



Labyrint Brno, z.s.

DOMÁCÍ NÁSILÍ

příručka pro sluchově
postižené teenagery
ke čtení nebo k převyprávění
v českém znakovém jazyce



Labyrint Brno, z.s.

2016

www.labyrintbrno.cz
www.eliska.cz
www.filmyproneslysideti.cz

DOMÁCÍ NÁSILÍ

příručka pro sluchově
postižené teenagery



I.

*V životě děláme různá důležitá rozhodnutí.
Která důležitá rozhodnutí už máš za sebou?*

Jedno z důležitých rozhodnutí je:
s kým budu chodit, kdo bude mým partnerem/
partnerkou, koho si vezmu za manžela/manželku.

První láska je krásná a romantická.
Dobré manželství je jedna z nejlepších věcí v životě.

*Jak si představuješ
ideálního muže/ideální ženu, ideální vztah?*

*Uveď příklad
pěkných partnerských vztahů z historie nebo
současnosti, mezi slavnými osobnostmi nebo
ve vlastní rodině.*

Vytvoř koláž nebo natoč video „dokonalý vztah“.



II.

ALE POZOR: ne všechny vztahy jsou dobré.

Existuje i násilí ve vztazích - násilí mezi blízkými osobami. Násilí znamená, že někdo někomu schválně ubližuje.

Toto násilí je jiné než násilí mezi cizími lidmi, například když někdo někoho přepadne na ulici. Násilí od cizího člověka je také hrozné, ale liší se tím, že oběť nemá k násilníkovi citový vztah, není na něm nijak závislá.

Násilí mezi blízkými osobami se říká „domácí násilí“.
Muž týrá ženu nebo žena týrá muže.

Muži používají častěji fyzické nebo sexuální násilí. Ženy používají častěji psychické násilí, zesměšňování, ponižování. Ale může to být i naopak. Násilí může být i v gay nebo lesbických vztazích. Násilí může být i mezi mladými lidmi, kteří spolu chodí.

Fyzické násilí mezi partnery může skončit i vraždou!!!

Násilí se týká i dětí (týrané děti) nebo starých lidí (týrají je jejich dospělé děti nebo vnuci).

*Co víš o domácím násilí?
Znáš domácí násilí ze své rodiny, z okolí,
mezi kamarády?
Nebo z televize?
Zažil/a jsi sám/sama násilí ve vztahu?
Přines výstřižky z novin nebo zprávy z internetu.*

*Co je to moc a bezmoc?
Kdy má někdo nad někým moc?
Co je to strach?
Čeho se bojíš?
Měl/a jsi někdy strach z někoho blízkého?
Zkus vyjádřit „strach“ pomocí scénky, divadla.*



III.

Co je domácí násilí?

Jeden z partnerů je silnější (je dominantní) a kontroluje toho druhého, slabšího. Má nad ním moc. Jeden partner se chová násilně, druhý partner má STRACH.

Je to dlouhodobý způsob chování.

Násilí je způsobené násilníkem, oběť nemá žádnou vinu.

Násilí není normální !!!

Není normální, když jedna osoba ve vztahu má moc nad druhou osobou.

Co není domácí násilí?

Hádka („italská domácnost“) není násilí. Při hádce jsou oba partneři rovnocenní. Vyměňují si názory. Nikdo z nich nemá strach. Násilí není, když mám vztek nebo když mám s partnerem občas neshody.

K diskusi:

Co je domácí násilí?

- *Můj přítel mi včera nezavolal.*
- *Můj přítel zapomněl, že mám narozeniny.*
- *Můj přítel mě před svými kamarády nazval děvkou, protože jsem se namalovala.*
- *Moje přítelkyně mě nepochválila, když jsem vyhrál soutěž v šipkách.*
- *Moje přítelkyně mi řekla, že jsem nešikovný, když jsem rozbil vázu.*
- *Moje přítelkyně se mi často vysmívá a říká, že jsem debil.*



IV.

Jaké jsou druhy domácího násilí?

