

DISKUZNÍ A METODICKÉ LISTY PRO PRÁCI S DĚTMI A MLÁDEŽÍ V OBLASTI PREVENCE SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ A KYBERNÁSILÍ



Úřad vlády České republiky




Norway
grants

To je
rovnost

**DISKUZNÍ A METODICKÉ LISTY PRO PRÁCI
S DĚTMI A MLÁDEŽÍ V OBLASTI PREVENCE
SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ A KYBERNÁSILÍ**

Obsah

Úvod	1
1 Základní vymezení problematiky	2
1 1 Definice sexuálního násilí a genderově podmíněného kybernásilí	2
1 2 Proč je potřeba věnovat se primární prevenci sexuálního násilí a genderově podmíněného kybernásilí?	2
1 3 Prevence genderově podmíněného násilí optikou českých strategických, legislativních a kurikulárních dokumentů	3
2 Sexuální násilí v současném kontextu	5
2 1 Sexuální násilí v literatuře a populární kultuře.....	5
2 2 Mýty spojené se sexuálním násilím	5
3 Metodické poznámky pro správné vedení workshopů	7
3 1 Respektující komunikace	7
3 2 Souhlas jako základ všech sexuálních aktivit	7
3 3 Když se někdo ze zúčastněných svěří	10
3 4 Co ukládá zákon ohledně oznámení zneužívání nebo znásilnění?	10
4 Metodické listy	12
4 1 Prevence sexuálního násilí.....	13
4 2 Prevence genderově podmíněného kybernásilí	23
Použitá literatura.....	33

DISKUZNÍ A METODICKÉ LISTY PRO PRÁCI S DĚTMI A MLÁDEŽÍ V OBLASTI PREVENCE SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ A KYBERNÁSILÍ

Dagmar Krišová, Marcela Poláčková, Johanna Nejedlová, Barbora Mojžíšová, 2021

Úvod

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

představujeme Vám metodickou příručku věnovanou prevenci sexuálního násilí a genderově podmíněného kybernásilí. Diskuzní a metodické listy pro práci s dětmi a mládeží v oblasti prevence sexuálního násilí a kybernásilí (dále jako „metodická příručka“) je určena lektorům a lektorkám zapojeným do projektu *Posilování kapacit a metodologická podpora v prevenci domácího a genderově podmíněného násilí* (LP-PDP8-001), který realizuje Odbor rovnosti žen a mužů Úřadu vlády České republiky ve spolupráci se spolkem Konsent za finanční podpory Fondů EHP/Norských fondů 2014-2021. Příručka představuje teoretické a metodické informace důležité pro vedení dvou workshopů pro děti a mládež ve věku 12 – 16 let (příp. starší) – workshopu zaměřeného na prevenci sexuálního násilí a workshopu zaměřeného na prevenci genderově podmíněného kybernásilí.

Předkládaná metodická příručka slouží pro interní vzdělávání lektorů a lektorek zapojených do projektu. V praxi je doplněna o skupinové školení vedené koordinátorkami lektorského týmu a o povinný náslech workshopu vedený již zkušenou lektorskou dvojicí. Školení, osobní konzultace, společné reflexe a náslech jsou důležitou součástí přípravy pro kvalifikované vedení workshopů popsanych v metodických listech.

Metodická příručka je rozdělena do čtyř hlavních oddílů. První dva jsou především teoretické. Zabývají se definicí sexuálního násilí a genderově podmíněného kyber/násilí, vysvětlují, proč je důležité se této problematice věnovat na školách a jakou má prevence genderově podmíněného násilí institucionální podporu. Věnují se dále společenským a kulturním souvislostem, které umožňují existenci zmíněných typů násilí.

Další dva oddíly se již věnují praktickým informacím spojeným s vedením workshopů. Část Metodické poznámky pro správné vedení workshopů popisuje způsob komunikace se studujícími a představuje klíčové teze linoucí se oběma workshopy, jako je důležitost souhlasu a respektu v intimních vztazích. Tato část se také věnuje přípravě lektorujících na situaci, kdy se jim někdo z účastníků či účastnic workshopu svěří se svou zkušeností se sexuálním násilím/kybernásilím.

Metodická část dále představuje dva podrobné metodické listy pro vedení workshopu prevence sexuálního násilí a workshopu prevence genderově podmíněného kybernásilí.

1 | Základní vymezení problematiky

1 | 1 Definice sexuálního násilí a genderově podmíněného kybernásilí

Sexuální násilí a genderově podmíněné kybernásilí zastřešuje pojem **genderově podmíněné násilí**. Akční plán prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2019 - 2022 definuje genderově podmíněné násilí jako „*veškeré akty fyzického, sexuálního, psychického, ekonomického či dalších forem násilí, které jsou cíleny na ženy z důvodu, že jsou ženami, nebo na muže z důvodu, že jsou muži, anebo akty tohoto násilí, které nepřiměřeně dopadají na ženy či na muže.*” (Úřad vlády ČR, 2019, s. 6) Jak budeme popisovat níže, příčinami genderově podmíněného násilí jsou genderová nerovnost a genderové stereotypy. Genderové stereotypy jsou zobecněné představy o „správných” mužských a ženských vlastnostech a rolích, které kromě jiného mohou znevýhodňovat ty, kteří se těmito představám a normám vymykají. Na základě toho řadíme pod genderově podmíněné násilí také transfobní či homofobní šikanu a nenávist, které jsou rovněž namířeny proti osobám, jež se svou (nebo okolím jim přisuzovanou) sexuální orientací či genderovou identitou odlišují od stereotypních představ o mužích a ženách.

Sexuální násilí definujeme jako „*jakékoli sexuální jednání zahrnující pokusy o dosažení sexuálního styku, nežádoucí sexuální poznámky a návrhy, činy směřující k obchodování s lidmi či jinak namířené proti sexualitě jedince, které využívají nátlak.*” (Úřad vlády ČR, 2019, s. 7)

Kybernásilí „*je zastřešující pojem jednotlivých projevů násilí, které se dějí prostřednictvím informačních technologií (kyberšikana, pronásledování, obtěžování, krádež identity, porno pomsta atp.).*” (Dlouhá, Svatošová, & Tenglerová, 2016, s. 56) Ve školním prostředí se většinou tematizuje kyberšikana. V našem workshopu se věnujeme kybernásilí. Kybernásilí, na rozdíl od šikany, u které se jedná o dlouhodobé a opakující se chování, může nabývat i formu osamocených aktů. Termín genderově podmíněné kybernásilí pak v sobě kombinuje prostor, v němž se násilí děje – tedy online prostředí, a fakt, že se jedná o násilí, které je zaměřeno specificky na ženy, muže nebo LGBTQ osoby.

1 | 2 Proč je potřeba věnovat se primární prevenci sexuálního násilí a genderově podmíněného kybernásilí?

Obě zmíněné formy násilí jsou ve společnosti rozšířené a nevyhýbají se ani dětem a školnímu prostředí. Podle FRA – Agentury Evropské unie pro základní práva (2014) se s některou z forem sexuálního nebo fyzického násilí setkala každá třetí Češka starší patnácti let. Podobné závěry přináší i výzkum organizace Persefona, podle kterého se se sexuálním násilím nebo obtěžováním setkala 39 % Čechů a Čechek, přičemž s některou ze závažných forem sexuálního násilí se setkala necelá desetina dospělé české populace. Více jak třetina respondentů a respondentek se pak s některou z forem fyzického, psychického nebo sexuálního násilí setkala už před 15. rokem věku (Persefona, 2016; Persefona, 2016, říjen 5).

Sexuální násilí se děje ženám, mužům i transgender osobám a stejně tak mezi osobami násilí páchajícími najdeme osoby všech genderových identit. Statisticky jsou však nejčastějšími oběťmi sexuálního násilí ženy a nejčastějšími pachateli muži. I to je důvod, proč hovoříme o genderově podmíněném násilí. Jedná se totiž o násilí, které je úzce spojeno s genderovým uspořádáním společnosti a souvisejícími stereotypy.

Co se týká kybernásilí, výzkum České děti v kybersvětě, do něhož se zapojilo přes 27 000 dětí a mladistvých z celé České republiky, ukazuje, že s nějakou formou kybernetické agrese se v roce 2018 setkalo více jak 40 % dotázaných (Kopecký & Szotkowski, 2019). Podle dat FRA (2014) se s nějakou formou kybernetického sexuálního obtěžování, jako je třeba obdržení nevyžádaných e-mailů nebo SMS se sexuálně explicitním obsahem, setkalo 11 % Evropanek a 7 % Češek. Vzhledem ke stále rostoucímu času, který lidé tráví u obrazovek a na sociálních sítích, lze předpokládat, že prevalence genderově podmíněného kybernásilí se zvyšuje.

Násilí představuje zásadní zásah do důstojnosti člověka a způsobuje obětem kromě fyzické újmy i dlouhodobé psychické komplikace, jako jsou deprese, úzkosti, problémy se spánkem, problémy s navazováním a udržováním vztahů, ztrátu sebevědomí apod. (FRA, 2014; proFem, 2019), které obětem výrazně snižují kvalitu života. Oběti sexuálního obtěžování mají kvůli své negativní zkušenosti tendence stahovat se z veřejné sféry, což jim brání naplno využít svůj potenciál a realizovat se podle svých potřeb a možností. Sexuální obtěžování vede k tomu, že se ženy vyhýbají některým místům ve veřejném prostoru nebo zvažují benefity a nevýhody veřejné dopravy, čímž je omezen jejich svobodný pohyb. Sexuální obtěžování na pracovišti vede k větší zaměstnanecké fluktuaci a obtěžování během studia k předčasnému opuštění vzdělávacího systému.

Vzhledem k rozšířenosti jevů sexuálního násilí a genderově podmíněného kybernásilí je důležité, aby se v této oblasti vedla primární prevence již na základních školách. Děti a dospívající, kteří mají dostatek informací o sexuálním násilí a kybernásilí, jsou lépe vybaveni k tomu, aby rozpoznali projevy těchto nežádoucích jevů, aby uměli chránit své hranice a především aby respektovali hranice druhých osob. Otevřená komunikace rovněž podporuje potenciální oběti v tom, aby si svou zkušenost nenechávaly pro sebe, ale aby se dokázaly svěřit a vyhledat odbornou pomoc.

V zemích, v nichž se o sexuálním násilí otevřeně mluví a kde jsou nastaveny mechanismy podpory obětí a adekvátní tresty pro pachatele či pachatelky, je zpravidla uváděna také vyšší prevalence sexuálního násilí. Důvodem je právě to, že lidé včetně mladistvých dokážou lépe rozpoznat projevy sexuálního násilí a mají větší důvěru v to, že nahlášení činu povede k jeho řádnému prošetření. V České republice se podle odhadů stane ročně 12 000 znásilnění, avšak pouze 5 % z nich je nahlášených. Právě i nízký počet nahlášených případů je důkazem toho, že je nutné v této oblasti provádět důkladnější osvětu.

Je nepostradatelnou rolí vyučujících o tématu své žáky a žákyně vzdělávat a aktivně se vymezovat vůči jevům genderové stereotypizace vedoucí k sexuálnímu násilí. Mladí lidé mají potřebu objevovat svět vztahů, sexu a sexuality a testovat svoje hranice i hranice druhých. Škola je místo, kde děti a mladí lidé takové vztahy navazují nejčastěji, a proto je nutné, aby zde získávali potřebné dovednosti ke zdravému a bezpečnému sociálnímu a intimnímu životu.

1 | 3 Prevence genderově podmíněného násilí optikou českých strategických, legislativních a kurikulárních dokumentů

Podpora pochopení a uplatňování principu rovnosti žen a mužů ve společnosti a základních lidských práv jsou obecnými cíli vzdělávání stanovenými v zákoně č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). Obecně má tedy vzdělávání vést k podpoře rovnosti žen a mužů, včetně prevence genderově podmíněného násilí.

Česká republika se k potírání násilí, včetně genderově podmíněného násilí, zavázala v řadě mezinárodních dokumentů, jako jsou Úmluva o právech dítěte, Úmluva o odstranění všech forem

diskriminace žen a Úmluva o ochraně lidských práv a základních svobod. Prevence těchto forem násilí je také vnitrostátní prioritou vlády ČR vyjádřenou např. ve [Strategii rovnosti žen a mužů na léta 2021 - 2030](#), [Akčním plánu prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2019 - 2022](#) nebo [Plánu podpory rovnosti žen a mužů Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy na léta 2021-2024](#).

