



MAGAZÍN: ĽUDSKÉ PRÁVA ŽIEN A DIEVČAT

AMNESTY
INTERNATIONAL



Amnesty International je najväčšia ľudskoprávna mimovládna organizácia na svete – celosvetové hnutie viac ako 10 miliónov ľudí z viac než 150 krajín a území sveta usilujúcich sa o dodržiavanie ľudských práv na celom svete. Naša vízia je svet, v ktorom tí, ktorí sú pri moci, plnia svoje sľuby, rešpektujú medzinárodné právo a zodpovedajú sa za svoje činy. Sme nezávislí od akejkoľvek vlády, politickej ideológie, ekonomických záujmov alebo náboženstva. Financujú nás najmä naši členovia a členky prostredníctvom individuálnych darov. Veríme, že naša solidarita, práca a spolupatričnosť voči ľuďom na celom môže zmeniť našu spoločnosť k lepšiemu.

OBSAH

Obsah

1. ÚVOD	5
2. ZA ČO BUJEME?	7
2.1 VOLEBNÉ PRÁVO ŽIEN	7
2.2 SEXUÁLNE A REPRODUKČNÉ PRÁVA	8
2.3 PRÍKLADY POZITÍVNYCH ZMIEN	9
2.4 SLOBODA POHYBU	11
2.5 FEMINIZMUS A PRÁVA ŽIEN	11
2.6 INTERSEKCIONÁLNY FEMINIZMUS	11
2.7 AKO SA PORUŠUJÚ PRÁVA ŽIEN?	12
2.7.1 RODOVO PODMIENENÉ NÁSILIE	12
2.7.2 SEXUÁLNE NÁSILIE A OBŤAŽOVANIE	12
2.7.3 DISKRIMINÁCIA NA PRACOVISKU	12
2.7.4 DISKRIMINÁCIA NA ZÁKLADE SEXUÁLNEJ ORIENTÁCIE A RODOVEJ IDENTITY	13
2.8 PRÁVA ŽIEN A MEDZINÁRODNÉ PRÁVO	13
2.9 PREČO JE DÔLEŽITÉ ZASADZOVAŤ SA ZA PRÁVA ŽIEN?	13
3. HOVORME O SÚHLASE: ZÁKONY O ZNÁSILNENÍ NA SLOVENSKU SÚ ZASTARALÉ	15
3.1 SEXUÁLNE NÁSILIE JE ŠOKUJÚCO ROZŠÍRENÉ	17
3.2 ZÁKONY O ZNÁSILNENÍ V EURÓPE	18
3.2.1 AMNESTY AKTIVIZMUS V OBLASTI PREVENČIE SEXUÁLNEHO NÁSILIA	19
3.2.2 PRÍKLADY POZITÍVNEJ PRAXE	20
3.2.3 DÁNSKO	20
3.2.4 HOLANDSKO	20
3.2.5 ŠPANIELSKO	21
3.2.6 GRÉCKO	21

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

3.2.7 ŠVÉDSKO	22
3.2.8 ISLAND	22
4. ROZHOVOR	24
4.1 HOVORME O SEXUÁLNEJ VÝCHOVE S RADKOU MIKŠÍK A ZUZANOU BENDÍKOVOU	24
5. MANUÁL K SÚHLASU	42

1. ÚVOD

Tento magazín prináša informácie o ľudských právach žien a dievčat. Všetci a všetky máme nárok na ľudské práva. Tieto práva zahŕňajú právo na život bez násilia a diskriminácie; právo na najvyššiu možnú úroveň fyzického a duševného zdravia; právo na vzdelanie; právo vlastniť majetok; volebné právo či právo zarábať rovnakú mzdu za rovnakú prácu.

Mnoho žien a dievčat na celom svete však stále čelí diskriminácii na základe pohlavia a rodu. Od rodovej nerovnosti sa odvíja mnoho problémov, ktoré neúmerne zasahujú ženy a dievčatá: násilie vo vzťahoch a sexuálne násilie, nižšie platy, nedostatočný prístup k vzdelaniu či neadekvátne zdravotná starostlivosť.

Hnutia za práva žien dlhé roky tvrdo bojovali proti tejto nerovnosti, ženy masovo vychádzali do ulíc



žiadať dodržiavanie ich práv a zmenu zákonov. Súčasná digitálna éra praje novým hnutiam, akým je napríklad #MeToo, ktoré poukazuje na alarmujúci rozsah rodovo podmieneného násilia a sexuálneho obťažovania.

Amnesty International prostredníctvom výskumu, advokácie a kampaní vytvára nátlak na ľudí, ktorí majú vo svojich rukách prislúchajúce právomoci, aby rešpektovali práva žien. Veríme, že pre vás čítanie tohto magazínu bude užitočné a tešíme sa na fyzické aj online stretnutia.

Amnesty International Slovensko

2. ZA ČO BUJUJEME?



Čo máme na mysli, keď hovoríme o právach žien? Za čo bojujeme? Tu nájdete niekoľko príkladov práv, za ktoré aktivistky a aktivisti bojovali v priebehu storočí a bojujú aj dnes:

2.1 VOLEBNÉ PRÁVO ŽIEN

V priebehu 19. a začiatkom 20. storočia ženy začali agitovať za zmenu volebných zákonov, aby aj im prislúchalo volebné právo. V roku 1893 sa Nový Zéland stal prvou krajinou, ktorá garantovala ženám volebné právo na celoštátnej úrovni. Hnutie sufražetiek (suffrage = volebné právo) sa rozšírilo

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

AMNESTY
INTERNATIONAL



do celého sveta a vďaka húževnatosti všetkých, ktoré sa do tohto boja zapojili, je dnes volebné právo žien definovaným právom podľa Dohovoru o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien (1979).

Napriek tomuto pokroku, na svete ešte stále existuje veľa miest, kde je pre ženy veľmi ťažké si toto právo aj uplatniť. Jedným z príkladov je Sýria, kde sú ženy skutočne odrezané od politickej angažovanosti, a to vrátane prebiehajúceho mierového procesu.

V Pakistane je síce volebné právo definované ako ústavné právo, no v niektorých oblastiach ženám dodnes nie je dovolené voliť, najmä kvôli prísny zvykom, na ktorých dodržiavanie a interpretáciu dohliadajú silné vedúce osobnosti v ich patriarchálnych komunitách.

V Afganistane sa úrady nedávno rozhodli zaviesť vo volebných miestnostiach povinnú kontrolu osôb podľa fotografie, čo sťažuje hlasovanie pre ženy v konzervatívnych oblastiach, kde si väčšina žien zakrýva na verejnosti tvár.

Amnesty International sa zasadzuje za to, aby sa všetky ženy mohli efektívne zúčastňovať na politických procesoch.

2.2 SEXUÁLNE A REPRODUKČNÉ PRÁVA

Každý človek má mať možnosť rozhodovať o svojom vlastnom tele.

Každá žena a dievča má sexuálne a reprodukčné práva. To znamená, že majú právo na rovnaký prístup k zdravotníckym službám, akými sú antikoncepcia a bezpečné interrupcie, a tiež právo rozhodnúť sa, kedy a s kým sa zosobášia, či chcú mať deti, a ak áno, koľko, kedy a s kým.

Ženy by mali byť schopné žiť bez obáv z rodovo podmieneného násillia vrátane znásilnenia a iného sexuálneho násillia, mrzačenia pohlavných orgánov, núteného sobáša, núteného tehotenstva, nútenej interrupcie alebo nútenej sterilizácie.

Napriek všetkému nás čaká ešte dlhá cesta, kým si všetky ženy budú môcť uplatniť tieto práva.

Ešte stále je na svete veľa žien a dievčat, ktoré nemajú prístup k bezpečným a legálnym interrupciám. Vo viacerých krajinách stoja ľudia, ktorí chcú alebo potrebujú ukončiť tehotenstvo, pred nemožným rozhodnutým: ohroziť svoj život (resp. život tehotnej), alebo ísť do väzenia.

2.3 PRÍKLADY POZITÍVNYCH ZMIEN

V Argentíne vedie Amnesty International kampaň za zmenu prísnych interrupčných zákonov bok po boku s miestnymi iniciatívami obrankýň a obrancov ľudských práv. I keď sa podarilo docieľiť niekoľko dôležitých krokov správnym smerom, ženy a dievčatá v krajine ešte stále nemôžu rozhodovať o svojom vlastnom tele.



Úspešné boli naše kampane v Írsku a Severnom Írsku, kde nedávno došlo k dekriminalizácii interrupcií po mnohých desaťročiach lobovania zo strany Amnesty a ďalších ľudskoprávných organizácií a iniciatív.

Poľskému parlamentu adresovala Amnesty International s ďalšími vyše 200 ľudskoprávnymi a feministickými organizáciami z celého sveta spoločné vyhlásenie proti návrhu zákona o drakonickom obmedzení prístupu k interrupciám.

Po dlhoročných kampaniach Amnesty a ďalších organizácií a iniciatív Kórejská republika nedávno zaznamenala výrazný pokrok v oblasti sexuálnych a reprodukčných práv. Najvýznamnejší bol rozsudok juhokórejského ústavného súdu, ktorý nariadil vláde dekriminalizovať interrupcie v krajine, pričom na reformovanie reštriktívnych zákonov o interrupciách stanovil lehotu do konca roku 2020.

Amnesty International podporila aj ženy a dievčatá, ktoré v Burkina Faso bojujú proti núteným sobášom, čo je praktika veľmi rozšírená najmä vo vidieckych oblastiach.

V Sierra Leone spolupracujeme s miestnymi komunitami v rámci vzdelávacieho programu Amnesty International, ktorý sa zameriava na množstvo otázok a problémov z oblasti ľudských práv, ako napríklad mrzačenie ženských pohlavných orgánov.

Zistili sme, že v Zimbabwe sú ženy a dievčatá vystavené nechceným tehotenstvám a zvýšenému riziku infekcie HIV z dôvodu rozsiahleho nepochopenia podstaty súhlasu pri sexuálnych aktivitách a nedostatočného prístupu k zdravotnej starostlivosti v oblasti sexuálneho zdravia. Dievčatá sa tak ocitajú v diskriminovanej pozícii aj v prístupe ku vzdelaniu, ohrozené detskými sobášmi a chudobou.

V Jordánsku Amnesty International vyzvala úrady, aby prestali v tichosti podporovať násilnícky systém mužského poručníctva, ktorý drží ženy pod kontrolou ich mužských rodinných príslušníkov a obmedzuje ich osobné slobody. Ženy môžu byť v rámci neho napríklad zadržované na základe obvinenia zo sexuálneho styku mimo manželstva alebo z toho, že opustili dom bez povolenia; pričom ich môže čakať ponižujúce „preskúmanie panenstva“ a následne ohrozenie v dôsledku irelevantného nálezu.



2.4 SLOBODA POHYBU

Sloboda pohybu je právo voľne sa pohybovať tak, ako sa nám páči – nielen v rámci krajiny, kde žijeme, ale aj pri cestovaní do zahraničia. Mnoho žien sa však v súvislosti s pohybom a cestovaním stretáva s vážnymi prekážkami. V niektorých prípadoch im ani nie je povolené vlastniť cestovný pas alebo cestovať bez dovoľenia mužského poručníka.

V Saudskej Arábii nedávno prebehla úspešná kampaň, ktorá umožnila ženám viesť motorové vozidlá, čo bolo predtým dlhé desaťročia zakázané. Napriek tomuto významnému míľniku úrady naďalej pokračujú v prenasledovaní a zadržiavaní mnohých aktivistiek, a to len preto, že sa pokojne zasadzujú za práva žien.

2.5 FEMINIZMUS A PRÁVA ŽIEN

Človeku, ktorý sa zaoberá právami žien, prospeje, ak porozumie feminizmu. Vo svojej podstate je feminizmus presvedčenie, že ženy majú nárok na politickú, ekonomickú a sociálnu rovnosť. Feminizmus sa usiluje zabezpečiť ženám možnosť plne využívať svoje práva na rovnakej úrovni ako muži.

2.6 INTERSEKCIONÁLNY FEMINIZMUS

Intersekcionalný feminizmus vyjadruje myšlienku, že všetky dôvody, pre ktoré môže byť niekto diskriminovaný – vrátane rasového či etnického pôvodu, pohlavia, sexuálnej orientácie, rodovej identity, vierovyznania, zdravotného znevýhodnenia, príslušnosti k ekonomickej triede –, sa navzájom prekrývajú a pretínajú. Jedným zo spôsobov, ako to lepšie pochopiť, je pozrieť sa na konkrétne prejavy, napríklad v Dominikánskej republike, kde náš výskum ukázal, že pracovníčky v oblasti sexuálnych služieb, ktoré sú často zároveň osobami inej farby pleti, transrodovými osobami, alebo oboje súčasne, sú vystavené mučeniu a prenasledovaniu zo strany polície, pričom tá sa na ne zameriava nielen pre každú z uvedených identít, ale obzvlášť pre ich prienik.

2.7 AKO SA PORUŠUJÚ PRÁVA ŽIEN?

2.7.1 RODOVO PODMIENENÉ NÁSILIE

O rodovo podmienenom násilí hovoríme, keď sú násilné činy páchané voči osobám na základe ich sexuálnej orientácie, rodovej identity alebo pohlavných znakov. Rodovo podmienené násilie zasahuje v neúmernom rozsahu ženy a dievčatá.

Zvlášť ohrozené násilím sú ženy a dievčatá v konfliktných zónach. Sexuálne násilie sa naprieč dejinami používalo ako vojnová zbraň. Amnesty International v Nigérii zdokumentovala, koľko žien na úteku pred útokmi Boko Haram sa stalo terčom sexuálneho násillia a znásilňovania príslušníkmi nigérijskej armády.

V celosvetovom priemere približne 30 % všetkých žien, ktoré boli alebo sú vo vzťahu, zažilo fyzické a/alebo sexuálne násilie zo strany svojho partnera. Byť ženou znamená aj vyššiu pravdepodobnosť, že budete čeliť sexuálnym útokom vrátane znásilnenia, alebo tiež takzvaným „zločinom zo cti“.

Násilie páchané na ženách je závažným porušením ľudských práv. Chrániť ženy pred rodovo podmieneným násilím je zodpovednosťou štátu – a to aj vtedy, keď k nemu dochádza za zatvorenými dverami domácností.

2.7.2 SEXUÁLNE NÁSILIE A OBŤAŽOVANIE

Sexuálnym obťažovaním je akékoľvek neželané sexuálne správanie. Môže ísť o fyzické správanie a pokusy o zblíženie, požadovanie sexuálnych služieb alebo nevhodný verbálny prejav.

Pri sexuálnom násilí má sexuálny útok fyzickú formu. Hoci sa terčom sexuálneho násillia môžu stať aj muži a chlapci, sú to ženy a dievčatá, ktoré zasahuje v najväčšej miere.

2.7.3 DISKRIMINÁCIA NA PRACOVISKU

Ženy sú často vystavené rodovej diskriminácii na pracovisku. Príkladom je rozdielne platové ohodnotenie žien a mužov. Rovnaká odmena za rovnakú prácu je ľudským právom, no ženám sa prístup k spravodlivej a rovnakej mzde zas a znovu odopiera. Podľa nedávnych prieskumov v súčasnosti ženy zarábajú zhruba 77 % zárobku, ktorým sú za rovnakú prácu ohodnotení muži, čo vedie k celoživotnej finančnej nerovnosti žien. V dôsledku toho si

častejšie nemôžu dovoliť naplno uplatňovať svoju nezávislosť a znamená to pre ne tiež zvýšené riziko chudoby vo vyššom veku.

2.7.4 DISKRIMINÁCIA NA ZÁKLADE SEXUÁLNEJ ORIENTÁCIE A RODOVEJ IDENTITY

V mnohých krajinách sveta sú ženám odopierané ich práva na základe sexuálnej orientácie, rodovej identity alebo pohlavných znakov. Lesbické, bisexuálne, transrodové a intersexuálne ženy a rodovo nekonformné osoby čelia násiliu, vylúčeniu, obťažovaniu a diskriminácii. Mnoho z nich je vystavených extrémnemu násiliu vrátane sexuálneho násillia alebo takzvaného „nápravného znásilnenia“ a „vrážd zo cti“.

2.8 PRÁVA ŽIEN A MEDZINÁRODNÉ PRÁVO

Dohovor o odstránení všetkých foriem diskriminácie žien (CEDAW, 1979) je kľúčovou medzinárodnou dohodou, ktorá sa zaoberá diskrimináciou na základe rodu a poskytuje osobitnú ochranu práv žien.

Dohovor CEDAW ustanovil medzinárodnú listinu práv žien a dievčat a definuje povinnosti štátov určené s cieľom zaručiť ženám možnosť si tieto práva uplatňovať.

Dohovor ratifikovalo viac ako 180 štátov.

2.9 PREČO JE DÔLEŽITÉ ZASADZOVAŤ SA ZA PRÁVA ŽIEN?

Práva žien sú ľudské práva: Môže sa to javiť ako samozrejmosť, no nemôžeme mať slobodnú a rovnoprávnú spoločnosť, pokiaľ nebudú slobodní a rovní všetci ľudia. Kým nebude ženám umožnené požívať rovnaké práva ako mužom, bude sa táto nerovnosť v spoločnosti týkať každého.

Ochrana práv žien robí svet lepším: Ako upozorňuje OSN, rodová rovnosť a posilnenie postavenia žien a dievčat nie sú cieľom samým osebe, ale kľúčom k udržateľnému rozvoju, mieru a bezpečnosti. A výskumy nám tieto slová potvrdzujú: keď sa práva žien berú vážne a dodržiavajú, spoločnosť sa zlepšuje pre všetkých.

Keď spolupracujeme, sme silnejší: Hoci hnutia a iniciatívy zdola už urobili mnoho, ak sa k podpore práv žien pridáme naozaj všetci a všetky, spolu dokážeme zmeniť oveľa viac. Prostredníctvom spolupráce s aktivistkami a

aktivistami v teréne v kombinácii s vlastnými cielenými kampaňami môžu hnutia ako Amnesty International sformovať silný predvoj v boji za práva žien.

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk



3. HOVORME O SÚHLASE: ZÁKONY O ZNÁSILNENÍ NA SLOVENSKU SÚ ZASTARALÉ



Vieme, že život nie je rozprávka, ale v skutočnosti je to veľmi jednoduché: Sex, ku ktorému došlo bez súhlasu zúčastnených, je znásilnením. Spýtaj sa, či to ozaj chce. Súhlas je sexy.

Rozdiel medzi dobrovoľnou a nedobrovoľnou sexuálnou aktivitou je prozaický: Ak so sexuálnou aktivitou súhlasia všetci a všetky zúčastnené, všetko je v poriadku. Mlčať alebo nevysloviť „nie“ nie je to isté ako udeliť súhlas. „Nedostatočne“ vyjadriť odpor alebo sa „vyzývavo“ oblieť tiež nie je

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

pozvánka ani prejav vôle. Znásilnenie nedefinuje prítomnosť násilia alebo vyhrážok, ale absencia vôle venovať sa sexuálnym aktivitám.

