

Podpora v praxi

INFORMAČNÍ ZPRAVODAJ PRO PROFESE POMÁHAJÍCÍ OBĚTEM SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ



V TOMTO ČÍSLE NAJDETE:

Novinky z Platformy str. 1

Mozek a stres str. 2

**Sexualizované násilí:
nový výzkum** str. 5

**Obyčejné předměty,
neobyčejná bolest** str. 8

Inspirace Islandem str. 11

Rozkoš bez rizika str. 12

Otevřeli jsme PORT str. 14

Novinky z Platformy

CO SE UDÁLO OD POSLEDNÍHO VYDÁNÍ?

Milé čtenářky, milí čtenáři,

v tomto již třetím vydání zpravodaje vám přinášíme novinky z Platformy pro pomoc osobám se zkušeností se sexualizovaným násilím a z našich dalších aktivit. Od posledního vydání se udála zkrátka řada věcí, o kterých se na následujících řádcích dozvíte více.

V říjnu proběhlo již čtvrté setkání Platformy, které bylo tentokrát tematicky zaměřené na právní aspekty práce s lidmi se zkušeností se sexualizovaným násilím (SN). Na úvod setkání představila vedoucí poradenského centra Praha Veronika Šádková organizaci ROZKOŠ bez RIZIKA, z.s. Organizace poskytuje pomoc sexuálním či erotickým pracovnícům a pracovníkům. Prosazují přístup založený na respektování volby žít se sexuální a erotickou prací. Nehodnotí rozhodnutí ženy nebo muže vstoupit do sexbyz-

nysu. Podporují sexuální pracovnice a pracovníky při vytváření limitů a hranic v profesním a osobním životě a předcházení a snižování rizik spojených s touto prací ve zdravotní, psychické, sociální a legislativní oblasti.

Následně došlo k představení práce s osobou se zkušeností se SN z pohledu policie v rámci zajímavé diskuze s pplk. Mgr. Pavlou Vantuchovou z Policejního prezidia, Odboru obecné kriminality. Diskuze byla zaměřená především na speciální výslechové místnosti nebo vzdělávání policie v problematice SN. Poté advokát Mgr. David Oplatek poskytl pomocí příkladů z praxe další pohled na práci s osobám se zkušeností se SN.

Na závěr setkání byl věnován prostor redefinici znásilnění a její kritice z pohledu právničky proFem Mgr. Nelly Šimkovské. Diskuze byla obohacena o advokační praxí účastnic z organizací Konsent a Amnesty International, které také usilují o legislativní změny v oblasti redefinice znásilnění.

Na základě zpětné vazby a požadavcích na získání více informací o právní pomoci osobám se zkušeností se SN se v lednu konalo pro účastníky Platformy akreditovaný kurz o právech obětí domácího a sexuálního násilí v rámci trestního řízení. Školení vedla právnička Mgr. Kateřina Šmatová, která také spolupracuje s proFem.

Kromě toho pracujeme společně s dalšími účastníky Platformy na metodice pro pomoc osobám se zkušeností se SN. Metodika obsahuje specifika práce s různými cílovými skupinami a představuje tak komplexní a respektující přístup při práci s klienty a klientkami. Metodika bude brzy veřejně dostupná.

Děkujeme za dosavadní podporu a těšíme se na další vývoj Platformy.

Manuela Haug, koordinátorka centra pro oběti sexuálního násilí PORT, proFem

Mozek a stres

DOPADY (RAPE)TRAUMATU U LIDÍ SE ZKUŠENOSTÍ SE SEXUÁLNÍM NÁSILÍM

Mohlo by se zdát, že v současné době je ve veřejném, populárně-naučném i odborném prostoru často zaznívají pojmy jako traumata, rape traumata či obranné reakce na stres. Z naší zkušenosti však plyne, že tyto jevy jsou obvykle lidem stále dosti neznámé, nerozumí jim či nechápou jejich důsledky. Pokládáme tak za smysluplné se jim věnovat opakovaně a připomínat je v různých kontextech.

CO JE TO (RAPE) TRAUMA?

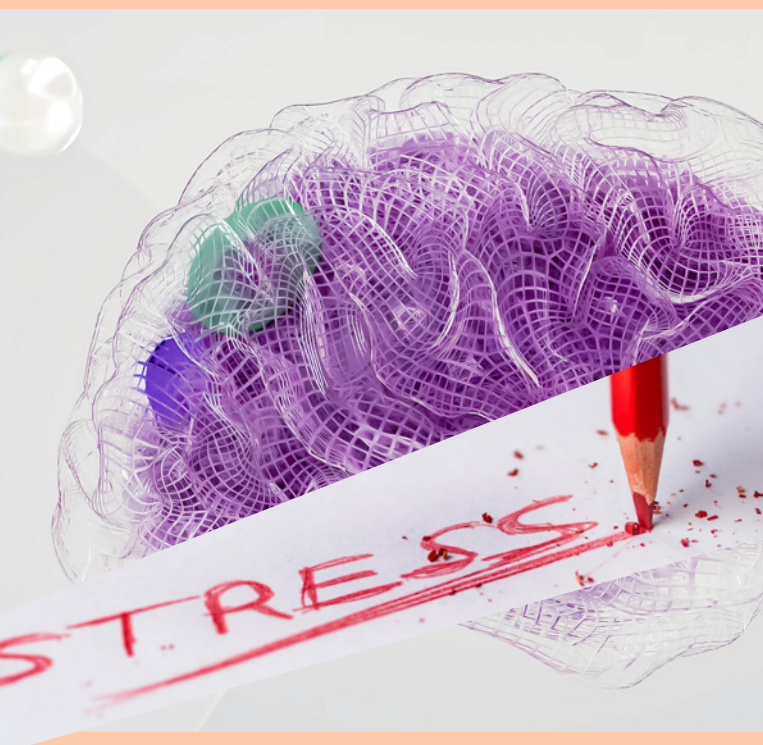
Trauma v lidském prožívání může být definováno jako stav (v rovině duševní i fyziologické), který vzniká v důsledku velmi závažné události, jež přesahuje běžnou lidskou zkušenost. Selhávají obvyklé copingové strategie, které jinak pomáhají těžké situaci překonat. Traumatický zážitek je zážitkem, který nemohl být z důvodu míry zátěže zvládnutelný. Trauma způsobené záměrným násilným lidským chováním pokládáme za obzvláště závažné. Traumatizující zkušenosti, zejména pokud nejsou jejich dopady ošetřené, mohou způsobit tzv. posttraumatickou stresovou poruchu.

