistentka, učitelka, vychovatelka.
Nesmí Vám to dělat nikdo.

Kde se sexuální násilí může stát?

Může se to stát úplně všude.
Například doma nebo ve škole.
Taky se může stát,
že Vás napadne někdo neznámý na ulici, v podchodu, v kině.



Tohle je v pořádku – není to sexuální násilí ani obtěžování:

- ✓ Když Vás někdo pochválí, že máte pěkné tričko:
„Máš moc hezké tričko, moc ti sluší!“
- ✓ Když Vás někdo pochválí, že jste pěkná:
„Máš krásné oči!“
- ✓ Když na Vás sahá lékař – ale pozor jen při prohlídce.
- ✓ Když si o sexu dobrovolně povídáte ve škole, ve stacionáři nebo na semináři.
- ✓ Když se Vás někdo přátelsky dotkne.
- ✓ Když Vám asistent nebo asistentka nebo rodič pomáhá při koupání nebo na záchodě.



Ještě Vám není 15 let

Holky, kterým není 15 let, nesmí mít pohlavní styk, ani když chtějí.
A holky, kterým je víc než 15 let, ho nesmí mít s klukem,
kterému ještě není 15 let.

Alkohol a drogy

Když Vám někdo ublíží,
když jste opilá nebo jste si vzala drogy,
není to Vaše vina.
Je to sexuální násilí.

Souhlasila jste

Pokud souhlasíte se sexem,
protože máte strach říct NE, Váš souhlas neplatí.
Sexuální násilí je, i když se nebráníte nebo neřeknete NE ze strachu!



Co dělat, když se Vám stane sexuální násilí?

Vy

Jak poznáte, že se Vám stalo sexuální násilí?
Nejdůležitější je Váš pocit, že se Vám stalo něco špatného, nepříjemného.
Pokud takový pocit máte, řekněte to někomu,
komu důvěřujete a máte ho ráda.
Například někomu z rodiny, kamarádce, asistentce.

Někdo blízký

Určitě to řekněte někomu, komu věříte.
Není dobré si to nechávat pro sebe a nic nedělat.
Lidé, kteří dělají sexuální násilí, to totiž často opakují.
Může se to stát znovu a znovu.



Poradny

V některých městech jsou poradny pro ženy, které zažily sexuální násilí nebo obtěžování.

V poradně Vám pomůžou rozhodnout se, co dělat a jak se násilí bránit.

Nebudou Vás do ničeho nutit.

Do poradny můžete také zavolat nebo napsat.

Adresu a telefon do poradny najdete na internetu.

Pokud neumíte hledat na internetu, požádejte někoho, ať Vám pomůže.