Prejaviť súhlas so sexuálnou aktivitou neznamená podpísať zmluvu, ale prejav vôle musí byť jasný a nadšený. Zastaralé zákony, rodové stereotypy a škodlivé mýty o téme súhlasu a telesnej autonómie však podporujú a normalizujú existenciu znásilnenia, sexuálneho, sexualizovaného a rodovo podmieneného násilia v našej spoločnosti. V dôsledku týchto škodlivých fenoménov sa váha zodpovednosti a viny často kladie na plecia ľudí, ktorí sa stali terčom sexuálneho násilia, kým páchatelia sú ospravedlňovaní a vyvíňovaní.



Len 13 z 31 krajín v Európe považuje sex bez súhlasu za znásilnenie. Situácia sa však postupne mení a za uplynulých 5 rokov zmenili právnu definíciu znásilnenia Dánsko (2020), Grécko (2019), Švédsko a Island (2018), zatiaľ čo v Španielsku a Holandsku sa zmeny očakávajú tento rok. Slovensko patrí ku krajinám, ktorých zákony neobsahujú definíciu znásilnenia založenú na súhlase, ale kladú dôraz najmä na použitie násilia či hrozby násilia.

Jedným z najrozšírenejších mýtov o znásilnení je, že sa deje v tmavých uličkách, kde ženu napadne neznámy útočník. Avšak väčšina sexuálneho násilia sa deje medzi známymi, a to aj v najbližších kruhoch: v rodinách a partnerských vzťahoch. Sexuálne násilie v partnerských vzťahoch rovnako

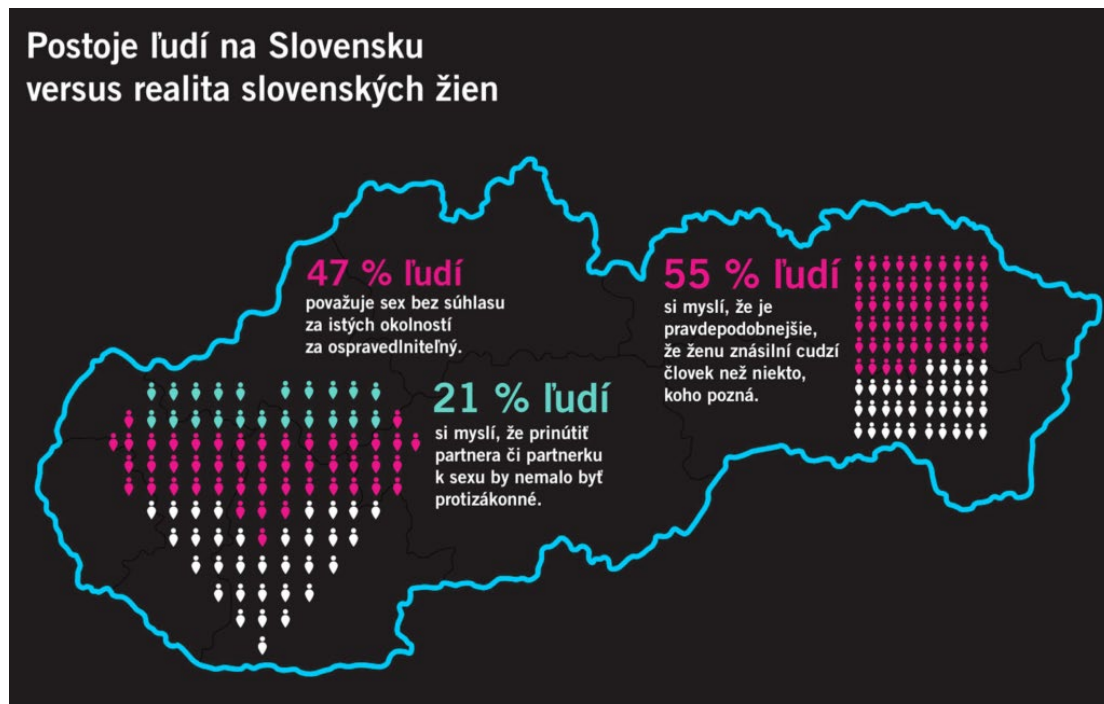
INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

nevyrieši len zmena zákona. V intímnych vzťahoch sa ľudia zažívajúci sexuálne násilie od partnera či partnerky môžu zdráhať nahlásiť znásilnenie z obáv pred dôsledkami, ale aj preto, že si sami neuvedomujú, že o znásilnenie ide. Môže za to práve nedostatok povedomia o súhlase ako nevyhnutnej súčasť všetkých sexuálnych vzťahov a práva na telesnú autonómiu. Normalizovanie súhlasu v sexe by mohlo výrazne dopomôcť k zmene škodlivého stereotypu, že sex je manželská či partnerská povinnosť.

3.1 SEXUÁLNE NÁSILIE JE ŠOKUJÚCO ROZŠÍRENÉ

Pretože sexuálne násilie je šokujúco rozšírené a priamo zasahuje milióny ľudí v Európskej únii, predovšetkým ženy a dievčatá. Ľudia sa boja nahlásiť znásilnenie zo strachu, že im neuveria. Od nahlásenia ich odrádza aj stigma, ktorá sa k tomuto negatívnemu zážitku viaže.



Zdroje: Eurobarometer 2016, FRA 2012, Reprezentatívny prieskum Koordinačno-metodického centra pre prevenciu násilia na ženách 2017

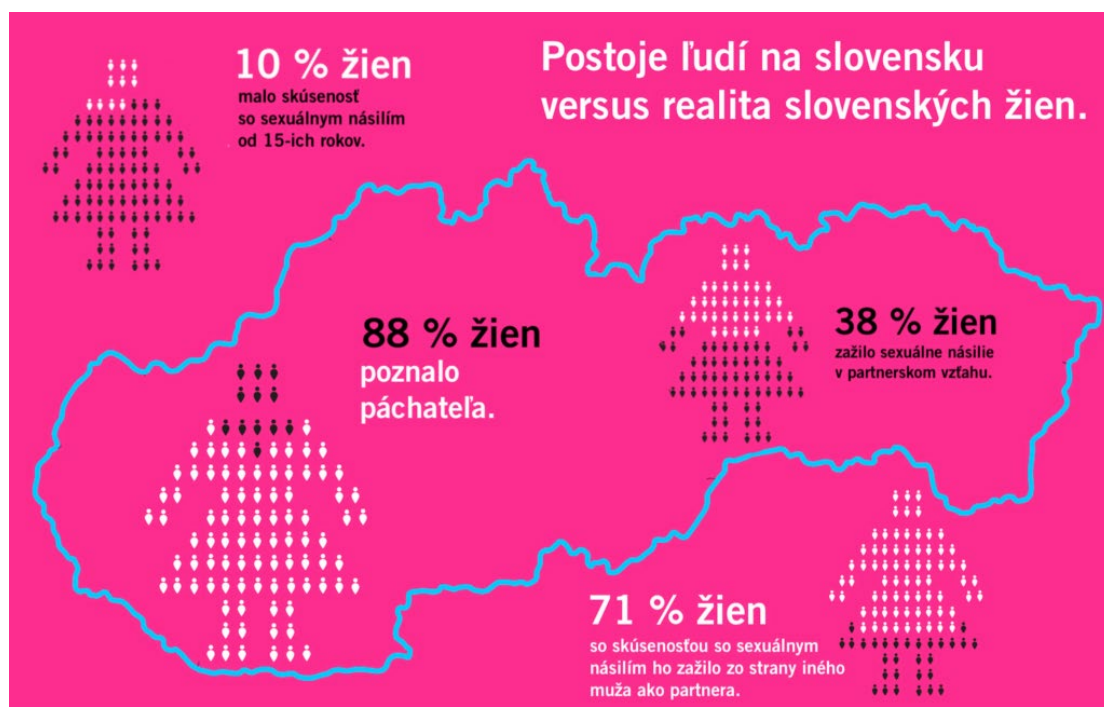
V Európskej únii zažila znásilnenie vo svojom živote v období od 15-ich rokov každá dvadsiata žena. Dohromady je to 9 miliónov žien. Jedna z desiatich žien v EÚ zažila v období od 15-ich rokov nejakú formu sexuálneho násilia. Podľa dostupných dát sa na Slovensku so sexuálnym násilím stretlo v priebehu svojho života približne 100 tisíc žien vo veku 18 – 70 rokov (4,9 %). Číslo v oblasti rodovo podmieneného násilia sú však v skutočnosti zrejme

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

oveľa vyššie. Väčšina žien, ktoré prežili znásilnenie, sa s tým nikomu nezverí, zo strachu a kvôli stigme, ktorá by ich v spoločnosti sprevádzala.

V správe Právo žiť bez znásilnenia (**Right to be free from rape, 2018**) Amnesty International konštatuje, že snahy žien zažívajúcich sexuálne násilie dopracovať sa k spravodlivosti marí nielen zastaralá legislatíva, ale aj predsudky, obviňovanie obetí, negatívne stereotypy a mýty, ktoré často pochádzajú práve od ľudí a profesií, ktoré by im mali, naopak, poskytovať podporu, vyšetrovať zločiny sexuálneho násillia a trestať ich páchatelov. Podľa Amnesty International je preto nevyhnutné podporovať aj zmeny v aplikácii zákonov do praxe, rovnako ako väčšiu dostupnosť podporných služieb a mechanizmov pre ľudí zažívajúcich sexuálne násilie.



Zdroje: Eurobarometer 2016, FRA 2012, Reprezentatívny prieskum Koordinačno-metodického centra pre prevenciu násillia na ženách 2017

3.2 ZÁKONY O ZNÁSILNENÍ V EURÓPE

Sex, ku ktorému došlo bez súhlasu zúčastnených, je znásilnením.

Aj vtedy, keď bola znásilnená osoba pod vplyvom alkoholu či iných látok, dobrovoľne išla s niekým domov alebo jej oblečenie odhaľovalo viac pokožky ako oblečenie iných ľudí; aj vtedy, ak nevyslovila jasné „nie“ alebo sa nebránila, stále ide o znásilnenie. Znásilnenie nestačí definovať

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

prítomnosťou násilia, vyhrážok alebo kriku o pomoc, určujúca je absencia slobodnej vôle venovať sa sexuálnym aktivitám.

V správe Znásilnenie v Európe (Rape in Europe) Amnesty International zverejnila analýzu situácie v 31 európskych krajinách. Len 11 z nich (Belgicko, Cyprus, Dánsko, Grécko, Írsko, Island, Luxembursko, Malta, Nemecko, Spojené kráľovstvo, Švédsko) má v súčasnosti v legislatíve definované, že sex bez súhlasu je znásilnenie. Legislatíva vo väčšine európskych krajín považuje sexuálny akt za znásilnenie len vtedy, ak pri ňom došlo k nátlaku, použitiu sily, hrozbe násilia, alebo ak sa obeť činu nemohla brániť.

K väčšine znásilnení však nedochádza podľa stereotypných predstáv, ako napríklad, že na ženu v parku „vyskočí z kríkov cudzí človek“. Oveľa pravdepodobnejšie je, že ženu alebo dievča znásilní kamarát alebo partner, pričom ona v šoku ustrnie, takže k fyzickému násiliu často vôbec nedôjde.

Aj napriek hlboko zažitým stereotypom, stigme a dlhodobej ignorácii sa Európou šíri vlna zmien. Na čele hnutí za zmenu zákonov a zvyšovanie povedomia stoja odvážne ženy, ktoré zdieľali svoje skúsenosti so sexuálnym násilím, a ich spojenkyne a spojenci z aktivistických kruhov. Zatiaľ poslednou európskou krajinou, ktorá v zákone definuje sex bez súhlasu ako znásilnenie, je Dánsko.

3.2.1 AMNESTY AKTIVIZMUS V OBLASTI PREVENIE SEXUÁLNEHO NÁSILIA

Amnesty International v Európe dlhodobo podporuje aktivizmus a kampane, ktoré sa usilujú o zmenu legislatívy týkajúcej sa sexualizovaného násilia. V Grécku mala Amnesty priamy vplyv na prijatie novely zákona, o ktoré prebiehal zápas do poslednej minúty. Vydanie stanoviska Amnesty International, odsudzujúceho pôvodný problematický postoj vlády, sa nezaobišla bez pozornosti médií a tlak, ktorý Amnesty spoločne s aktivistkami za práva žien vyvinula na grécku vládu, viedol v júli 2019 k zmene zákona a právnej úprave definície znásilnenia.

Ďalšie krajiny, ako napríklad Fínsko, Holandsko, Slovinsko či Švajčiarsko, aktuálne tiež zvažujú reformu zastaralých zákonov, v ktorých absentuje definícia znásilnenia postavená na súhlase. Španielska vláda predstavila v marci 2020 návrh zákona, ktorý zahŕňa reformu právnej definície znásilnenia tak, aby bola v súlade s medzinárodným právom a ľudskoprávnymi štandardmi.

3.2.2 PRÍKLADY POZITÍVNEJ PRAXE

V Európe sme za uplynulých päť rokov získali niekoľko dôkazov o tom, že dlhodobý aktivizmus a advokácia prinášajú výsledky. Ak máte pochybnosti, či kampaň #hovormeosuhlase môže priniesť pozitívnu zmenu aj na Slovensko, príklady z Dánska, Švédska, Grécka, Španielska a Holandska vaše obavy rýchlo rozoženú.

3.2.3 DÁNSKO

Kampaň za zmenu legislatívy v Dánsku viedli skupiny žien, ktoré majú osobnú skúsenosť so sexuálnym násilím, a združenia za práva žien s podporou Amnesty International dlhé roky. K prijatiu novej legislatívy, ktorá považuje sex bez súhlasu za znásilnenie, došlo 17. decembra 2020. Zmenu trestného zákonníka umožnila dohoda naprieč politicikým stranami, ku ktorej došlo v septembri 2020. Prekážky, akým v Dánsku čelia ženy, ktoré sa chcú po znásilnení dovoliť spravodlivosti, podrobne zhrnula Amnesty vo svojej správe v roku 2019. Úprava legislatívy znamená pre ženy a dievčatá v Dánsku veľké ľudskoprávne víťazstvo.

„Zmena zákona je obrovským pozitívnym krokom, ktorý musia sprevádzať aj zmeny na inštitucionálnej a spoločenskej úrovni – vrátane rozsiahleho vzdelávania v oblasti sexuality a partnerských vzťahov, s dôrazom na vzdelávanie o sexe so súhlasom,“ vyhlásila výskumníčka Amnesty International pre oblasť práv žien Anna Błus.

3.2.4 HOLANDSKO

Holandské ministerstvo spravodlivosti a bezpečnosti oznámilo v novembri 2020 zámer vlády zmeniť zákony o znásilnení, tak aby každý sex bez súhlasu napĺňal definíciu znásilnenia. Podľa súčasnej právnej úpravy, tak ako v mnohých ďalších európskych legislatívach, je za znásilnenie považovaný iba sexuálny styk, ku ktorému došlo s donucovaním.

Pôvodný zámer ministerstva zaviesť nový trestný čin „nedobrovoľný pohlavný styk“, ktorý by bol trestaný polovičnou trestnou sadzbou oproti znásilneniu, sa stretol s ostrou kritikou verejnosti vrátane organizácií ako Amnesty International. Konkrétne znenie reformy by mala vláda zverejniť tento rok.

3.2.5 ŠPANIELSKO

Španielska vláda oznámila svoj zámer zmeniť legislatívu, tak aby bol sex bez súhlasu považovaný za znásilnenie, v reakcii na rozsiahle protesty v roku 2019. Demonštrácie rozpútal široko medializovaný prípad skupinového znásilnenia, známy ako La Manada („prípád vlčej svorky“). Prvostupňový súd uznal päťicu mužov obvinených zo znásilnenia vinnými z menšieho prečinu sexuálneho zneužitia, nakoľko sa nepodarilo dokázať, že pri čine použili násilie alebo zastrašovanie. Súd najvyššieho stupňa pôvodný nález spochybnil a muži boli napokon odsúdení za trestný čin znásilnenia. Na tomto prípade sa ukázala nedostatočnosť španielskeho trestného zákona, ktorý doposiaľ nepovažuje sex bez súhlasu za znásilnenie, ak pri akte nedošlo k fyzickému násiliu alebo zastrašovaniu.

Začiatkom marca 2020 Španielsko konečne ohlásilo novelu zákona, ktorá sa bude komplexne zaoberať kriminalizáciou sexuálneho násillia a bude v súlade s medzinárodným právom a štandardmi v oblasti ľudských práv. V právnej definícii znásilnenia má byť po novom rozhodujúca práve práve neprítomnosť súhlasu. Tento krok je vnímaný ako malé víťazstvo, ale novela zákona zatiaľ nebola predložená v parlamente a tlak na zmeny v legislatíve i praxi, ktorý vytvárame v Amnesty spolu s množstvom žien, aktivistiek a ľudí v uliciach, tak neustáva.

3.2.6 GRÉCKO

Grécko sa v júli 2019 stalo deviatou európskou krajinou, ktorá v zákone uznáva fakt, že sex bez súhlasu je znásilnenie. Stalo sa tak po dramatickej zmene postoja na ministerstva spravodlivosti a po intenzívnej, niekoľko mesiacov trvajúcej kampani.

Pôvodný návrh legislatívnej úpravy, ohlásený v júni, však nebol v súlade s medzinárodnými ľudskoprávnymi štandardmi a neobsahoval podstatnú zmenu, ktorú požadovali aktivistické kruhy, organizácie bojujúce za práva žien a advokačné iniciatívy vrátane kampane Amnesty International. Mobilizácia sa vystupňovala a pred parlamentom sa uskutočnil protest, čo neuniklo ani medzinárodnej pozornosti. Ministerstvo vzápätí ustúpilo a upravilo navrhovanú reformu tak, aby sex bez súhlasu postihovala ako znásilnenie. Nová legislatíva vstúpila do platnosti v júli 2019.

3.2.7 ŠVÉDSKO

Rozhodnutie švédskeho súdu oslobodiť spod obžaloby trojicu mladých mužov obvinených z brutálneho znásilnenia 15-ročného dievčaťa otriaslo v roku 2013 celou krajinou. Napriek tomu, že dievča po sexuálnom útoku fľašou od vína vykrvácalo, konečný verdikt súdu obsahoval šokujúcu formuláciu, že „ľudia, ktorí sa podieľajú na sexuálnych aktivitách, spontánne zaobchádzajú s telom druhého bez toho, aby si pýtali súhlas.“

Tento rozsudok podnietil vznik nového švédskeho hnutia s názvom FATTA (Pochop to) s cieľom iniciovať zmenu zákona, aby uznal prostý fakt, že sex bez súhlasu je znásilnenie. O päť rokov neskôr, v máji 2018, dosiahla kampaň podporovaná aj globálnym hnutím #MeToo svoj cieľ. Novelu zákona schválil švédsky parlament ohromujúcou väčšinou hlasov.