Jak jeden partner ubližuje druhému:

- **Slovní, psychické násilí:** křičí, nadává, obviňuje, uráží, ponižuje, zesměšňuje, paroduje, vyhrožuje, svaluje vinu za všechno na partnera/partnerku, zakazuje se stýkat s kamarády/kamarádkami, kontroluje, prohlíží mobil, čte maily, obtěžuje pomocí mobilu, obtěžuje pomocí internetu (kyberšikana), zakazuje chodit do školy, zakazuje chodit do práce.
- **Ekonomické násilí:** bere peníze, nutí k přesnému vyúčtování všech nákupů.
- **Fyzické násilí:** hrozí pěstí, dává facky, bije, strká, štípe, kope, kouše, škrtí, dusí, tahá za vlasy, hází předměty, brání v pohybu, pronásleduje, prohledává věci, izoluje od okolí, ohrožuje zbraní, útočí zbraní (má nůž, klacek, pistoli), ničí partnerovy předměty, bere partnerovy osobní věci, týrá partnerovo zvíře.
- **Sexuální násilí:** nutí do sexu, nutí do nepřijemných sexuálních praktik, znásilňuje.



Násilí často začíná jako slovní a psychické a později se stupňuje do násilí fyzického.

POZOR:

Fyzické a sexuální násilí je trestný čin.
Za ublížení na zdraví je vězení až 8 let.
Za znásilnění je vězení až 10 let.
Také psychické násilí může být trestné.

Nikdy nesmíš:

- fyzicky nebo psychicky trestat partnera/ partnerku,
- ve vzteku uhodit partnera/partnerku,
- bránit kontaktu s druhými, brát druhému telefon, blokovat přístup na internet, izolovat ho/ji,
- omezovat svobodu, zavírat jej nebo ji doma, vzít auto, vzít všechny peníze,
- vyhrožovat nebo ponižovat, nadávat.



Poznej, o jaký druh násilí se jedná:

1. *Monika má 15 let a ještě nikdy neměla kluka. Nedávno se seznámila s Petrem. Monika si myslí, že Petr je skvělý. Monika je ráda, že má kluka. Petr Monice několikrát denně posílá SMS. Ptá se, kde je, s kým tam je a kdy bude doma. Petr Moniku doprovází ze školy, všude chodí s ní. Petr Monice říká, že budou spolu navždy. Monice se to líbí. Nedávno ale Petr začal Moniku urážet. Řekl jí, že je blbá a tlustá. Nechce, aby trávila čas s kamarádkami. Petr vyhrožuje, že Moniku opustí. Žárlí, vyčítá a nadává. Monika chce, aby byl Petr šťastný. Monika udělá cokoli, jen aby si svého přítele udržela. Myslí si, že to tak je ve všech vztazích.*
2. *Katka: „Jano, od čeho máš ty modřiny na ruce?“
Jana: „Spadla jsem na schodech.“
Katka: „Jano, mám o tebe strach. Něco není v pořádku. Nechceš si o tom promluvit?“*
3. *Jakub a Linda se seznámili v pizzerii, kde byli s přáteli. Jakub je zábavný a milý. Jakub Lindě*

koupil colu a pak se spolu bavili a smáli. Jakub doprovodil Lindu domů a před domem ji zkusil políbit. Linda uhnula a nepolíbila ho, protože cítila, že je to příliš brzy. Jakub dostal vztek a řekl jí, že si zaslouží polibek, protože jí koupil colu.

4. *Pavel (36 let) vypráví: „Byl jsem ženatý pět let a na tu dobu vzpomínám velmi nerad. Manželka mi pořád říkala, že jsem neschopný a že udělala chybu, když si mě vzala. Cokoli jsem udělal, vše bylo špatně. Urážela mě i před naší dcerou. Opakovala mi tak často, že jsem k ničemu, až jsem se tak skutečně začal cítit. Pak jsem se náhodou setkal s bývalou spolužačkou z gymnázia Markétou. Sešli jsme se ještě několikrát a já jsem si uvědomil, že se svou zlou manželkou už nechci žít. Rozvedl jsem se a oženil se s Markétou. Teď jsem šťastný. Je mi líto, že s dcerou mám velmi omezený styk, ale věřím, že až bude větší, udělá si správný názor sama.“*



V.

Cyklus násilí:

1. **Napětí.** Násilník vytváří napětí, zuří. Oběť je úslužná, ponížená, snaží se udělat cokoli, aby se vyhnula násilí.
2. **Týrání.** Násilník ztrácí kontrolu, dochází k násilí. Oběť má strach, cítí bezmoc. Ať udělá cokoli, vše je špatně, násilník ji stejně napadne.
3. **Smiřování.** Násilník se omlouvá, slibuje, nosí květiny, projevuje lítost. Oběť věří, že se násilník změní, odpouští mu. Stále ho miluje.
4. **Cyklus se opakuje stále dokola.** Násilí se časem zhoršuje. Je stále častější a horší. Násilí často začíná slovně a končí fyzicky. Někdy i vraždou.