Sexualizované násilí je celosvětově rozšířeným problémem, jehož dopady mohou být pro zasaženou osobu devastující. Trauma, nebo také rape trauma, způsobené tímto násilím ovlivňuje nejen psychické a emocionální zdraví, ale i vztahy s druhými lidmi, postoj k sobě samé či ke světu. Dopady tohoto typu traumatu se velmi často promítají do různých oblastí života.



Zážitek sexualizovaného násilí, potažmo znásilnění, patří mezi extrémně traumatizující životní zkušenosti.

V případě sexualizovaného násilí lze použít termín rape trauma, kterým rozumíme formu posttraumatické stresové poruchy, která se vyskytuje u obětí znásilnění. Jako diagnostická kategorie není sice zatím termín rape trauma v manuálech zanesen, v odborné veřejnosti je však jako označení pro soubor znaků, symptomů a reakcí souvisejících s traumatem po znásilnění užíván (Ptáček, Čírtková, Žukov, 2009). Traumatické prožívání se může rozvinout i v případech, kdy nedošlo k fyzickému zranění.



V psychoterapii existuje několik přístupů k traumatu. Obvykle je s traumatem zacházeno coby s vnitřním zraněním, jež je po samotném incidentu stále živé nebo zapouzdřené, a které se projevuje v mysli, v kognici, v emocích, v tělesných procesech a v chování. Traumatická zkušenost a její důsledky brání v běžném prožívání života a v rozvinutí vlastního potenciálu.

Trauma není konkrétní událost, nýbrž stav vzniklý v důsledku prožití konkrétní události jako traumatizující. Traumatické prožívání není volbou, ale souborem důsledků vzniklých v kontextu více vlivů. Ne u každého jednotlivce se po potenciálně traumatizující události musí rozvinout posttraumatická symptomatika. Ke každému člověku je nutné přistupovat individuálně v kontextu jeho životní historie, subjektivního vnímá-

ní a prožívání, zdrojů opory, které má k dispozici atd. Určité typy událostí však považujeme za velmi pravděpodobně trauma způsobující (např. úmrtí v rodině, války, přírodní katastrofy, napadení, znásilnění atd). Při práci s lidmi, o kterých víme, že prošli některou z potenciálně traumatizujících událostí, musíme být šetrní a mít na zřeteli pravděpodobnost přítomnosti traumatického prožívání.

CO SE DĚJE S ČLOVĚKEM, KTERÝ ČELÍ OHROŽUJÍCÍ UDÁLOSTI?

Náš organismus, který je řízen mozkem, se v rámci evoluce vyvinul tak, že nás umí ochránit před život a zdraví ohrožujícími situacemi. Pokud mozek vyhodnotí, že jsme v situaci silného ohrožení, spustí řadu fyziologických procesů, které slouží k naší obraně, k obraně zdraví a života. K tomuto typu vyhodnocení dochází tak rychle, že si je ani neuvědomíme. V situaci silného ohrožení nad organismem převzou vládu evolučně starší části mozku, které jsou zodpovědné právě za zajištění přežití. Struktury mozku, díky kterým můžeme v klidu přemýšlet, zvažovat, plánovat, logicky vyhodnocovat a vědomě se rozhodovat, se „odpojí.“ Na ně není čas.

Pokud je tělo vybuzeno stresorem/nebezpečím, generuje velké množství energie potřebné k aktivaci obranných mechanismů. Tři základní obrany jsou útok, útěk, zamrznutí (angl. fight, flight, freeze). Při realizaci a chvíli po ukončení těchto obran dochází k uvolnění nahromaděné energie (Levine, Kleinová, 2012). Při obraně či při útěku energie přechází do svalů. Při zamrznutí do vnitřních orgánových soustav. Po ukončení nebezpečné situace se uvolňující se energie projevuje různými způsoby, např. chvěním a třesem těla. Lidé mnohdy nesmyslně mluví, pláčou, nadávají, zlobí se, chodí bezcílně sem a tam atd. Uvolnění energie je nutné pro zvládnutí situace a k odplavení obranné aktivity. Celý organismus se navrácí do rovnováhy, dochází ke zklidnění. Opět se propojují všechny části mozku a o prožité události začíná být možné přemýšlet, mluvit, rozumět jí a integrovat ji do vlastní životní historie. A to i přes to, jestliže se jedná o velmi závažnou událost.

Při výběru konkrétní obranné reakce mozek volí tu, kterou vyhodnotí jako nejvhodnější pro ochranu

organismu. V situaci sexualizovaného násilí je velmi častou reakcí organismu zamrznutí. Proč?

Ženy, které se staly obětmi sexualizovaného násilí, obvykle popisují, že v ten daný moment zažívaly silný strach o život. V tu chvíli totiž nemohly vědět, jak konkrétní napadení, útok či násilí skončí, kdy a zda se zastaví. Situace sexualizovaného násilí je velmi často spojena s pocitem ohrožení vlastního života. A náš mozek v takové chvíli volí strategii, kterou vyhodnotí jako neefektivnější. Zamrznutí v daný moment představuje obranu, která může násilníka odradit od dalšího útoku. Jedná se o zkušenost získanou evolucí. Anebo, pokud bude násilí pokračovat, zamrznutí alespoň pravděpodobně zajistí to, že útok může být méně surový. V tak strašné situaci se jedná o velmi moudrou obranu, která je podmíněna evolučním vývojem a fyziologicky. Nikdo si ji nevolí vědomě.

Po zážitku sexualizovaného násilí, při kterém tělo reagovalo zamrznutím, se často objevují pocity viny, hanby, bezmoci a výčitky. Je důležité si uvědomit, že ve chvíli extrémního stresu nepřemýšlíme logicky, v kontextu, v čase a v prostoru. Pokud na danou situaci vzpomínáme, vzpomínáme z jiné pozice, máme k dispozici jiné informace, víme, že jsme přežili.

JE MOŽNÉ, ŽE NĚKTERÉ SITUACE ZVLÁDNU A JINÉ NEDOKÁŽI ZPRACOVAT, VRACÍ SE MI A BRÁNÍ MI V MOŽNOSTI DOBŘE ŽÍT MŮJ ŽIVOT?