Takmer o dva roky neskôr zverejnili švédske úrady výsledky hodnotenia implementácie legislatívy, v ktorom posudzovali všetky prípady nahlásené, trestne stíhané a súdené v roku 2019. Nový zákon postihuje pohlavný styk a porovnateľné sexuálne aktivity s osobou, ktorá sa na nich zúčastňuje nedobrovoľne. Výsledkom významný je nárast usvedčení zo znásilnenia a v menšej miere aj nárast počtu trestných stíhaní v prípadoch, ktoré by zákon pred dvomi rokmi nepovažoval za znásilnenie. Tieto prípady zahŕňali situácie, keď napadnutý človek zostal v šoku a nezmohol sa na reakciu alebo nemal čas reagovať. Povzbudivý vývoj ukazuje, že zmenená legislatíva by mala prispieť k lepšej vymáhateľnosti práva pre mnohých ľudí vo Švédsku, ktorí majú skúsenosť so sexuálnym násilím.

3.2.8 ISLAND

Po dlhoročnej kampani ľudskoprávných aktivistov a aktivistiek schválil zmenu zákona o sexuálnom násilí aj islandský parlament. V marci 2018 jednohlasne prijal reformu, na základe ktorej sú sexuálne aktivity s osobou, ktorá s nimi neprejavila zreteľný súhlas, považované za znásilnenie. Zákon zároveň stanovuje, že o súhlas ide len vtedy, ak je vyjadrený dobrovoľne.

Prečo je zmena právnej definície znásilnenia taká dôležitá

Zmena legislatívy nezabráni tomu, aby k znásilneniam dochádzalo, ale je kľúčovým krokom k odstraňovaniu sexuálneho a rodovo podmieneného násillia. Ukazuje smer, ktorým sa má uberať spoločnosť, v akej chceme žiť: spoločnosť, kde budú všetci ľudia v bezpečí pred znásilnením a sexuálnym násilím; spoločnosť, kde sexuálna autonómia a telesná integrita každého a každej z nás budú rešpektovanými hodnotami.

Zmena zákonov môže byť základom zmeny správania a postojov, ale iba vtedy, ak ju bude sprevádzať zjednotené úsilie odbúravať rozšírené rodové stereotypy a škodlivé mýty o znásilnení.

Keď sa podarí zmeniť zákony a skončiť s obviňovaním obetí a rodovými stereotypmi v súdnych konaniach, ďalšie generácia sa už nebudú musieť spytovať, či sex bez súhlasu je znásilnenie, ani pochybovať o tom, či vinníci budú potrestaní.

4. ROZHOVOR

4.1 HOVORME O SEXUÁLNEJ VÝCHOVE S RADKOU MIKŠÍK A ZUZANOU BENDÍKOVOU

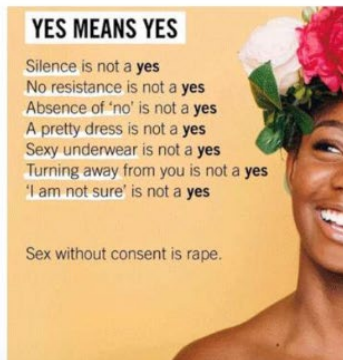


Pojmy „sex“, „sexy“ alebo „sexualita“ sa stali bežnou súčasťou nášho slovníka – objavujú sa v médiách, reklame, o internete a sociálnych sieťach nehovoriac. Zároveň, sexuálne obťažovanie a násilie sú až príliš bežnou súčasťou našich životov. (Podľa dostupných údajov žije v EÚ niekoľko miliónov ľudí, ktorí zažili znásilnenie alebo inú formu sexuálneho násillia. Prevažnú väčšinu z nich tvoria ženy a dievčatá.)

Aj napriek vyššie uvedenému je sexuálna výchova a vzdelávanie v oblasti sexuálneho zdravia a správania stále tabuizované a niektorými (politickými a ideovými) kruhmi priam demonizované.

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk



Mnohé výskumy, teória aj odborníčky a odborníci s praktickou skúsenosťou sa zhodujú v tom, že sexuálna výchova a vzdelávanie mládeže majú priaznivý vplyv – vedú k zodpovednejšiemu sexuálnemu správaniu a sú účinné v prevencii neželaných tehotenstiev aj sexuálneho obťažovania a násilia. Sexuálna výchova v školách ale dodnes nie je na Slovensku štandardom a úlohu štátu tu supľujú neziskové a súkromné organizácie, ktoré sa snažia v rámci svojich obmedzených kapacít začať veci meniť a šíriť osvetu. Bez systémovej zmeny je to však sisyfovskou úlohou.

Čo vlastne zahŕňa vzťahová a sexuálna výchova a prečo je dôležitá pre deti a mládež, ako aj ich rodičov a pedagógov a pedagogičky? Prečo sa bojíme

sexuálnej výchovy na školách, a ako sa tohto strachu v našej spoločnosti zbaviť? Aj na tieto otázky sme hľadali odpovede so Zuzanou Bendíkovou (výkonnou riaditeľkou Spoločnosti pre plánované rodičovstvo) a Radkou Mikšíkovou štvrtok 25. marca 2021. Prepis rozhovoru si môžete prečítať so úhlasom diskutujúcich.

V rámci série diskusií Hovorme o súhlase sme sa už rozprávali na rôzne témy, ktoré sa týkajú sexuálneho násillia a jeho prevencie. Prišiel čas, aby sme sa venovali asi tej najvýraznejšej téme v rámci prevencie násillia a obťažovania, a tou je vzdelávanie. Preto by som dnes veľmi rada privítala dve vzácne hostky – Radku Mikšík a Zuzanu Bendíkovú. Obidve pracujú na projektoch Spoločnosti pre plánované rodičovstvo, robia rôzne workshopy na školách, aj pre učiteľov a učiteľky, a mnoho iného.

OTÁZKA: Aj keď v dnešnej spoločnosti pracujeme na sociálnych sieťach s pojmami sex a sexualita, pojem sexuálna výchova sa stále zdá byť ohromným strašiakom našej spoločnosti. Nehovoriac o školách a učiteľstve. Mladí ľudia, ale aj rodičia, pedagógovia či pedagogičky si predstavujú pod týmto pojmom rôzne veci, a nie úplne vždy tie správne. Čo vlastne sexuálna výchova zahŕňa?

Radka: *Sexuálna výchova je v podstate sociálna náuka, ktorá zahŕňa témy sexuality a venuje sa interakciám, vzťahom a emóciám. Zámerne hovorím o sexualite, nie iba o sexe. Informácie, ktoré sú podávané či už žiakom, žiačkam alebo učiteľkám a učiteľom, musia byť objektívne a nestranné. Zároveň sa na sexuálnej výchove budujú tzv. mäkké zručnosti, ktoré sú veľmi dôležité pre vzťahy a interakcie. Tiež tam patrí budovanie postojov a hodnôt.*

Zuzana: *Je to taktiež prevencia a náuka o zdraví. Učí nás, ako viesť zdravý vzťah k sebe: ako môžem pristupovať k sebe aj k rozhodnutiam, ktoré vo vzťahoch robím. Aj v tom sexuálnom živote. Je to aj o telesnej integrite. O tom, že vieme, čo sa nám páči, čo sa nám nepáči a vieme to komunikovať a riešiť, ak niekto náhodou prekračuje hranice. Je tam teda prevencia násillia a obťažovania.*

Radka: *Sexuálna, respektíve vzťahová a sexuálna výchova má niekoľko hlavných pilierov. Jedným z najhlavnejších pilierov je veková adekvátnosť. To znamená, že sa pozeráme na to, čo dieťa v ktorom veku naozaj potrebuje. Či je to pre neho relevantné a dokáže to vôbec obsiahnuť. Darmo by sme rozprávali 4-ročnému alebo 5-ročnému dieťaťu o reprodukčných právach. Vtedy sa rozprávame s týmito deťmi napríklad o koncepte súkromia. Napríklad, že rešpektujem, keď rodič na toalete má zavreté dvere. Je to tak v pohode a má to tak byť. Čiže je tam veková adekvátnosť. Zároveň je veľmi*

dôležitá objektivnosť a nestrannosť. To znamená, že predsudky lektora a lektorky tam nemajú čo hľadať. Musia to byť objektívne fakty, podané zrozumiteľným jazykom. Lektor alebo lektorka vzťahovej a sexuálnej výchovy musia byť ľudia, ktorí sa orientujú v problematike a zároveň sú vysporiadaní so svojimi predsudkami aj hodnotami.

„Jedným z najhlavnejších pilierov sexuálnej výchovy je veková adekvátnosť. To znamená, že sa pozeráme na to, čo dieťa v ktorom veku naozaj potrebuje. Či je to pre neho relevantné a dokáže to vôbec obsiahnuť.“

Radka Mikšík

Zuzana: Tak ako tá vzťahová a sexuálna výchova učí nejaké kompetencie, postoje, zručnosti žiakov a mládež, tak rovnaké kompetencie, zručnosti a postoje musí mať ten človek, ktorý sa do tej triedy postaví a začne s nimi túto tému riešiť. Nefunguje to tak, že ak som schopná rozprávať sa so svojimi kamarátmi o sexe a intímnych vzťahoch, tak automaticky môžem ísť do škôl a rozoberať túto tému s mládežou. Tí ľudia sa musia dostať do postoja pedagóga a dospeléj osoby, ktorá má vedomosti o psychosexuálnom vývine. Tiež dokáže facilitovať workshop a pracovať so skupinou tak, aby sa tam všetci účastníci a všetky účastníčky cítili bezpečne, keďže je to brutálne súkromná a intímna téma.

OTÁZKA: Ďakujem. Veľmi dobre ste to zhrnuli. Vymenovali ste niekoľko faktorov, prečo je vlastne sexuálna výchova taká dôležitá. Z čoho teda vyplýva ten strach a tá nevôľa sexuálnu výchovu do škôl a do akýchkoľvek kruhov mladých ľudí zaviesť? Predovšetkým zo strany ich pedagógov a pedagogičiek alebo aj rodičov. V čom to tkvie, keď vieme, že sexuálna výchova dokáže hrať obrovskú rolu v prevencii sexuálneho násillia a rôznych problémov vrátane neželaného tehotenstva a tak ďalej? Prečo s tým tak strašne bojujeme?

Radka: V našej spoločnosti máme veľmi hlboko zakorenené rodové stereotypy a mýty. Mýty spojené so vzťahovou a sexuálnou výchovou, mýty spojené so sexualitou. V spoločenskom ponímaní obmedzujeme sexualitu iba na sex. To je ale omnoho širší pojem, ktorý zahŕňa množstvo zručností. Zároveň tu máme stigmatizáciu týchto tém, bavíme sa o nich ako o tabu. A potom tu máme politickú nevôľu.

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

Zuzana: Nielen nevôľu, ale aj vážne zneužívanie rôznych tém sexuálnej výchovy alebo sexuality na získavanie politických bodov. V niektorých momentoch to je naozaj nevhodné. My sme si to zhrnuli, že existujú len také dva scenáre. Buď tu máme otvorený príbeh celej sexuality, alebo máme taký naratív, že nehovorme o tom, je to proste tabuizovaná téma, je to nebezpečné, bude to viesť mládež k hocíjakým ďalším témam. Akoby sme nemali vôbec priestor na to, aby tá sexuálna výchova bola systematicky zavádzaná a vybalansovaná. Potom tu budeme mať len tieto dva extrémny. To, čo sa deje v spoločnosti, tie deti nasávajú a robia. Je to vidno na tých workshopoch. Oni len reprodukovujú všetko, čo počujú vonku.



„Zmena v postoji k sexuálnej výchove sa dá dosiahnuť len vzdelávaním. Je to univerzálna odpoveď, ale nehovorím teraz len o vzdelávaní na základných, materských, stredných aj vysokých školách, ale o otvorenom dialógu s verejnosťou. Musí to byť dialóg, ktorý prináša fakty a aj pozitíva vzťahovej a sexuálnej výchovy. Bohužiaľ, omnoho viac počujeme tie mýty a hoaxy, ktoré spôsobujú, že naša spoločnosť je proti tomu. My potrebujeme hlasnejšie počuť tie pozitíva. A tých je strašne veľa. Existujú rôzne výskumy z rôznych krajín a tie potvrdzujú, že tie mýty sú naozaj mýtmi a nie sú absolútne založené na realite.“

Radka Mikšík

OTÁZKA: Máte predstavu, ako by sa to možno dalo otočiť v praxi? Máte asi skúsenosť s pedagógmi, pedagogičkami, prípadne s rodičmi. Akým spôsobom sa to dá otočiť, aby pochopili ten význam a otvorili sa tomu, že je to dôležité robiť?

Radka: *Vzdelávaním. Je to univerzálna odpoveď a nehovorím teraz len o vzdelávaní na základných, materských, stredných aj vysokých školách, ale o otvorenom dialógu s verejnosťou, ktorý sa objektívne venuje tým témam. Musí to byť dialóg, ktorý prináša fakty a aj pozitíva vzťahovej a sexuálnej výchovy. Bohužiaľ, omnoho viac počujeme tie mýty a hoaxy, ktoré spôsobujú, že naša spoločnosť je proti tomu. My potrebujeme hlasnejšie počuť tie pozitíva. A tých je strašne veľa. Existujú rôzne výskumy z rôznych krajín a tie potvrdzujú, že tie mýty sú naozaj mýtmi a nie sú absolútne založené na realite.*

Zuzana: *A že vlastne vychádzajú zo strachu.*

OTÁZKA: Takže musíme viac vzdelávať.

Radka: *Áno.*

OTÁZKA: Skúsme sa na to pozrieť z obsahovej stránky. Čomu sa na tých workshopoch venujete? Možnože to vlastne nie je žiadny strašiak.

Zuzana: Najaktuálnejšia téma je momentálne prevencia kybernásilia, kyberšikany vrátane sexualizovaného kybernásilia a kyberšikany. Tiež rozoberáme stereotypy. Respektíve, čo sa očakáva od chlapcov a od dievčat na internete, že akí by mali byť. Aké dostávajú nálepky, akým čelia predsudkom. Na základe toho vieme, ako ďalej rozvíjať tú debatu. Aby sme pochopili, že ak sa niečo človeku stane, tak sa potom nejak cíti, a ako to ovplyvní reálny život, respektíve aké komentáre a správy potom píšeme. Učia sa tam aj základné právne rámce, že čo platí. O tom mládež možno nemá až také povedomie. Taký príklad je prevencia kybernásilia. Keď sa bavíme o vzťahoch, tak sa bavíme o hodnotách vo vzťahoch, potom o príkladných situáciách, kde sa učia žiaci komunikovať asertívne, vedieť povedať, aké sú ich očakávania. Potom si vedia sami individuálne zreflektovať, kedy a čo chceme, aby sa v mojom intímnom partnerskom vzťahu stalo. Tiež sa bavíme o základných témach sexuálnej výchovy, teda poznanie vlastného tela a poznanie anatómie a fyziológie.

Máme vzorové situácie, ktoré majú šancu žiaci a žiačky zanalyzovať, či tam nastalo násilie. Ak áno, tak aké, aká činnosť reprezentuje to násilie alebo to obťažovanie a čo by mali v tej situácii robiť. Ako hľadať pomoc, ako môžeme pomôcť kamarátovi, kamarátke. Tiež je to o tom, aby dokázali rozpoznať rozdiel medzi názorom a násilím. Čo už je cez čiaru a čo je ešte v pohode. Ako reagovať na to, keď na nich či na ne niekto útočí online alebo sa snaží ich obťažovať alebo ďalej posilať ich fotky, a tak ďalej.



INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

Radka: *Workshopy sú vždy koncipované tak, aby zahŕňali aj informácie, aj budovanie zručností a postojov. Nie je to klasická frontálna prednáška pred tabuľou, ide o interaktívne workshopy, ktoré majú určitú štruktúru. Vždy napríklad obsahujú skupinové pravidlá, ktoré platia počas celého workshopu pre mládež, učiteľky, učiteľov. Platia aj pre mňa ako lektorku. Je to bezpečný priestor. Účastníčky a účastníci tiež môžu priniesť vlastné pravidlá, o ktorých sa rozprávame.*

Zuzana: *Tie aktivity sú postavené na nejakej konkrétnej situácii, ktorá sa deje. Žiaci a žiačky to reflektujú a tam sa ukazujú tá rôznorodosť postojov. Veľa mládeže žije len vo svojej hlave a myslí si, že toto je správne videnie sveta. Nevidia tú rôznorodosť a to, že vlastne v triede môže byť veľa názorov a odlišných postojov. Je veľmi dôležité, aby si to zažili a videli, že je to v pohode a nemusíme bojovať.*

OTÁZKA: *My sme sa o tom trochu bavili, Zuzi, v diskusii na festivale ArtWife. Veľmi často nepochádza zdroj informácií, ktoré má mládež k dispozícii, zo štátnych zdrojov, ale odinakiaľ. V lepšom prípade ich nachádzajú na edukovaných profiloch na sociálnych sieťach, v horšom prípade na nie úplne kvalitných webových stránkach. Kde môžu mladí ľudia, pokiaľ sa teda nechcú alebo nemôžu baviť s rodičmi, prípadne v škole, nájsť informácie? Sú nejakí ľudia, ktorí robia poradne v tejto téme? Robíte ich možno vy?*

Zuzana: *Existujú psychologické linky pre deti. IPčko, Detská linka dôvery a tak ďalej... Ak sú v nejakej krízovej situácii, tak by som sa určite obrátila na tieto linky. My sme v takej fáze, že budeme mať hotový web a tam nám môžu ľudia napísať e-mail. My im možno poradíme, respektíve sa môžu obrátiť na náš instagramový profil. Toto je niečo, čo podľa mňa tá mládež nevie veľmi ovplyvniť – že aké informácie k nim prídu. Ak si pozriete nejaký seriál na stránkach, ktoré majú nelegálny obsah, tak už tam vyskakujú pornografické reklamy. To je niečo, čo oni nečakajú. A je veľké percento detí, ktoré sa takto náhodou dostane k sexualizovanému obsahu. A to už nejak formuje to, čo si myslia, že je normálne.*

Radka: *Chcem spomenúť Zuzanin druhý profil, ktorý spustila ešte dávno predtým, ako sme začali riešiť Spoločnosť pre plánované rodičovstvo. Zuzana sa týmito témami venuje veľmi zrozumiteľným jazykom na svojej stránke Prirodzenô. Spoločnosť pre plánované rodičovstvo spolupracuje aj so stránkou Prirodzené web – tam sú tiež zrozumiteľné a jasné informácie, ktoré prešli odborným dohľadom našich členov a členiek. Máme na to odborníkov a odborníčky.*

Ak majú deti záujem, v nejakej žiackej školskej rade, parlamente a podobne, a chceli by niečo takéto priniesť, tak sa to dá. Vedia prísť aj za odbornými zamestnancami a zamestnankyňami. To sú väčšinou sociálni pedagógovia, pedagogičky, školskí psychológovia, psychologičky a podobne. Títo ľudia väčšinou plnia – nie je to pravidlo, ale zvyknú plniť – aj úlohu koordinátorov a koordinátoriek výchovy k manželstvu a rodičovstvu, čo je na školách bežné. A títo ľudia by mali zastrešovať preventívne programy na školách aj z tejto oblasti. Keď to deti napríklad navrhnú tejto osobe, tak táto osoba to môže potom priniesť do školy.