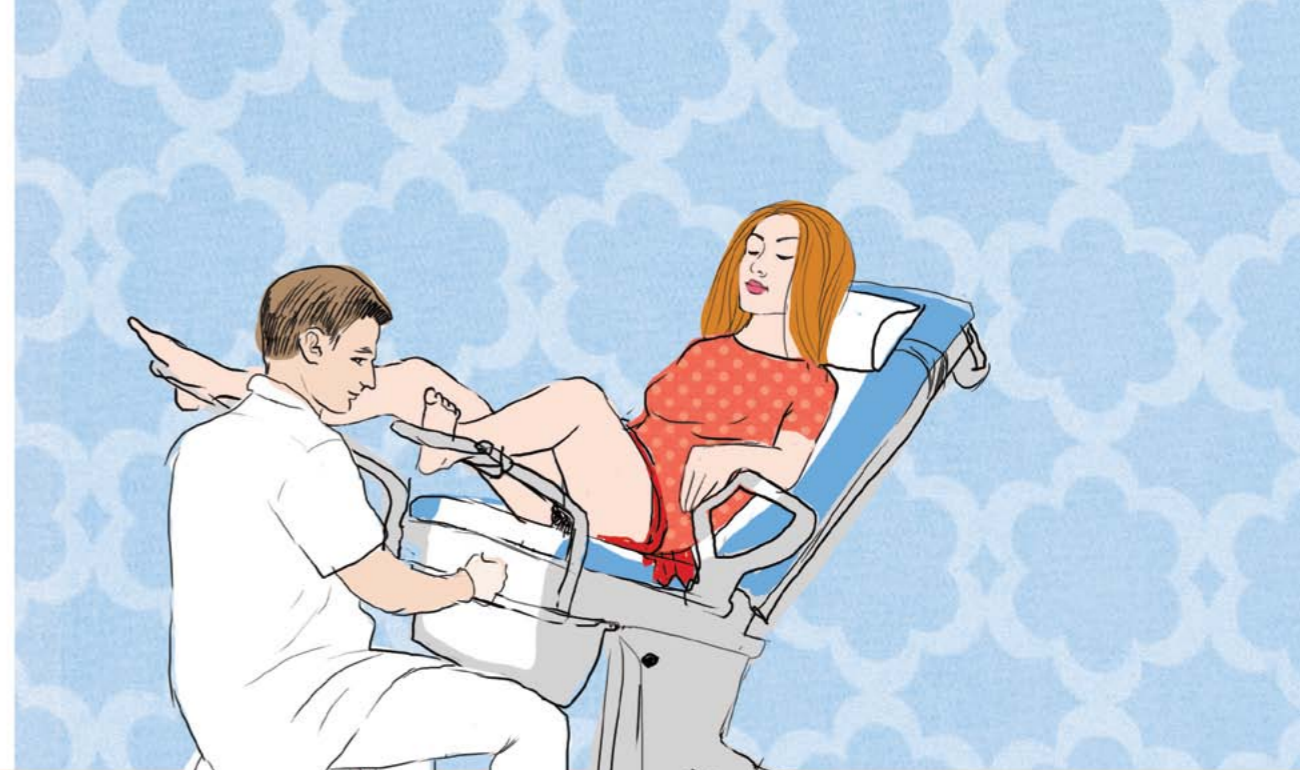
Lékař

Pokud Vám násilník ubližoval, osahával Vás, bil Vás nebo Vás znásilnil, jděte co nejdříve k lékaři.

Lékař Vás vyšetří a napíše o tom zprávu.

Po sexu s násilníkem můžete otěhotnět.

Pokud máte podezření, že jste těhotná, určitě běžte k lékaři.



Policie

Když Vás někdo znásilní nebo sexuálně napadne, nemusíte to jít nahlásit na policii.

Je to ale lepší.

Policie Vám pomůže problém řešit.

Pokud to nahlásíte, stane se toto:

Policie se Vás bude ptát, jak se to stalo, kdy se to stalo, co Vám násilník udělal.

Bude chtít vědět, kdo to udělal.

Bude hledat důkazy a někoho dalšího, kdo to viděl nebo slyšel.

Pokud budou mít důkazy, svědky nebo pokud se násilník přizná, obviní ho a dají ho před soud.

Soud mu dá trest.

Policie nesmí říct násilníkovi, jak se jmenujete a kde bydlíte.



Facebook, internet a sexuální násilí a obtěžování

Facebook

Slovo Facebook je anglické a čte se „fejsbuk“.

Facebook je na internetu.

Lidé tam mají svoje vlastní stránky, na kterých o sobě píšou, baví se a seznamují s různými lidmi.

Facebooku se říká sociální médium.

Na Facebooku se seznámíte se spoustou lidí.

Často o těchto lidech nic nevíte.

Víte jen to, co o sobě ti lidé na Facebooku napíšou.

To, co o sobě lidé na Facebook napíšou, nemusí být pravda.



Internetové seznamky

Přes internetovou seznamku si můžete najít kluka nebo holku.

Stejně jako Facebook, to má svá rizika.

Seznamujete se s někým, o kom nic nevíte.

Víte jen to, co tito lidé o sobě napíší.

To nemusí být pravda.

Můžete si například dopisovat s klukem.

On bude tvrdit, že mu je 15 let.

Ve skutečnosti mu bude 50 let.

Nebo si budete psát s holkou.

