

Řekněte **NE** násilí



Násilí je komplexní problém, který se mnohdy objevuje nenápadně a v podobách, jež není snadné rozpoznat. Násilí má několik forem, které se často navzájem různě prolínají. Skrze použití fyzické síly nebo psychického nátlaku způsobuje násilí četné újmy a zranění jiné osobě nebo skupině osob. Násilného jednání si nemusí být vědoma ani osoba, která se ho dopouští.

FORMY NÁSILÍ Zdroj: SIMI

Domácí násilí	zahrnuje násilné, nebo jakékoliv další jednání mezi členy rodiny, blízkými osobami, bývalými partnery nebo v domácnosti s cílem udržet moc a kontrolu nad druhou osobou;
Fyzické násilí	užití jakékoliv fyzické síly s cílem způsobit újmu, zranění a bolest jiné osobě nebo nad ní držet kontrolu;
Psychické (emocionální) násilí	užití verbálních útoků, nevhodného chování nebo manipulace s cílem způsobit oběti psychickou a emocionální újmu, strach a utrpení;
Ekonomické násilí	omezení nebo kontrola finančních zdrojů a prostředků dostupných jiné osobě s cílem omezit její finanční nezávislost;
Materiální násilí	fyzické poškozování/ničení předmětů s cílem vyvolat strach, újmu nebo ponížení jiné osoby;
Sociální násilí	kontrola/omezení sociálních vztahů a interakcí vedoucí k úmyslné izolaci jiné osoby od rodiny, přátel, komunity nebo jiných zdrojů podpory;
Kybernásilí	škodlivé chování vůči druhé osobě, které se odehrává prostřednictvím elektronických komunikačních prostředků (sociální sítě, internet...);
Porodnické násilí	fyzické i psychické násilí a nevhodné zacházení se ženou i dítětem v těhotenství, během a po porodu;
Sexualizované násilí	jakékoli sexuální jednání nebo chování páchané bez dobrovolného souhlasu druhé osoby;

Podívejte se na „metr násilí“, který specifikuje míru intenzity násilí:

Zdroj: <https://www.ipn.mx/genero/inicio/violentometro-banner.pdf>

Šedá zóna

Když vám/vás druhá osoba nebo skupina:

- lže
- nebere vážně
- říká zraňující vtipy
- předstírá lhostejnost, ignoruje
- podléhá přehnané žárlivosti
- stalkuje
- křivě obviňuje
- zesměšňuje
- uráží
- veřejně ponižuje
- vydírá
- vyhrožuje

Bud'te opatrní, násilí se stupňuje.

Oranžová zóna

Když vám/vás druhá osoba nebo skupina:

- zastrašuje
- něco kontroluje a zakazuje (rodinu a přátele, finance, pohyb, vzhled, volný čas, telefon, soc. sítě)
- poškozujne/ničící osobní věci
- nevyžádaně se dotýká
- agresivně laská
- udeří, bouchne „ze srandy“
- štípe, škrábe
- strká, tahá
- fackuje

Netolerujte násilí, vyhledejte pomoc.

Rudá zóna

Když vám/vás druhá osoba nebo skupina:

- kope
- zamyká, izoluje
- vyhrožuje předměty, zbraněmi
- sdílí intimní obsah bez souhlasu prostřednictvím digitálních medií
- kontroluje reprodukční zdraví (zákaz antikoncepce, odmítání jiné ochrany)
- donutí otěhotnět
- nutí k sexuálním praktikám, které vám nejsou příjemné
- vynucuje si pohlavní styk
- sexuálně zneužívá
- znásilní
- vyhrožuje zabitím
- pokusí se vás zabít

Rozhodněte se hned, potřebujete odbornou pomoc!

NEPODCEŇUJTE ŽÁDNOU FORMU NÁSILÍ!

Násilí má vážné fyzické, psychické a společenské důsledky pro oběti a přeživší. Může vést především k dlouhodobým traumatům či posttraumatické stresové poruše. Prevence a potírání násilí jsou důležité pro ochranu lidských práv a zlepšení kvality života jednotlivce i celé společnosti.

NA CO SE ZEPTAT SAMA/SÁM SEBE?

- Je v mém okolí někdo, kdo mě fyzicky ohrožuje, způsobuje mi bolest a poranění?
- Je v mém okolí někdo, kdo manipuluje s mými pocity a myšlenkami?
- Je v mém okolí někdo, kdo mě opakovaně ponižuje, uráží, zesměšňuje?
- Je v mém okolí někdo, kdo na mě opakovaně verbálně útočí či zastrašuje?
- Je v mém okolí někdo, kdo mě citově vydírá nebo mi způsobuje psychickou újmu?
- Je v mém okolí někdo, kdo omezuje mé finanční prostředky nebo mi brání v přístupu k mým penězům?
- Je v mém okolí někdo, kdo poškozují záměrně můj majetek, aby mě zastrašil nebo ponižil?
- Je v mém okolí někdo, kdo mi zakazuje kontakt s rodinou a přáteli?
- Je v mém okolí někdo, kdo omezuje mé sociální kontakty a vztahy?
- Je v mém okolí někdo, kdo mi kontroluje telefon, jak se oblékám nebo jak trávím čas?
- Je v mém okolí někdo, kdo mě pronásleduje nebo sleduje?
- Je v mém okolí někdo, kdo mě obtěžuje prostřednictvím elektronických komunikačních prostředků, jako jsou sociální média nebo internet?
- Je v mém okolí někdo, kdo veřejně sdílel intimní obsah bez mého souhlasu?
- Je v mém okolí někdo, kdo mě nutí/donutil k jakémukoliv nedobrovolnému sexuálnímu úkonu?

Pokud minimálně na jednu nebo více otázek odpovídáte ano, vyhledejte pomoc!



SIMI PRO OBĚTI NÁSILÍ

- právní poradenství (řešení bytové situace/rodinné právo)
- sociální poradenství a psychosociální podpora
- služby interkulturní práce (tlumočení, asistence)
- v případě domluvy kontaktování dalších poskytovatelů služeb a státních orgánů (Orgánu sociálně právní ochrany dětí (OSPOD), policie atd.)
- tematické workshopy

KONTAKTY SIMI

Email: poradna@migrace.com

Právní a sociální poradna: +420 224 224 379

Psychosociální konzultace: +420 602 200 985

V případě akutního ohrožení volejte: Policii České republiky na lince 158

NONSTOP LINKY POMOCI

Bílý kruh bezpečí (+420) 116 006

Acorus (+420) 283 892 772

ROSA centrum pro ženy (+420) 800 60 50 80

MATERIÁLY K TÉMATU

Leták Nebud'te obětí



Seznam podpůrných služeb a linek pomoci obětem násilí:



SDRUŽENÍ ASSOCIATION
PRO INTEGRACI FOR INTEGRATION
A MIGRACI AND MIGRATION