OTÁZKA: Ďakujem. Prečo vlastne sexuálna výchova ešte nie je súčasť vyučovania na školách a súčasťou osnov na Slovensku? A kto by to vlastne vyučoval?

Zuzana: Momentálne máme taký prierezový predmet, ktorý sa volá Výchova k manželstvu a rodičovstvu, ktorý by mal mať na starosti na škole jeden pedagóg alebo pedagogička. Takzvaný koordinátor výchovy k manželstvu a rodičovstvu. Oni by mali dohliadať na to, že sa jednotlivé témy tohto predmetu naplňajú aj v rámci iných predmetov. Takže buď na biológii, etike, či náuke o spoločnosti. Ale v praxi je to tak, že papier znesie veľa.

Radka: Ten dôvod, prečo ju stále nemáme, sme spomenuli, keď sme hovorili o stereotypoch a o tej politickej nevôli. Na to, aby to mohlo byť v osnovách veľmi explicitne aj s nejakými plánmi a podobne, to musí mať nejakú legislatívnu oporu.

Zuzana: Historicky mal tento predmet veľmi silnú antikampaň a nevôľu. Podľa mňa je veľmi ťažké to presadiť na politickej úrovni.

„Zmena musí prísť na viacerých úrovniach. My môžeme fungovať dopytovo – nejaká škola nás osloví, že chcú workshop, a my ho spravíme. Bolo by však fajn, ak by paralelne na vysokých školách existoval (nielen voliteľný) predmet vzťahová a sexuálna výchova, aby sa tomu nejakí budúci učitelia a učiteľky aj reálne venovali. Mohlo by sa to vytvoriť pod sieťou odborných tímov na škole. Bolo by potrebné nájsť tomu nejakú systematickú pozíciu vo vzdelávacom systéme. Spoločnosť pre plánované rodičovstvo je tu a má ochotu poskytnúť pri tomto procese pomocnú ruku,

len ide o to, že najprv musí prísť ten dopyt, že podťe s nami spolupracovať.“

Zuzana Bendíková

OTÁZKA: Ako dlho môžu odborníci a odborníčky, organizácie ako je Spoločnosť pre plánované rodičovstvo suplovať túto úlohu? Asi nie je úplne reálne, aby Spoločnosť pre plánované rodičovstvo na Slovensku bola dosť veľká na to, aby mohla zastrešovať sexuálnu výchovu napríklad na všetkých stredných školách. Bude musieť prísť tá zmena zvonku?

Zuzana: *Zmena musí prísť na viacerých úrovniach. My môžeme fungovať dopytovo – nejaká škola nás osloví, že chcú workshop, a my ho spravíme. Bolo by však fajn, ak by paralelne na vysokých školách existoval (nielen voliteľný) predmet vzťahová a sexuálna výchova, aby sa tomu nejakí budúci učitelia a učiteľky aj reálne venovali. Mohlo by sa to vytvoriť pod sieťou odborných tímov na škole. Bolo by potrebné nájsť tomu nejakú systematickú*



pozíciu vo vzdelávacom systéme. Spoločnosť pre plánované rodičovstvo je tu a má ochotu poskytnúť pri tomto procese pomocnú ruku, len ide o to, že najprv musí prísť ten dopyt, že podťe s nami spolupracovať.

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

OTÁZKA: „Prečo tomu hovoríte sexuálna výchova, a nie napríklad výchova k medziludským vzťahom? Potom by možno proti tomu konzervatívci až toľko nebrojili.“ Skúste vysvetliť ten rozdiel.

Zuzana: *My to voláme vzťahová a sexuálna výchova. Je to aj o vzťahoch, je to aj o zručnostiach, o emóciách, o schopnosti komunikovať. Je to hlavne aj o zdraví a o tom, že potrebujeme vedieť, čo sa deje v našom tele, čo kde je, čo ako funguje. Potrebujeme vedieť spraviť rozhodnutia o tom, ako bude môj intímny život alebo náš partnerský život ďalej nasledovať. Tam je zahrnutá sexualita a je to nevyhnutné. Chápem, že slovo sexuálna výchova je strašiakom, ale my sme sexuálne bytosti. Potrebujeme to akceptovať.*

Radka: *Súvisí to aj s tým, že sa zamieňa pojem sexualita a pojem sex. To sú dve rozdielne veci. Akonáhle sa naučíme vidieť, čo je za názvom a čo sa naučíme tým vzdelávaním, tak pretneme ten kruh, v ktorom sa veľa rokov točíme, a začneme sa venovať obsahu. To by bolo naozaj super. Vzťahová a sexuálna výchova je pre všetkých ľudí, pre všetky deti. Bez ohľadu na to či sú z konzervatívnych rodín, či z liberálnych rodín. Je to o tom, že tie deti, mládež, dospelí ľudia majú dostatok informácií na to, aby robili zodpovedné a informované rozhodnutia. Bez ohľadu na to, aký máme pohľad na život či vierovyznanie.*

Zuzana: *Každé dieťa má právo na informácie. A je jedno, z akej rodiny pochádza alebo aké majú hodnoty. Samozrejme, že to je dôležité pre jeho život, ale to sa nevylučuje s tým, aby dostalo nejaké faktické a vedecky podložené informácie. A nejaké zručnosti, ako komunikovať a ako si to nastaviť podľa svojich predstáv a podľa svojich hodnôt.*

OTÁZKA: Keď sa hovorí o sexuálnom násilí, alebo teda o násilí všeobecne, obťažovaní alebo znásilnení, veľa sa hovorí o tom, ako vzdelávať ľudí, ktorí to násilie zažívajú, ako sa môžu brániť. Veľmi málo počujeme o tom, ako tomu predchádzať. Nech ľudia v prvom rade nepáchajú sexuálne násilie. Aj toto je možno ten konflikt. Veľakrát sa možno stane, že ľudia, ktorí nemajú to vzťahové vzdelanie, si možno nie sú vedomí toho, že páchajú sexuálne násilie. Dokázalo by podľa vás pomôcť, ak by sme sa viac sústredili na komunikáciu toho, že to nie je len o nastavení vlastných limitov, ale potrebujeme rozumieť, že aj iní ľudia majú limity a ako ich rešpektovať?

Zuzana: *Ako som hovorila na príklade prevencie kybernásilia alebo prevencie násilia, keď robíme o tom workshopy, tak tým deťom ponúkame príklady príbehov, ktoré sa stávajú, ale nevedia, že nie sú v poriadku. Oni potrebujú mať k dispozícii konkrétny príklad, s ktorým sa vedia stotožniť,*

pretože to vidia vo svojom okolí. Keď to nevidia vo svojom okolí, určite o tom už niekde počuli. Potrebujú zistiť, kde sú tie hranice.



**Súhlas je láska,
ale ľúbiť automaticky
neznamená dať
súhlas na sex.
Vždy sa najprv opýtaj!**

Ako si povedala, nie je to len o tom, kde sú moje hranice, ale aj vedieť, že toto už nie je správne a že to je už násilie. Keď sa bavíme o prevencii násillia, tak napríklad v pubertálnom veku si deti začínajú budovať identitu. Vtedy najviac skúšajú hranice a vtedy to veľa dospelákov nezvláda. Je to úplne legitímne, lebo je to podľa mňa veľmi náročné obdobie v živote. Nielen fyzicky, ale aj psychicky. Presne toto je to kľúčové obdobie, keď oni tie hranice testujú a vtedy treba tie hranice aj nastavovať.

Treba aj akceptovať, že oni tie hranice testujú. Sú stále deti vo vývine. Nie sú ešte dospelí ľudia, ktorí by mali dokázať vyhodnotiť dôsledky svojich činov. Toto je niečo, čo tí ľudia na školách, odborné tímy či pedagógovia potrebujú počuť. Veľa dospelákov nevie, čo s tým má robiť. Potrebujú mať ten súbor nástrojov. Po prvé, že vedia vyhodnotiť, že to dieťa buď len testuje hranice alebo ich už prekročilo a potom potrebujú vedieť ako majú na to reagovať. Aby sa to nepresunulo do ubližovania, aby to dieťa pochopilo, že toto nebolo okej a vedieť to zreflektovať. Vedieť si uvedomiť, že to bolo chyba.

V tomto potrebujú tí pedagógovia a pedagogičky veľkú pomoc. Existuje aj holandská Spoločnosť pre plánované rodičovstvo. Oni vyvinuli takzvaný vlajkový systém, kde si viete pozrieť celý vývin človeka a aké správanie je v akom veku adekvátne. A cez ten vlajkový systém sa tí pedagógovia učia

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

AMNESTY
INTERNATIONAL



posúdiť správanie žiakov a žiačok a vedieť naň reagovať a akceptovať, keď je to v pohode v tom danom veku. Vedia s tým systematicky pracovať v školách.

Ale nie je toho, kto by tento systém implementoval.

Radka: *Jasné, že my učíme deti a mládež, akým spôsobom riešiť tie situácie, ale prvoradý záujem vzťahovej a sexuálnej výchovy je v tom, aby k tým negatívnym situáciám vôbec nedochádzalo. Dôraz a záujem je na prevencii.*



OTÁZKA: Myslím, že to bolo výborné zodpovedané. Odporúčam sledovať profily Prirodzene, Prirodzenô aj planovanerodicovstvo, ktoré hovoria rôznymi spôsobmi a formami o témach fyziologického vývinu. Aké sú stereotypy, ktoré ste menovali, že vedú k problematizácii sexuálnej výchovy?



Radka: Pár mesiacov dozadu som publikovala v storkách na profile planovanerodicovstvo, aké sú najčastejšie mýty a stereotypy, ktoré majú ľudia spojené so sexuálnou výchovou. Je tam toho viac než dosť a na všetko som sa teda aj pokúsila odpovedať. Jeden z najobľúbenejších stereotypov vo vzťahovej a sexuálnej výchove je, že sexuálna výchova vedie mladých ľudí k tomu, aby začali skoro so sexuálnym životom.

To je absolútny nezmysel. Vzťahová a sexuálna výchova učí presný opak, a to je, že aby mladí ľudia čakali dovtedy, kým nie sú len fyzicky, ale aj mentálne pripravení. To čakanie je individuálne pre každého. Robili sa štúdiá rôznych programov vzťahovej, sexuálnej výchovy po svete a v žiadnom programe nebolo dokázané, že by deti a mládež viedli k skorému sexuálnemu životu. To je hlúposť. Ak máte záujem o preštudovanie si ďalších stereotypov, tak odporúčam tie storky. Tam sme sa ich pokúšali aj vyvrátiť. Je ich tam celkom dosť.

OTÁZKA: Super, ďakujem pekne. Zuzi, aký je tvoj obľúbený stereotyp?

Zuzana: Môj obľúbený stereotyp je, že sexuálna výchova učí ľudí, ako mať dobrý sex. Je to hlavne o všetkom, čo sa deje okolo toho. Poznanie svojho tela. Je neadekvátne rozoberať s deťmi hocijaký pohlavný styk. Tiež je to

nelegálne, keď tie deti nemajú minimálne 15 rokov. Je to o všetkom okolo toho a k tejto téme sa nedostávame.

OTÁZKA: Ja teda rozhodne odporúčam tie storky. Veľmi dobre túto tému spracúvajú, takže ktokoľvek má záujem sa viac vzdelávať v tejto téme, je to výborný zdroj. Chcem sa ešte spýtať na nejakú literatúru ohľadom tejto témy. Všeobecne nejaké čítanie k tomu, či už nejaké výskumné správy, alebo aj iná literatúra, ktorú by ste mohli odporučiť.

Zuzana: Na našej stránke nájdete náš e-mail a mala by tam byť aj naša metodika, ktorá bola vydaná v roku 2007. Tam sú základné informácie o tom, aké sú témy sexuálnej výchovy a čo všetko by sa malo v tých témach preberať. Ak viete po anglicky, tak sa vám oveľa viac rozširujú obzory. Tam by som odporučila aj profil Angličanky Hannah Witton... Napísala krásnu knižku a venuje sa sexuálnej pedagogike. Veľmi krásne a jednoducho to píše. Keď chcete niečo odbornejšie, tak sú k dispozícii História sexuality alebo UNESCO International Technical Guidance on Sexuality Education o tom, ako by mala vyzeráť sexuálna výchova. Komplexná sexuálna výchova.

Potom by som ešte odporučila sprievodcu, ako by mal vyzeráť sexuálny pedagóg alebo pedagogička. Ak sa chcete naučiť viac o ženskej sexualite, tak iste Come As You Are od Emily Nagoski, Bez hanby o ohanbí alebo Rešpekt. O penise je tiež dobrá knižka.

Radka: Knižku Bez súhlasu si určite pozrite. Zuzana tam má text. Sú tam veľmi kvalitné texty slovenských autoriek. Práve Zuzanina časť sa venuje vzťahovej a sexuálnej výchove. Príručky UNESCO sú dostupné online, takže kľudne aj na stiahnutie. A sú fakt super.

Zuzana: A ešte by som odporučila vydavateľstvo Paseka, tam majú veľmi dobré komiksové knihy k tejto téme.

Radka: Aj k histórii sexuality myslím.

OTÁZKA: Ďakujem pekne. Keď už zdieľame rôzne zdroje, máte možno nejaké obľúbené instagramové alebo facebookové profily pre mladých ľudí, ktorí majú záujem o túto tému a chcú sa vzdelávať alebo získať takéto informácie hravou alebo online formou? Koho odporúčate sledovať či už na Slovensku alebo v zahraničí? Okrem zmieňovaných troch výborných profilov.

Zuzana: Existujú výskumné inštitúcie, ktoré sa venujú vzťahom. Napríklad Kinsey Institute of Sexuality. To je jeden zakladajúci inštitút, ktorý robí už

dlhoročnú prácu so sexualitou. Potom Gottman Institute, oni robia výskumy na to, ako mať dlhotrvajúce a dobré vzťahy. Moja obľúbená psychoterapeutka je Esther Perel a ona sa venuje aj vzťahom, aj sexualite, aj rôznorodosti, aj nevere a túžbe a rôznym takýmto témam. Ja vám ešte napríklad veľmi odporúčam menštruačné aplikácie a ich profily. Ja mám Clue, to je berlínska firma a oni sú super. Oni majú aj podcast. Je to veľmi jednoduchý a skvelý nástroj, ako poznať svoje telo, ako vedieť s ním pracovať a prichystať sa na rôzne fázy cyklu.

Radka: *Keď odporúčame menštruačné aplikácie, tak niektoré majú aj funkciu, že vás to informuje o tom, čo sa práve deje vo vašom tele. Je tam aj platená verzia, ale aj v neplatenej verzii sú super možnosti. K tým profilom doplním School sex. Majú instagram school_sexed. Tiež Poliaci majú profil na Instagrame, ktorý sa volá Sexedpl. Veľmi odporúčam. A, samozrejme, tiež náš hlavný partner Konsent. Oni robia skvelý obsah, ktorý je zrozumiteľný snáď pre všetkých. Na Slovensku odporúčam sledovať Mesačnicu a Simonu Mačorovú. Obe sú zo Spoločnosti pre plánované rodičovstvo. Mesačnica sa venuje menštruačnému cyklu, Simona je partnerská a sex koučka. Sú to informácie hlavne pre dospelých, ale sú veľmi kvalitné.*

OTÁZKA: *To je výborné. Odporúčania a kvalitný obsah sú vždy veľmi dôležitá vec. Ja si dovoľím ešte vsuvku o Konsent.cz s Johanou Nejedlovou, ktorá je jeho riaditeľkou. Mali sme s ňou podobný rozhovor pred pár dňami aj s mojou kolegyňou Alexandrou. Nájdete ho na našom instagrame. Tiež tam zodpovedá základné otázky a mýty o tom, ako sexuálne násilie funguje, prečo sa deje a ako mu predchádzať. Jednoznačne je Konsent výborný na túto tému. Keďže sexuálna výchova v takom znení, ako by mala byť, tak skoro nebude, čo môžu či už starší súrodenci, rodičia či učitelia urobiť, aby pomohli mladým ľuďom viac sa vzdelávať v tejto téme? Otvárať dvere k vedomostiam, ktoré im vedia pomôcť do budúcnosti.*

Radka: *Podľa mňa je super začať s úplne bazálnym otvoreným prístupom. Je super, že sa to dieťa zaujíma o tú tému, pristupovať k tomu otvorene. Nestigmatizovať to, ale otvárať dvere. Potom to závisí od pozície človeka. Ak je to pedagóg, pedagogička alebo rodičia, tak sa môžu informovať práve o nejakých dostupných workshopoch. Rodičia môžu požiadať školu, aby sa tomu venovala. Ak je to starší súrodenec alebo teda rodičia alebo kamaráti, kamarátky, tak môžu sledovať tie sociálne siete, ktoré sme odporučili. Už bola spomenutá knižka Rešpekt, alebo komiksy [z Paseky] sú napríklad celkom super, prípadne videá od Amaze, ale tam je potrebná znalosť angličtiny. My tiež niečo pripravujeme, ale nechcem predbiehať.*

Zuzana: *Vo vzťahovej a sexuálnej výchove je základom reflexia. Ponúknuť priestor na reflexiu a na to, že sa na chvíľu zastavím a s tým človekom sa porozprávam. Či to naozaj chce, či sa cíti komfortne v tej situácii alebo s niečím, čo vidí ten dospelý alebo rodič, že to dieťa prežíva. Už len si to aktívne vypočuť a pomôcť to zreflektovať tomu dieťaťu je niekedy dostatočné. Väčšinou tie deti vedia čo chcú, len to nevedia pomenovať. Oni potrebujú len pomoc to nejak sformulovať. V tomto rodičia hrajú veľmi kľúčovú rolu. Oni majú to dieťa najradšej na celom svete, chcú mu dobre, tak prečo si ho nevypočuť, že čo vlastne chce? Aj zo svojich skúseností, zo svojich vzťahov im môžu potom poradiť. Možno sa im niečo podobné stalo. Toto nielen utužuje vzťahy, ale pre to dieťa je ten rodič najjednoduchšia osoba na stotožnenie sa. Ak vedia takýto priestor vytvoriť, tak je to úplne ideálne.*

Radka: *Veľmi to buduje dôveru a to dieťa potom vie, že môže prísť za tým rodičom nielen, keď potrebuje poradiť, ale aj keď chce niečo zdieľať, čo sa mu v živote deje. Aj keď má nejaký problém. Tak vie, za kým má ísť, nemusí sa báť, vie, že tu nájde pomoc. To je veľmi dôležité.*

Zuzana: *Tá prvotná reakcia rodiča by mala byť otvorená, aby to dieťa vedelo, že ho nesúdi. Či už keď chce chodiť von alebo na diskotéky. Ak bude tá reakcia rodiča, že čo to vymýšľa alebo že na to si príliš mladá, tak samozrejme, že to dieťa sa zľakne, keď takto bude rodič reagovať. Bude si myslieť, že mu ten rodič nedôveruje, tak sa mu nebude zdôverovať a bude vymýšľať cesty, ako si urobiť aj tak po svojom. To už je zlá cesta, ktorou nechceme ísť. Keby ten rodič zisťoval, prečo to tak veľmi chce, či je tam niekto, koho by jeho dieťa chcelo stretnúť, tak môžu dôjsť k záveru, že vlastne chápu jeden druhého a stále si dôverujú. Nevyústilo by to do nejakého záveru, že „ty si v puberte“ a „ty si rodič, čo mi nič nedovolí“. To je len príklad.*

OTÁZKA: Dospeli sme teda k tomu, že najlepšou prevenciou negatívnych skúseností v akomkoľvek sexuálnom živote alebo vzťahu je rozprávať sa o problémoch. Je to tak?