Prevence sexuálního násilí je rovněž obsažena v rámcových vzdělávacích programech. Vzdělávací oblast Výchova ke zdraví se věnuje i výchově k reprodukčnímu zdraví a ochraně před sexuálním zneužíváním. S genderově podmíněným kybernásilím souvisí dále průřezové téma Mediální výchova.

V našich workshopech se opíráme především o Standardy pro základní vzdělávání týkající se Výchovy ke zdraví a rozpracováváme zejména indikátor 5. u očekávaného výstupu VZ-9-1-11, tedy že „žák uplatňuje v praxi (ve třídě, škole) respekt k opačnému i stejnému pohlaví a základní pravidla etikety.“ U očekávaného výstupu VZ-9-1-12 pak rozpracováváme zejména indikátor 1. „žák charakterizuje lidskou sexualitu jako kombinaci fyziologické a psychosociální složky osobnosti,“ 2. „žák rozliší, které chování odpovídá sexuální normě a které ji překračuje (z hlediska věku, zdraví, práva, etiky, sociokulturního prostředí aj.)“ a indikátor 4. „žák rozhodne na modelových příkladech o vhodném řešení vzniklých rizikových situací v oblasti reprodukčního zdraví a lidské sexuality“.

2 | Sexuální násilí v současném kontextu

Zahraniční literatura v souvislosti se sexuálním násilím i znásilněním často používá termín *rape culture* – kultura znásilnění. Je to termín popisující společnost s velkou mírou často neřešeného sexuálního násilí. Taková společnost omlouváním pachatelů či pachatelek, zlehčováním sexuálního násilí a šířením mnoha mýtů o tomto problému sexuální násilí umožňuje a současně brání obětem v tom, aby se se svou zkušeností svěřily.

V České republice má podle odhadů odborníků a odbornic pracujících s oběťmi sexuálního násilí každý jedenáctý člověk zkušenost se závažnou formou sexuálního násilí; v drtivé většině případů se jedná o ženy. Nahlášených je však pouhých 5 % případů (Persefona, 2016, říjen 5). Kultura znásilnění je přítomná i v naší společnosti a často se utváří již během školních let, když jsou ze strany vyučujících zlehčovány nebo popírány případy sexuálního obtěžování mezi spolužáky a spolužačkami (viz například článek Silvie Lauder [Jen tak si sáhnout](#)) nebo když jsou tolerovány případy sexuálního obtěžování, sexistické vtipy či genderově stereotypní komentáře ze strany vyučujících směrem k žákům a žákyním či studujícím.

2 | 1 Sexuální násilí v literatuře a populární kultuře

Nositelem mnohých genderových stereotypů normalizujících sexuální násilí je pak velmi často i kultura (především) středního proudu. Děti se již od útlého věku setkávají s příběhy, kde muž dobývá a je aktivní a žena je naopak v roli pasivní či oddané. Ve filmech se pak často setkáváme s tím, že si muži „jdou za svým“ a „překonají“ ženin odpor. Ve filmech, seriálech i tištěných médiích jsou běžné sexistické vtipy. I kultura se tímto způsobem podílí na legitimizaci sexuálního násilí a učí nás, že je v pořádku nerespektovat něčí hranice. V současné době se již objevují filmy a seriály, v nichž jsou intimní vztahy postaveny na vzájemném respektu a souhlasu; ještě však nějaký čas potrvá, než se podobná produkce stane standardem. Prevence sexuálního násilí by proto měla být i součástí mediální výchovy, aby byli žáci, žačky a studující schopni kriticky reflektovat obsah, který je jim předkládán.

Na úvod do tématu znásilnění v českých filmech doporučujeme ke zhlédnutí [video](#) od skupiny Čtvrtá vlna. V sestřihu uvádí filmy jako [Padesátka](#), který znásilnění uvádí jako vcelku normální věc, u které se máme zasmát, rodinnou komedii [Strašidla](#), ve které je znásilnění přímo komickým prvkem, nebo pohádku Anděl Páně, ve které mladou dívku zkušená žena uklidňuje slovy, že každá žena si nakonec zvykne a že všichni chlapi jsou stejní. Problematikou [rape culture v českém filmu](#) se také zabývá filmový kritik Kamil Fila, který upozorňuje na klasické stereotypní role žen – hysterek a semetrik a mužů – líných nekňubů.

2 | 2 Mýty spojené se sexuálním násilím

Okolo sexuálního násilí panuje ve společnosti řada mýtů a mylných informací. Výzkumy ukazují, že lidé mají tendenci podhodnocovat prevalenci činů sexuálního násilí, neumí odhadnout poměr mezi nahlášenými a nenahlášenými případy, případně nadhodnocují počet křivých obvinění.

Lidé mají tendenci přisuzovat část viny oběti. Rozšířená je rovněž představa, že znásilnění páchají osoby, které jsou oběti neznámé, a že k těmto činům dochází v odlehlých parcích.

Podle statistik Policie ČR a výzkumů organizací FRA (2014) a Persefona (2016) však navzdory všeobecnému přesvědčení není typickým násilníkem neznámý na opuštěném místě. V 90 % případů se znásilnění dopustí někdo, koho oběť zná. Polovinu znásilnění pak spáchá manžel nebo partner, popřípadě manželka či partnerka. Podle různých odhadů se ročně stane 7 000 až 20 000 případů znásilnění, na policii však bývá hlášeno jen malé procento, okolo 600 činů. Pachatelé znásilnění dostávají neadekvátně nízké tresty. Podle analýzy organizace proFem (2017) je téměř 50 % odsouzeným za trestný čin znásilnění udělen trest odnětí svobody s podmíněným odkladem. Taková situace se pak odráží na skutečnosti, že společnost znásilnění nevnímá jako dostatečně závažný čin. Znásilnění má přitom až v 90 % dlouhotrvající následky na psychickém zdraví oběti.

Se sexuálním obtěžováním, mezi které patří nevhodné dotyky, nemístné komentáře a poznámky se sexuálním podtextem a se zasíláním sexuálně explicitních fotografií nebo videí a podobnými zkušenostmi se má pak podle dat setkat každá druhá Češka. Takové chování je často předstupněm znásilnění. Společnost, která toleruje lehčí formy sexuálního násilí a posiluje stereotypy o mužském a ženském chování, usnadňuje situaci násilným osobám a naopak znesnadňuje situaci oběti, která může nabýt pocitu, že nemá smysl se bránit nebo že by její odpor byl vnímán jako neadekvátní a nevhodný. Obětem stěžuje situaci i často přítomný „*victim blaming*“ – tedy přenášení viny za sexuální násilí na jeho oběti. Podle výzkumu Amnesty International ČR (2015) si 58 % Čechů a Češek myslí, že za znásilnění je spoluzodpovědná znásilněná žena – například když s pachatelem flirtovala, měla krátkou sukni nebo byla opilá. To samé platí pro obtěžování a jiné formy sexuálního násilí. Důsledkem obviňování obětí sexuálního násilí je fakt, že oběti o své zkušenosti často mlčí a samy sebe obviňují, což se opět negativně promítá do jejich psychického stavu.

Vysokou míru uzavřenosti a neinformovanosti naší společnosti o tématu sexuálního násilí můžeme ilustrovat na přístupu k hnutí Me Too v roce 2017 a jeho mediálním obrazu. Ženy se během něho pod štítkem #metoo („já taky“) hlásily k tomu, že byly obětí sexuálního násilí různých forem. Oproti západním zemím, kde bylo Me Too přijímáno spíše pozitivně a ženy byly povzbuzovány k tomu, aby se k hnutí připojily, v Česku média hlavního proudu často dávala velký prostor osobnostem bagatelizujícím násilí a vykreslovala celé hnutí jako hnutí zhrzených neúspěšných hereček, přestože se k němu celosvětově přihlásilo přes milion těch, které zažily sexuální násilí. I u nás ale Me Too v důsledku přineslo pozitivní změnu. Dodnes je hnutí tématem soukromých i veřejných diskusí a v roce 2020 vydal Deník N jako první medium hlavního proudu speciální číslo složené z výpovědí žen v různých pozicích popisujících své zkušenosti se sexuálním násilím.

3 | Metodické poznámky pro správné vedení workshopů

3 | 1 Respektující komunikace

Klíčovým prvkem workshopů a základním předpokladem pro jejich úspěšné vedení je nastavení bezpečného a respektujícího prostředí. Lektorující berou účastníky a účastnice workshopu jako partnery vzdělávacího procesu a na začátku každé lekce formulují s žáky, žákyněmi či studujícími základní pravidla pro společné fungování.

Lektorující musí dbát na to, aby používali nehodnotící komunikaci a aby dávali dostatečný prostor pro zapojení všech žáků, žákyň či studujících, kteří se zapojit chtějí. Současně má každý ze zúčastněných právo se nezapojit do aktivit, které mu nebo jí nejsou příjemné. Lektorující sice nehodnotí názory zúčastněných, ale v případě, že ze strany žáků, žákyň či studujících zazní názory, které zásadním způsobem překračují hodnotové založení workshopů, je nutné, aby se vůči nim lektorující vymezili - může se jednat například o homofobní komentáře nebo schvalování sexuálního násilí apod. Při vyjádření nesouhlasu je nutné, aby lektorující uvedli, že rozporují názor, nikoliv osobu toho, kdo jej pronesl, a zdůrazní, že takové názory nemohou v hodině tolerovat, protože mohou být zraňující pro jiné zúčastněné.

3 | 2 Souhlas jako základ všech sexuálních aktivit

Základní linkou obou workshopů je koncept souhlasu neboli konsentu. **Konsent**, z anglického *consent*, popisuje svolení či souhlas. Koncept souhlasu je zásadní a děti by se o něm měly rozličným způsobem dozvídat co nejdříve. Pokud se naučí udělovat souhlas a rozeznat, jestli jim byl udělen druhými, mohou utvářet kvalitnější vztahy v rámci rodiny, s přáteli, případně s partnery a partnerkami. Součástí pochopení souhlasu je dovednost znát a respektovat svoje vlastní hranice stejně jako hranice druhých. S porozuměním konceptu souhlasu přichází schopnost vymezit se v situaci, kdy se děje něco nepříjemného, i schopnost respektovat, když si hranice vymezují druhí. Důležitým faktorem v situacích, kdy je ne/udělován souhlas, je moc a dominance. Ten, kdo má moc, často může mít pocit, že má nárok na souhlas od druhého. Na druhou stranu v mocensky podřízené pozici je často obtížné dát najevo nesouhlas.

Sexuální aktivita bývá často mylně redukována jen na pohlavní styk. Je jí ale i líbání, dotečky se sexuálním podtextem nebo orální a anální sex. Souhlas k sexuální aktivitě znamená, že partneři či partnerky souhlasí s tím, že k sexuální aktivitě dojde. Souhlas může být vyjádřen verbálně i neverbálně. Pokud se druhá osoba aktivně zapojuje, je na ní vidět, že se jí aktivita líbí a sama vybízí k další, jedná se o souhlas. Pokud si ale nejsme jistí, vždy je lepší se zeptat. Mlčení není souhlas.

Souhlas by měl být:

- **dobrovolný (*freely given*)** – daný druhému bez nátlaku, manipulace či vydírání. Když někdo nemá možnost sex odmítnout, není souhlas dobrovolný. Ani verbálně vyřčené ANO nemusí znamenat souhlas. A to v případě, že bylo uděleno pod nátlakem, v průběhu zastrašování, vyvoláním viny nebo třeba zostouzením.
- **odvolatelný (*reversible*)** – každý máme kdykoliv právo se rozhodnout, že už nechceme v sexu/sexuální aktivitě pokračovat.
- **informovaný (*informed*)** – musíme dopředu vědět, co se bude dít. Například když souhlasíme se sexem, neznamena to, že automaticky souhlasíme se všemi praktikami nebo s tím, že sex proběhne bez použití kondomu. Pokud jde o souhlas, musí se shodnout všichni, kterých se aktivita týká, a musí vědět, s čím souhlasí.
- **nadšený (*enthusiastic*)** – pokud přijde na sex, měli bychom dělat jen věci, které opravdu chceme s radostí dělat, ne věci, které si myslíme, že bychom dělat měli. Souhlas musí být pozitivní, dobrovolný, aktivní a vědomý. Vyslovený souhlas zároveň musí být v souladu s řečí těla. NE znamená ne. Pasivní chování a nedostatek participace v sexuální aktivitě může znamenat nesouhlas a je třeba se ujistit. Pokud je někdo opilý, omámený, zdrogovaný nebo v bezvládném stavu, nemůže udělit vědomý souhlas.
- **konkrétní (*specific*)** – souhlas se týká vždy daného okamžiku; když se sexuální aktivitou souhlasím dnes, neznamena to, že s ní automaticky souhlasím zítra nebo pozítří.