Ano. Pokud nedojde, z různých důvodů, k uvolnění nahromaděné energie vybuzené v rámci obranných mechanismů, může dojít k určitému „zacyklení.“ Zážitek ohrožující události není integrován. Nedojde ke znovunastolení rovnováhy. **Mozek zůstává v pohotovosti** a velmi často „zapíná“ stresové a obranné reakce. Celý organismus je stále vybuzen a připraven se chránit. Lidé pak mohou reagovat velmi silným stresem i na drobné podněty, které za obvyklých podmínek nejsou život a zdraví ohrožující. Náročností pro organismus, vylučováním „stresových“ hormonů, napínáním pozornosti, nemožností se soustředit a v klidu přemýšlet, tenzí a „sevřením“ ve svalech atd. může docházet k rozvoji traumatického prožívání a reagování. Daný člověk se tedy nevyrovnává pouze s prožitou ohrožující situací, ale také s neustupujícími projevy obranných

mechanismů, které často prožívá jako „divné“ a neznámé. Nerozumí jim. Připadá si jako „blázen.“

Při traumatickém prožívání se mohou vyskytovat tzv. „flashbacky.“ Jedná se o stav organismu, který jakoby dané ohrožení znovu-prožívá stejně intenzivně jako tehdy. S velkou intenzitou se objevuje strach, hrůza, úzkost, panika atd. Vysvětlením může být způsob ukládání vzpomínek během traumatizující události. Ve stavu vysokého vybuzení organismu, jak jsme popsali výše, dochází k „odpojení“ části mozku zodpovědné za logické myšlení a přemýšlení v čase a v prostoru. Hrůza daného okamžiku v době ohrožení je pocitově všudypřítomná a nekončí. Při flashbacku a znovuprožívání je tomu podobně.

K dalším projevům traumatického prožívání patří disociativní prožitky, konkrétně depersonalizace a derealizace, se kterými se u lidí se zkušeností se sexualizovaným násilím setkáváme. Disociací rozumíme zážitky „odtržení se“ od vlastního prožívání, kouskovitého vnímání reality až rozpadu vnímání na jednotlivé aspekty. Lidé např. popisují, že necítí téměř žádné emoce a pocity, anebo jen velmi slabé. K disociativnímu prožívání může dojít i během ohrožující události, kdy lidé popisují, že si nemohou vzpomenout na celou událost či její aspekty, nemohou správně zařadit časové údaje apod. Toto je dáno specifiky ve vnímání při silném stresu.

Depersonalizací rozumíme trvalý nebo opakující se pocit odtržení od vlastních duševních procesů či těla. Jako by člověk sám sebe pozoroval zvnějšku, nebyl sám se sebou v kontaktu. Derealizací rozumíme opakující se či trvalé pocity nereálnosti okolí. Jako by realita byla virtuální, snová apod. (APA, 2015). Depersonalizací a derealizací můžeme považovat za určité formy disociativních prožitků.

Neustálý „pohotovostní režim“ organismu, flashbacky, disociativní prožívání, depersonalizace a derealizace jsou velmi těžké zkušenosti a stavy, které výrazně zhoršují kvalitu života. Zároveň disociacím, depersonalizací či derealizací po dobu trvání traumatického prožívání můžeme rozumět také jako přetrvávajícím mechanismům, který nás chrání před zaplavením extrémně silnými pocity. Ač jsou velmi nepříjemné, zdá se, že v některých situacích či fázích procesu vyrovnávání se s traumatizujícím zážitkem mohou mít svůj smysl.

Teprve postupem času a např. za pomoci psychoterapie, může docházet k integraci traumatických vzpomínek mezi vzpomínky ostatní, k postupnému oslabování jejich emočního náboje. Organismus může postupně zažívat zklidnění a může docházet k postupnému uvolňování aktivované energie. V rámci procesu uzdravy může zároveň docházet k prožívání silných emocí. Ty jsou v pořádku a mohou být součástí tohoto procesu. Celé prožívání, tělesný i duševní stav může tak krok za krokem znovu nabývat rovnováhy mezi aktivací a klidovým stavem, což může vést k nabývání pocitu bezpečí a smyslu vlastního života.

ZDROJE

American Psychiatric Association. (2015). Diagnostický a statistický manuál duševních poruch. Praha: Hogrefe – Testcentrum.

Levine, P., A., Klineová, M. (2012). Trauma očima dítěte. Probouzení obyčejného zázraku léčení. Praha: Maitrea, a. s.

Ptáček, R., Čírtková, L., Žukov, I. Rape trauma – klinické a forenzní souvislosti. Psychiatrie pro praxi 2009; 10(6): 268–271

*Irena Filipová, Markéta Pekárková,
psychoterapeutky proFem*

Nový výzkum

SEXUALIZOVANÉ NÁSILÍ: VÝSKYT, DOPADY A NÁKLADY NA ZDRAVOTNÍ PÉČI

Představujeme hlavní výstupy z nového reprezentativního výzkumu proFem, o.p. s. a MindBridge Consulting, a.s.

Sexualizované násilí je naprostým narušením individuálních intimních hranic, sebeurčení a svobody volby člověka, vůči kterému je namířeno. Často má na životy obětí a přeživších dlouhodobé, ale i celoživotní dopady a v proFemu jsme považovali za důležité mít konkrétní a reprezentativní data, která by tyto dopady popisovala. Výzkumem chceme ukázat, jak dalekosáhlé dopady může mít prožité násilí na životy obětí a přeživších a také to, že nejde jen o ojedinělou zkušenost několika lidí, ale celospolečenský jev s rozsáhlými dopady, který ve výsledku ovlivňuje nás všechny.

VÝSKYT SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

O tom, že sexualizované násilí (dále také jako SN) představuje navzdory častým představám ve společnosti značně rozšířený problém, svědčí, že nějaký typ sexualizovaného násilí zažilo 58 % žen ve věku od 18 do 65 let, které se do našeho výzkumu zapojily.

Nejčastěji se ženy zapojené do výzkumu, a to 48 % z nich, setkaly s nekontaktními formami SN. Přes 39 % pak uvedlo, že zažilo kontaktní formy SN. Překvapivě vysoké číslo oproti jiným výzkumům, a to 20 % žen, uvedlo, že zažilo znásilnění¹. Důvodem je, že tento typ sexualizovaného násilí byl v tomto výzkumu definován

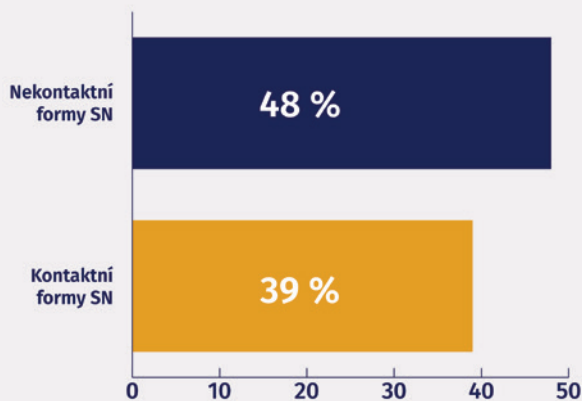
graf č. 1: Zkušenost s nějakou formou SN kdykoliv během života
(n = 5042)