POZOR:

Násilník navenek (před rodinou, přáteli) často působí velmi sympaticky. Má dvojí tvář.

Náměty na krátké filmy nebo fotokomiksy:



***Cyklus násilí:** muž dívku týrá a pak před ní klečí s kyticí a tak pořád dokola.*

***Dvojí tvář násilníka:** na veřejnosti sympaták, v soukromí tyran.*

VI.

Jak poznám, že je někdo obětí domácího násilí?

- změnil/a styl oblékání, vypadá zanedbaně,
- omezuje čas strávený s přáteli,
- opouští dosavadní koníčky a zájmy,
- má špatné známky, často chybí ve škole, opustil/a školu,
- pije alkohol, užívá drogy,
- viděli jsme zranění,
- neumí zdůvodnit modřiny, zlomeniny,
- nápadné změny v chování: smutek, únava, deprese, podrážděnost, strach.

Proč oběť neodejde?

- oběť chce, aby skončilo násilí, nechce, aby skončil vztah,
- oběť má strach, že ji násilník bude pronásledovat, že se pomstí,
- oběť má strach, že zůstane sama,
- oběť je na násilí zvyklá ze své rodiny, myslí si, že je to normální,
- oběť nemá kam jít.

Jak můžu pomoci?

- zeptat se, zda je vše OK,
- informovat rodinu, kamarády,
- informovat důvěryhodnou osobu ve škole, např. třídního učitele nebo školního psychologa,
- zavolat na linku důvěry, poslat SMS na linku pro neslyšící,
- informovat policii.

VII.

Jak se vyhnout násilí?

Ze všeho nejdůležitější je správný výběr partnera/partnerky. Násilné osobě je potřeba se vyhnout.

**Silná osobnost si nenechá ubližovat.
Silná osobnost neubližuje.**



Jsem silný.

Rozpoznání a ovládnání negativních emocí

Poznat negativní emoci.

Které jsou negativní emoce?

Strach, vztek, nenávisť, závist, posuzování, žárlivost ...

Poznat a pozorovat – co se děje?

Ne potlačovat, ale zvládnout.

První pomoc při vzteku: počítat do deseti, využít boxovací pytel, posilovat, běhat ...

Pozorovat, zapisovat si, kreslit.

Pozorovat příčiny.

Co je příčinou mého vzteku?

Co je příčinou mého strachu?

Nikdo nemá právo ubližovat druhému jen proto, že má vztek!

*Uveď 3 situace, kdy nejčastěji dostaneš vztek.
Uveď 3 věci, které tě uklidní, když se naštveš.*



VIII.

V prevenci násilí je důležité sebezpoznání a sebeuvědomění: „co dělám, co cítím, co chci?“

Váším si sám/a sebe.

Mám se rád/a.

Znám se.

Pracuji na sobě.

Jsem vždy sám/a sebou.

Nikdo nemá právo mě ponižovat.

Nikdo nemá právo mě týrat, i když udělám chybu.

Jsem silný/á.

Silný/á neznamená tvrdý/á nebo agresivní.

Mám čas sám/a pro sebe.

Mám své koníčky a záliby.

Přemýšlím o tom, co očekávám od života.

Přemýšlím o tom, jak se cítím.

Je dobré být aktivní, dělat věci, které mě těší: kreslit, psát příběhy, sportovat, tančit, hrát divadlo, fotografovat, filmovat, meditovat, scházet se s přáteli, dobře a zdravě jíst...

Kdo jsem?

Co mám na sobě rád/a?

Co to znamená „mám se rád/a“?

Co dobře umím?

Co mi dělá radost, co mě baví?

Čeho chci v životě dosáhnout?

*Vyjmenuj 1 dobrou vlastnost všech spolužáků
a spolužaček ve třídě.*

*Uved' 3 věci, které potřebuješ vědět o dívce/klukovi,
než s ním půjdeš na první rande.*

Co znamená někoho milovat?

Co je to vážný vztah?