Další specifika souhlasu:

- Vyžádat si souhlas a ujistit se, že byl udělen, je vždy zodpovědností toho, kdo iniciuje aktivitu nebo ji chce posunout do další fáze. Tedy například, když se s partnerem nebo partnerkou líbáme a já se chci začít dotýkat jeho/jejích genitálií, musím se ujistit, že s tím souhlasí.
- Souhlas nelze předpokládat na základě domněnek. Pokud s námi někdo flirtoval, nějakým způsobem komunikoval, byl nějak oblečený a podobně, neznamena to, že máme jeho souhlas.
- Souhlas není podmíněný tím, že máme s někým romantický vztah, nebo tím, že jsme s ním dříve provozovali nějaký typ sexuální aktivity.
- Ptát se na svolení se může zdát trapné, když ho formulujeme příliš formálně. Otázka může ale znít také: „Líbilo by se ti, kdybych teď... Máš chuť... Můžu...“
- Osoba mladší patnácti let nemůže udělit souhlas k sexuální aktivitě (kromě líbání a neckingu), proto podle § 187 trestního zákoníku odstavce 1 se ten, kdo „vykoná soulož s dítětem mladším patnácti let nebo kdo je jiným způsobem pohlavně zneužije“, dopustí trestného činu.

Jak je to se souhlasem názorně ukazuje vtipné video, které zařazujeme do preventivní lekce [Tea consent – souhlas jako čaj](#).

Vlivem otevírání debaty o sexuálním násilí se vztah společnosti ke konceptu souhlasu mění a některé zaběhnuté normy se stávají problematickými (například „manželská povinnost“ atd.). Je třeba, aby tento vývoj byl reflektován i ve vzdělávání a tyto problematické normy byly konfrontovány.

Základní teze týkající se sexuálního života, které rámuji oba workshopy

- Někdo sex vnímá jako součást vztahu, ale sex automaticky neznamená vztah ani žádnou jinou protislužbu.
- První sex většinou není takový, jak si ho představujeme.
- Pro většinu žen není problém dosáhnout orgasmu při masturbaci. Pokud mají problém dosáhnout orgasmu při sexu, je to pravděpodobně proto, že při sexu nedochází k jejich dostatečné stimulaci. Většina žen k dosažení orgasmu potřebuje, aby byl drážděn klitoris, a pouhá penetrace je k orgasmu nedovede.
- Porno není reálný obraz toho, jak vypadá sex. V pornu chybí značná část reality – příprava, komunikace, přestávky nebo třeba zobrazení ženského orgasmu.
- Nejúčinnější ochranou před nechtěným otěhotněním a šířením pohlavně přenosných nemocí je kondom. Kondom u sebe může nosit holka i kluk. Pokud někdo z páru odmítá použití kondomu ve chvíli, kdy jej druhý požaduje, jedná se o nerespektující chování.
- Sex může být zábava, ale musí být zábavou pro oba; je třeba se ujišťovat, zda druhý chce to, co my (souhlas).
- Posílání nahých fotografií může být hodně nebezpečné, málokdy můžeme někomu stoprocentně důvěřovat. Je potřeba si uvědomovat možná rizika zaslání nahých fotografií. Pokud ale intimní obsah unikne, vinu nese vždy ten, kdo jej zveřejnil bez souhlasu druhého.
- Existuje představa, že kluci mají chuť na sex vždy, zatímco holky téměř nikdy. Není to tak. Ani kluci nemusí mít vždy chuť na sex. Zároveň některé holky mohou chtít sex jen tak, protože ho mají rády, a není potřeba je za to odsuzovat.
- Zásilnění je jakýkoliv sex bez souhlasu. Tedy i sex, ke kterému dal člověk souhlas pod nátlakem nebo ho nemůže dát, protože spí nebo je příliš opilý. Pokud je někdo tak opilý, že není schopen reagovat a vyjádřit svůj souhlas, nejedná se o dobrovolný sex. Zásilnění se děje ženám, mužům i nebinárním/genderqueer¹ osobám.
- Neodvozujeme svoji hodnotu od toho, jestli s námi někdo chce nebo nechce mít intimní vztah.
- Vynucování sexu je nepřípustné.
- Média – televize, časopisy, internet – nám podsouvají ideál krásy a to, jak bychom měli vypadat, abychom byli považováni za atraktivní. Je těžké tomuto tlaku nepodlehnout. Hodně mladých lidí má ale kvůli svému tělu, které neodpovídá domnělému ideálu krásy, špatné pocity, které mohou v krajních případech vést až k poruchám příjmu potravy nebo depresím. Je ale potřeba si uvědomit, že to, co vidíme v médiích, nejsou reálné obrazy. Jedná se často o vyretušovaná, upravovaná a nerealistická těla.
- Když se nám někdo svěří, že se stal obětí sexuálního násilí, je potřeba jej ujistit, že mu věříme a v žádném případě ho do ničeho netlačít.
- Není povinností oběti nahlásit, co se jí stalo.

1 Zastřešující termín pro osoby, které se neidentifikují ani jako muž, ani jako žena a jejich genderová identita stojí mimo binární rozdělení muž/žena.

3 | 3 Když se někdo ze zúčastněných svěří

Zkušenost se sexuálním násilím, znásilněním nebo obtěžováním může mít až 20 % dětí. Je proto možné, že někdo s touto zkušeností bude součástí kolektivu, v němž se bude odehrávat preventivní workshop. Může se stát, že to dotyčné či dotyčnému připomene prožité nebo stále trvající trauma. Trauma může být způsobeno nejen vlastním zážitkem, ale i tím, že násilí zažil někdo z blízkých. Proto musíme být na takovou situaci připraveni. Je potřeba, aby koordinátorka projektu vyzvala školu k upozornění studujících na to, že se workshop bude konat, a nabídla těm, pro které může být účast traumatizující, alternativní program. Veškeré aktivity během workshopu jsou pak dobrovolné. Pokud se kdokoli nechce v diskusích vyjadřovat, lektorující ho k zapojení nenutí. Příčiny mlčení mohou být různé a žák, žákyně či studující je z dobrých důvodů může chtít raději nesdělovat.

Pokud si lektor či lektorka všimne, že někoho ze zúčastněných téma zasáhlo a vypadá, že není v psychické pohodě, nabídne dotyčné či dotyčnému, že může jít sám na chodbu (v online verzi workshopu do waiting roomu) chvíli si odpočinout, případně lektorující nabídne doprovod a možnost popovídat si. Druhý z lektorské dvojice v takovém případě zůstává se třídou a pokračuje ve vedení workshopu. Důležité je do ničeho zúčastněné nenutit. Pokud žák, žákyně či studující odejde sám/sama, jeden z lektorujících se ještě za několik minut dojde ujistit, jestli nepotřebuje podporu. Dobré je mít připravenou místnost, kam můžeme v takovém případě odejít, aby rozhovor nenarušily další osoby. Lektorující vyjadřuje podporu a pochopení a především opět do ničeho žákyni, žáka či studující/ho nenutí.

Tipy, jak podpořit někoho, kdo se svěří s tím, že zažil sexuální násilí:

- **Naslouchejte:** Zůstaňte v klidu, věnujte žákyni, žákovi či studující/mu veškerou pozornost a dejte jim najevo, že jste slyšeli vše, co bylo řečeno, a že si vážíte toho, že se vám svěřili.
- **Důvěřujte:** Věřte tomu, co žáci, žákyně či studující říkají, a dejte to najevo. „Věřím tomu, co mi říkáš.“ Vysvětlete dítěti, že svěřit se vyžaduje velkou odvahu a kuráž.
- **Ukažte soucit:** Můžete říct: „Nezasloužil/a sis to.“ „Mrzí mě, že jsi něco takového musel/a zažít.“
- **Zdůrazněte, že vina neleží na oběti.** Lidé, kteří zažili sexuální násilí, se často sami obviňují. „Není to tvoje vina, je to vina toho, kdo ti ublížil.“
- **Nabídněte další pomoc a sdělte, jaký bude váš další postup.** Je potřeba dopředu vědět, na koho se v okolí lze obrátit. Získejte kontakt na školního psychologa či psychologku a mějte informace o tom, kde je nejbližší organizace, která obětem sexuálního násilí pomáhá (viz organizace níže).

3 | 4 Co ukládá zákon ohledně oznámení zneužívání nebo znásilnění?

Text následující podkapitoly je kompletně převzat z [webových stránek](#) Centra pro oběti domácího a sexuálního násilí proFem (Šimíčková, 2019, prosinec 20).

A) Oznamovací povinnost vůči orgánům činným v trestním řízení (policejnímu orgánu a státnímu zástupci)

- Povinnost oznámit přípravu nebo páčání trestného činu nebo skutečnost, že trestný čin byl spáchán, je zakotvena v § 367 a § 368 trestního zákoníku. Tato povinnost se týká konkrétních vyjmenovaných trestných činů.
- Povinnost oznámit, že byl trestný čin spáchán (§ 368 trestního zákoníku) se netýká trestných činů znásilnění ani pohlavní zneužití.
- Na oba trestné činy se však vztahuje povinnost jejich překažení (§ 367 trestního zákoníku). Tuto povinnost je možné naplnit i včasným oznámením státnímu zástupci nebo policejnímu orgánu.
- Tyto povinnosti se vztahují shodně na všechny fyzické osoby, stejně jako na odborníky pracující s oběťmi těchto trestných činů (např. sociální pracovníky, psychoterapeuty, zdravotnický personál).
- Výjimka z povinnosti oznámit (§ 368 trestního zákoníku) se vztahuje na advokáty a jejich zaměstnance, kteří se dozví o spáchání trestného činu v souvislosti s výkonem advokacie nebo právní praxe, a dále duchovní registrované církve a náboženské společnosti, dozví-li se o spáchání trestného činu v souvislosti s výkonem zpovědního tajemství nebo obdobného práva.
- I na tyto dvě skupiny osob se však vztahuje povinnost trestný čin překazít (§ 367 trestního zákoníku).

B) Oznamovací povinnost vůči orgánu sociálně-právní ochrany dětí („OSPOD“)

- Každý je oprávněn, nikoli však povinen upozornit OSPOD na skutečnost či podezření, že na dítěti byl spáchán trestný čin pohlavní zneužití či znásilnění (§ 7 odst. 2, § 6 písm. e) zákona o sociálně-právní ochraně dětí).
- Pro některé odborníky pracující s dětmi a jiné instituce, konkrétně státní orgány, osoby pověřené výkonem sociálně-právní ochrany dětí, školy, školská zařízení a poskytovatele zdravotních služeb, popřípadě další zařízení určená pro děti, je tato povinnost stanovena zákonem (§ 10 odst. 4 zákona o sociálně-právní ochraně dětí). Oznamovací povinnost vůči OSPOD se tak týká např. psychoterapeutů, kteří jsou zároveň zdravotnickými pracovníky. Netýká se pak psychoterapeutů či sociálních pracovníků pracujících s oběťmi sexuálního násilí, kteří nespádají do zákonem vyjmenovaných skupin subjektů.

C) Oznamovací povinnost OSPOD vůči policii

- OSPOD je poté vázán zvláštní oznamovací povinností vůči policii o skutečnostech nasvědčujících tomu, že na dítěti byl spáchán trestný čin (§ 51 odst. 5 písm. b) zákona o sociálně-právní ochraně dětí).