¹ Kategorie „nekontaktní formy SN“ a „kontaktní formy SN“ jsou výlučné – jinými slovy jsme veškerých 31 situací SN rozdělili do těchto jedné z těchto dvou kategorií. Kategorie „znásilnění“ pak výlučně není s těmito dvěma není: situace, které do ni řadíme, jsou promítnuty právě i v kategoriích kontaktní a nekontaktní formy. Více informací o kategorizaci naleznete ve výzkumné zprávě na webu profem.cz

prostřednictvím širší definice zahrnující i činy vykonané bez souhlasu ženy (viz kapitola Kategorizace výsledných dat). Což je odlišné pojetí oproti tomu, jak je dosud znásilnění definováno v českém právním řádu. Širší typ definice však více odpovídá reálným zkušenostem obětí a přeživších s tímto typem násilí, a proto jsme se k této definici přiklonili.

graf č. 2: Zkušenost s kategoriemi SN kdykoliv během života (n = 5042)



Ve výzkumu jsme se zaměřili také na zkušenosti se SN v době, kdy dotazovaným ženám ještě nebylo 15 let. Je potřeba ovšem dodat, že jsme se na tuto zkušenost ptali pouze dospělých žen, proto naše výzkumná data neobsahují zkušenosti dívek, kterým ještě v průběhu sběru dat nebylo 18 let.

S nějakou formou SN se do 15 let svého věku setkalo 22 % respondentek. 18 % žen a dívek zažilo nekontaktní formy SN a 11 % zažilo kontaktní formy SN. 2 % zažila znásilnění.

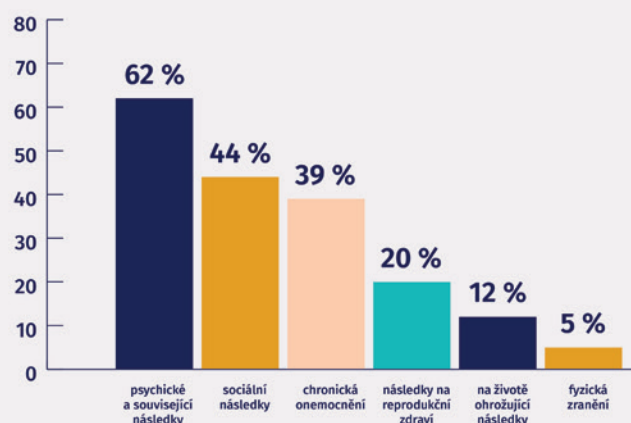
DOPADY PROŽITÉHO NÁSILÍ

Navzdory představám o dopadech SN, které se podle naší analýzy rozsudků často projevují i v soudních rozsudcích nebo posudcích soudních znalců, čelí většina obětí a přeživších sexualizovaného násilí nějakým negativním následkům. Jak ukazují konkrétní procenta níže, mezi dopady převládají negativní dopady na psychické zdraví, chronická onemocnění či sociální dopady. Také, jak vyplývá z následujících dat, mívá SN prožitá před 15. rokem života větší dopad na oběti a přeživší: jednotlivé kategorie dopadů se u respondentek, které násilí prožily právě v tomto věku, objevují ve větší míře než u těch, které ho zažily kdykoliv v průběhu života.

Dopady znásilnění zažitého kdykoliv v průběhu života

76 % obětí a přeživších znásilnění (prožitého kdykoliv v průběhu života), uvedlo, že v jeho důsledku čelí nebo čelily nějakým následkům. 62 % uvedlo psychické a související následky, 44 % sociální následky. 39 % žen, které zažily znásilnění v průběhu života, uvedlo jakákoliv chronická onemocnění, přičemž 30 % uvedlo psychická chronická onemocnění a 23 % fyzická chronická onemocnění. Dopady na reprodukční zdraví uvedlo 20 % obětí a přeživších znásilnění (zažitého kdykoliv v průběhu života). Na životě ohrožující následky uvedlo 12 % obětí a přeživších. Také u obětí znásilnění zažitého kdykoliv během života se fyzická zranění v našem výzkumu ukázala jako nejméně častá. Uvedlo jej 5 % z celkového počtu obětí a přeživších, které zažily během svého života znásilnění.

graf č. 3: Dopady znásilnění zažitého kdykoliv během života (n = 1048)



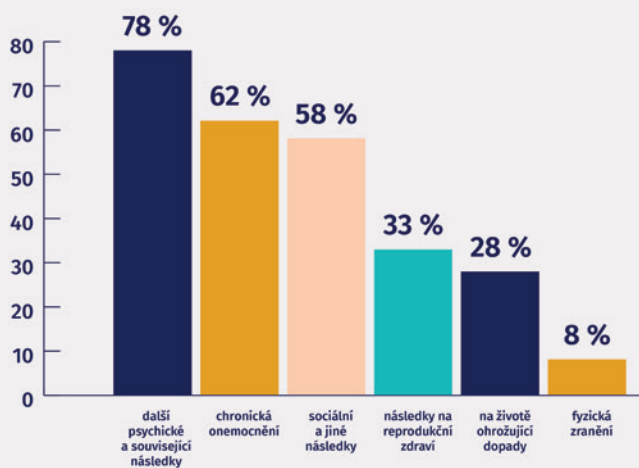
Dopady znásilnění zažitého ve věku do 15 let

93 % obětí a přeživších znásilnění v době, kdy jim ještě nebylo 15 let uvedlo, že v jeho důsledku čelí či čelilo nějakým následkům.

78 % obětí a přeživších uvedlo, že mělo v důsledku znásilnění další psychické a související následky. Chronickým onemocněním, jak fyzickým, tak psychickým, čelí 62 % obětí a přeživších znásilnění, ke kterému došlo do 15 let věku, 58 % uvedlo sociální následky a 28 % dokonce uvedlo na životě ohrožující následky. O něco vyšší procento, 33 % obětí a přeživších, uvedlo dopady na reprodukční zdraví. V rozporu s rozšířenou představou o „správné“ oběti, jsou fyzická zranění

nejméně častým dopadem znásilnění. Tento následek uvedlo 8 % z celkového počtu obětí a přeživších, které zažily znásilnění před 15. rokem života.

graf č. 4: Dopady znásilnění ke kterému došlo do 15 let věku oběti/přeživší (n = 121)



NÁKLADY NA ZDRAVOTNÍ PÉČI

Většinu dopadů pociťují oběti a přeživší dlouhodobě a opakovaně. Z výzkumu také vyplynulo, že 32 % žen nevyhledalo lékařskou pomoc, i když ji potřebovaly. Důvody pro nevyhledání lékařské péče (i když to nebylo předmětem tohoto výzkumu) mohou být stejné jako důvody, proč oběti a přeživší tento typ násilí nehlásí, ani jej nikomu nesdělí. Sexualizované násilí je stále spojeno se silnou stigmatizací a mýty ve společnosti, obětem není důvěřováno a jejich prožitky jsou zlehčo-



vány. Oběti a přeživší často čelí naprosto paralyzujícímu strachu a studu, nebo mohou mít obavu z eskalace násilí ze strany pachatele, pokud by se s tím, co prožívají, někomu svěřily.