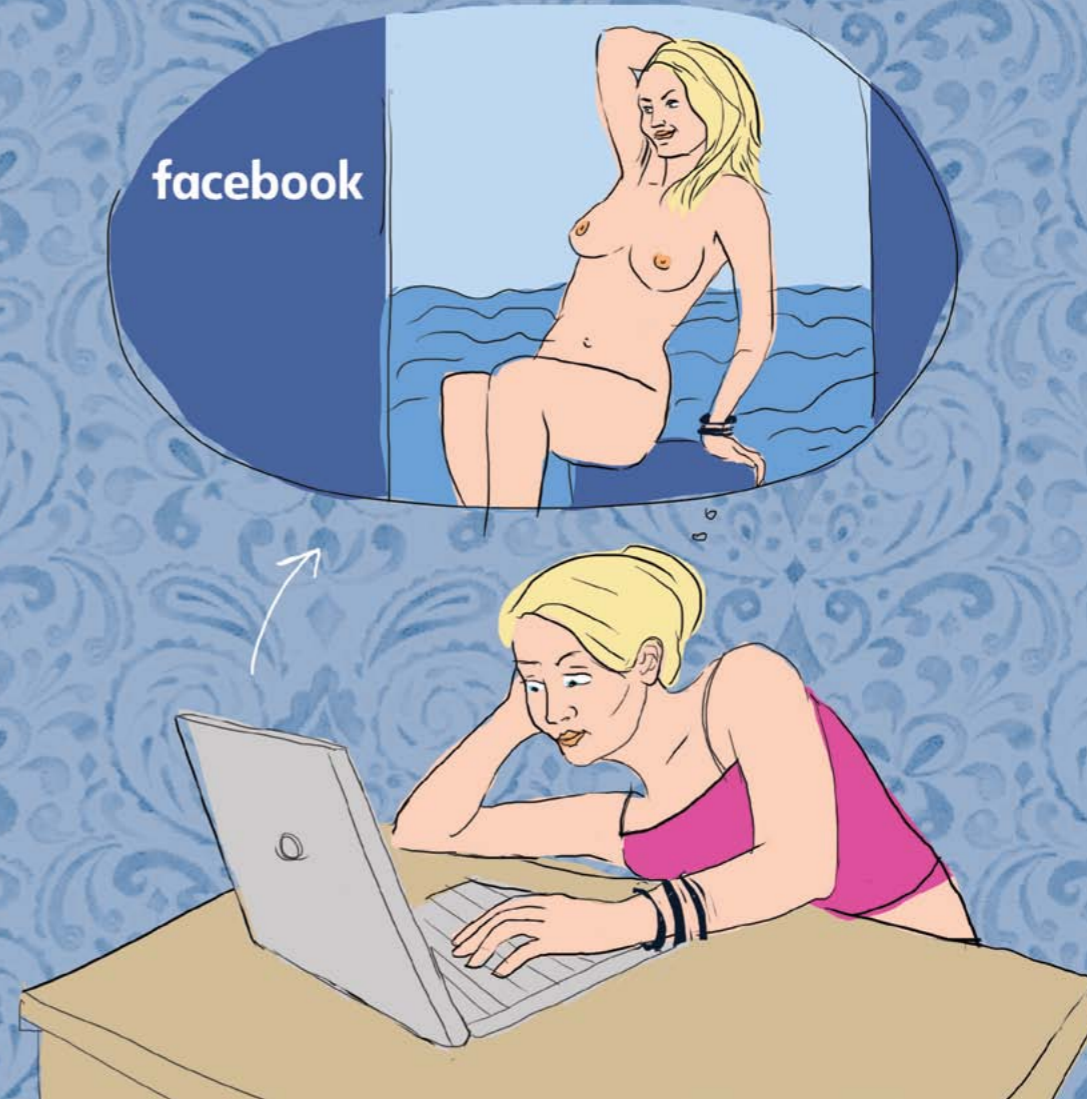
Napíše o sobě, že je vysoká a štíhlá.

Ve skutečnosti bude malá a silnější postavy.