4 | Metodické listy

Na následujících stranách představujeme dva metodické listy workshopů vyučovaných prezenčně, ideálně pro děti a mládež ve věku 12 – 16 let (příp. starší). Epidemiologická situace spojená s virem covid-19 přinesla výzvu v převedení workshopů do online prostředí. Pro interní potřeby lektorujících tak vznikly i metodické listy pro distanční vzdělávání, které jsou obsahově totožné, pouze využívají online nástroje pro aktivní a zároveň bezpečné a anonymní zapojení studujících do workshopu. Interní metodické listy pro vedení distančních workshopů obsahují přímé odkazy na online nástroje používané při komunikaci se studujícími. Pro zachování kybernetické bezpečnosti metodické listy pro distanční vzdělávání nezveřejňujeme.

Následující část textu je psaná jazykem blízkým lektorům a lektorkám workshopů a jejich účastníkům a účastnicím. Využívá hovorového jazyka a formulací, které jsou vlastní dané cílové skupině, a jsou tedy předpokladem posilujícím důvěru ve skupině.

4 | 1 Prevence sexuálního násilí

Harmonogram:

45 minut – úvod (co nás čeká, harmonogram, jmenovky, pravidla), asociace, škály

45 minut – modelové příběhy

45 minut – když se mi svěří, video, doporučené knihy, shrnutí, reflexe (co si odnáším), evaluace, materiály Konsentu

Základní úprava třídy/prostoru:

židle v kruhu, lavice po stranách nebo mimo třídu (třeba komunikovat předem), dataprojektor

Materiál:

flipchart, fixy, A4 s nápisem ANO a s nápisem NE, vytištěné modelové příběhy – kopie na počet studujících, lepící lístečky na jmenovky, post-it lístečky, propisky, flipchart s obrysem postavy, kartičky s emocemi, vytištěné dotazníky na evaluaci, letáky „Manuál na bezpečný sexuální život“ pro každého

Postup:

BLOK I – ÚVOD, ASOCIACE, ŠKÁLY

Úvod (10 minut)

- Představíme sebe, obsah workshopu, harmonogram a pravidla pro společnou práci.
- Poprosíme účastnice a účastníky, aby si na lepící lístečky napsali svoje jméno a nalepili si je na vrchní část oděvu (triko, šaty).

Ahoj, já jsem xy a tohle je yx. Dnes bychom s vámi chtěli mluvit o sexu, protože to může být důležitá součást života a protože si myslíme, že by sexuální výchova neměla být jen o tom, jakou pohlavně přenosnou chorobu můžeme chytit a jak neotěhotnět. Myslíme si, že sex může být super a že je důležité se o něm bavit. Dnešní workshop se koná díky projektu Posilování kapacit a metodologická podpora v prevenci domácího a genderově podmíněného násilí, který realizuje Odbor rovnosti žen a mužů Úřadu vlády České republiky ve spolupráci se spolkem Konsent za finanční podpory Norských fondů a programu Active Citizens Fund.

- Požádáme zúčastněné, aby v kolečku každý řekl své jméno. Můžeme je vyzvat, aby sdíleli, jak u nich ve škole probíhala sexuální výchova, o čem se již učili.
- Harmonogram – vysvětlíme, že program bude mít tři vyučovací hodiny, přestávky, požádáme zúčastněné o shovívavost v případě, že bychom chtěli některý z bloků protáhnout, abychom uzavřeli téma; čas přestávky pak bude posunut a bude dodržena její délka.

- Pravidla – uvedeme tím, že se budeme bavit o citlivém tématu a že je potřeba, abychom se cítili bezpečně a dobře se nám pracovalo. Po představení pravidel se zúčastněných zeptáme, zda by chtěli nějaké pravidlo doplnit.
1. Každý sdílí tolik, kolik chce (každý si hlídá své soukromí, zároveň čím víc se bude zapojovat, tím víc si toho odnese).
 2. Las Vegas (osobní informace jako názory a postoje nevynášíme ven, faktické informace ano).
 3. Žádné záznamy (focení, natáčení videa, nahrávání zvuku) – upozornit na kyberšikanu a důležitost vzájemné důvěry.
 4. Když někdo mluví, ostatní naslouchají – je to jedinečná příležitost slyšet názory ostatních.
 5. Respekt a podpora – za názory se nesoudíme.
 6. Právo říct NE (pokud nechci, nemusím odpovídat nebo se zapojit do aktivity, která je mi nepříjemná, zůstávám ale v roli pozorovatele/pozorovatelky).
 7. Možnost na chvíli odejít s lektorující/m do jiné místnosti nebo na chodbu v případě, že se necítím komfortně a chci probrat osobní věc nebo si od tématu odpočinout.
 8. Můžeme se domluvit na tykání?

Asociace Sex (5 minut)

- Vyzveme zúčastněné, aby říkali svoje myšlenky (mohou vykřikovat, nemusí se hlásit), které je napadnou, když se řekne SEX (slovo sex napíšeme doprostřed tabule).
- Asociace nahlas opakujeme a všechny zapisujeme na tabuli – včetně případných vulgarismů. Když studující dokončí brainstorming, můžeme krátce okomentovat, případně požádat o reformulaci vulgarismů.

Cílem aktivity je zmapovat, co se žákům, žákyním či studujícím s tématem sexu pojí. Druhým, neméně podstatným cílem této aktivity je prolomit případnou bariéru studu mezi zúčastněnými a lektorujícími a ukázat zúčastněným (tím, že jejich asociace opakujeme nahlas a zapisujeme na tabuli bez jakéhokoliv hodnocení), že se nemusí během workshopu bát s námi otevřeně komunikovat. Někteří mladí lidé mají vzhledem k citlivosti tématu potřebu testovat hranice otevřené komunikace a přístupu lektorujících. Tato aktivita pak slouží jako ukázka toho, že např. případné vulgarismy lektorujících nezaskočí/nerozhodí a studující po této aktivitě již nemají potřebu vulgarismy do diskusí během workshopu vnášet.

Pozn. Pokud v asociacích nezazní spojení sexu s láskou, můžou lektorující tuto skutečnost okomentovat. Nebo se doptat: A pojí se pro Vás sex s láskou? Partnerstvím? Apod.

Škály – ANO-NE (30 minut)

- Požádáme zúčastněné, aby se postavili.
- Vysvětlíme, že budeme říkat jednotlivá tvrzení a jejich úkolem je rozmístit se na pomyslné ose, kde jeden konec třídy znamená ANO ve smyslu „Zcela s tvrzením souhlasím.“ a druhý konec znamená NE „Zcela s tvrzením nesouhlasím.“

- Body osy označíme papírem s ANO, NE. Zúčastnění se vždy mohou rozmístit kdekoli na ose. Po každém tvrzení vyzveme několik z nich, aby okomentovali, proč stojí tam, kde stojí. Jejich promluvy rámuje pomocí níže uvedených doporučení.
- Střídáme se v tom, kdo zadává, komentuje a moderuje jednotlivá tvrzení.

Tvrzení:

1. O sexu toho vím spoustu, nic mě nemůže překvapit.

Doptáváme se: „Kde lze získat informace o sexu?“ (Je důležité otázku formulovat obecně a ne např. „Odkud máte informace o sexu?“, aby žáci, žákyně či studující nebyli vystaveni nepříjemné situaci, ve které jsou nuceni sdílet osobní zkušenosti.)

- někoho se zeptáme: „rodiče, starší kamarádi, kamarádky, sourozenci?“
- na internetu – Google, nějaké konkrétní stránky (téma kritického přístupu k informacím na internetu – na internet může kdokoliv napsat cokoliv, musíme si informace ověřovat z více zdrojů.)
- knihy – doporučíme na konci

2. Porno je dobrý zdroj informací o sexu.

Rámování: Ačkoliv by pornografie měla být dostupná až od 18 let, internet je jí plný a můžeme se s ní setkat, i když ji aktivně nevyhledáváme. Někdo z vás už se s pornem možná potkal, někdo ne, nezajímají nás teď vaše zkušenosti, ale obecně názory.

Doptáváme se: Něco se v pornu asi zjistit dá – co?

- Dá se tam zjistit nějaká základní technika, co jak může vypadat. Může sloužit jako zdroj inspirace.

Doptáváme se: Co všechno je v pornu jinak než v realitě?

- Porno je tak jako romantický film především FILM, porno = fikce pro dospělé. Je důležité se o tom bavit, protože porno může nastavovat nerealistická očekávání od toho, jak má sex probíhat, a tato očekávání mohou vést ke zklamání, pokud se nesetkají s realitou.
- V pornu vystupují placení herci a herečky, ti mají předem daný scénář, který někdo vymyslel; vypadá to, že se na ničem nemusí domlouvat – že si vidí do hlavy, ale to je tím, že to mají dané scénářem, v realitě je potřeba se ptát a komunikovat.
- Porno je sestříhané – jejich výdrž je „uměle vytvořená“.
- Herci a herečky jsou nalíčení, mnohdy jim chybí ochlupení, scéna je osvětlená tak, aby dobře vypadali – vytváří to zkreslenou představu o tom, jak vypadají nazí lidé při sexu.
- Chybí tam city, komunikace (co se mi líbí a co ne), souhlas, neřeší se hygiena.
- Mohou vytvářet nebezpečný dojem, že všechny ženy mají rády dominantní partnery, co je během sexu třeba škrtit.
- Na pornu může vznikat (a vzniká) závislost.

3. Kluci chtějí sex častěji než holky.

Doptáváme se: „Z čeho máme ten dojem? Jak to dávají najevo? Jak to poznáme? Baví se i holky o sexu? Proč se o něm kluci baví jinak než holky? Potřebují sex kluci? A holky?“ (téma asexuality)

- Holky bývají vychovávány k tomu, aby byly cudné a stydlivé.
- Přetrvává stereotyp, že holka, která má hodně sexu, je promiskuitní a měla by se stydět, zatímco kluk, který má hodně sexu, je vnímán jako borec – vymezit se vůči dvojímu standardu.
- Vymezit se vůči tomu: každý to má jinak, a to je v pořádku, nemůžeme házet všechny holky a kluky do jednoho pytle, i když můžeme mít pocit, že to tak má v našem okolí „hodně holek“ nebo „hodně kluků“; nesmíme zapomínat, že to neznamená, že to tak mají „všechny holky“ a „všichni kluci“.

4. Když s někým chodím, musíme spolu spát.

Doptáváme se: „A naopak? Když se s někým vyspím, znamená to, že spolu chodíme? Jak teda poznám, že spolu chodíme?“ Téma komunikace.

- Sex součástí vztahu může, ale nemusí být.

5. Když je holka vyzývavě oblečená, znamená to, že chce sex.

Doptáváme se: „Podle čeho se ráno rozhodujeme, co si oblečeme? Co v létě – hraje roli počasí? Co na koupališti – hraje roli situace? Co znamená vyzývavě oblečená? Kdo to určuje?“

- Může to tak být – žena chce navodit atmosféru, iniciovat sex, a z toho důvodu si oblékne nějaké vyzývavé oblečení, ale není to tak vždy. Někdo třeba rád spí nahý a není to v žádném případě signál k sexu.
- Nosíme oblečení, ve kterém nám je příjemně, které se hodí k určité události/aktivitě, které máme zrovna čisté apod.
- I kdybychom si oblékli vyzývavé oblečení, protože ve skutečnosti chceme sex, tak to neznamená, že chceme sex s každým.
- Nemůžeme se na to rozhodně spolehnout jako na signál/svolení k sexu!

6. Když holka říká ne, myslí ano.

Většinou se ve třídě najde někdo, kdo s tímto tvrzením zcela souhlasí a jako příklad uvádí situace typu: „*Třeba když se holky zeptám, jestli jí něco je, tak ona řekne ne, i když myslí ano.*“ – na takové příklady můžeme navázat otázkou, jaké důvody nám mohou bránit v tom být 100% upřímní.

- Asi všichni (nejen holky) jsme někdy v životě zažili situaci, ve které jsme nebyli 100% upřímní o tom, co (ne)chceme, jaký máme názor nebo třeba jak se cítíme. Někdy nám v tom může bránit např. strach z odmítnutí nebo ze zesměšnění.
- Bylo by fajn, kdyby lidi vždy říkali upřímně své názory, ale ne vždy to jde.
- Na danou interakci jsou tam vždy minimálně dva. Je na obou, aby si vytvořili prostředí, ve kterém se cítí bezpečně a mohou spolu upřímně a otevřeně komunikovat například bez strachu z odmítnutí.
- „Ne znamená ne!“ (Není nic sexy na tom někoho přemlouvat.)