Vůči předsudkům a mýtům pak není imunní ani zdravotnický personál či osoby věnující se péči o duševní zdraví. Zdravotnický personál navíc není v Česku nijak systematicky vzděláván v tématu sexualizovaného násilí a v tom, jak s oběťmi citlivě pracovat. Mnohdy proto neví, jak s oběťmi a přeživšími komunikovat a jak k nim přistupovat a nezdědky mívají o zdravotních dopadech násilí nedostatečné nebo zkreslené představy.

Z výzkumu vyplývá, že podíl žen, které v minulém roce vyhledaly odbornou zdravotní péči v důsledku prožitého sexualizovaného násilí je 3,76 % v cílové populaci. Po přepočtu to odpovídá v průměru 123 550 žen, které v ČR mohou ročně vyhledat zdravotní péči v důsledku sexualizovaného násilí.

Náklady na roční léčbu jedné ženy v důsledku zdravotních dopadů, které sama respondentka spojila se sexualizovaným násilím, byly v průměru 20 872 Kč. To zahrnuje ošetření a léčbu zranění fyzických, psychických, pohlavně přenositelných nemocí, umělého přerušování těhotenství, nebo i zhoršení stavu chronických onemocnění v důsledku násilí. Nebylo přitom výjimkou, že šlo o kombinaci těchto zdravotních dopadů.

Pokud provedeme projekci průměrných celkových výdajů za 12 měsíců za ošetření obětí a přeživších sexualizovaného násilí, které je hrazené zdravotními pojišťovnami, na populaci žen ve věku 18–65 let, dostaneme se na částku představující zhruba 2,3 mld. Kč. To jsou roční náklady, které jsou vynaloženy ze systému veřejného zdravotního pojištění na léčbu obětí a přeživších sexualizovaného násilí. Tyto výdaje však nezahrnují vlastní výdaje žen, úhradu léčiv, nebo odborné péče nad rámec zdravotního pojištění, a tedy hrazené z jejich vlastních prostředků.

ZÁVĚR

Každý člověk má jedinečný talent a přínos pro naši společnost. Neřešením dopadů sexualizovaného násilí a zanedbáváním jeho prevence přicházíme jako společnost o mnohé: o potenciál těch, kteří takové trauma zažili, a které jim brání plně rozvinout jejich schopnosti. Právě proto si každý jednotlivý člověk, který sexua-

lizované násilí prožil nebo prožívá, zaslouží pomocnou ruku. A právě proto potřebujeme jako společnost i jako jednotlivci brát sexualizované násilí vážně a intenzivně pracovat na jeho prevenci.

Chceme tak i vás, čtenáře a čtenářky tohoto článku, vyzvat k tomu, abyste tato data a informace využívali ve své práci: ať už pracujete s lidmi, kteří mají se sexualizovaným násilím zkušenost, nebo se podílíte na prevenci násilí a vzdělávání, na tvorbě strategických dokumentů, nebo při uvažování o nových službách systému pomoci.

METODOLOGIE

Výzkum jsme realizovali ve spolupráci s agenturou MindBridge Consulting, a.s. Ve výzkumu jsme se zaměřili pouze na ženy, velikost vzorku byl 5042 žen ve věku 18–65 let. Výzkum byl realizován v podobě kvan-

titativního reprezentativního dotazníkového šetření. Kompletní popis metodologie a další výstupy z tohoto výzkumu jsou dostupné ve výzkumné zprávě.

Výzkum byl realizován v projektu Rozvoj Platformy pro pomoc obětem sexuálního násilí, který je podpořen z Fondů Norska 2014–2021.



*Jana Gabrielová, genderová expertka,
Eva Michálková, manažerka komunikace
a fundraisingu, proFem*

Obyčejné předměty, neobyčejná bolest

KAMPANÍ PODNĚČUJEME ZMĚNU POSTOJE SPOLEČNOSTI VŮČI OBĚTEM SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Odhalujeme hluboké, ale často přehlížené následky sexualizovaného násilí: co oběti prožily a jak razantně to ovlivnilo jejich život? Čeho všeho se kvůli prožitému traumatu musely vzdát? Jaké předměty každodenního života jim neustále připomínají to, na co by nejraději už navždy zapomněly? Na tyto otázky odpovídá naše nová kampaň v podobě výstavy, videí, plakátů a doprovodných příspěvků na sociálních sítích.

Kampaň se zaměřuje na všední předměty, které jsou každodenními připomínkami traumatických situací. Tyto předměty v sobě nesou nevyřčené a nesdělené příběhy obětí sexualizovaného násilí, a poukazují na vrstvy traumatu, které sahají daleko za samotný čin; strach promluvit, protože jim nikdo neuvěří, izolace a samota, které oběti zažívají, když toto břímě nesou samy. Sexualizované násilí zároveň způsobuje hluboké, nevyčíslitelné ztráty – neuskutečněné sny, nenaplněné ambice, opuštěné koníčky, prosté radosti navždy spojené s bolestí.

Vizuální stránka kampaně je postavena na kontrastu obyčejných předmětů a traumatické události. Tyto předměty v obětech znovu otevírají bolestné vzpomínky. Vyjadřují i ztrátu, kterou jim sexualizované násilí způsobilo. Pár silonek tak ztělesňuje zničené profesní sny a životní jistoty ženy, jejíž prosperující kariéra byla náhle zastavena v důsledku otřesné události. Odhozené plavecké brýle symbolizují ztrátu potenciálu a nadšení mladého muže pro plavání, které po traumatické události nahradil strach a úzkost. Školní taška odráží šířavý strach ženy o své dítě, který je v příkrém kon-

trastu s bezstarostným dětstvím, jež jí samotné bylo odepřeno.

Naším cílem je lidem, kteří sexualizované násilí nezažili, pomoci si představit, jak nedozírné následky může toto trauma na oběti mít. S čím vším se musí potýkat a jak moc to jejich život ovlivňuje. Z naší přímé práce s oběťmi totiž víme, že se často setkávají s necitlivým nebo odmítavým přístupem ze strany rodiny, přátel i institucí. Tento přístup má kořeny ve společenských stereotypch, klamných představách

a neznalosti dlouhodobých následků sexuálního násilí. Přiblížením toho, co oběti zažívají, se tak snažíme zvýšit porozumění veřejnosti a předcházet domněnkám, které často působí jako překážky bránící obětem ve svěřeni se se svým traumatem a vyhledání pomoci.