Pravidla bezpečného chování na Facebooku a internetu

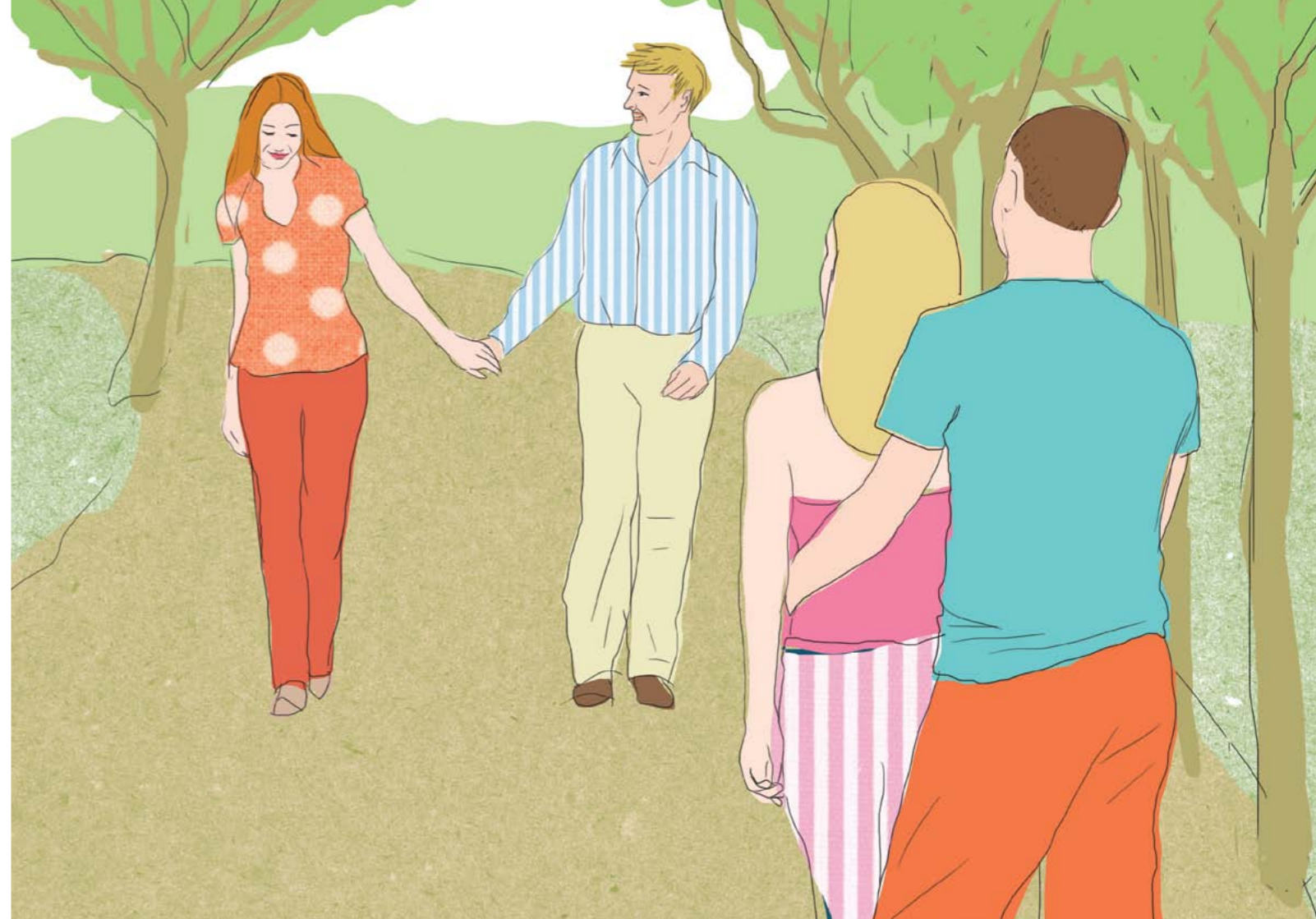
- Pozor, abyste na Facebook o sobě nenapsala příliš moc.
 - Nepište, kde bydlíte, kam chodíte do školy, do práce, do stacionáře.
 - Nepište, když jedete z domu pryč, třeba na dovolenou.
 - Nepište, co všechno doma máte.
 - Nepište soukromé věci, které nechcete, aby všichni věděli.
 - Nepřidávejte si mezi přátele lidi, které vůbec neznáte.
- Na Facebook nikdy nedávejte fotky,
na kterých jste nahá, v plavkách, ve spodním prádle.
Tyto fotky ani neposílejte nikomu e-mailem.
Nepište na internet věci, které se týkají sexu, milování, lásky.