- „Ano” – Musím se ujistit, že je to skutečně „ano“ a ne „ano“ dané ze strachu (ze zesměšnění, odmítnutí apod.), „ano“ by mělo být nadšené a ne „no tak jo, když jinak nedáš”. Ano – souhlas nemusí být vysloven verbálně, souhlas může být vyjádřený i řečí těla, a i z řeči těla by mělo být zřejmé, že je souhlas udělován opravdu upřímně a ne třeba ze strachu.

PAUZA 15 minut

BLOK II – MODELOVÉ PŘÍBĚHY

Příběhy (45 minut = 5 minut zadání, 10 minut práce ve skupinách, 3x10 minut na společnou diskusi)

- Vyzveme třídu, aby se rozdělila do pěti skupin (máme celkem 5 verzí příběhů).
- Do každé skupiny rozdáme papíry s modelovým příběhem a otázkami. Každá osoba by měla mít svůj vlastní papír s příběhem.
- Skupiny pracují samostatně a diskutují nad odpověďmi na otázky doprovázející modelové příběhy.
- Po ukončení skupinové práce společně diskutujeme jednotlivá zadání.

Ačkoliv třídu na začátku rozdělíme na 5 skupin, 2 skupiny pracují vždy se stejným příběhem, ve kterém se liší pouze gender postav – jedna skupina pracuje s verzí příběhu heterosexuálního páru a druhá stejnopohlavního páru.

- Skupina 1 pracuje na příběhu 1: Silva a Vilém
 - Skupina 2 pracuje na příběhu 2 (verze 1): Jarmila a Hynek
 - Skupina 3 pracuje na příběhu 2 (verze 2): Jarmil a Hynek
 - Skupina 4 pracuje na příběhu 3 (verze 1): Laura a Zdeněk
 - Skupina 5 pracuje na příběhu 3 (verze 2): Laura a Zdeňka
-
- Nejdříve vždy necháme příběh přečíst nahlas. Příběh 1: Silva a Vilém existuje pouze v jedné verzi, tudíž skupina, která s ním pracovala, přečte nahlas tento příběh.
 - U dalších dvou příběhů již máme 2 verze; můžeme se rozhodnout, kterou verzi příběhu přečteme nahlas. Doporučujeme číst nahlas verze příběhů se stejnopohlavními páry (tedy příběh 2: Jarmil a Hynek a příběh 3: Laura a Zdeňka). Studující předem neví, že pracují na stejném příběhu, a během toho, co je příběh čten nahlas, si uvědomují, že jde o stejné zadání pouze s jiným genderem postav. Většinou na tento fakt okamžitě po přečtení reagují, čímž můžeme začít diskusi – doporučujeme se třídou probrat, jestli vnímají v příběhu nějaké rozdíly, a mapovat s nimi případné genderové stereotypy. V případě příběhu 2 a 3 probíráme obě verze příběhů dohromady, tedy se dvěma skupinami zúčastněných naráz.
 - Následně se ptáme skupin, které s příběhem pracovaly, na to, k jakým došly odpovědím na otázky, a posléze dáme prostor k vyjádření zbytku třídy. Můžeme klást doplňující otázky,

diskusi směřujeme k tomu, abychom příběh zarámovali tak, jak je uvedeno v doporučení. Dáváme si pozor na to, abychom nepoužívali hodnotící jazyk a dávali dostatečný prostor všem, kteří se chtějí vyjádřit.

Příběh 1: Silva (17 let) a Vilém (20 let)

Silva ještě nikdy s nikým nechodila ani nespala, párkrát se s někým líbala na večírku. Je zamilovaná do Viléma, který je o tři roky starší. Vilém si ale Silvy moc nevšímá. Silva jde na kalbu, kde ví, že Vilém taky bude. Po čase se osmělí a osloví Viléma. Chvilí se baví a pak začnou tančit. Vilém začne Silvu jemně hladit po zádech a po zadku. Silvě se to líbí.

Vilém: „Nechceš jít ven na vzduch?“

Silva: „Tak jo.“

Silva je trochu nervózní. Bojí se, že s ní Vilém bude chtít mít sex. Necítí se na to ještě připravená. Venku se prochází v blízkém parku. Chvilí se líbají a Vilém Silvu začne hladit po zadku. Silva se bojí, že s ní bude chtít mít sex, a tak se rozhodne převzít iniciativu a udělat mu to pusou, jak to viděla v pornu. Silvě se to ale nelíbí, chce se vrátit zpátky k líbání. Vilém jí tlačí hlavu zpět do svého rozkroku. Nechce, aby přestala. Silva se mu vytrhne a utíká pryč.

Vilém: „Stejně seš děvka!“

- Co si myslíte o chování Viléma?
- Co si myslíte o chování Silvy?
- Jak se asi cítí Vilém?
- Jak se asi cítí Silva?
- Co byste změnili, aby vše proběhlo pro oba v pohodě?
- Došlo v příběhu k sexuálnímu násilí? Pokud ano, v jakou chvíli?

Rámování příběhu:

Důležitá je komunikace. Nikdy nedělejte věci ze strachu, ale protože je chcete vyzkoušet, líbí se vám je dělat. Změnit názor během sexuální aktivity je normální a každý má právo si rozmyslet, zda v sexuální aktivitě chceme pokračovat nebo ne, a druhý má naše rozhodnutí respektovat. Vždy je dobré se v průběhu sexuální aktivity ujišťovat, že chce náš partner nebo naše partnerka pokračovat.

Příběh 2: Jarmila (17 let) a Hynek (16 let), verze 1

Jarmila a Hynek spolu chodí už tři roky. Zrovna mají období, kdy jim to moc neklape. Hádají se, vídají se méně často než dřív. Po hádce u Jarmily doma jdou spát. Jarmila se chce udobřit sexem. Hynek ji odstrkuje, nechce se mu, je pořád naštvaný.

Jarmila: „Ty už mě nemáš rád?“

Hynek: „Ne, jenom nemám náladu. A jsem unavený.“

Jarmila: [vyčítavě] „Ale..., vždyť už jsme to nedělali hrozně dlouho.“

Hynek: „Já vím. Jsem fakt utahaný, promiň.“

Hynek se otočí na druhý bok. Jarmila chvíli mlčí a pak se ho vyčítavě zeptá.

Jarmila: „Ty mě podvádíš. Já věděla, že se to stane. Spíš s Kamilou?!“

Hynek: [obrací oči v sloup] „Prosím tě, ne. Miluju tě. Ale chci spát.“

Jarmila: „Nene, ty už mě nemáš rád a podvádíš mě. Nebo nejsi vůbec žádný chlap, když chceš pořád jen spát. Co to s tebou je?!“

Hynek to vzdá a má s ní sex.

- Co si myslíte o chování Jarmily?
- Co si myslíte o chování Hynka?
- Jak se asi cítí Jarmila?
- Jak se asi cítí Hynek?
- Co byste změnili, aby vše proběhlo pro oba v pohodě?
- Došlo v příběhu k sexuálnímu násilí? Pokud ano, v jakou chvíli?

Příběh 2: Jarmil (17 let) a Hynek (16 let), verze 2

Jarmil a Hynek spolu chodí už tři roky. Zrovna mají období, kdy jim to moc neklape. Hádají se, vídají se méně často než dřív. Po hádce u Jarmila doma jdou spát. Jarmil se chce udobřit sexem. Hynek ho odstrkuje, nechce se mu, je pořád naštvaný.

Jarmil: „Ty už mě nemáš rád?“

Hynek: „Ne, jenom nemám náladu. A jsem unavený.“

Jarmil: [vyčítavě] „Ale..., vždyť už jsme to nedělali hrozně dlouho.“

Hynek: „Já vím. Jsem fakt utahaný, promiň.“

Hynek se otočí na druhý bok. Jarmil chvíli mlčí a pak se ho vyčítavě zeptá.

Jarmil: „Ty mě podvádíš. Já věděl, že se to stane. Spíš s Kamilem?!”

Hynek: [obrací oči v sloup] „Prosím tě, ne. Miluju tě. Ale chci spát.“

Jarmil: „Nene, ty už mě nemáš rád a podvádíš mě. Nebo nejsi vůbec žádnéj chlap, když chceš pořád jen spát. Co to s tebou je?!”

Hynek to vzdá a má s ním sex.

- Co si myslíte o chování Jarmila?
- Co si myslíte o chování Hynka?
- Jak se asi cítí Jarmil?
- Jak se asi cítí Hynek?
- Co byste změnili, aby vše proběhlo pro oba v pohodě?
- Došlo v příběhu k sexuálnímu násilí? Pokud ano, v jakou chvíli?

Rámování příběhu (obou verzí): I psychický nátlak a emoční vydírání mohou vést k sexuálnímu násilí. Přemlouvání někoho, kdo vyjádří nesouhlas, není v pořádku. Zamysleme se nad tím, jestli chceme mít sex s někým, kdo ho vlastně nechce. I ženy páchají sexuální násilí a pro muže může být ještě těžší se s tím někomu svěřit.

Příběh 3: Laura (19 let) a Zdeněk (19 let), verze 1

Laura a Zdeněk jsou kamarádi. S partou se opijí v hospodě. Je kolem půlnoci, hospoda nabízí poslední rundu. Laura chce jet domů, Zdeněk má stejnou cestu, a tak se dohodnou, že pojedou společně taxíkem. V něm už dost veselá Laura Zdeňkovi nabídne, že můžou jít k ní domů dát si ještě skleničku, má prý doma ještě víno. U Laury dvojice popíjí a dobře se baví. Lauřini rodiče nejsou doma. Laura Zdeňkovi navrhně, ať u ní přespí. Jde si lehnout do postele v kalhotkách a tričku. Zdeněk ji následuje. V posteli Lauru začne hladit. Ta ho chvíli nechá, ale pak ho odstrčí a usne. Nad ránem Lauru probudí, že s ní má Zdeněk sex. Laura se potichu rozbere.

- Co si myslíte o chování Laury?
- Co si myslíte o chování Zdeňka?
- Jak se asi cítí Laura?
- Jak se asi cítí Zdeněk?

- Co byste změnili, aby vše proběhlo pro oba v pohodě?
- Došlo v příběhu k sexuálnímu násilí? Pokud ano, v jakou chvíli?

Příběh 3: Laura (19 let) a Zdeňka (19 let), verze 2

Laura a Zdeňka jsou kamarádky. S partou se opijí v hospodě. Je kolem půlnoci, hospoda nabízí poslední rundu. Laura chce jet domů, Zdeňka má stejnou cestu, a tak se dohodnou, že pojedou společně taxíkem. V něm už dost veselá Laura Zdeňce nabídne, že můžou jít k ní domů dát si ještě skleničku, má prý doma ještě víno. U Laury dvojice popíjí a dobře se baví. Lauřini rodiče nejsou doma. Laura pak Zdeňce navrhuje, ať u ní přespí. Jde si lehnout do postele v kalhotkách a tričku. Zdeňka ji následuje. V posteli Lauru začne hladit. Ta ji chvíli nechá, ale pak ji odstrčí a usne. Nad ránem Lauru probudí, že s ní má Zdeňka sex. Laura se potichu rozbřečí.

- Co si myslíte o chování Laury?
- Co si myslíte o chování Zdeňky?
- Jak se asi cítí Laura?
- Jak se asi cítí Zdeňka?
- Co byste změnili, aby vše proběhlo pro obě v pohodě?
- Došlo v příběhu k sexuálnímu násilí? Pokud ano, v jakou chvíli?

Rámování příběhu (obou verzí): Když někdo spí (nebo je v bezvědomí například v důsledku opilosti), nemůže dát k ničemu souhlas ani projevit nesouhlas, a pokud s takovým člověkem má někdo sex, jedná se o znásilnění. To, že Laura Zdeňku/Zdeňka pozvala domů, není signál k sexu. I kdyby spolu flirtovaly/i, Zdeňka/Zdeněk si to nemůže vykládat jako pozvánku k sexu.