Zuzana: *Komunikácia je základ.*

Radka: *Hej, akože znie to ako klišé, ale je to základ. Rešpektujúca komunikácia. Komunikovať sa dá hocijako, ale ten rešpekt je veľmi podstatný.*

Zuzana: *To zažívame na našich workshopoch. Tie deti sú veľmi vďačné za to, že niekto sa s nimi rovnocenne rozpráva o tom, čo zažívajú, čo robia a čo je pre nich realita. Ostatní dospelí sa tomu možno vyhýbajú alebo nechcú zodpovedať tieto otázky. Na tých workshopoch dostávam od nich veľmi*

pozitívnu spätnú väzbu. Chceli by to odporučiť aj kamarátom, kamarátkam aj iným ročníkom.

To je super. Ja vám veľmi pekne ďakujem. Povedali sme dnes veľmi veľa zaujímavých vecí, super odporúčaní. Váš workshop treba do každej školy podľa mňa. Minimálne do momentu, kým dôjde k tomu, že sexuálna a vzťahová výchova budú normálnou súčasťou vzdelávania.



INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

AMNESTY
INTERNATIONAL



5. MANUÁL K SÚHLASU

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

AMNESTY
INTERNATIONAL



HOVORME O SÚHLASE

Aktivistická príručka
Amnesty International

Od „kultúry
znásilnenia“
ku „kultúre súhlasu“

1

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

AMNESTY
INTERNATIONAL



ŠÍRENIE AKTIVIZMU: AKO VIESŤ WORKSHOPY, KTORÉ PODNIETIA KONVERZÁCIE A TVORIVÉ VYJADRENIA

Venovať sa aktivizmu v skupine môže byť oveľa motivujúcejšie a prinášať väčšie uspokojenie ako pracovať individuálne. Jednou z ciest, ako k téme priviesť aj ďalších, sú workshopy. V tejto kapitole sme zhromaždili niekoľko námetov, ktoré vám môžu uľahčiť ich organizovanie a zostavovanie programu: ako navrhnuť workshop, ako ho viesť, na čo nezabudnúť. Pridali sme aj zopár príkladov workshopov zaoberajúcich sa témou sexu so súhlasom. Existuje mnoho rôznych prístupov a cvičení. Uvádzame také, s ktorými majú dobré skúsenosti aktivistky a aktivisti zapojení do prípravy tejto príručky. Ak by ste sa chceli podeliť o svoje skúsenosti, kontaktujte nás na instagramovom účte @amnesty_international_slovakia.



Táto príručka je adresovaná všetkým, ktorí a ktoré sa chcú zapojiť do diskusie o súhlase v súvislosti so sexuálnymi aktivitami a prispieť tak ku kultúrnej zmene – aby sa jasný, nadšený súhlas stal normou a spýtať sa partnerky alebo partnera, či chce zájsť v intimitách o krok ďalej, viac nevyžadovalo prekonávanie rozpakov. Je určená pre každého, kto chce presadzovať kultúru dobrovoľnej sexuality, založenej na vzájomnom súhlase, rešpekte a pochopení, že sex bez súhlasu je znásilnenie.

Index: ACT 30/1897/2020



Táto príručka vznikla s príspevom pracovníkov, pracovníčok, aktivistiek a aktivistov Amnesty International ako súčasť medzinárodnej kampane **Hovorme o súhlase – #LetsTalkAboutYes**. Ďalšie zdroje sú spomenuté v texte.

Počiatky kampane siahajú do Dánska, kde ju začali rozvíjať rôzne organizácie, ženy, ktoré zažili sexuálne násilie, a ďalšie aktivistky. Spájal ich spoločný cieľ – pričiniť sa o zmenu legislatívy a spoločenského prostredia tak, aby boli založené na súhlase:

„Chceme žiť v spoločnosti, kde nám nebude hroziť znásilnenie a kde telesná integrita a sexuálna autonómia budú rešpektovanými hodnotami.“

Kampaň sa dnes rozširuje do ďalších krajín Európy, kde nadväzuje na dlhoročné skúsenosti tamajších pracovných a aktivistických skupín angažujúcich sa proti sexuálnemu násiliu.

Téma znásilnenia má dôležité miesto v ľudskoprávnej agende. Znásilnenie sa týka ľudí bez ohľadu na vek, pohlavie, sexuálnu orientáciu či rodovú identitu. Táto kampaň sa však sústreďuje na ženy a dievčatá, pretože práve ony sú nepomerne zasiahnuté sexuálnym násilím a znásilnením. Prehľad kampane a vysvetlenie, prečo je dôležitá, nájdete na stránke: <https://www.amnesty.sk/hovorme-o-suhlase/>.

Kampaň #LetsTalkAboutYes / #hovormeosuhlase sa usiluje zaangažovať aktivistov, umelkyne a mladých ľudí rôznorodých identít a z najrôznejších prostredí, aby hovorili o súhlase so sexuálnymi aktivitami, a tým pomohli dosiahnuť nasledovné:

- Aby sa medzi mladými viac hovorilo o súhlase a aby sa tieto debaty zakladali na faktoch;
- Aby do spoločenskej diskusie o súhlase aktívne vstupovalo viac mladých a ľudí z umeleckých kruhov;
- Zvýšiť povedomie, že sex bez súhlasu je znásilnenie;
- Spropagovať hashtag #LetsTalkAboutYes, resp. na Slovensku #hovormeosuhlase, a tým viditeľnosť tejto témy.

Táto príručka vám poskytne inštrukcie a námety, ako prispieť k tomu, aby stále viac ľudí (najmä mladých) hovorilo o sexe a súhlase s ľahkosťou a zároveň s rešpektom k druhým.

Čo v tejto príručke nájdete:

1. Čo môžete urobiť: ako zapojiť mladých ľudí;
2. Inštrukcie na tvorbu obsahu: ako iniciovať konverzácie;
3. Toto je súhlas: ako hovoriť (a uvažovať) o súhlase;
4. Odstraňovanie bariér: ako odhaľovať mýty a vyhnúť sa stereotypom;
5. Rozširuj povedomie: ako viesť workshopy, ktoré podnietia konverzácie a tvorivé vyjadrenia;
6. Podpora ľudí, ktorí zažili sexuálne násilie: ako reagovať;
7. Hodnotné zdroje: kde sa dozviete viac o súhlase.

Poznámka: V tejto príručke sa vyhýbame výrazu obeť. Hoci ide o správny právny termín (trestné činy majú páchatelov/páchateľky a obeť), rovnako ako mnoho ďalších ľudskoprávných aktivistiek a aktivistov považujeme za vhodnejšie, keď sa hovorí o preživších, nakoľko tento výraz lepšie odráža odolnosť a silu ľudí, ktorí prežili sexuálne násilie – a často ho uprednostňujú aj oni sami.

Najnovšiu verziu tejto príručky nájdete online na: <https://www.amnesty.org/en/latest/campaigns/2020/02/letstalkaboutyes/>. Ak máte hocikaké otázky alebo návrhy, napíšte nám správu cez Instagram na @amnesty_international_slovakia.



1. ČO MÔŽETE UROBIŤ: AKO ZAPOJIŤ MLADÝCH ĽUDÍ

„Sexuálna výchova a kampane by mohli byť zmysluplnejšie a účinnejšie, keby sa viac venovali nepríjemným myšlienkam a pocitom, ktoré zažívame pri sexe a intimitách, namiesto predstierania, že niečo také neexistuje.“

Elsie Whittington, pedagogička programu Youth Justice na Metropolitnej univerzite v Manchestri



Na to, aby záležitosti okolo súhlasu so sexuálnymi aktivitami prestala obostierať akási tajomná hmla, musíme sa usilovať odhaliť, prečo nám rozprávanie, ale aj premýšľanie o súhlase a samotnom sexe môže padnúť zaťažko, prečo sa pri tom hanbíme, cítime trápne či zmätene a máme strach, že vyvoláme vzrušenie, alebo, naopak, túžbu spoľahlivo schladíme.

Jednou zo stratégií, ktoré v tejto príručke navrhujeme, je prizvanie mladých aktivistov, umelkyní a ďalších kreatívnych mladých ľudí, aby sa pokúsili vyjadriť, ako podľa nich vyzerá súhlas – fotkami, karikatúrami, memečkami či inak, na Instagrame, Facebooku alebo na iných sociálnych médiách. Zdieľaním svojich myšlienok tak vtiahnu do diskusie o súhlase ďalších mladých ľudí, a to aj pomocou hashtagov #hovormeosuhlasu a #suhlasjesexy.

Instagramový účet @LetsTalkAboutYes a nástenka hashtagu #hovormeosuhlasu slúžia ako „nástenka súhlasu“. Chceme, aby bol živým miestom s pestrou mozaikou zaujímavých a nápaditých vyjadrení k tejto téme.

Spolu s ďalšími aktivistkami, aktivistami a organizáciami môžete zorganizovať workshopy a rôzne podujatia, na ktorých budete hovoriť o sexe a súhlase.

Môžete sa rozprávať aj individuálne či v skupinkách so svojimi priateľmi, priateľkami, rodinou, partnermi, partnerkami a ďalšími.

Niekoľko námetov, čo robíť, aby ste do kampane zapojili viac ľudí:

- rozprúďte konverzáciu pomocou internetových mémov alebo tým, že tému stvárnete výtvarne;
- poprosť aj ďalších ľudí, aby sa zapojili – môžete sa obrátiť na univerzity, známe osobnosti napríklad z umeleckého prostredia, influencerky a influencerov;
- sledujte konverzácie v online priestore, zapájajte sa do nich;
- zorganizujte podujatia, ako napríklad workshopy alebo diskusie rôznych formátov.

Vytvorte internetové mémy a výtvarné diela

Ako podľa vás vyzerá súhlas so sexuálnymi aktivitami?

Zapojte svoju kreativitu a prispejte do kampane osobným vyjadrením, ktorým inšpirujete aj ďalších, aby sa pridali do diskusie prebiehajúcej pod hashtagom #hovormeosuhlasu alebo #LetsTalkAboutYes. Skúste rozpracovať svoje pocity a vyjadriť, prečo vnímate potrebu súhlasu, čo vnímate ako prekážky a podobne.

Vytvorte jednoduché memečko, ktoré zverejníte na Instagrame alebo Facebooku – napríklad obrázok s myšlienkou alebo otázkou o tom, ako podľa vás vyzerá súhlas so sexuálnymi aktivitami.

Môžete využiť rôzne formáty a médiá: či už vizuálne, ako napríklad komiks, ilustráciu, reklamu, fotografiu, grafický dizajn, digitálnu kresbu, alebo iné: hudbu, poéziu, rap, performanciu, storytelling...

Vaše dielko či dielo môže byť zverejnené s výtvarmi ostatných nadaných ľudí na instagramovej nástenke súhlasu @LetsTalkAboutYes.

Nápady, ako vytvoriť obsah, ktorý pomôže rozprúdiť diskusie, nájdete v kapitole 2.

Oslovte ľudí pracujúcich v tvorivých povolaniach, aktivistky, aktivistov a organizácie

Poznáte kreatívnych ľudí, umelkyne a umelcov, ktorí by mohli mať záujem prispieť k tejto kampani? Aktivistky alebo organizácie, pedagógov a pedagogičky, ktoré sa tejto téme už venujú? Máte zručné kamarátky alebo príbuzných?

Skúste osloviť miestne organizácie i jednotlivcov a jednotlivkyne, ktoré sú aktívne v oblasti práv žien a LGBTI+ ľudí alebo v oblasti sexuálnych a reprodukčných práv, taktiež mládežnícke združenia alebo také, ktoré pracujú s mládežou, venujú sa sexuálnej výchove a podobne. Obzvlášť prínosné môžu byť príspevky študentiek a študentov umeleckých odborov alebo od amatérskych či profesionálnych umelcov a umelkyní: komiksy, ilustrácie, reklamy, grafický dizajn a digitálna tvorba, kresby, rytiny a sietotlač, maľby či fotografie – takisto ako hudba, poézia, slam, rap, performancie, podcasty, vyrozprávané osobné príbehy... Zamyslite sa, či poznáte ľudí z rôzneho prostredia, s rôznymi skúsenosťami a perspektívami, o ktorých predpokladáte, že by sa mohli chcieť do kampane zapojiť.

Pošlite im túto príručku alebo link na ňu <https://www.amnesty.sk/letstalkaboutyes/> a spýtajte sa ich, či by sa nechceli prichiniť o to, aby bol rok 2021 rokom súhlasu a prispieť tak k vytvoreniu kultúry súhlasu.



Sledujte konverzácie na internete a zapájajte sa do nich

Sledujte hashtagy #hovormeosuhlasu a #suhlasjesexy a lajkujte, zdieľajte, komentujte príspevky, ktoré sa vám páčia – zapojte sa do diskusií pod nimi, keď citíte, že máte čo povedať.

Dávajte pozor na online obťažovanie, trolling a šikanu v diskusiách. Často je najlepšou stratégiou provokačné a útočné komentáre jednoducho ignorovať. O ďalších stratégiách sa dočítate tu: <https://blog.hootsuite.com/how-to-deal-with-trolls-on-social-media/>.

Nápady, ako otvárať diskusie, hovoriť o súhlase či odhaliť mýty a vyhýbať sa stereotypom, nájdete v kapitolách 2, 3 a 4.

Zapojte do kampane študentov a študentky

Ste súčasťou študentskej komunity? Alebo akejkolvek inej: pracovnej, mládežníckeho klubu, športového tímu, komunitného centra a podobne?

Nasledujúce body sú vypracované so zameraním na povzbudenie k aktivizmu v univerzitnom prostredí, ale môžu si ich adaptovať aj ďalšie komunity:

- Pracujte s umeleckými združeniami a kolektívami, umeleckými katedrami alebo vysokoškolskými študentskými zväzmi a spolkami, zorganizujte workshopy alebo tvorivé súťaže na tému súhlasu. Súťaž môže trvať aj niekoľko mesiacov. Študentské organizácie môžu vyzvať študentskú obec i verejnosť, aby sa zapojili do hlasovania o víťazné dielo, a hľadať ďalšie spôsoby, ako zvýšiť počet ľudí, ktorí sa aktívne zapoja do kampane aj tých, ktorých osloví jej posolstvo;

- Presvedčajte študentské organizácie, aby častejšie hovorili o súhlase a zlepšili možnosti oznamovania prípadov sexuálneho násillia a mechanizmy na podporu ľudí, ktorí prežili sexuálne násillie;

- Kombinujte kreatívne projekty s kampaňou za zmeny v štátnej legislatíve aj na úrovni vnútorných predpisov vysokej školy a etického kódexu študentov;

- Povzbudzujte študentov a študentky k tomu, aby vytvorili kampaňové produkty s použitím vlastných motívov (plagáty, pohľadnice, trička, rúška, odznaky atď.) na benefičný predaj, z ktorého výťažok podporí relevantné organizácie;

Usporiadajte online podujatia prepojené s kampaňou:

Panelové diskusie a filmové projekcie slúžia na zviditeľnenie a prepájanie medzi katedrami/fakultami. Pozvite do panela aj účastníčky a účastníkov z iných odborov;

- Inšpirujte sa podujatiami, performanciami a ďalšími nápadmi študentských kolektívov z celého sveta, ako napríklad konceptuálny projekt Carry That Weight (Nes to bremeno), ktorý zmenil spôsob, akým sa hovorí o sexuálnych útokoch na viacerých univerzitách v USA, alebo čilský protestsong, ktorý sa stal feministickou hymnou po celom svete Un violador en tu camino (Násilník v tvojej ceste);

- Vyskúšajte aj ďalšie kolektívne tvorivé podujatia, ktorými zvýšite viditeľnosť kampane. Spojte sa napríklad so študentkami a študentmi odevného dizajnu a zorganizujte módnú prehliadku na tému súhlasu, alebo s divadelnou fakultou a vytvorte hru, akou bola napríklad pôvodná inscenácia The Kinds of Sex You Might Have At College (Druhy sexu, aké môžete zažiť na vysokej škole), s ktorou írsky študentský súbor precestoval krajinu v rámci projektu o súhlase.

O tom, ako sa vyhnúť neúmyselnému posilňovaniu stereotypov a mýtov, si povieme v kapitole 4.

Zorganizujte debaty o súhlase

Poznáte osobne alebo z médií aktivistky a organizácie, ktoré sa venujú téme súhlasu a mohli by byť ochotné prispieť ku kampani prednáškou alebo sa zapojiť do debaty?

- Identifikujte jednu alebo dve aktivistky (môže to však byť aj aktivista!), ktoré sa angažujú za kultúru súhlasu a proti kultúre znásilnenia;

- Veľké podujatie: prednáška s následnými otázkami od publika;
- Malé podujatie: diskusný kruh pre najviac 15 účastníkov a účastníčok;

- Dohodnite sa na otázkach alebo okruhoch tém, ktoré by ste chceli s účastníkmi a účastníčkami preskúmať;

- Nepremeškajte príležitosť na zvýšenie povedomia o rôznorodosti a inklúzii, ktorá sa môže naskytnúť, keď v diskusií odznejú špecifické skúsenosti ovplyvnené tým, že ide napríklad o transrodových ľudí, ľudí bez domova alebo s imigrantskou osobnou či rodinnou skúsenosťou a podobne.

Zorganizujte workshopy o súhlase

Máte dostatočné vedomosti o problematike a radi by ste viedli workshop, resp. poznáte odborníčky alebo odborníkov, ktorí by sa na to hodili?

Prizvite ľudí, aby sa podelili o svoje myšlienky a pocity o súhlase a vytvárajte tak obsah kampane spoločne.