Kampaní tak chceme přispět k vytvoření vnímavé a empatické společnosti, která věří, naslouchá a bez předsudků podporuje ty, kdo sexuální násilí zažili. Společnosti, ve které se oběti nemusí bát se svěřit či požádat o pomoc.



„Silonky už nenosím.
Z práce jsem musela odejít...“

proFem

Naslouchejte. Důvěřujte.

Obyčejné předměty denně připomínají obětem sexuálního násilí situace, které jim změnilý celý život. Mnoho z nich o tom ale mlčí, protože se bojí reakce okolí. Každý z nás může přispět ke změně.

www.verimeobetem.cz



Kde můžete kampaň sledovat?



www.verimeobetem.cz

Na Instagramu a Facebooku proFem

**Výstava v OC Westfield Chodov (Praha)
od 1. 3. do 31. 3. 2024.**

Výstava *Obyčejné předměty, neobyčejná bolest a doprovodná kampaň* jsou součástí projektu *Osvětou proti stereotypům a mýtům o sexuálním násilí, který je financován z Fondů Norska 2014–2021.*



*Kateřina Karlová, projektová koordinátorka proFem
Barbora Venclová a Eva Michálková, PR a média, proFem*



„Nikomu jsem to neřekl.
Od té doby jsem v bazénu nebyl...“

proFem

Naslouchejte. Důvěřujte.

Obyčejné předměty denně připomínají obětem sexuálního násilí situace, které jim změnilý celý život. Mnoho z nich o tom ale mlčí, protože se bojí reakce okolí. Každý z nás může přispět ke změně.

www.verimeobetem.cz



Inspirace Islandem

PŘÍKLADY VHODNÉ A CITLIVÉ PRÁCE S OBĚTI SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ, KTERÁ MÁ VÝSLEDKY

Jeli jsme na Island navštívit instituce a organizace pomáhající obětem sexualizovaného a domácího násilí. Měli jsme tak možnost podívat se blíže na to, jak země, která se dlouhodobě umísťuje na předních příčkách hodnocení genderové rovnosti, pracuje s tématem sexualizovaného a domácího násilí a jaké služby obětem a přeživším poskytuje.

Zaujalo nás zejména fungování speciální policejní vyšetřovací jednotky věnující se výhradně sexuálně motivovaným trestným činům, dále služby pro oběti sexualizovaného a domácího násilí v nemocnici a související péče ze strany tzv. trauma týmu.



POLICIE

Policie v Reykjavíku disponuje speciální vyšetřovací jednotkou, která se věnuje vyšetřování pouze trestných činů souvisejících se sexualizovaným násilím. Aktivně svou činnost vyhodnocují a zavádějí nové postupy. Daří se jim vyslechnout oběť sexualizovaného násilí obvykle pouze jednou, během výslechu, který trvá zpravidla 2–4 hodiny.

Policie dělá maximum pro to, aby obětem zjednodušila přístup k informacím, zmírnila jejich obavy a stres a předcházela sekundární viktimizaci: například prostřednictvím videonávodů, jak se dostat na policejní stanici, nebo důrazem na citlivost výslechu. Nyní zavádějí také neformální setkání s obětí před podáním trestního oznámení (nejde o výslech, cílem je zmírnit obavy oběti, odpovědět na dotazy, nejasnosti).

Pokud oběť sexualizovaného násilí volá na policejní linku, mluví s ní speciálně vyškolené policejní pracovnice: ty netlačí na to, aby oběť trestný čin nahlásila, poskytují jí informace o průběhu trestního řízení a kontakty na bezplatnou právní pomoc. Výsledkem tohoto modelu (funguje téměř 2 roky) je snížený

počet obětí, které v průběhu trestního řízení stahují své trestní oznámení, protože zjistí, že vlastně trestní oznámení podat nechtěly, a jejich potřeba byla spíše si o tom, co prožily, s někým promluvit, nebo si neuvědomily, co vše je během trestního řízení čeká.

V případě, že se oběť SN obrací nejprve na centrum pro oběti SN v nemocnici, a chce podat TO, policie vyjíždí do nemocnice a výslech realizuje s obětí tam.

Dětské oběti sexualizovaného násilí na Islandu nejdou NIKDY k soudu, u soudu se používá výslech nahraný policií.



TRAUMA TÝM

Pokud se na policii nebo nemocniční centrum pro oběti sexualizovaného násilí (při pohotovosti) obrátí oběť sexualizovaného násilí, je jí poskytnuta mj. péče v podobě krizové intervence od speciálně vyškoleného „trauma týmu“. A to do té doby, než se u oběti podaří zmírnit příznaky PTSD nebo než se pro oběť podaří zajistit dlouhodobou návaznou psychoterapii. Tato krizová a psychotherapeutická sezení od trauma týmu jsou poskytována zdarma a dle potřeby dané oběti.

SPECIÁLNÍ TÝM SOCIÁLNÍCH PRACOVNIC V NEMOCNICI

V nemocnici, kterou jsme navštívili, funguje speciální tým sociálních pracovníků pro téma domácího násilí. Nemocnici daří k domácímu násilí přistupovat systematicky a mimo jiné zachytit ty případy násilí, které by jinak velmi pravděpodobně podchyceny nebyly. Sociální pracovníci školí lékaře a lékařky v tom, jak se ptát pacientek a pacientů, zda nezažívají násilí a pokud někdo takový mezi pacienty je, sociální pracovníci jsou jim k dispozici. Oběti s nimi mohou o své situaci mluvit, sociální pracovníci dále zajišťují kontakty na ostatní služby systému pomoci a předávají informace obětem. Mimo jiné se tento speciální tým věnuje i efektivnímu předávání informací o pacientce/oběti napříč nemocnicí, s cílem zajistit co nejvyšší míru odhalení případů domácího násilí u pacientek a pacientů nemocnice a jeho efektivního řešení.

VÍCE O STUDIJNÍ CESTĚ

Studijní cestu do Reykjavíku absolvovalo díky grantu Nadace OSF pět členek týmu proFem na začátku října 2023. Mimo již zmíněné pracoviště policie a nemocnici jsme navštívili také neziskovou organizaci Stigmat a islandskou univerzitu, konkrétně pracoviště zaměřené na veřejné zdraví, ve kterém jsme hovořili s výzkumníci mapující například dopady traumatu v důsledku sexuálního násilí na zdraví.

Ze studijní cesty si odnášíme spoustu inspirace, i materiálů pro využití v našich službách, například postupy pro odběr vzorků a důkazů u obětí sexuálního násilí.