BLOK III – POMOC OBĚTI, REFLEXE, EVALUACE

Když se mi svěří (20 minut)

- Doprostřed kruhu umístíme papír s obrysem postavy. Postava není ani mužská, ani ženská – můžeme použít např. postavu mimozemšťana – jeho zvláštní vzhled komentujeme na začátku aktivity tím, že sexuální násilí se (jak už jsme si ukázali na modelových příbězích v předchozím bloku) netýká pouze žen nebo pouze mužů, ale může potkat kohokoliv, stejně jako pachateli nejsou pouze muži (ačkoliv dle dostupných statistik převládají případy žen, které byly znásilněny muži).
- Rozdáme zúčastněným post-it papírky a vyzveme je, aby si představili, že se jim kamarádka nebo kamarád svěří s tím, že ji/ho někdo znásilnil nebo sexuálně obtěžoval. Jaká by byla jejich reakce? Co by jí/mu řekli? Jakým způsobem by ji/ho podpořili?
- Necháme zúčastněné, aby napsali tolik lístečků, kolik chtějí, a aby je postupně lepili na papír s postavou.
- Následně jednotlivé papírky přečteme a komentujeme.

Rámování: poděkovat za projevenou důvěru, věřit oběti – nezpochybňovat, neobviňovat ji, ptát se (nerozkazovat), do něčeho ji nenutit, obrátit se společně na odbornou pomoc (přiznat, když si neví rady), nezlehčovat situaci, být si vědom/a možné změny fyzických hranic toho, jaký kontakt je člověku

příjemný (např. obětí), dále můžeme třídit vysvětlit průběh vyšetřování na policii, ohlašovací povinnost, zdravotní kontrolu, zmínit, kam se mohou obrátit pro případnou pomoc.

Kontakty, na koho se můžu obrátit:

Linka bezpečí: 116 111 (zdarma, určena pro děti, mládež a studující do 26 let), má taky email a online chat

Modrá linka: <https://www.modralinka.cz/>, 608 902 410, e-mail: help@modralinka.cz, schránka důvěry a chat, psychologická poradna v Brně

Persefona: <https://www.persefona.cz/>, pomoc obětem sexuálního násilí (se sídlem v Brně)

proFem: <https://www.profem.cz/>, centrum pro oběti domácího a sexuálního násilí (sídlí různě po republice)

S barvou ven: <https://www.sbarvouven.cz/>, online poradna a podpůrná skupina pro lidi, kteří řeší otázky kolem své sexuální orientace nebo genderové identity, nebo pro ty, kteří chtějí být oporou LGBTQ lidem a neví, jak na to.

Tea Consent (5 minut)

- Pokud máme k dispozici dataprojektor, pustíme video Souhlas se šálkem čaje. https://www.youtube.com/watch?v=2Im5KQM_xLM

Knihy (5 minut)

- Buď máme knihy fyzicky s sebou a zúčastněným je ukážeme, nebo můžeme promítnout slide s titulními stranami knih a jednotlivé knihy okomentovat.

Blažejová, L. (2020). *Moje rudá knížka*.

- nezávazně a hravě o menstruaci, pomáhá k ní budovat pozitivní vztah
- doporučujeme i pro kluky; menstruace se netýká pouze dívek, je potřeba, aby jí rozuměli i chlapci

Perez, I. CH. (2019). *Respekt, Všechno, co kluci potřebují vědět o sexu a lásce*.

- navzdory názvu to rozhodně není kniha pouze pro kluky
- **doporučujeme úplně pro všechny!**

Strömquistová, L. (2018). *Ovoce poznání*.

- komiks o ženském pohlavním orgánu, boří různé mýty a ukazuje, jak jednotlivé mýty vznikaly; krásně graficky zpracovaná a nabitá informacemi

Chusita Fashion Fever (2018). *Tohle není jen kniha o sexu*.

- ilustrovaný průvodce – vypadá jako kombinace blogu a časopisu pro mládež (např. Bravo), jsou tam kvízy, komiksy, delší texty, informační bubliny a boxy – vizuálně velmi pestrý a zábavný
- tematicky: anatomie pohlavních orgánů, sexuální identity, randění a vztahy, jak se chránit, masturbace, predehra, sex, vyvracení mýtů – kniha je tedy hlavně o sexu, citová rovina tolik popsaná není

Reflexe (10 minut)

- Shrňeme, čemu jsme se ve workshopu věnovali, a požádáme žáky, žákyně či studující, aby každý v kolečku postupně řekl, co si z workshopu odnáší (pocit, informaci). Dáme prostor všem, aby se vyjádřili.

Zpětná vazba (5 minut)

- Provádíme pomocí Google formuláře, doplnkově rozdáme zúčastněným vytištěné evaluační dotazníky v případě, že nemají mobilní telefon s internetovým připojením.

Letáček

- Rozdáme studujícím letáček „Manuál na bezpečný sexuální život“.

Rozloučení

- „Přejeme vám, abyste mezi sebou měli pěkné respektující vztahy, ve kterých se nebojíte otevřeně komunikovat a říct si, co se vám líbí či nelíbí a co chcete a nechcete.“

4 | 2 Prevence genderově podmíněného kybernásilí

Vzhledem k epidemiologické situaci s covid-19 proběhla naprostá většina workshopů prevence genderově podmíněného kybernásilí v online podobě. Prezenční podoba workshopu se tedy v současné době testuje a po získání dostatečného množství zpětné vazby od žákyň, žáků a studujících a zkušeností lektorujících bude upravena do finální podoby.

Harmonogram:

45 minut – úvod (co nás čeká, harmonogram, pravidla, icebreaker), asociace, škály I, video, prezentace o *hate speech* (kde se berou naše názory)

45 minut – příklady *hate speech*, modelový příběh

45 minut – škály II, pomoc obětem kybernásilí, když se mi svěří, doporučené knihy a filmy, shrnutí, reflexe (co si odnáším), evaluace, materiály spolku Konsent

Základní úprava třídy/prostoru:

židle v kruhu, lavice po stranách nebo mimo třídu (třeba komunikovat předem), dataprojektor

Materiál:

flipchart, fixy, papíry formátu A4 s nápisem ANO a s nápisem NE, vytištěné modelové příběhy – kopie na počet studujících, lepící lístečky na jmenovky, post-it lístečky, propisky, flipchart s obrysem postavy, kartičky s emocemi, vytištěné dotazníky na evaluaci, letáky pro každého

BLOK I – ÚVOD, ASOCIACE, ŠKÁLY I, VIDEO, PREZENTACE HATE SPEECH

Úvod (10 minut)

- Představíme sebe, obsah workshopu, harmonogram a pravidla pro společnou práci.
- Poprosíme zúčastněné, aby si na lepící lístečky napsali svoje jméno a nalepili si je na vrchní část oblečení (triko, šaty).

Ahoj, já jsem xy a tohle je yx. Dnes se spolu budeme bavit o prevenci kybernásilí. Myslíme si, že v současnosti, kdy se prakticky celý svět přesouvá do online prostředí, je obzvláště důležité mluvit o tom, co je to kybernásilí a kyberšikana a jak se zachovat, pokud jsme svědky nějakého nevhodného chování. Dnešní workshop se koná díky projektu Posilování kapacit a metodologická podpora v prevenci domácího a genderově podmíněného násilí, který realizuje Odbor rovnosti žen a mužů Úřadu vlády České republiky ve spolupráci se spolkem Konsent za finanční podpory Norských fondů a programu Active Citizens Fund.

- Požádáme zúčastněné, aby v kolečku každý řekl své jméno. Můžeme je vyzvat, aby sdíleli, jestli už měli nějaký program zaměřený na téma kyberbezpečí a jaký případně byl.
- Vysvětlíme, že program bude mít tři vyučovací hodiny, přestávky, požádáme zúčastněné o shovívavost v případě, že bychom chtěli některý z bloků protáhnout, abychom uzavřeli téma; čas přestávky pak bude posunut a bude dodržena její délka.

- Dohromady se žáky, žákyněmi či studujícími se domluvíme na pravidlech, která spolu budeme po ty tři hodiny dodržovat, aby se nám společně dobře pracovalo a mohli jsme se otevřeně bavit a sdílet své názory.
1. Každý sdílí tolik, kolik chce (každý si hlídá své soukromí, zároveň čím víc se bude zapojovat, tím víc si toho odnese).
 2. Las Vegas (osobní informace jako názory a postoje nevynášíme ven, faktické informace ano).
 3. Žádné záznamy (focení, natáčení videa, nahrávání zvuku) – upozornit na kyberšikanu a důležitost vzájemné důvěry.
 4. Když někdo mluví, ostatní naslouchají – je to jedinečná příležitost slyšet názory ostatních.
 5. Respekt a podpora (za názory se nesoudíme).
 6. Právo říct NE (pokud nechci, nemusím odpovídat nebo se zapojovat do aktivity, která je mi nepříjemná).
 7. Možnost na chvíli odejít s lektorující/m do jiné místnosti nebo na chodbu – budeme se mimo jiné bavit i o násilí, což je citlivé téma a může v tom někomu být nepříjemně; v takové chvíli je možnost na chvíli z workshopu odejít probrat osobní věci s lektorující/m nebo si od tématu odpočinout.
 8. Můžeme se domluvit na tykání?

Asociace Bezpečně na internetu (5 minut)

- Vyzveme studující, aby říkali svoje myšlenky (mohou vykřikovat, nemusí se hlásit), které je napadnou, když se řekne BEZPEČNĚ NA INTERNETU (napíšeme doprostřed tabule). Asociace nahlas opakujeme a všechny zapisujeme na tabuli – včetně případných vulgarismů.
- Když studující dokončí brainstorming, můžeme krátce okomentovat, případně požádat o reformulaci vulgarismů.

Cílem této aktivity je zmapovat, jak studující nad tématem bezpečí na internetu uvažují a co všechno o něm už ví, a současně upozornit na to, že jsme zvyklí v kontextu bezpečí na internetu uvažovat především o tom, jak se chránit, ale méně se mluví o tom, jak se chovat, abychom někomu neubližovali.

Rámování: Objevuje se nám tady hodně způsobů ochrany, což je určitě důležité téma, a vypadá to, že víte docela hodně o tom, jak se na internetu chránit. Je ale důležité přemýšlet i nad tím, jak se chovat, abychom někomu v online prostoru neublížili, a na to se dnes v tomto workshopu zaměříme.

Škály – ANO-NE (5 minut)

- Požádáme zúčastněné, aby se postavili.
- Vysvětlíme, že budeme říkat jednotlivá tvrzení a jejich úkolem je rozmístit se na pomyslné ose, kde jeden konec třídy znamená ANO ve smyslu „Zcela s tvrzením souhlasím.“ a druhý konec znamená NE „Zcela s tvrzením nesouhlasím.“
- Body osy označíme papírem s ANO, NE. Žáci, žákyně či studující se vždy mohou rozmístit kdekoli na ose.
- Po každém tvrzení vyzveme několik z nich, aby okomentovali, proč stojí tam, kde stojí. Jejich promluvy rámuje pomocí níže uvedených doporučení.

- Střídáme se v tom, kdo zadává, komentuje a moderuje jednotlivá tvrzení.

Tvrzení:

1. **Když si z někoho dělám srandu a on se tomu taky směje, není to šikana.**

Doptáváme se: „Na základě čeho, koho – kdo to rozhoduje? Co když jen neví, jak reagovat? Kde je hranice mezi legrací a šikanou?“

Rámování: U zábavy má každý hranice někde jinde. U jednotlivých lidí se hranice mění podle aktuálního rozpoložení a nálady. Smích taky může být obrannou reakcí člověka, kterého to ve skutečnosti ranilo. Můžeme se ujistit tím, že se zeptáme. Existuje spousta kvalitního humoru, který není na úkor někoho a u kterého si můžeme být jistí, že dotyčného neraní, tak proč to riskovat.

2. **Internet je svobodný prostor a máme právo vyjádřit jakýkoliv svůj názor.**

Doptáváme se: „Existují nějaká pravidla na internetu? Dovolili by si lidi v realitě to stejné, co na internetu? Kde jsou hranice svobody projevu a kdo to určuje?“

Rámování: Anonymita na internetu svádí k tomu, že nedodržujeme stejná pravidla slušného chování jako ve fyzickém světě. Na internetu platí stejná pravidla jako ve skutečnosti a naše chování zároveň může mít větší dosah – tudíž by se dalo říct, že na internetu platí dokonce přísnější pravidla. Svoboda jednoho končí tam, kde začíná právo jiného. Proto budme ohleduplní.