Námety na workshopy nájdete v kapitole 5.



2. INŠTRUKCIE NA TVORBU OBSAHU: AKO INICIOVAŤ KONVERZÁCIE

Jedným z prostriedkov, ktoré môžu vziať do debát ďalších mladých ľudí, sú kreatívne príspevky v sociálnych médiách.

Kampaň #hovormeosuhlas sa sústreďuje na šírenie tematickej tvorby prostredníctvom Instagramu a Facebooku, ale je vítané, ak sa rozhodnete o súhlase hovoriť na ľubovoľnej inej platforme i vo fyzickom priestore – hlavné je, aby ste sa pri tom cítili pohodlne.

Pustime sa teda do toho!



Úloha to môže byť neľahká, ale veríme, že výsledok môže stať za to a tvorivý proces, ktorý k nemu povedie, bude pre vás zdrojom uspokojenia. Urobte si prieskum. Keď dostanete nápad, preverte si, či funguje. Porozmýšľajte, ako myšlienku vyjadriť čo najlepšie. Tvorte. Svoj výtvor zverejnite a zapojte sa tak do celoeurópskej konverzácie – buďte súčasťou tejto kultúrnej zmeny.

Zatiaľ nemáte nápad? Možno vás inšpirujú existujúce príspevky ku kampani, ktoré si môžete vyhľadať pomocou hashtagu #HOVORMEOSUHLASE a #LetsTalkAboutYes. Pozrite sa aj na @LetsTalkAboutYes a podnetné internetové stránky, ktoré odporúčame v kapitole 7. Alebo vašu tvorivosť najlepšie „nakopne“ skupinový brainstorming? V kapitole 5 nájdete niekoľko nápadov na tvorivé workshopy.

Len čo dostanete nápad, ktorý sa vám bude pozdávať – preverte si, aké reakcie vyvolá. Podelte sa s ním s viacerými (najlepšie rozmanitými) ľuďmi, práve takáto konfrontácia často stimuluje tvorivosť.

Čo patrí medzi vaše umelecké alebo tvorivé zručnosti? Máte nejaký skrytý talent? Viete pekne kresliť? Fotiť? Napísať pieseň? Báseň? Recitujete slam poetry? Rapujete? Máte skúsenosť s animovanou tvorbou? Využite svoje schopnosti na vytvorenie obsahu, ktorý bude mať silné posolstvo. Alebo jednoducho použite iba vlastné slová na opis toho, ako podľa vás vyzerá súhlas – či už ich načmárate, dáte si záležať na kaligrafickom prevedení, alebo ich natukáte do aplikácie na tvorbu GIFiek...

Niekoľko tipov na tvorbu vášho obsahu:

-K téme prístupujte z hľadiska „iba áno znamená áno“, pretože súhlas so sexuálnymi aktivitami musí byť aktívny, a to bez ohľadu na to, akým verbálnym alebo neverbálnym spôsobom je vyjadrený. Naproti tomu, prístup „nie znamená nie“ nie je postačujúci. Mlčať alebo nevysloviť „nie“ v žiadnom prípade nie je to isté ako súhlasiť: súhlas so sexuálnymi aktivitami musí byť dobrovoľnou a slobodnou voľbou pre všetky zúčastnené strany. Otázka teda nestojí tak, či človek hovorí „nie“, ale či hovorí „áno“;

Vo svojich príspevkoch k téme súhlasu reflektujte rozličné situácie a rôznorodosť ľudí, ako napríklad <https://megjohnandjustin.com/sex/7-tips-consensual-hook-up/> alebo <https://time.com/5574163/tarana-burke-metoo-time-100-summit/>;

- O súhlase môžete hovoriť aj odľahčeným tónom, ale nezabudnite pri tom na ľudskú dôstojnosť ani na to, že znásilnenie je vážny zločin, ktorý často zanecháva trvalé, hlboké následky na ľuďoch, ktorí ho prežili;

- V jednoduchosti je sila – súhlas je jednoduchý. Zbavte ho hmlistej povesti, že ide o niečo čudné a nepríjemné;

- Vyvarujte sa posilňovania rodových stereotypov a pri snahe zaujať a zasiahnuť čo najširšie publikum sa vedome vyhýbajte sexualizovanému vyobrazovaniu, ktoré by bolo nanajvýš neprimerané a vyvolávalo by nežiaduce konverzácie;

- Prispejte k odhaľovaniu škodlivých stereotypov a mýtov o sexuálnom násilí. Pamätajte pri tom na fakt, že „búranie mýtov“ môže vyvolať opačnú reakciu, najmä ak sa budete viac sústreďovať na mýtus než na samotnú realitu;

- Pri vysvetľovaní reality sa opierajte o štatistiky aj výsledky prieskumov verejnej mienky. Realita je šokujúca! Myslíte na to, kto je vašim publikom: vyjadrujte sa inkluzívne – nevylučujte ani mužov, ale zároveň zabezpečte, aby váš obsah a stratégie, ktorými budete cieľiť na rôzne publikum, rešpektovali centrálnu pozíciu samotných preživších a ženských iniciatív a organizácií v zápase za zmenu kultúry znásilnenia na kultúru súhlasu;

- Z konverzácií nevylučujte ani ľudí, ktorí problematike súhlasu (ešte) nerozumejú, ale chcú sa do diskusie zapojiť, prístupujte k nim trezivo;

- Môžete položiť otázku alebo vyzvať publikum, aby sa zapojilo do krátkeho kvízu;

- Zapojte humor (pravdaže, s rešpektom): obsah, ktorý vyvolá úsmev alebo rozosmeje, má lepšie šance na zdieľanie;

- Ľudia milujú príbehy. Nielen „instastories“, ale vyznania o osobnej ceste, o prekonávaní prekážok. Prvoradá je, aby boli vyrozprávané dobrovoľne, rovnako dôležité je na začiatku upozorniť, ak by príbeh mohol vyvolať nepríjemné pocity a traumatické spomienky.

UPOZORNENIE:

Nepoužívajte príbehy druhých ľudí bez ich súhlasu. Ak by ste do svojho príspevku chceli zakomponovať niektorý z už medializovaných prípadov sexuálneho násillia, určite oslovte samotnú preživšiu či preživšieho a poproste ich, či súhlasia s tým, ako by ste chceli reflektovať ich skúsenosť (ak to nie je nevyhnutné, nežiadať ich o to, aby vám nepríjemný zážitok znovu vyrozprávali). Práve to, že ich niekto premohol bez toho, aby sa zaujímal o ich súhlas, je jadrom ich traumatickej skúsenosti;

- Údernosť môže vášmu príspevku dodať aj zoznam niekoľkých položiek, ako napríklad tento: <https://www.instagram.com/p/B7DtA3rB280/>;

- Obsah, ktorý spĺňa podmienky na publikovanie na Instagrame, môže vo všeobecnosti fungovať aj na väčšine ďalších sociálnych sietí. V prípade obrázkov, animácií alebo videí si preverte, či používate vhodný formát. Vhodné sú štvorcové obrázky, ale môžete použiť aj obdĺžnikové, nalezato i na výšku. Existuje množstvo online návodov a spísaných pravidiel, ako napríklad tu: <https://later.com/blog/instagram-image-size/>.



A ešte zopár tipov, ako zaangažovať viac ľudí, aby reagovali na vaše príspevky na sociálnych sieťach:

Fotografie a videá by mal sprevádzať text. Pri jeho písaní vám odporúčame:

- 1) Začnite stanoviskom – ako napríklad „Sex bez súhlasu je znásilnenie!“
- 2) Potom povedzte, prečo sa zapájate do tejto kampane – napríklad „K tomuto príspevku ma motivovalo...“;
- 3) A nakoniec vyzvite ľudí, aby sa k vám pridali a tiež podporili túto kampaň zdieľať vášho príspevku alebo tým, že vytvoria a zverejnia svoj vlastný obsah;
- 4) Usilujte sa o to, aby váš text zostal krátky a čo najjednoduchší.

Použite hashtag #hovormeosuhlas, ktorý váš príspevok zaradí do širokej diskusie. Pokojne používajte aj ďalšie súvisiace hashtagy, kdekoľvek sa vám hodia (môže to byť aj priamo v texte). Zvýšite tým viditeľnosť svojho príspevku – napríklad „Na celom svete žijú #zeny, ktoré zažili znásilnenie, a sú ich milióny. #pravazien sú #ludskeprava“;

Svoj príspevok môžete dať do pozornosti svojim blízkym, ale aj vplyvným verejným osobnostiam, tým, že ich priamo v ňom otagujete a povzbudíte ich, aby sa tiež zapojili – či už komentárom alebo tým, že vytvoria vlastný príspevok;

Veľký význam môže mať to, v akej časti dňa svoj príspevok zverejníte. Vo všeobecnosti majú na sociálnych sieťach najväčší dosah a najviac interakcií vyvolávajú príspevky zverejnené medzi 12.00 – 13.00 hod. a medzi 18.00 – 20.00 hod.;

Usilujte sa zareagovať na všetky komentáre a zodpovedať všetky otázky, ktoré vám v nich položia (samozrejme, pokiaľ nejde o trolling). Nielenže tým naplníte výzvu samotnej kampane, aby sa o súhlase viac hovorilo, ale zároveň platí, že algoritmy sociálnych médií uprednostňujú reaktívne používateľské kontá. Nezapomnite si však vždy svoju odpoveď pred odoslaním po sebe ešte raz prečítať. ;-)

Teraz si prečítajte kapitoly 3 a 4, ktoré sa zameriavajú na to, ako hovoriť o súhlase a vyhnúť sa pri tom známym nástrahám – chceme predsa spolu prispieť k odhaľovaniu mýtov, a nie upevňovať mylné predstavy!



TOTO JE SÚHLAS: AKO HOVORIŤ (A UVAŽOVAŤ) O SÚHLASE

Hovoriť o súhlase a presadzovať kultúru súhlasu je dôležité.

Je to krok potrebný na odkrytie takzvanej kultúry znásilnenia, ktorá vládne v našej spoločnosti a normalizuje – či dokonca ospravedlňuje – sexuálne násilie vrátane znásilnenia.



Jasne porozumieť, čo znamená súhlas so sexuálnymi aktivitami, môže pomôcť predchádzať znásilneniam a ďalším zločinom spojeným so sexuálnym násilím. V niektorých krajinách je potrebné rozprúdiť otvorenú verejnú diskusiu o súhlase, aby reformovanie zastaralej legislatívy týkajúcej sa zločinu znásilnenia získalo naozaj masívnu podporu.

Zákony, ktoré definujú znásilnenie na základe neprítomnosti súhlasu stanovujú jasnú hranicu medzi konsenzuálnymi sexuálnymi aktivitami a znásilnením, čím prispievajú aj k dôležitým debatám o sexe a súhlase. Dostali len 9 z 31 európskych krajín má zákony založené na súhlase. Prečítajte si o tom tu: <https://www.amnesty.sk/hovorme-o-suhlase-zakony-o-znasilneni-v-europe/>

V ďalších krajinách, kde zákon v skutočnosti vychádza zo súhlasu, však naďalej bežne dochádza k znásilneniam a ľudia, ktorí znásilnenie prežili, stále čelia veľkým prekážkam v prístupe k spravodlivosti a odškodneniu.

Žiaľ, v otázkach, čo definuje sexuálne násilie a čo je to sex so súhlasom, prevláda vo veľkej časti spoločnosti nepochopenie a rodové stereotypy.

„Nepovedal/-a nie“; „Jej/jeho oblečenie hovorilo jasnou rečou, priam si to pýtal/-a“; „Minulý týždeň súhlasil/-a so sexom, takže aj dnes išlo o konsenzuálny sex, veď už sme partneri/partnerky“ – to je niekoľko príkladov odpovedí, akými sa až príliš často ľudia pokúšajú zahmlievať porozumenie tomu, čo je súhlas.

Takéto postoje majú pritom nesmierne škodlivé dôsledky: ženám, ktoré prežili znásilnenie, sa neverí, často vinia samy seba, znásilnenie nakoniec neoznámia na políciu a páchateľom sa ich násilné trestné činy „prepečú“ bez akéhokoľvek nepohodlia. Dokonca aj v prípadoch, keď človek, ktorí zažili znásilnenie tento zločin oznámil, existuje pravdepodobnosť, že jej/mu to spôsobí navyše ďalšiu traumatu a spravodlivosť im bude odopretá kvôli škodlivým mýtom a stereotypom pevne zakoreneným v trestnoprávnom systéme.

V každej konverzácii o súhlase, či už ide o verejnú prednášku, workshop alebo súčasť diskusie v sociálnych médiách, musíme jasne formulovať: keď ide o sex, súhlas je alfou a omegou, a neexistujú žiadne rozmazané hranice.



Môžete používať nasledovnú definíciu:

Súhlas je...

Dobrovoľný:

Súhlas so sexuálnymi aktivitami musí byť dobrovoľným a slobodným rozhodnutím všetkých zúčastnených strán. Mlčať alebo nepovedať „nie“ nie je to isté ako súhlasiť. Ľudia, ktorí nie sú pri vedomí, a ľudia so zníženým vnímaním spôsobeným alkoholom alebo inými látkami nedokážu súhlasiť. O sexe so súhlasom nemôže byť reč, pokiaľ došlo k donucovaniu alebo vyhrožkám. Sú aj ďalšie situácie, v ktorých človek nie je schopný skutočného súhlasu – napríklad, ak na to nemá mentálnu kapacitu alebo dostatočný vek.

Informovaný:

O sex so súhlasom nejde v prípade, ak je jeho súčasťou klamstvo alebo zámerné skrývanie určitých zámerov, ako napríklad nechránený pohlavný styk. Podobne, žiadať o prívolenie k určitým sexuálnym praktikám osobu, ktorá je príliš opitá na to, aby odmietla, nemožno považovať za získavanie súhlasu.

Špecifický:

Súhlas s určitou činnosťou (napríklad bozkávaním) neznamená súhlas so všetkým ostatným. Platí tu všeobecné pravidlo: Ak nemáš istotu, spýtaj sa. Ak máš ešte stále pochybnosti, prestaň.

Odnateľný:

Súhlasíť raz neznamená súhlasíť už navždy. Dokonca aj počas prebiehajúceho pohlavného styku by mala mať každá zúčastnená strana slobodu kedykoľvek akt prerušiť alebo ukončiť – svoj súhlas vziať späť.

Nadšený!

Otázka neznie, či človek hovorí „nie“, ale či hovorí „áno“, resp. inak aktívne vyjadruje súhlas rôznymi verbálnymi a neverbálnymi spôsobmi. Toto je princíp, ktorý sa dá zhrnúť ako „áno znamená áno“. Reakcia „neviem“ jednoducho nie je súhlas.

Súhlas nie je podpísanie zmluvy! Súhlas je o komunikácii a uisťovaní sa, že všetky sexuálne aktivity sa dejú so vzájomným súhlasom. Zbavte rozprávanie o súhlase nepríjemnej povesti a nejasností, ktoré ho sprevedzajú.



Britská Spoločnosť pre plánované rodičovstvo (FPA) vytvorila zoznam niektorých verbálnych a neverbálnych prejavov súhlasu, resp. jeho neprítomnosti: <https://www.fpa.org.uk/sites/default/files/consent-giving-getting-respecting-leaflet.pdf>. A takto vyzerá súhlas podľa RAINN, najväčšej organizácie venujúcej sa prevencii a pomoci v súvislosti so znásilnením, sexuálnym zneužívaním a incestom v USA: <https://www.rainn.org/articles/what-is-consent>.

Dôležitosť súhlasu so sexuálnymi aktivitami možno vysvetliť aj pomocou iných scénárov, v ktorých je súhlas dôležitý a dá sa v nich pozorovať istá paralela so situáciami, keď ide o sex:

- Zjedli by ste niekomu obed bez toho, aby ste sa najprv opýtali?

- Bolo by v poriadku vojsť niekomu bez opýtania do izby alebo do bytu? A čo v prípadoch, keby ste tam šli len upratať, alebo im urobiť inú službu?

- Ak ste niekomu kúpili do daru sveter, bolo by v poriadku nútiť ho, aby si ho obliekol, alebo sa mu vyhrážať, že sa s ním prestanete kamarátiť, ak si ho neoblečie?

Bežnou analógiou, ktorá sa používa na ilustráciu toho, ako by mal fungovať súhlas so sexuálnymi aktivitami, je pozvanie na čaj. Vyhľadajte si na internete „tea consent“ alebo si pozrite video na YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8>.

Dobre poslúži aj prirovnanie k podaniu ruky („handshakes and consent“): <https://megjohnandjustin.com/sex/handshakes-and-consent/> alebo prirovnanie k spoločnému budovaniu hradu („consent castle“): <https://everydayfeminism.com/2016/07/metaphor-for-consent/>.



ODSTRAŇOVANIE BARIÉR: AKO ODHAĽOVAŤ MÝTY A VYHNÚŤ SA STEREOTYPOM

Takzvanú kultúru znásilnenia,
ktorá vládne v našej spoločnosti
a normalizuje – či dokonca
ospravedlňuje – sexuálne násilie
vrátane znásilnenia, podopierajú
a pomáhajú udržiavať škodlivé mýty
a rodové stereotypy.



K znásilneniu dochádza za najrôznejších okolností. Vedieť, že nejde o znásilnenie, možno len na základe toho, či všetky zúčastnené strany so sexuálnymi aktivitami slobodne súhlasili. Druh oblečenia, minulé správanie či manželstvo pritom súhlas rozhodne nepredstavujú.

Dôležité je, aby náš aktivizmus a konverzácie neposilňovali žiadne mýty o znásilnení, chceme ich, naopak, odhaľovať.

Myslite na to, že „rozbiejanie mýtov“ môže mať aj nežiaduci, presne opačný efekt. Ak by ste mýtom venovali priveľa pozornosti, mohlo by sa stať, že prispejete k ich šíreniu. Bude sa totiž o nich hovoriť a vtedy existuje riziko, že si ľudia zapamätajú práve mýtus, nie jeho vyvrátenie.

Pred napísaním alebo vytvorením vlastného príspevku ku kampani (môže ísť aj o komentár k príspevkom druhých) dobre zvážte, či by nevychádzal zo škodlivých rodových stereotypov a či by ste ním nemohli nechtiac posilňovať nesprávne chápanie sexuality a súhlasu. Ak máte pochybnosti, poraďte sa predtým, ako ho zverejníte.

Pracujte s faktami a uprednostnite pozitívne rámcovanie, čo je to súhlas, namiesto toho, ako by súhlas nemal vyzeráť.

Rozdiel medzi sexom **SÚHLAS** a znásilnením

Niekoľko faktov, ktoré vám poslúžia ako odpoveď na rozšírené stereotypy a mýty o znásilnení: Žiaden druh oblečenia ani spôsob vystupovania neznamena, že človek chce sex. To, ako sa daná osoba oblieka, s kým sa šla stretnúť, koľko alkoholu sa rozhodla vypiť, ako sa správa či aký má životný štýl, neprenáša na ňu žiadnu zodpovednosť za to, ak ju znásilnia. Nik nenesie vinu za činy druhého človeka.