Schůzka s člověkem, kterého znám z Facebooku nebo z internetu

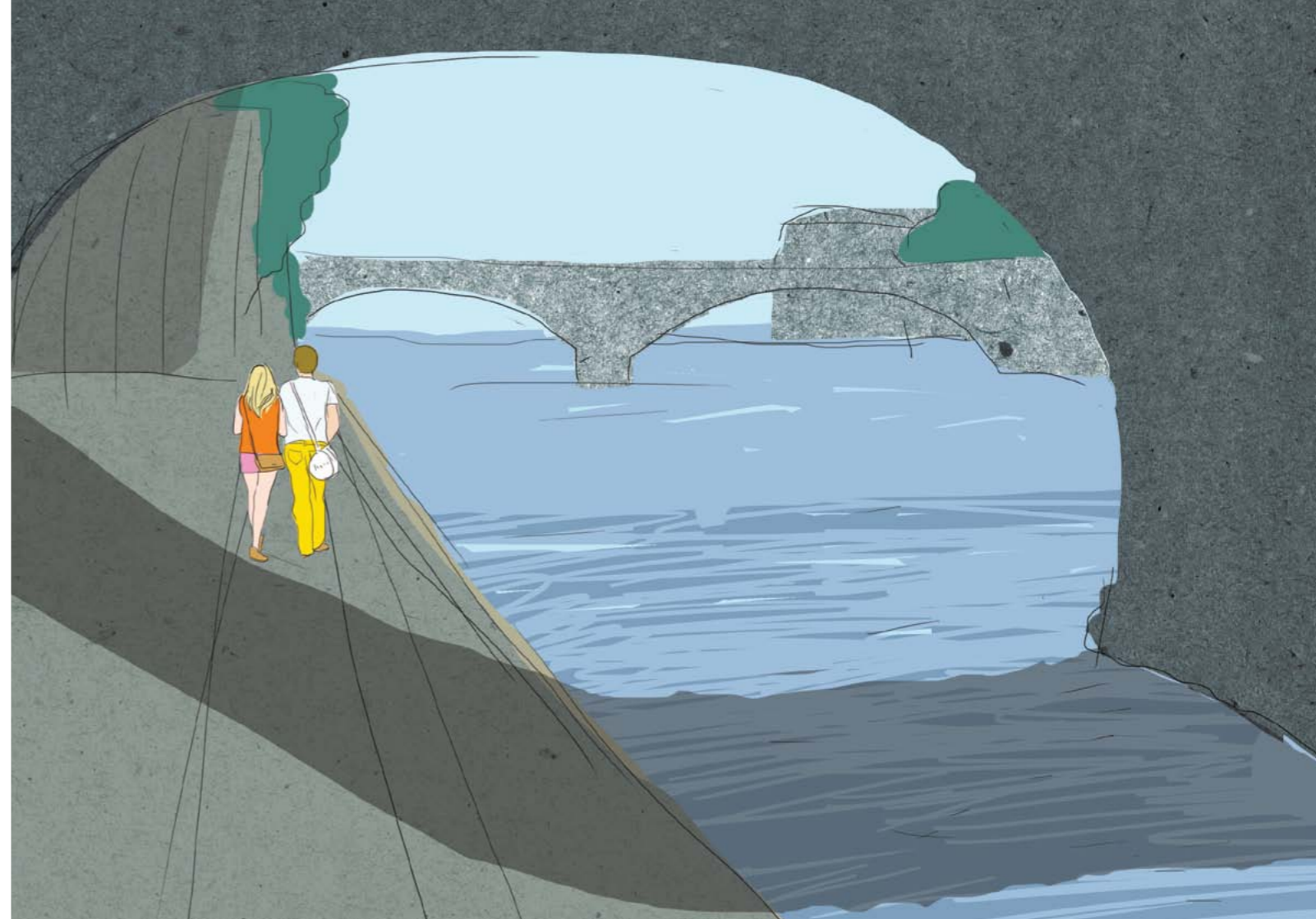
Seznámit se přes Facebook nebo internet jde snadno. Když se chcete sejít s člověkem, kterého znáte jen přes internet, nejlepší je pozvat ho na společnou akci s kamarády. Například na ples nebo výlet.

Nebo si můžete dát schůzku například v kavárně, čajovně, v restauraci nebo v kině. Vždy si dávejte schůzku na takovém místě, kde budou další lidé.



Když se chcete sejít s někým,
koho zatím znáte jen z internetu,
dejte si tedy pozor na tyto věci:
Na první schůzku nechoďte nikdy sama.
Vždycky s někým – s kamarádkou nebo kamarádem.
Vždycky o schůzce řekněte někomu dalšímu.
Řekněte mu, kde schůzka je a v kolik.
Dejte mu telefonní číslo,
na kterém může zkontrolovat, že jste v pořádku.
Nedávejte si schůzku na neznámém opuštěném místě.
Vždycky někde, kde jsou další lidé – v kavárně, v centru města.

**Budte vždy opatrná s lidmi, které dobře neznáte,
i když jsou na Vás hodní!**



Co znamenají tato slova?

Sex je hlazení na prsou, rukou, nohou, hlazení mezi nohama. Pusinkování na prsou, mezi nohama a na dalších místech. Různé další dotýkání a hlazení nebo laskání mužského penisu nebo ženské vaginy.