Získané inspirace i konkrétní postupy využijeme zejména při poskytování služeb v nově otevřeném komplexním centru PORT. V několika oblastech jsme ovšem i my mohli sdílet osvědčenou praxi: islandské kolegyně například velmi zaujala naše analýza rozsudků poukazující na znepokojivou praxi řady soudů, které se dopouští zlehčování násilí, obviňování obětí, nebo omlouvání pachatelů.

Projekt Islandský systém pomoci obětem sexuálního násilí: sdílení osvědčené praxe byl podpořen Nadací OSF, programem Active Citizens Fund, který je podpořen z Fondů EHP a Norska 2014-2021.



Eva Michálková, manažerka komunikace a fundraisingu, proFem

Rozkoš bez rizika

POMÁHÁME LIDEM PŮSOBÍCÍM V SEXBYZNYSU

V organizaci ROZKOŠ bez RIZIKA (R-R) už více než 32 let poskytujeme sociální a zdravotní služby ženám působícím v sexbyznysu. Před třemi lety jsme naši cílovou skupinu rozšířili i o muže a trans osoby. Máme čtyři poradenská centra (Praha, Brno, České Budějovice a Ostrava). V rámci terénních programů působíme po celé České republice, kde poskytujeme naše služby klientům*ám v jejich prostředí. Naším posláním je zlepšovat postavení sexuálních pracovníků*ic, předcházet rizikům spojeným s prací v sexbyznysu. Preventivním působením přispíváme k ochraně veřejného zdraví.

R-R má v rámci sociálních služeb registrované odborné sociální poradenství a terénní program. Naše poradenská centra mají dermatovenerologické ambulance. Klienti*ky zde v případě zájmu o vyšetření mohou podstoupit testy na pohlavně přenosné infekce (odběry krve na HIV, syfilis, Hepatitidy B, C a stěry na kapavku, chlamydie).

V případě terénního programu naše zdravotní sestry mohou provést rychlotesty na HIV, syfilis a Hep. C přímo v přirozeném prostředí klientů*ek. Klienti*ky v rámci terénního programu oslovujeme v erotických klubech, na privátní scéně (soukromé byty), oslovujeme eskortní služby a také pravidelně docházíme na pražskou pouliční scénu. K terénním výjezdům využíváme rovněž naši mobilní ambulanci, která poskytuje klientům*kám bezpečné prostředí a možnost komplexního vyšetření.

V rámci sociálních služeb nabízíme odborné sociální poradenství. Mezi nejčastější zakázky patří finanční a dluhová problematika, sexualizované i jiné násilí (v rámci sexbyznysu), domácí násilí, bezpečný sex, vstup a výstup ze sexbyznysu, pomoc s vyřizováním dávek, dokladů, rodičovské kompetence aj.

V případě, že klient*ka řeší v rámci odborného sociálního poradenství různé formy násilí, máme kromě sociálních pracovníků a zdravotních sester možnost využít terapeutické a právní služby. To nám umožňuje poskytnout komplexní informace předtím, než klientům*kám doporučujeme další návazné služby.

V roce 2015 jsme realizovali výzkum, v rámci kterého jsme analyzovali násilí v sexbyznysu a navrhovali možnosti a doporučení, jak těmto rizikům předcházet. O osm let později (2023) jsme výzkum opakovali a v tuto chvíli oba soubory dat mezi sebou porovnáváme. Avšak už nyní máme k dispozici první údaje o tom, jak se změnil druh a intenzita násilí proti sexuálním pracovnícím a nově i u sexuálních pracovníků.

Z výsledků výzkumu vyplývá, že 179 respondentů*tek z celkových 219 má zkušenost se závažnými trestnými činy. Ekonomické násilí (krádež) zažila více než

polovina dotázaných (53,9 %). Psychické násilí (nadávky, ponižování, aj.) zaznamenalo rovněž přes 50 % respondentů*ek. Fyzické násilí, pod které bylo zahrnuto například štípání, kousání, bolestivé sexuální praktiky, které sexuální pracovníci*ce jsou nuceni podstupovat, uvedla skoro polovina dotázaných. Velmi závažná jsou



zjištění, že každý*á čtvrtý*á respondent*ka zažil*a škracení, každý*á pátý*á respondent*ka byl*a během sexuálního aktu ohrožován*a zbraní.

I sexuální násilí je bohužel dle srovnatelných dat na vzestupu. V roce 2015 znásilnění bylo uvedeno u 8,9 % respondentů*ek. V roce 2023 se již jedná o 23,7 %. Vynucené sexuální praktiky, které daný*á pracovník*ice neprovozuje, uvedlo 35,8 % respondentů*ek.

Naše zaměstnankyně prochází pravidelným školením v rámci krizové intervence, orientací v systému pomoci obětem trestných činů, bezpečného pohybu (nejen) na internetu, ale také základům sebeobrany. Všechny tyto vzdělávací aktivity předáváme klientům*kám v rámci workshopů a aktivizačních činností. S klienty*kami mapujeme hranice v poskytování sexuálních služeb, jejich nastavení a udržení. V roce 2024 máme v plánu všechny tyto aktivity nabízet i v rámci terénní práce a také navazovat další spolupráci s odborníky na toto téma. Naším úkolem je posílit dostupnost služeb pro co nejvíce klientů*ek, kteří jsou různými druhy násilí ohroženi.

Kateřina Šádková, Rozkoš bez rizika

Otevřeli jsme komplexní centrum PORT

V KOMPLEXNÍM CENTRU PORT...

...podporujeme oběti a přeživší sexualizovaného násilí na jejich cestě k naplňujícímu a důstojnému životu bez strachu.

Jsme tady pro všechny, kdo zažili sexualizované násilí nebo sexuální obtěžování (a jsou starší 16 let). Bez ohledu na pohlaví nebo genderovou identitu.

Vybrané služby nabízíme i osobám blízkým obětí sexualizovaného násilí. Těm pomůžeme zorientovat se v jejich pocitech, poradíme, jak s obětí citlivě komunikovat a jak ji podpořit v náročné situaci, kterou si prochází.



CO KLIENTKU V PORTU ČEKÁ?

Spolupráce s každou klientkou² vypadá trochu jinak, protože vycházíme z individuálních potřeb každého, kdo se na nás obrátí. Co může klientka očekávat na začátku takové spolupráce?

- Potká se se sociální pracovnící nebo krizovou interventkou.
- Ta jí pomůže zorientovat se v její situaci a společně pojmenují její aktuální potřeby.
- Společně vymyslí, co dál a naplánují další kroky.
- K dispozici má celou síť našich dalších služeb: se sociální pracovnící společně vyberou ty, které jí nejlépe v dané situaci pomohou.