Znásilnenie je porušením telesnej integrity a sexuálnej autonómie druhého človeka. Trestný čin spočíva v konaní násilníka, NIE v správaní sa osoby, ku ktorej je násilný. To, či človek chce sex, je veľmi osobná a niekedy aj komplikovaná otázka. Preto si vyžaduje priamu odpoveď, nemožno si ju domýšľať či odvodzovať z iného správania.

(Odpoveď na: „Pozrite sa, čo mala oblečené, veď si o to koledovala.“; „Flirtovala.“; „Ak to aj bolo znásilnenie, mohla si za to sama.“; „Keď sa živí sexom, nemožno hovoriť o znásilnení.“)

Uistiť sa, či náprotivok súhlasí so sexuálnymi aktivitami, je povinnosťou oboch (resp. všetkých) zúčastnených strán. Súhlas si nemožno domyslieť z toho, že partnerka alebo partner sa nebráni alebo hlasno nenamieta. Keď nezaznie „nie“, neznamená to „áno“ – iba nadšené „áno“ znamená „áno“. Človeka môžu viesť k tomu, že nedokáže povedať „nie“, rôzne dôvody, najčastejšie súvisia s mocenskou nerovnováhou v danom vzťahu alebo so skúsenosťou, že sa aj tak na jeho pocity a potreby neberie ohľad. Každý a každá z nás môže na sexuálne násilie reagovať inak. Brániť sa je len jedna z reakcií, ďalšou – veľmi rozšírenou – je, naopak, ustrnutie a neschopnosť klásť odpor. Človeku, ktorý práve prežíva znásilnenie, nemôžeme ukladať povinnosť, aby bojoval proti útočníkovi.

(Odpoveď na: „Nepovedala, že nechce.“; „Nebránila sa.“; „Nedošlo k žiadnemu násiliu.“)

Znásilnenie je nekonsenzuálny sexuálny styk, a hoci väčšinu prežívších predstavujú ženy a dievčatá, znásilnený môže byť človek bez ohľadu na rod.

(Odpoveď na: „Mužov nemožno znásilniť.“)

To, že s niekým idete na rande alebo domov, ani to, že ste už predtým mali sexuálny vzťah, neznamená, že súhlasíte so sexom aj pri tejto príležitosti.

(Odpoveď na: „So sexom súhlasila už pred týždňom, takže už sme sexuálni partneri a aj dnes to bolo, pochopiteľne, so súhlasom.“)

Znásilnená žena násilníka spravidla pozná, často ide o kamaráta, partnera alebo bývalého partnera. Páchateľa nie sú žiadni „mýtickí netvori“, alebo, inak povedané, skrz-naskrz zlí ľudia. Majú priateľov a priateľky, rodiny, pracovné úspechy, vedia slušne pozdraviť a poďakovať, môže ísť aj o známe osobnosti, môžu nám byť sympatickí. Samotná skutočnosť, že páchateľa poznáme, mali sme ho radi a nečakali sme, že spácha násilný trestný čin, neznamená, že bol obvinený falošne.

(Odpoveď na: „Znásilnené väčšinou nepoznajú páchateľa, ide o ‚zloduchov‘ a ‚úchylákov‘“; „Nie je primerané hovoriť o sexuálnom napadnutí v partnerskom alebo manželskom vzťahu.“)



Najviac ľudí bolo znásilnených doma, v blízkosti bydliska alebo v byte niekoho, koho poznali.

(Odpoveď na: „K znásilneniam dochádza iba v noci, vonku na neosvetlených miestach, v parku a podobne.“)

Znásilniť niekoho znamená spáchať trestný čin, ktorý môže znásilnenej alebo znásilnenému vážne ublížiť. Veľa ľudí si myslí, že nejde o „naozajstný zločin“ alebo že ľudia oznámia znásilnenie na políciu jednoducho vtedy, keď oľutujú, že mali s niekým pohlavný styk. Znásilnenie je pritom trestný čin z toho dôvodu, že ide o útok na telesnú integritu a sexuálnu autonómiu a ako taký zanecháva na znásilnených telesné a emocionálne následky.

(Odpoveď na: „Veď je to len nechcený sex.“)

Oznámenia o znásilnení sa nesmú zľahčovať, bez ohľadu na to, koľko času uplynulo od nahláseného činu. Oznámenie s časovým odstupom pravdepodobne svedčí skôr o tom, že znásilnená prekonala traumy a strach z páchateľa, než o tom, že si vymýšľa.

(Odpoveď na: „Aj tak si to pravdepodobne len vymyslela.“)

Ženy a dievčatá, ktoré prežili znásilnenie a oznámia to na políciu, preukazujú ohromnú dávku sily a odvahy. Po tomto rozhodnutí ich totiž často čaká agresívne spochybňovanie ich dôveryhodnosti a povesti, ako aj veľká záťaž sprevádzajúca vypovedanie na súdnych pojednávaniach. Zaslúžia si preto dôveru a podporu – skutočnosti, ktoré uvedú, neradno zľahčovať, ale dôkladne vyšetriť.

(Odpoveď na: „Obvinenia zo znásilnenia alebo sexuálneho obťažovania sú často vymyslené, ženu pravdepodobne motivuje pomsta alebo to, že sa nechce priznať, že má s niekým sexuálny vzťah.“; „Ženy sú pomstychtivé.“)

Väčšina ľudí, ktorí prežili znásilnenie, to nikdy neoznámia polícii. Tí, ktorí o svojej skúsenosti prehovoria, často sa odhodlajú až po niekoľkých týždňoch, mesiacoch, alebo dokonca rokoch. Ich výpoveď je aj s odstupom času platná a stále dôležitá.

(Odpoveď na: „Ak by ju naozaj znásilnili, nahlásila by to hneď.“ – vyhľadajte si na Twitteri príspevky podľa hashtagu #WhyIDidn'tReport)

Znásilnenie je oveľa bežnejšie ako si myslíme a disproporčne ho zažívajú ženy. V Európskej únii bola vo svojom živote znásilnená v priemere 1 z 20 žien vo veku od pätnást rokov. To znamená približne 9 miliónov žien. A každá desiatu zažila určitú formu sexuálneho násillia.

(Odpoveď na: „Znásilnenie je zriedkavé.“)

Znásilnenie ohrozuje ľudí každého rodu a vo všetkých vekových skupinách. Sexuálne útoky sú disproporčne namierené voči ženám a dievčatám kvôli vžitej rodovej mocenskej nerovnováhe, od ktorej sa odvíja rodovo podmienená diskriminácia a rodovo podmienené násillie. Aj LGBTI ľudia alebo rodovo nekonformní ľudia často čelia znásilneniu a sexuálnemu násilliu s motívom potrestať ich za prekračovanie spoločenských noriem ustálených okolo stereotypných rodových rolí a vzťahov. Preto je dôležité vnímať rodový aspekt znásilnenia a osvojiť si rodovo citlivý prístup, pričom nemožno zabúdať ani na špecifické potreby rôznych skupín ľudí prežívajúcich sexuálne násillie. Verejná debata o súhlase, propagovanie kultúry súhlasu, poskytovanie podporných služieb pre preživšie znásilnenia, zmena legislatívy a ďalšie kroky, ktoré posilnia pozíciu žien a dievčat, prospeje aj mužom, nebinárnym ľuďom a všetkým, ktorí zažili či ešte len zažijú sexuálne násillie.

(Odpoveď na: „Prečo hovoríte len o ženách? Sú aj muži, ktorí zažili znásilnenie.“)

Sexuálne pracovníčky a pracovníci majú právo súhlasiť, odmietnuť či zmeniť súhlas s akoukoľvek sexuálnou aktivitou rovnako ako všetci ostatní ľudia. Preto aj v ich prípade dochádza k znásilneniam. Sexuálnu prácu sprevádza stigma, ktorá vedie k väčšej beztrestnosti násillia k jej vykonávateľkám a vykonávateľom. Aj ony a oni pritom majú právo nesúhlasiť so sexuálnou aktivitou. Keď sa dohadujú o poskytnutí plateného sexu, predmetom takejto dohody sú konsenzuálne aktivity, nie znásilnenie alebo iné násillie.

(Odpoveď na: „Pri osobe, ktorá sa živí sexuálnou prácou, nemožno hovoriť o sexuálnom napadnutí.“)

Sexuálne násillie vrátane znásilnenia nemožno považovať za sex alebo uspokojenie sexuálnej túžby – ide o akt nadvlády nad druhým človekom. Páchatelia dokážu ovládať svoje sexuálne potreby a nekonajú pod tlakom spontánneho sexuálneho vzrušenia.

(Odpoveď na: „Sexuálne napadnutie je akt neovládanej túžby a vášne.“)



Vymyslite workshop

Skôr ako začnete vymýšľať workshop, mali by ste mať jasno v nasledovných otázkach: Čo bude jeho zámerom? Ako budú vyzeráť jeho uspokojivé výsledky? Potom môžete prikrôčiť k samotnému plánovaniu.

Postupovať krok za krokom vám pomôže schéma I.D.O.A.R.T: <http://www.fantasticstudios.com/meeting-design-guide>.

Uistite sa, že máte k dispozícii vhodný priestor a dostatok času, a zvolte si metódu primeranú na prácu s plánovaným počtom účastníkov a účastníčok. V osobe, ktorá workshop povedie, sa musia spájať facilitátorské zručnosti s dobrým porozumením téme – a čo je rovnako dôležité, musí vedieť, aké sú ciele, ku ktorým má účastníčky a účastníkov viesť. Tu nájdete niekoľko podkladov pre úspešnú facilitáciu: <https://drive.google.com/file/d/0B5w1EVChc9NXQVNxekdiMzE1dW8/view>

Ako na workshopoch hovoriť o súhlase a znásilnení

Pristupujte s rešpektom ku všetkým zúčastneným, berúc do úvahy, že môžu mať rôznorodé kultúrne zázemie;

Používajte rodovo inkluzívny jazyk: vyhýbajte sa binarite, aby ste nikoho nevyklúčili, no zároveň majte na pamäti, že znásilnenie je na mieste tematizovať z rodového hľadiska;

Umožnite účastníkom a účastníčkam vyjadriť sa v rámci čo najširšej škály umeleckých foriem: kresbami, rytinami a tlačou, maľbami, fotografiami, komiksom, ilustráciami atď.;

Vytvorte bezpečnú zónu: hneď na začiatku stanovte základné pravidlá, ako napríklad dôvernosť (nič z toho, čo na workshope odznie, neprekročí jeho prah), a ubezpečte účastníkov a účastníčky, že z workshopu môžu kedykoľvek odísť. V ideálnom prípade by mohli mať k dispozícii samostatnú oddychovú miestnosť (ak je to možné, s jedným organizátorom/organizátorkou);

Pri rozprávaní o citlivých témach ako sex so súhlasom je veľmi dôležitá úprimnosť, ale musí ju dopĺňať rešpekt k ostatným, ktorí sa na rovnaké veci môžu pozeráť z odlišného uhla pohľadu. Účastníci a účastníčky môžu na workshope nahlas uvažovať o súhlase a znásilnení a je v poriadku, ak pri tom zaznie aj problematický názor – vďaka nemu sa

spoločne môžeme naučiť, ako problematické názory identifikovať a zmeniť svoj spôsob uvažovania o súhlase alebo znásilnení;

Zostavte a vytlačte zoznam užitočných kontaktov, kam sa môže človek obrátiť v situácii, keď potrebuje bezplatnú psychologickú, lekársku alebo právnu pomoc, ktorý ešte pred workshopom rozdáte všetkým účastníčkam a účastníkom. Nedá sa vopred vedieť, či medzi nimi nebude niekto, kto prežil znásilnenie alebo sexuálne násilie a workshop bude pociťovať ako nadmernú psychickú záťaž – takto však môžeme minimalizovať riziká a uľahčiť všetkým, aby sa v prípade potreby mali kam obrátiť. Pripravte sa aj na to, že workshop môže byť miestom, kde sa niekto po prvý raz zverí so svojou traumatizujúcou skúsenosťou. (Ako postupovať, sa dozviete v kapitole 6);

Jednoduché zoznamovacie hry na úvod workshopu pomôžu navodiť uvoľnenú atmosféru pred tým, než prejdete k rozhovoru o sexe so súhlasom a témach, ktoré môžu vyvolávať aj rozpaky a nepríjemné pocity. Skúste účastníkov a účastníčky vyzvať, aby sa predstavili tým, že porozprávajú ostatným nejakú svoju zábavnú, vzrušujúcu alebo trápnu skúsenosť;

S osobnými zážitkami a informáciami pracujte veľmi opatrne. Na workshope by sa nemali rozoberať osobné príbehy neprítomných ľudí, zúčastnení musia sami rozhodovať o tom, aké informácie o sebe odhalia v akej chvíli. Aj v prípade, že budete hovoriť o fiktívnych scenároch, nikdy ich nespájajte s konkrétnymi účastníkmi a účastníčkami workshopu, ani s ich menami;

Myslite na to, že prehovoríte o vlastných skúsenostiach so sexuálnym násilím je rozhodnutie, ktoré od prežívších vyžaduje obrovskú odvahu, pretože po tomto kroku ich čaká prekonávanie spoločenskej stigmy spojennej so znásilnením, ponižovanie, zahanbovanie a možno aj vyhrážky;

Skúsenosti účastníčok a účastníkov workshopu môžu byť veľmi špecifické aj v závislosti od ich rodu, sociálneho pozadia, vierovyznania a podobne. Neprehliadnite takúto príležitosť na zvýšenie povedomia o rôznorodosti a inkluzívnosti.

Otázkami, ako reagovať na rozprávanie prežívších sexuálneho násillia a ako ich podporiť, sa zaoberáme v kapitole 6.



Príklad: Návrh na workshop o súhlase

60 min. (alebo viac, v závislosti od toho, do akej hĺbky sa rozhodnete pracovať s jednotlivými otázkami). Rozdeľte účastníkov a účastníčky do 4-členných až 6-členných skupín.

Workshop bude rozčlenený na štyri otázky:

1. Uvedte čo najviac príkladov súhlasu

Cieľ: Priviesť skupiny k vlastnej definícii, čo je podstatou súhlasu, z ktorej budú vychádzať v ďalšej diskusii. Dôležité je, aby spomenuli aj fakt, že so sexuálnymi aktivitami možno v ktorejkoľvek chvíli prestať súhlasiť. Ak to nik v skupine nespomenie, doplňte túto informáciu, prv ako prejdete k otázke 2a.

2a. Ako by vyzerala spoločnosť založená na súhlase?

Cieľ: Priviesť skupiny k diskusii o tom, ako spolu komunikujeme, a k premýšľaniu o tom, akú hodnotu predstavuje súhlas a ako by sa kultúra súhlasu prejavovala v praxi.

2b. Pomocná otázka, ak diskusia v skupine viazne: Ako by spoločnosť založená na súhlase vnímala sexuálne násilie?

Cieľ: Priviesť skupiny k diskusii o tom, ako môžu zákony definujúce znásilnenie na základe absencie súhlasu zmeniť v spoločenskom meradle nazeranie na ľudí, ktorí zažili znásilnenie, i na páchatelov a páchatelky sexuálneho násillia.

3. Uvedte príklady noriem, stereotypov a predsudkov, ktoré v našej spoločnosti stoja v ceste kultúre súhlasu a prijatiu legislatívy o znásilnení.

Cieľ: Priviesť skupiny k premýšľaniu o rodových stereotypoch, ktoré jednotlivcom a jednotlivkyniam bránia v prejavovaní vlastnej sexuality a radostnom prežívaní sexu, sťažujú zaujatie stanoviska, podporenie súhlasu i chápanie a rešpektovanie hraníc druhého človeka.

4. Čím môžete individuálne prispieť k tomu, aby sa podarilo tieto škodlivé stereotypy zmeniť a vytvoriť spoločnosť založenú na súhlase?

Cieľ: Účastníci a účastníčky workshopu už majú predstavu o tom, ako by mohla vyzeráť spoločnosť založená na súhlase, a premýšľali už aj o bariérach, ktoré takémuto prerodu spoločnosti bránia. Cieľom tejto poslednej otázky je motivovať ich, aby reflektovali svoju pozíciu a možnosti, ako sa na týchto zmenách aktívne podieľať. Vyzvite ich, aby sa snažili uviesť čo najkonkrétnejšie príklady, ako môžu lokálne zvyšovať povedomie o sexe so súhlasom a o tom, že bez súhlasu ide o znásilnenie.

Budete potrebovať facilitátorov/facilitátorky, ktoré budú sledovať a usmerňovať diskusie v jednotlivých skupinách, prípadne zapisovať poznámky.

Otázku, ktorej sa v nadchádzajúcom bode programu budete venovať, rozdeľte všetkým skupinám vytlačenú alebo napísanú na háčku papiera, ktorý im bude slúžiť aj na zapisovanie poznámok. Ostatné otázky neprehrádzajte vopred, aby sa mohli plne sústrediť na prebiehajúci bod programu.

Na diskusiu o každej otázke vyhradte 10 minút, po nej bude nasledovať spoločná rekapitulácia so zapisovaním na tabuľu/flipchart. Na tú je potrebné vyhradiť aspoň 5 minút. Pri malom počte skupín a malých skupinkách môžete dať priestor každej účastníčke a účastníkovi; na workshope s veľkou účasťou vyzvite každú skupinu, aby si vybrali, kto odprezentuje najdôležitejšie body z ich poznámok, a ostatným následne ponúknete možnosť ich doplniť.

Ďalšie cvičenia

Hra – kde sú tvoje hranice?

10 – 15 min.

Vytvorte páry.

Jeden človek stojí na mieste, kým druhý sa k nemu pomaly približuje, dokým ho prvý nezastaví slovom „stop“. Potom si vymenia úlohy. To celé zopakujte druhý raz. Nasleduje minúta alebo dve na rozhovory v pároch, s vodičmi otázkami: ako ste sa pri tom cítili? Čo sa zmenilo druhý raz? Potom o tejto skúsenosti hovorte v rámci celej skupiny.



Pribeh 25 min.

Pripravte si niekoľko krátkych fiktívnych príbehov so situáciou, v ktorej dôjde alebo nedôjde k sexu so súhlasom, resp. bez neho. Príbehy vytlačte na samostatné papiere.

Vytvorte toľko skupín, koľko máte nachystaných príbehov, a každej pridajte jeden. Dajte im 5 – 10 minút na prečítanie a diskusiu, či v príbehu došlo k porušeniu pravidla súhlasu, alebo nie.

Potom o situáciách diskutujte spoločne.

Tvorivý workshop s brainstormingom nápadov

Zo spoločného brainstormingu môžu vziť tie najlepšie nápady na stvárnenie súhlasu a toho, aký je dôležitý. Skúste zorganizovať workshop zameraný na povzbudenie tvorivosti.