Sex má mnoho podob, které tady nemůžeme všechny vyjmenovat.

Sex může být mezi ženou a mužem, mezi dvěma ženami i mezi dvěma muži.

Sex je také **pohlavní styk**.

Pohlavní styk je, když strčí muž ženě do vaginy svůj penis.

Pohlavnímu styku se také říká **soulož**.

Pohlavní styk je také orální a anální sex.

Orální sex – při orálním sexu žena líbá a líže penis muže a strká si ho do pusy. Říká se tomu také kouření.

Orální sex je také, když muž líbá a líže vaginu ženy a strká do ní jazyk.

Anální sex – když muž místo do vaginy, strčí ženě penis nebo prsty do konečníku. Nebo když žena strčí prsty do konečníku muže.



Násilí – když Vám někdo dělá něco nepříjemného, co nechcete.

Například bití, štípání, kousání.

Násilník je ten, kdo Vás bije nebo Vás nutí dělat něco, co je Vám nepříjemné a nechcete to. Například ten, kdo Vás donutí mít s ním sex.

Může to být muž i žena.

Sexuální násilí a obtěžování – když Vás někdo nutí dělat sex nebo se dívat na sex nebo se bavit o sexu. A Vy to nechcete.

Znásilnění – když Vás někdo donutí mít s ním pohlavní styk, to znamená soulož, orální sex nebo anální sex. A Vy to nechcete.

Intimní místa jsou taková místa, na kterých se Vás může dotýkat jen takový člověk, kterému to dovolíte. Intimní místa jsou hlavně oči, uši, nos, ústa, tváře, vlasy, prsa, zadek a mezi nohama. Mohou to být i jiná místa. Jaká místa to jsou, o tom rozhodujete Vy. Třeba ramena nebo kolena a tak dále. Hodně intimní místa neukazujeme na veřejnosti. Jsou to prsa, zadek a mezi nohama. Ukazujeme je pouze člověku, který je naším partnerem. A jen tehdy, když chceme.



Sexuální násilí

Autoři textu a jazyková redakce:

Barbora Uhlířová ve spolupráci s Denisou Fatkovou, Simonou Fatkovou, Annou Blažkovou, Michaelou Stoklasovou, Pavlínou Mroczkowskou, Xeníí Dočkálkovou a Janou Stejskalovou

Ilustrace a grafická úprava: Helena Neubertová, www.prooko.cz

Vytisklo studio Aladin

© Společnost pro podporu lidí s mentálním postižením
v České republice, z.s., 2016

Vznik této publikace byl podpořen grantem z Islandu, Lichtenštejska a Norska
v rámci EHP fondů. www.fondnno.cz a www.eeagrants.cz

ISBN 978-80-906224-9-4

KAM SE MŮŽETE OBRÁTIT, KDYŽ VÁS NĚCO TRÁPÍ?

Bílý kruh bezpečí

Telefon: 116 006 (nonstop, bezplatně)

nebo 257 317 110 (nonstop)

E-mail: ksp.centrala@bkb.cz

nebo bkb.praha@bkb.cz

Nabízí pomoc těm, kteří se setkávají
s kriminalitou, domácím násilím,
se sexuálním zneužíváním a znásilněním.

Persefona

Telefon: 545 245 996 nebo 737 834 345

E-mail: poradna@persefona.cz

nebo domacinasili@persefona.cz

Nabízí pomoc všem, kteří se setkávají
s domácím násilím, se sexuálním
zneužíváním a znásilněním a nevědí si
s tím rady.

Intervenční centrum

Telefon: 281 911 883 nebo 734 510 292

E-mail: icpraha@csspraha.cz

Intervenční centrum je výhradně
zaměřeno na pomoc osobám
ohroženým domácím násilím, včetně
sexuálního, to je ženám, mužům,
seniorům a osobám se zdravotním
postižením.

Poradenské centrum SPMP ČR

Pokud si nebudete vědět rady, můžete
zavolat na tato telefonní čísla:

Telefon: 221 890 436 nebo 776 237 799

Email: poradna@spmpcr.cz

Přečtěte si také:



www.spmPCR.cz

Podpořeno grantem z Islandu, Lichtenštejska a Norska
v rámci EHP fondů. www.fondno.cz a www.eeagrants.cz

fond
pro NNO

NRCS

nadace
partnerství

ISLAND
LICHTENŠTEJNSK
NORWAY
eea
grants