Jak můžeme pomoci



KRIZOVÁ POMOC je tady pro klientku, když nefunguje to, co jí dříve pomáhalo ve chvíli, kdy se necítila dobře. Pokud si neví rady, cítí se zahlcena emocemi a neví, jak dál. Pokud je pro ni velmi obtížné nebo nemožné dělat věci, které dřív zvládala (např. se soustředit na práci či školu, užívat si své koníčky). Krizová pomoc je krátkodobá podpora zaměřená na „tady a teď“ a zlepšení aktuálního prožívání.



KRIZOVÝ BYT je bezpečný prostor pro to, aby se klientka (případně s dětmi) v klidu mohla stabilizovat. Pomůžeme jí naplánovat, co dál, aby se mohla vrátit do bezpečného prostředí. Krizový byt lze využít až na 7 nocí.

² Se zohledněním povahy dané problematiky, která zasahuje v drtivé většině ženy, nadále pracujeme s pojmem v ženském rodě.



SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ klientce pomůže zorientovat se v její situaci, zmapovat její potřeby a naplánovat kroky k tomu, aby jí bylo lépe. Sociální pracovnice je její průvodkyní na cestě ke změně a případně k dalším službám PORTu.



PRÁVNÍ PORADENSTVÍ A ZASTUPOVÁNÍ klientce pomůže zorientovat se v jejích právech a právních cestách, které se jí nabízí. Můžeme jí pomoci sepsat například trestní oznámení. Vysvětlíme jí, co ji čeká během trestního řízení a jak se na něj připravit. Můžeme jí případně pomoci zprostředkovat právní zastupování a doprovod k soudu, aby na proces nebyla sama.



PSYCHOTERAPIE pomůže podpořit klientčinu duševní stabilitu, porozumět vlastnímu emocionálnímu prožívání a podpořit pocit sebehodnoty a vědomí vlastního já. Psychoterapii poskytujeme individuální i skupinovou.



VÝSLECHOVÁ MÍSTNOST umožňuje realizovat policejní výslech oběti v bezpečném zázemí PORTu. Zároveň je za určitých okolností možné natočit s klientkou rozhovor, který citlivě a odborně povedou naše vyškolené pracovnice. Z naší zkušenosti oběti sexualizované násilí mohou být připravené nahlásit až s delším časovým odstupem. V takové chvíli jí může zmíněný rozhovor sloužit jako jeden z důkazů v trestním řízení.



SBĚR A UCHOVÁNÍ VZORKŮ A DŮKAZŮ jsou k dispozici bez nutnosti se ihned rozhodnout, zda klientka chce trestný čin nahlásit. Důkazy a vzorky citlivě shromáždíme a pečlivě je u nás uchováme. Klientka se tak v klidu může rozmyslet, zda bude chtít věc nahlásit na policii. Může se samozřejmě rozhodnout tyto vzorky a důkazy nevyužít a trestný čin nenahlašovat.



TESTOVÁNÍ NA POHLAVNĚ PŘENOSNÉ NEMOCI je specifické vyšetření, které klientce umožní zjistit případnou nákazu pohlavně přenosnými nemocemi. Poskytneme jí také informace pro jejich léčbu.



PORT a další služby profem

ADRESA CENTRA PORT

PORT najdete na adrese **Břevnovská 6, Praha 6**. Vejděte vchodem do Pošty, pokračujte po schodech do 1. patra, kde zazvoňte na zvonek.

OBJEDNÁVÁNÍ

V případě poradenství, psychoterapie nebo pokud si klientka není zatím jistá, jaké služby by pro ni byly přínosné, může se objednat na setkání se sociální pracovnící na čísle **608 22 22 77** (každý všední den od 9 do 15h), nebo e-mailem **poradna@profem.cz**

Pokud je klientka krátkodobě po útoku násilí, nebo ho zažila před delší dobou, ale aktuálně se zhoršil její psychický stav, cítí se zahlcena emocemi, nabízíme možnost využití **KRIZOVÉ POMOCI bez objednání** v tyto časy: Po, Út, Čt 9-18, St, Pá 9-15.

Na KRIZOVOU POMOC je možné se také objednat předem (na čísle 608 22 22 77 každý všední den od 9 do 15h, nebo e-mailem poradna@profem.cz).

DISTANČNÍ SLUŽBY

Provoz distančních služeb se nijak nemění. Ty jsou tady pro vás v případě, že pro vás není z různých důvodů možné přijít k nám osobně:

Anonymní chatové poradenství je dostupné na adrese **chat.profem.cz** v každou všední středu od 18 do 21 hodin a všední pátek od 9 do 12 hodin.

Infolinka pro oběti sexuálního násilí funguje na telefonním čísle **777 012 555** každé každé pracovní úterý od 19 do 21 hodin.

Právní pomoc vám poskytneme na telefonním čísle **608 22 22 77** každou všední středu od 17: 30 do 20:30.

INTERVENČNÍ CENTRA

Provoz intervenčních center v Příbrami, Berouně a Benešově se nijak nemění:

Příbram Dlouhá 97
tel. 774 433 035
osobní konzultace: pondělí 9.00 - 15.00
po předchozím objednání

Benešov Piaristická kolej, Masarykovo nám. 1
tel. 774 433 014
osobní konzultace: úterý 9.00 - 15.00
po předchozím objednání

Beroun Wagnerovo náměstí 1541
tel. 774 433 014
osobní konzultace: čtvrtek 9:00- 15:00
po předchozím objednání

 **608 22 22 77**

Na tomto telefonním čísle jsme
každý všední den od 9 do 15 hodin.

 www.profem.cz

 [profem.o.p.s.](https://www.facebook.com/profem.o.p.s)

 [profem.cz](https://www.instagram.com/profem.cz)

profem


**Norway
grants**

Podpora v praxi - informační zpravodaj pro profese pomáhající obětem sexuálního násilí, ročník VI, č. 3 vychází v březnu 2024

Informační zpravodaj organizace profem – centrum pro oběti domácího a sexuálního násilí, o. p. s.

Ke stažení na:

<https://www.profem.cz/cs/vydali-jsme/zpravodaj>

Redakce: Manuela Haug, Eva Michálková, Kateřina Karlová, Barbora Venclová, Kateřina Šádková, Jana Gabrielová

Grafická úprava a sazba: Eva Roulová

Jazyková korektura: Nella Šimková

Fotografie: archiv profem, pexels.com, Rozkoš bez rizika

Iniciace vzniku Platformy byla podpořena v rámci projektu Centrum pro oběti sexuálního násilí financovaného z Fondů Norska 2014–2021.

Podpora v praxi - informační zpravodaj pro profese pomáhající obětem sexuálního násilí, vzdělávání a další rozvoj Platformy jsou podpořeny v rámci projektu Rozvoj Platformy pro pomoc obětem sexuálního násilí financovaného z Fondů Norska 2014–2021.