V ideálnom prípade by takýto workshop mal nadväzovať na workshop o súhlase. Ak sa to nepodarí, aspoň doň zahrňte blok venovaný teórii, či už s využitím cvičení navrhnutých vyššie, pri ktorých si účastníci a účastníčky samy rozširujú a upevnia znalosti o téme sexu so súhlasom, alebo pozvite na krátku prednášku odborníčku či odborníka na sexuálne vzdelávanie.

Myšlienkový tvorivý proces načrtnutý v nasledujúcej časti využíva niekoľko vynikajúcich nástrojov na plánovanie kampaní od MobLab: <https://mobilisationlab.org/training-coaching/campaign-accelerator-training/resources/>. Dĺžka trvania bude do veľkej miery závisieť od veľkosti skupiny a vôle účastníkov a účastníčok zapájať sa.

0. Výber hlavnej otázky

Skôr ako sa pustíte do samotného workshopu, sformulujte si hlavnú otázku alebo hlavné otázky, ktoré účastníčkam a účastníkom pomôžu neodbiehať od témy a sústrediť sa na cieľ myšlienkového tvorivého procesu. Tieto otázky využijete najmä v úvodnej fáze na rámcovanie zadania, ale aj neskôr, pri rozvíjaní nápadov, ktoré sa na workshope zrodia. Povzbudte účastníkov a účastníčky, aby hľadali viacero odpovedí na tieto otázky.

Príklady hlavných otázok:

Ako by sme mohli znázorniť súhlas tak, aby z našich príspevkov ku kampani vyžaroval rešpekt k druhým, a zároveň ľahkosť, ktorá je blízka mladým ľuďom a povzbudí ich k tomu, aby sa zapojili do spoločenskej diskusie o sexe so súhlasom?

Ako by sme sa mohli vyjadriť k téme súhlasu umelecky alebo prostredníctvom chytlavých sloganov a mémov tak, aby sme v mladých ľuďoch vyvolali reakcie (premyšľanie, úsmev, zhodu, nesúhlas, rôzne pocity...) a chuť zapojiť sa do debaty?

Ako by sme mohli prostredníctvom vizuálne priťažlivých príspevkov k téme sexu so súhlasom motivovať mladých ľudí, aby aj oni hovorili o svojom chápaní súhlasu?

1. Rozohrejte sa (15 – 20 min.)

Odporúčame začať proces hľadania nápadov cvičením, ktoré účastníkov a účastníčky workshopu zaktivizuje a povzbudí ich kreativitu. Pozrite si príklady v manuáli MobLab o kreativitě, na stranách 136 – 142.

2. Použite rôzne brainstormingové techniky na kreovanie nápadov (45 min. – 1 hod.)

Cieľom je vyprodukovať čo najviac nápadov, bez posudzovania ich kvality. Rozdeľte účastníkov a účastníčky do skupín a oboznámte ich so základnými pravidlami brainstormingu. Môžete skombinovať viaceré brainstormingové techniky. Pozrite si príklady v manuáli MobLab o kreativitě, na stranách 145 – 154.

3. Vyberte si svoj najlepší nápad (20 min.)

Zosumarizujte si nápady, ktoré vyprodukovala vaša skupina a vyberte tie najlepšie. Teraz z nich vytvorte koncepty, ktoré budete môcť ukázať ostatným skupinám podľa možnosti bez sprievodného vysvetľovania. Pozrite si príklady v manuáli MobLab o kreativitě, na stranách 157 – 162.

Ak máte viac času (ďalších 20 – 30 min.), môžete podľa konceptu vypracovať prvý prototyp, ktorý otestujete na ostatných účastníčkach a účastníkoch. Pozrite si príklady v manuáli MobLab o kreativitě, na stranách 177 – 178.

4. Testujte a zdokonaľte svoje koncepty (30 min. – 1 hod.)

V spojení s druhou skupinou (postupne so všetkými ostatnými skupinami) si navzájom predstavte svoje najsilnejšie koncepty alebo prototypy a vypočujte si reakcie od ostatných.

Na základe nich môžete svoj koncept prehodnotiť a ďalej rozvíjať: čo ponecháte, od čoho radšej upustíte, čo rozpracujete?

Ak máte ešte viac času, môžete vytvoriť finálne prototypy a overiť si, ako účinkujú na publikum mimo workshopu – skúste ich predstaviť okruhu svojich blízkych a známych, vo vašej škole, alebo mladým ľuďom v uliciach. Prečítajte si viac v manuáli MobLab o prototypoch: <https://mobilisationlab.org/wp-content/uploads/2019/03/CA-prototype-final.pdf>.

5. Vyjadrite sa umelecky (30 min. – 1 hod. a viac)

Teraz by ste už mali mať v hlave najlepšie nápady na mémy alebo umelecké dielo či dielko takého druhu a žánru, ktorý vám je blízky a na ktorý máte dostupné prostriedky a čas: môže to byť napísaný či namalovaný transparent, obraz, koláž, napísaná alebo zarecitovaná báseň, nahratá pieseň, video... tvorivosti sa medzi nekladú.

Poznámka: Pri kampani #LetsTalkAboutYes v Dánsku sa postupovalo podľa manuálov tzv. kampaňového akcelérátora MobLab. Viac sa o tom dočítate v prípadovej štúdii: <https://mobilisationlab.org/stories/when-changing-laws-isnt-enough/>. Manuál nájdete na odkaze <https://mobilisationlab.org/wp-content/uploads/2019/03/CA-create-final.pdf>.



PODPORA ĽUDÍ, KTORÍ ZAŽILI SEXUÁLNE NÁSILIE: AKO REAGOVAŤ

Sexuálne násilie vrátane znásilnenia je celosvetovo veľmi rozšírené a systémovo ukotvené. WHO odhaduje, že približne každá tretia žena na svete (35 %) zažila sexuálne alebo fyzické násilie zo strany svojho intímneho partnera alebo sexuálne násilie, ktorého páchatelom bol iný človek.

Neexistuje krajina, kde by ľudia žili bez ohrozenia sexuálnym násilím, a hoci disproporčne zasahuje najmä ženy a dievčatá, pred jeho deštruktívnymi následkami nie je v bezpečí žiadna skupina ľudí.



Existuje veľká pravdepodobnosť, že aj medzi aktivistkami a aktivistami, ktorí sa zapájajú do kampane. Hovoríme o súhlase, sú ľudia, ktorí sexuálne násilie alebo znásilnenie zažili na vlastnej koži, resp. že ľudia s podobnou skúsenosťou budú medzi ľuďmi, ktorým sa budú v rámci kampane online i offline prihovárať.

Aktivisti a aktivistky by nemali nikoho vyzývať na uvádzanie osobných skúseností, no časť ľudí so skúsenosťou so sexuálnym násilím sa tak môže dobrovoľne rozhodnúť. Niektoré a niektorí síce nič otvorene nepovedia, ale čítanie a sledovanie materiálov o znásilnení alebo účast na niektorých aktivitách v nich môžu vyvolať nepríjemné pocity.

Následky znásilnenia – všeobecná odpoveď
Na sexuálny útok zareaguje každý človek ináč. Každý spôsob prežívania je rovnako legitímny, tu neexistuje „nesprávna reakcia“. K častým následkom patria nočné mory, živé spomienky, náladovosť alebo znížená schopnosť sústrediť sa. V niektorých prípadoch sa u ľudí, ktorí zažili sexuálne násilie rozvinie intenzívny strach, posttraumatická stresová porucha, pocity viny, hanby alebo poškodenia, ktoré často korešpondujú s prevládajúcimi stereotypmi o ľuďoch, ktorí zažili sex. násilie, páchateloch a o rodových rolách mužov a žien.

V niektorých prípadoch nemožno na ľuďoch so skúsenosťou pozorovať žiadne následky, ktoré by sa prejavili navonok. Ako sa môžu cítiť ľudia po znásilnení a ako sa s ním môžu vyrovnávať, sa dočítate napríklad v tejto knihe: <https://ninaburrowes.com/books/the-courage-to-be-me/preface/>

Ako môžeme ľudí s takouto skúsenosťou podporiť?

Sprístupnite zoznam kontaktov na pomáhajúce organizácie tak, aby oň nebolo nutné požiadať (napríklad počas workshopu na letáčkoch pred vstupom alebo v miestnosti s občerstvením).

Môže ísť o bezplatné telefonické linky pomoci celoštátnych alebo regionálnych organizácií, kontakty na krízové centrá pre ženy alebo špecificky pre preživšie znásilnenia. Odporúčame pridať kontakty a internetové adresy organizácií, ktoré sa zaoberajú špecializovanou asistenciou (pre LGBTI+ ľudí, cudzinky a cudzincov, rôzne menšiny);

Pridajte tieto kontaktné informácie aj na svoj web a ďalšie svoje stránky (do profilov na sociálnych sieťach);

Ak plánujete zahrnúť kontakty na menšie organizácie, vopred ich o tom informujte;

Ak sa človek rozhodne, že sa podelí o svoje osobné skúsenosti, môžete ich podporiť nasledovne:

Počúvajte, čo vám hovoria, a skúste ich neprerušovať (aj keď máte otázky);

Verte im;

Dajte im najavo, že rozumiete, že si to nezavinili;

Poskytnite im kontakty na organizácie a odkazy na informácie, ktoré im môžu pomôcť, ale REŠPEKTUJTE ich rozhodnutie, čo urobia;

Nesúďte ich, ani sa ich nepýtajte, prečo sa nebránili alebo prečo nepožiadali o pomoc skôr;

Zachovajte dôvernosť informácií – nešírte osobné údaje ľudí so skúsenosťou, ako napríklad meno alebo miesto bydliska či miesto, kde došlo k incidentu, a v prípade, že cítite potrebu ďalej konzultovať, čo ste sa dozvedeli, alebo hovoriť o príbehoch ľudí so skúsenosťou v inom prostredí, uistite sa, že bez ich súhlasu neuviedete nič, čo by mohlo slúžiť na ich identifikáciu. Ak si pri počúvaní robíte poznámky, uložte si ich na bezpečné miesto/ do zabezpečeného elektronického formátu;

Vyvarujte sa dobrých rád, čo by mali ľudia so skúsenosťou so sexuálnym násilím robiť, aby sa cítili lepšie. Nechajte ich, aby boli samy paniami a páňmi svojej situácie;

Ak sa vám človek so skúsenosťou zverí, že sa cíti v nebezpečenstve (či už má pocit, že jej/mu hrozí útok od inej osoby alebo sebapoškodzovanie), opýtajte sa, či nechce kontaktovať linku pomoci.



Kontakty na niektoré krízové linky a pomáhajúce organizácie na Slovensku

Národná bezplatná nonstop linka pre ženy zažívajúce násilie: 0800 212 212

Linka prokuratúry pre ohlásenie domáceho násillia 0800 300 700

Národná linka pomoci obetiam obchodovania s ľuďmi 0800 800 818

Polícia 158

Záchranná linka 112

Nonstop krízová linka Aliancie žien Slovenska, ktorá poskytuje poradenstvo a pomoc obetiam násillia: 0903 519 550 alianciazien@alianciazien.sk

Bratislavský VÚC:

Poradenské centrum Alej 0911 417 778 alej.poradenskecentrum@gmail.com
Bezpečný ženský dom DÚHA 0918 824 247 domovduha@domovduha.sk
Bezpečný ženský dom Brána do života 0915 439 245 pomoc@branadozivota.sk
Poradenské centrum Nádej 0905 463 425 office@centrumnadej.sk

Nitriansky VÚC:

Centrum Slniečko 0917 545 808 poradna@centrumslniecko.sk

Kontakty na krízové linky a pomáhajúce organizácie v ďalších VÚC:
<https://www.zastavmenasilie.gov.sk/adresar/>

Ďalšie zdroje na podporu ľudí, ktorí zažili sexuálne násilie

Znásilnenie a jeho následky (materiál londýnskeho centra na podporu preživších)
http://www.rasasc.org.uk/wp/wp-content/uploads/2014/01/rapeCrisisSouthLondon_rapeAndTheEffectsOfRape_informationForSupportersOfSurvivors.pdf;

Ako si pomôcť <https://www.sarsas.org.uk/self-help-guides/>;

Ako sa zveriť s tým, že ma napadli? <https://www.projectconsent.com/how-do-i-tell-someone-about-my-assualt>;

My Body Back (londýnsky projekt na podporu žien rok po prežití sexuálneho útoku) <http://www.mybodybackproject.com/>.

7. HODNOTNÉ ZDROJE: KDE SA DOZVIETE VIAC O SÚHLASE

Množstvo dobrých zdrojov k téme sexu so súhlasom je dostupných na internete. Niektoré sme už v tejto príručke spomenuli. To nájdete niekoľko ďalších:

Projekty:

<https://www.consentcollective.com/>

<http://www.mybodybackproject.com/>

<http://www.consentiseverything.com/>

<https://www.projectconsent.com/>

Zdroje na vzdelávanie:

Všetko, čo potrebujete vedieť o súhlase, ale na sexuálnej výchove vás to nenaučili: <https://www.teenvogue.com/story/consent-how-to>
Ako muž zistí, či dostal súhlas? <https://www.scarleteen.com/>

[how_can_men_know_if_someone_is_giving_consent_or_not_0](#)

Ako vy, chalani – áno, vy, chalani – môžete predísť znásilneniu: https://www.scarleteen.com/article/abuse_assault/

[how_you_guys_thats_right_you_guys_can_prevent_rape](#)

TedX: Prečo potrebujem zmeniť spôsob, akým mladí muži uvažujú o súhlase: https://www.ted.com/talks/nathaniel_cole_why_we_need_to_change_the_way_young_men_think_about_consent

Rýchlovky:

Základy o sexe so súhlasom: https://www.scarleteen.com/article/disability_quickies/quickies_sexual_consent_basics

Video o súhlase od Amaze: <https://amaze.org/video/consent/>

Čo je to súhlas? <https://www.loveisrespect.org/healthy-relationships/what-consent/>

Metafora o hrade súhlasu: <https://everydayfeminism.com/2016/07/metaphor-for-consent/>

Všetko o hraniciach: <https://www.rewriting-the-rules.com/sex/all-about-boundaries/>

Kritériá súhlasu: <https://www.rewriting-the-rules.com/zines/#1570712847485-79489f1b-f52a>

„Tento zin vám poskytne zoznam bodov, o ktorých môžete uvažovať vždy, keď zvažujete, ako niečo robiť so súhlasom – či už ide o sex, spoločenské podujatie, prácu alebo akýkoľvek vzťah. Skúma a rozvíja kľúčové prvky dobrovoľného súhlasu, ktoré ľuďom pomôžu naladiť sa na vlastné túžby, potreby, limity a hranice, a zároveň sa cítiť dostatočne bezpečne na to, aby sa otvorene a zrozumiteľne vyjadrili.“



Úvod k súhlasu so sebou:

<https://loveuncommon.com/2017/09/28/self-consent/>

„Súhlas so sebou spočíva v rešpektovaní svojich vlastných potrieb, túžob a hraníc; v zvedavosti a záujme o seba; v tom, aby sme robili voľby, ktoré budú vyjadrením nášho autentického ‚ja‘. Zároveň je základom toho, aby sme sa naučili nadväzovať a udržiavať konsenzuálne vzťahy s druhými, pretože vnáša do nášho života a všetkých našich interakcií prax súhlasu.“

Sexuálne zneužívanie: čo ste sa nemali kde opýtať (2-minútové video-odpovede): <https://ninaburrows.com/sexual-abuse-the-questions-youve-never-had-the-chance-to-ask/>

Web o súhlase so sexuálnymi aktivitami po užití látok ovplyvňujúcich prežívanie a stav vedomia (zdroj užitočný aj pre debaty o súhlase vo všeobecnosti): <https://lgbt.foundation/news/chemsex-and-consent/228>

Yes Means Yes!: Visions of Female Sexual Power and A World Without Rape – zbierka esejí, ktorú zostavili Jaclyn Friedman a Jessica Valenti.

Zdroje na workshopy:

Podávanie rúk a súhlas: <https://bishtraining.com/three-handshakes-an-activity-for-learning-how-consent-feels/>

a video: <https://www.youtube.com/watch?v=awrp7EJGqyc>

Osvedčené tipy, ako učiť o súhlase: <https://bishtraining.com/top-tips-for-teaching-about-consent/>

a ďalšie návody na cvičenia (na stiahnutie za poplatok):

<https://bishtraining.com/product/the-consent-teaching-pack/>

Ako na sexuálne aktivity – začnite kolesom súhlasu: <https://loveuncommon.com/2018/02/14/negotiating-sex-start-with-the-wheel-of-consent/>

a 3-minútová hra: <https://bettymartin.org/download-wheel/>

O budovaní dôvery a otvorenej komunikácii na workshopoch (strany 14 – 16) <https://www.amnesty.org/download/Documents/ACT3000102015ENGLISH.PDF>

Podcasty:

7 tipov na sex so súhlasom: <https://megjohnandjustin.com/sex/7-tips-consensual-hook-up/>

Spravte zo súhlasu svoj cieľ: <https://megjohnandjustin.com/relationships/make-consent-aim/>

Podcast Laid Bare o sexe, vzťahoch, feminizme a rasovej príslušnosti („obsah pre dospelé publikum“): <https://soundcloud.com/laidbarepodcast>

Seriály na Netflixu:

Unbelievable, seriál podľa skutočného príbehu Marie Adler zo Spojených štátov, ktorá prežila znásilnenie: <https://www.netflix.com/gb/title/80153467>

Sex Education: <https://www.netflix.com/gb/title/80197526>



#letstalkaboutyes

#hovormeosuhlase



#suhlasjesexy

25

INDEX: MAG 01/2022
JAZYK: SLOVENČINA

www.amnesty.sk

AMNESTY
INTERNATIONAL





**AMNESTY INTERNATIONAL
JE GLOBÁLNE HNUŤIE
BOJUJÚCE ZA ĽUDSKÉ
PRÁVA. NESPRÁVODLIVOSŤ,
KTORÁ SA DEJE JEDNÉMU
ČLOVEKU SA TÝKA NÁS
VŠETKÝCH.**

MAGAZÍN: ĽUDSKÉ PRÁVA ŽIEN

A DIEVČAT

MAGAZÍN JE SÚČASŤOU PROJETKU 100KA. PROJEKT 100KA JE PODPORENÝ Z PROGRAMU ACTIVE CITIZENS FUND SLOVAKIA FINANCOVANÉHO Z FINANČNÉHO MECHANIZMU EHP 2014-2021. SPRÁVCOM PROGRAMU JE NADÁCIA EKOPOLIS V PARTNERSTVE S NADÁCIOU OTVORENEJ SPOLOČNOSTI A KARPATSKOU NADÁCIOU.

Iceland 
Liechtenstein
Norway **Active
citizens fund**

AMNESTY INTERNATIONAL SLOVENSKO

www.amnesty.sk
amnesty@amnesty.sk