Connor (5 minut) VIDEO

- Řekneme třídě, že si pustíme (na dataprojektoru) video o tom, jak velký dosah můžou naše příspěvky na internetu mít. <https://www.youtube.com/watch?v=-gx22SgiAMg>

Rámování: Ukázka toho, jak se z jednoho názoru (hejtu, který může na začátku pachateli připadat jako nevinný vtípek) může stát lavina hejtů a kyberšikana. „*Jedna vločka se taky necítí zodpovědná za lavinu.*“

Od názorů k násilí (5 minut) PREZENTACE

Je možné využít PowerPoint prezentaci nebo pouze vést diskusi v kolečku a pro její přehlednost využít tabuli nebo flip-chart.

Rámování/úvodní aktivita: Jednou z nejčastějších forem kybernásilí je *hate speech* neboli nenávistný projev. *Hate speech* je šíření nenávistných názorů nebo názorů podněcujících nenávist vůči určité skupině lidí.

- Negativní (nenávistný) názor na někoho sám o sobě nikomu neublíží, ale jeho šíření na internetu už ano. Když takové názory šíříme internetem, mohou zranit spoustu lidí a tím se na nich dopouštíme verbálního/psychického násilí.
- Pokud se podle těchto názorů k daným lidem navíc i chováme, dopouštíme se na nich diskriminace, ta může vést např. až k fyzickému násilí vůči dané skupině nebo k sebevraždám.
- Všichni máme nějaké názory, některé z nich mohou být negativní vůči nějakým lidem a je možné, že se nám nedaří se jich zbavit. Ale vždy se můžeme rozhodnout se podle tohoto názoru nechovat.

Kde se berou naše názory? PREZENTACE

- Ptáme se: „Kde se berou naše názory? Narodíme se s nimi?“ *Účastníci a účastnice workshopů zmiňují: od rodičů, z výchovy, z osobní zkušenosti.*
- Doplnujeme odpovědi studujících: **Názory přebíráme od ostatních v průběhu života** (ovlivňuje nás výchova, kultura, ve které žijeme atd.). A spousta názorů, které takto přebíráme, je založena na nějakých stereotypech a předsudcích. Všichni nějaké stereotypní názory máme, tomu se nejde ubránit. Není nikdo, kdo by je neměl, jediné že by vyrůstal mimo společnost. Nemá cenu předstírat, že je nemáme, je lepší si přiznat, že je máme, být si jich vědomi, pracovat na nich a nechovat se podle nich.
- Dále vysvětlujeme: Mnoho názorů, které přebíráme od ostatních, je stereotypních.
 - Stereotypy = očekávání od lidí, že jsou nějací, jen proto, že patří do určité skupiny (nejsou to nutně negativní názory vůči dané skupině).
 - Předsudky = negativní stereotypy neboli negativní názory a očekávání od lidí, co patří do určité skupiny.
 - „Já si osobně pamatuju, že u nás na škole byla rivalita mezi áčkem a béčkem – měli jsme pocit, že lidi, co chodí do áčka, jsou nějací a lidi, co chodí do béčka, jsou onací. Máte taky tuto zkušenost? Pokud ano:
 - Jací jsou podle vás ačkaři/béčkaři?
 - A opravdu jsou takoví? Jak to víte? Kde se tento váš názor vzal? Jak se vlastně rozhoduje, kdo bude chodit do áčka a kdo do béčka? A jak víte, že jsou takoví všichni?“

BLOK II – HATE SPEECH PŘÍKLADY, PŘÍBĚH

- Sdělíme třídě, že navazujeme na téma stereotypů a předsudků a kde se berou naše názory, a budeme se bavit o konkrétních příkladech.
- Můžeme využít prezentaci nebo každému rozdat vytištěné materiály s ukázkami *hate speech* z prezentace.
- Nejprve necháme zúčastněné si příspěvky přečíst a následně nad nimi vedeme diskusi.

1. Reálné příspěvky na internetu

- Příspěvky z Mlč, zlato, Hatefree a titulek článku jako příklady genderových stereotypů (reálné příklady).
- Ptáme se: „Jakých skupin se tyto stereotypy týkají?“ (odpoví buď že to jsou genderové stereotypy, nebo že se to týká mužů a žen).
- Následně se ptáme, jestli ví, jaký je rozdíl mezi genderem a pohlavím, a buď necháme někoho vysvětlit, nebo vysvětlíme sami/y.
 - Pohlaví = biologické znaky
 - Gender = to, kým se cítím být
 - Gender je spektrum, někdo se cítí jako holka, někdo jako kluk a někdo se necítí ani jako jedno (identifikuje se jako nebinární) a to je v pohodě.
 - Pokud biologické znaky odpovídají tomu, jak se cítím = cisgender.
 - Pokud biologické znaky neodpovídají tomu, jak se cítím, ale opačnému pohlaví = transgender.

- Jsou lidi, kteří mají biologické znaky, které označujeme jako mužské, i znaky, které označujeme jako ženské = intersex lidi; můžeme odkázat na české stránky o intersexualitě. <https://intersex-dsd.upol.cz/>
- Pojem gender má různé významy, nepoužívá se pouze ve významu identity a odlišení od biologického pohlaví. V různých zdrojích se můžeme setkat různým pojetím a chápáním termínu.
- Genderové role – „Co vlastně znamená být holka nebo kluk? Co od nás společnost očekává jako od holek a od kluků? Je v tom nějaký rozdíl?“ Do velké míry to záleží na tom, jaké genderové role nám společnost připisuje a podle toho se k nám chová.
 - Genderové role a stereotypy se měnily v historii. Např. růžová barva bývala považována za barvu pro kluky. Koně bývali mužský zájem, dnes je spojován spíše s holkami.
- Tyto stereotypy jsou zraňující například ve chvíli, kdy do nich někoho tlačíme. Například, když od všech holek očekáváme, že je bude bavit vařit (viz komentář „ať se paní vrátí k plotně“). Určitě jsou na světě holky, které si vaření a pečení užívají, ale nemůžeme to očekávat od všech. Ve chvíli, kdy někoho do něčeho nutíme, protože chceme, aby naplnil námi očekávanou genderovou roli, nebo ve chvíli, kdy někoho odsuzujeme za to, že podle nás nenaplnuje to, co od dané genderové role očekáváme, na něj vytváříme nepříjemný psychický nátlak.
- Tyto genderové stereotypy jsou mnohdy nástrojem (prostředkem), který lidi na internetu používají, aby někoho uráželi, shazovali..., a to není v pořádku.
- **Vymezit se vůči genderovým stereotypům – to, že mám (nebo nemám) nějaké části těla, neurčuje, co mě baví, v čem jsem dobrá/ý a co v životě chci dělat.**

2. Příspěvek Alice jako příklad homofobie (5 minut):

- Zmínit, že příspěvek je vymyšlený, inspirovaný komentáři, se kterými je možné se na internetu potkat.
- Jak vnímáte tyto komentáře?
 - Sexuální orientace je spektrum, sexuální orientace není volba, vymezit se vůči homofobii.
- Sdílet slide Jsme fér – ukázka toho, že na internetu jsou nejvíc slyšet hejtři a přitom skutečnost může být úplně jiná. Je důležité nevynechat tento slide, aby někdo ze zúčastněných nenabyl na základě ukázek nenávislných homofobních komentářů dojmu, že většina populace ČR je homofobní -> podle průzkumů agentury Median z let 2018 a 2019 většina české populace např. manželství pro LGBTQ páry podporovala.

Příběh Evžena a Taťany (5 minut zadání, 15 minut samostatná práce, 15 minut diskuse – celkem 35 minut)

- Vyzveme třídu, aby se rozdělila do skupin tak, aby v každé skupině bylo maximálně 4-5 osob. Do každé skupiny rozdáme papíry s modelovým příběhem a otázkami (všichni pracují na tom

stejném příběhu v menších skupinkách). Každá osoba by měla mít svůj vlastní papír s příběhem.

- Skupiny pracují samostatně a diskutují nad odpověďmi na otázky doprovázející modelové příběhy.
- Po ukončení skupinové práce společně diskutujeme.
- Příběh není nutné číst, protože všichni pracovali se stejným zadáním. Zeptáme se skupin na to, k jakým došli závěrům.
- Můžeme klást doplňující otázky, diskusi směřujeme k tomu, abychom příběh zarámovali tak, jak je uvedeno v doporučení.
- Dáváme si pozor na to, abychom nepoužívali hodnotící jazyk a dávali dostatečný prostor všem, kteří se chtějí vyjádřit.

Příběh: Evžen (18 let) a Taťána (17 let)

Evžen a Taťána se potkali na sportovním dni školy a už týden spolu flirtují přes WhatsApp.

Taťána: „Jsi tak supr kluk, asi se zamilovávám! 🥰“

Evžen: „Ty jsi taky super. 🥰 Víš, co bych chtěl? Strašně bych tě chtěl vidět dole. 😏“

Taťána se nejdříve zdráhá, ale pak se nechá přemluvit a pošle Evženovi fotku své vulvy. Evžen se chce pochlubit svému nejlepšímu kamarádovi Vladimírovi a fotku mu přepošle. Vladimír fotku přepošle dál do chatu své party a nakonec fotku mají i Taťánini spolužáci, kteří si z ní začnou dělat srandu.

spolužačka: „Hahaha, Taťána je děvka, fotí se mezi nohama a všem to posílá!“

spolužák: „Haha, nejvíc, a ještě k tomu neoholená, to je na žalobu.“

Taťána si začne holit veškeré ochlupení na těle a aby nemusela mluvit se spolužáky, začne chodit za školu. Evženovi nevěří, že to s fotkou myslel dobře, že se mu velmi líbí a že se jí nesměje jako ostatní, a tak mu přestane odpovídat.

- Jak se asi cítí Taťána?
- Jak se asi cítí Evžen?
- Kdo všechno udělal v příběhu chybu? Kdo udělal největší chybu?
- Kteří lidé se v příběhu mohli zachovat tak, aby Taťána nemusela chodit za školu? Co mohli udělat?
- Co byste udělali vy, kdybyste byli spolužáky/spolužačkami Taťány?

Rámování diskuse k jednotlivým otázkám:

● **Jak se asi cítí Taťána a Evžen?**

- Co kdyby byly prohozené role? Cítili by se stejně? Byl by kluk za borce, nebo by se mu taky všichni vysmáli? (téma genderových rolí – holky mají být cudné, kluci dobyté – platí to?)

● **Kdo všechno udělal v příběhu chybu? Kdo udělal největší chybu?**

- Důvěra vůči lidem/důvěra vůči aplikacím
 - Sdílením fotky druhým přistupuji na určitou míru rizika, ztrácím kontrolu nad tím, co s ní bude. Na internetu už zůstane. Kromě zneužití ze strany člověka to může být zneužito i aplikacemi. Chtěli bychom žít ve světě, kde je v pořádku důvěřovat lidem, které známe a mám rádi/y.
 - Můžeme doporučit bezpečnější aplikace – Signal, Telegram.
- *Victim blaming* (obviňování obětí)
 - Je důležité mít na paměti, že v případě, že takový materiál koluje na veřejnosti, nesmí být nikdy obviňován ten, kdo v něm hrál. Osoba, která je

na videu (fotce) zobrazena, nikdy nenese vinu. Pokud tedy video sama vědomě nerozšířila. Vinu nese právě ten, kdo jej zprostředkoval ostatním.

- Pokud oběti ustavičně opakujeme, že si měla pořádně rozmyslet, že něco takového natočí (vyfotí), je dost možné, že se v budoucnu už nikomu dalšímu nesvěří, nebo že sama uvěří tomu, že chyba byla na její straně.
- Pokud s námi třeba nesouhlasíte a máte pocit, že Taťána udělala chybu, tak je pořád potřeba se zamyslet nad tím, jestli jí to, že jí budeme říkat, že udělala chybu, nějak pomůže.

○ Šíření dětské pornografie

- Pokud vytvoříme nějaký pornomateriál, nikdy si nemůžeme být stoprocentně jistí, že se nedostane na veřejnost. Zároveň je potřeba mít k partnerovi/partnerce důvěru a vědět, že si materiál pohlídá.
- Sex sice můžeme mít od 15 let, ale až do 18 let nesmíme vytvářet pornografický materiál, protože pornografie zobrazující osoby mladší 18 let nebo osoby, které vypadají jako mladší 18 let, je nelegální. Pokud by si tedy například pár, kde je alespoň jeden z páru mladší 18, nahrál vlastní pornografický materiál a posílal si ho, mohlo by to být klasifikováno jako vytváření a šíření dětské pornografie, za což hrozí přísné tresty.
- To platí i u posílání nahých fotek se sexuálním podtextem, protože by mohly být označené za pornografický materiál. U dospělých lidí (od 18 let) je posílání nahých fotek se sexuálním podtextem v pořádku za předpokladu, že je zájem oboustranný a že fotky byly zaslány po předchozím souhlasu. Co není v pořádku, je sexting bez konsentu (např. posílání dickpics bez souhlasu příjemce).

● **Co mohli udělat Taťánini spolužáci/spolužačky, aby nemusela chodit za školu? Co byste udělali, kdybyste byli spolužáky/spolužačkami Taťány?**

- Žáci, žákyně či studující většinou zmiňují, že by se jí nesmáli -> podpořit tento postoj, protože na tom, co se Taťáně přihodilo, nic směšného není.
- Na nahotě není nic trapného. Každý jsme jiný a vypadáme jinak, a to je super, protože kdybychom byli všichni stejní, tak je na světě pěkná nuda.

BLOK III – ŠKÁLY II, POMOC OBĚTEM KYBERNÁSILÍ, KDYŽ SE MI SVĚŘÍ, REFLEXE, EVALUACE

Škály (5–10 minut)

Zadání viz BLOK I (studujícím stačí připomenout)

Tvrzení:

Internet je nebezpečné místo.

- Můžeš si zajistit vlastní bezpečí, ale jen do určité míry, a proto nikdo není zodpovědný za vše, co se mu na internetu přihodí.
- Možná teď po workshopu můžete mít pocit, že internet je plný nebezpečí.
- Na internetu je ale i mnoho dobrého, zajímavé příležitosti, propojení lidí a kultur, například během pandemie se přes internet lidé organizovali a navzájem si pomáhali – dělali například různé sbírky pro lidi v nouzi. Další možností je podpořit různé zajímavé projekty nebo se do nich díky internetu zapojit.

Nejlepší obrana proti násilí je protiútok.

- Násilí plodí jen další násilí, nikam nevede, konflikt se jím akorát vyhroť.
- V případě trollů – lidi, co záměrně vyvolávají konflikty v diskusních vláknech a baví se tím – to skutečně ani smysl nemá, protože tím uděláme přesně to, co chtějí.

Pomoc obětem kybernásilí – ptáme se: „Co můžeme dělat, když se s násilím setkáme v internetových diskusích?“ (5 minut)

- nahlásit nenávistný příspěvek těm, kdo stránky administrují
- vyjádřit protinázor, pokud se na to cítím
- napsat soukromou zprávu oběti kybernásilí (podpořit soukromě)

Lektorující dále může:

- upozornit na to, že hejtři jsou ve veřejném prostoru slyšet nejvíc. Je spousta lidí, co s nimi nesouhlasí, ale možná se (tak jako my) neozve, protože se necítí na to jít do konfliktu nebo má pocit, že to nemá smysl.
- připomenout příklad s homofobními komentáři vs. výsledky průzkumu z roku 2019 ze Jsme fér, kolik lidí vyjádřilo podporu pro manželství pro všechny.

Co můžeme dělat, když se nám někdo svěří se zkušeností s kybernásilím (10 minut)

- Doprostřed kruhu umístíme papír s obrysem postavy. Postava není ani mužská, ani ženská – můžeme použít např. postavu mimozemšťana – jeho zvláštní vzhled komentujeme na začátku aktivity tím, že kybernásilí se netýká pouze žen nebo pouze mužů, ale může potkat kohokoliv.
- Rozdáme zúčastněným post-it papírky a vyzveme je, aby si představili, že se jim kamarádka nebo kamarád svěřil s tím, že ji/ho někdo obtěžuje na internetu/zažívá nějakou formu kybernásilí. Jaká by byla jejich reakce? Co by jí/mu řekli? Jakým způsobem by ji/ho podpořili?
- Necháme zúčastněné, aby napsali tolik lístečků, kolik chtějí, a aby je postupně lepili na papír s postavou. Následně jednotlivé papírky přečteme a komentujeme.

Rámování: poděkovat za projevenou důvěru, věřit oběti – nezpochybňovat, nezlehčovat situaci, neobviňovat ji, ptát se (nerozkazovat), do ničeho ji nenutit, obrátit se společně na odbornou pomoc (přiznat, když si nevím rady). Zúčastnění často zmiňují: „ignoruj to“, ale je to rada, která se těžko dodržuje, pokud se jedná o opakovaný útok, a může působit dojmem, že situaci nebereme dostatečně vážně.

Odborná pomoc: (5 minut)

- Závěrem aktivity „Když se mi svěřil“ informujeme zúčastněné o tom, na koho konkrétně se mohou obrátit pro odbornou pomoc – názvy organizací můžeme napsat na tabuli.

Linka bezpečí: 116 111, zdarma, pro děti, mládež a studující do 26 let, má i email a online chat

Modrá linka: 608 902 410, e-mail: help@modralinka.cz, online chat: Po, St, So 18:00-21:00, psychologická poradna k dispozici každou středu od 14:00 do 18:00 na adrese Anenská 10/10, Brno 60200

STOPonline.cz umí velmi rychle odstranit intimní fotku online, pokud je na ní člověk do 18 let, spolupracují s Policií ČR

Jdidoklubu.cz: vyhledej si nejbližší místo, kam můžeš kdykoliv přijít osobně a popovídat si, také online poradna/chat, <https://www.jdidoklubu.cz/nizkoprahy-mapa.html>

Poradna Justýna: právní a sociální poradenství pro oběti násilí z nenávisti, pobočky i konzultace po e-mailu, telefonu, <https://www.in-ius.cz/potrebuji-pomoc-poradna-justyna/>

Nenech to být: online schránka důvěry – web a aplikace, kde lze anonymně nahlásit šikanu na škole, oni to pak nahlásí škole a poradí jí, jak to řešit <https://www.nntb.cz/>

S barvou ven: <https://www.sbarvouven.cz/>, online poradna a podpůrná skupina pro lidi, kteří řeší otázky kolem své sexuální orientace nebo genderové identity, nebo pro ty, kteří chtějí být oporou LGBTQ lidem a neví, jak na to.

Knihy, filmy (5 minut)

- Buď máme knihy fyzicky s sebou a zúčastněným je ukážeme, nebo můžeme promítnout slide s titulními stranami knih a filmů/seriálů a jednotlivě je okomentovat.

Perez, I. CH. (2019) *Respekt, Všechno, co kluci potřebují vědět o sexu a lásce*.

- Navzdory názvu to rozhodně není kniha pouze pro kluky.
- Nejde přímo o knihu věnující se tématu kybernásilí, ale zaměřuje se na téma respektu, který s bezpečím na internetu souvisí.

Sociální dilema (2020)

- Ve filmu na pomezí dokumentu a dramatu varují odborníci a odbornice na moderní technologie před sociálními sítěmi, které sami vytvořili.
- Dostupné na Netflixu.
- <https://www.csfd.cz/film/812238-socialni-dilema/prehled/>

Marty Is Dead (2019)

- Český webový seriálový thriller o kybernásilí, který získal mezinárodní cenu Emmy.
- Dostupné na Mall.tv.
- Vzhledem k tomu, že jde o thriller, doporučujeme sledovat s někým (ideálně dospělým).

V síti (2020)

- Celovečerní dokumentární film *V síti* naléhavým způsobem otevírá dosud tabuizované téma zneužívání dětí na internetu.
- Upozorňujeme, že existují různé verze tohoto dokumentu, rozdělené podle věkových kategorií sledujících, současně doporučujeme vzhledem k citlivosti a závažnosti tématu sledovat s někým (ideálně dospělým).
- Dostupné na České televizi.
- <https://www.csfd.cz/film/720753-v-siti/prehled/>

Reflexe (5 minut)

- Shrňeme, čemu jsme se ve workshopu věnovali, a požádáme žáky, žákyně či studující, aby každý v kolečku postupně řekl, co si z workshopu odnáší (pocit, informaci). Dáme prostor všem, aby se vyjádřili.

Zpětná vazba (5 minut)

- Provádíme pomocí Google formuláře, doplnkově rozdáme zúčastněným vytištěné evaluační dotazníky v případě, že nemají mobilní telefon s internetovým připojením.

Letáčky

- Rozdáme studujícím letáčky.

Použitá literatura

Amnesty International ČR. (2015). *Závěrečná zpráva z výzkumu. Problematika násilí na ženách optikou české populace.*

Dostupné z <https://www.focus-agency.cz/files/contentFiles/amnestyinternational-fin.pdf>

Dlouhá, M., Svatošová, M. & Tanglerová, H. (2016). *Analýza genderově podmíněného kybernásilí v ČR.* Oddělení rovnosti žen a mužů Úřadu vlády ČR.

Dostupné z <https://www.tojeronost.cz/images/analyzy/Analyza-genderove-podmineneho-kybernasili.pdf>

FRA – European Union Agency for Fundamental Rights. (2015). *Violence against women: an EU-wide survey. Main results.* Publications Office of the European Union.

Dostupné z https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2014-vaw-survey-main-results-apr14_en.pdf

Ježková, V. (2017). *Jen ano je ano. Trestný čin znásilnění ve světle Istanbulské úmluvy.* proFem.

Dostupné z http://www.profem.cz/shared/clanky/550/A5-JenAnoJeAno_WEB.pdf

Kopecký, K. & Szotkowski, R. (2019). *České děti v kybersvětě (výzkumná zpráva).* O2 Czech Republic & Univerzita Palackého v Olomouci – Centrum prevence rizikové virtuální komunikace.

Dostupné z https://drive.google.com/file/d/1w51ViqzwWXbF0h3YW9mrSIMnTir_xGnZ/view

Lauder, S. (2016). *Jen tak si sáhnout. Respekt.* Dostupné z

<https://www.respekt.cz/tydenik/2016/12/jen-tak-si-sahnout?issueId=100073>

Persefona. (2016). *Sexuální násilí očima české veřejnosti.* Dostupné z

<https://www.persefona.cz/source/pdf/Persefona%20Sen%C3%A1t%20prezentace.pdf>

proFem – centrum pro oběti domácího a sexuálního násilí, o.p.s. (2019). *Partnerské násilí dospívajících a mladých.*

Dostupné z

<https://www.profem.cz/shared/clanky/925/proFem%202019%20prehled%20hlavnich%20vystupu%20vyzkumu%20v%20problematice%20partnerskeho%20nasili%20mladych.pdf>

Sexuální násilí nebo obtěžování zažilo 39 % Čechů. (2016, říjen 5). Persefona.

Dostupné z <https://www.persefona.cz/sexualni-nasili-nebo-obtezovani-zazilo-39-cechu>

Šimíčková, S. (2019, prosinec 20). *Sexuální násilí - mám povinnost to oznámit?.* ProFem.

Dostupné z <https://www.profem.cz/cs/o-nas/novinky/a/sexualni-nasilimam-povinnost-to-oznamit>

Úřad vlády ČR. (2019). *Akční plán prevence domácího a genderově podmíněného násilí na léta 2019 – 2020.* Dostupné z <https://www.vlada.cz/assets/ppov/rovne-prilezitosti-zen-a-muzu/dokumenty/AP-DN---grafikaFINAL.pdf>

Copyright
© Úřad vlády České republiky
Diskuzní a metodické listy pro práci s dětmi a mládeží
v oblasti prevence sexuálního násilí a kybernásilí

Autorský tým:
Dagmar Krišová
Marcela Poláčková
Johanna Nejedlová
Barbora Mojžíšová

Odborný recenzent: Mgr. Martin Fafejta, Ph.D.

Praha, 2021