Uved' 3 věci, jak se pozná fungující vztah.

Námět na krátký film:

Natoč dokument o svém životě.



Kam se můžu obrátit?

Kontakty:

Integrovaný záchranný systém

tel. **112**

Policie

tel. **158**

Městská policie

tel. **156**

Lékařská pomoc

tel. **155**

**V každém kraji jsou
speciální centra pomoci
obětem domácího násilí.**

Kontakty jsou na www.domaci-nasili.cz

Místní tísňová linka

pro neslyšící:



Test

1. **Domácí násilí (násilí ve vztahu) je:**
 - a. hádka partnerů, kdy každý má jiný názor
 - b. jeden z partnerů má moc a kontrolu nad druhým, vzbuzuje strach

2. **Domácí násilí (násilí ve vztahu) je:**
 - a. soukromá záležitost
 - b. nelze je tolerovat, je to trestný čin

Jaké jsou druhy násilí?

		psy- chické	eko- nomické	fyzické	sexuální
3.	píše mu SMS 50 x denně a kontroluje, kde je a co dělá				
4.	nadával jí, proč má tak krátkou sukni				
5.	kontroluje mu/jí mobil				
6.	říká jí: jsi blbá kráva				
7.	říká mu: jsi nescho- pný a k ničemu				
8.	když se mu/jí něco nedaří, může za to ona/on				

9.	když mu řekla, že se s ním rozejde, vyhrožuje sebevraždou				
10.	nutí mě vykašlat se na školu				
11.	půjčuje si peníze a nevrací je				
12.	všude chodí za mnou				
13.	rozbil mi mobil za to, že se tak blbě chovám				
14.	přišla pozdě na rande, dal jí facku				
15.	znásilnil ji				
16.	svázal mě a nutil mě dělat, co viděl v pornu				

Označ, co je a co není domácí násilí:

17.	Můj kluk mi píše SMS.	20.	Můj kluk mi píše SMS 50 x denně. Ptá se, kde jsem a co dělám.
18.	Můj kluk mě doprovodil ze školy domů.	21.	Můj kluk chodí všude se mnou. Nikam mě nepustí samotnou, ani za kamarádkou.
19.	Napsala mi mail.	22.	Píše mi několikrát denně a pořád se ptá na to samé. Kontroluje, co dělám.

Pravda nebo lež ?

		ano	ne
23.	Osoby, které se dopouštějí násilí, za to nemohou, asi je oběť vyprovokovala.		
24.	S oddaností a láskou se agresivní partner může změnit.		
25.	Je přirozené, že se muži chovají agresivně. Očekává se to od nich.		
26.	Domácí násilí se vyskytuje jen u lidí s nízkým vzděláním.		
27.	Při domácím násilí nedochází ke zranění.		
28.	Řekne-li dívka chlapci „ne“, často myslí „ano“.		
29.	Žárlivost je znakem opravdové lásky.		
30.	K většině případů znásilnění dochází proto, že dívka chlapce vzruší tak, že on ztratí sebekontrolu.		
31.	Správný kluk dává dívce najevo, že je něco více než ona.		
32.	Když kluk zaplatí za dívku v restauraci, má právo na sex.		
33.	Lidé, kteří se dopouštějí násilí, jsou většinou psychicky narušení.		
34.	Když se kluk chová jemně a s citem, je to slaboch.		
35.	Ženy nepáchají násilí na mužích.		
36.	Násilí je potřeba nahlásit, jít k lékaři a na policii.		

Správné odpovědi:

1 b
 2 b
 psychické: 3 – 10
 ekonomické: 11
 fyzické: 12 – 14
 sexuální: 15 – 16
 17, 18, 19 ne
 20, 21, 22 ano
 23 – 35 ne
 36 ano

DOMÁCÍ NÁSILÍ

příručka pro sluchově
postižené teenagery

Zpracovala:

Helena Burianová

Recenze:

Jana Levová, Anna Kabátová Jurášová

Ilustrace:

studenti a studentky SŠ pro sluchově postižené
a Odborného učiliště v Brně pod vedením Natalie Perkof

Grafická úprava:

Ondřej Kroupa, Lucie Dubová

Zdroje:

Martina Hronová, To si dovolit nesmíš, ROSA 2006
Martina Hronová, Násilí ve vztazích teenagerů,
manuál pro učitele středních škol, ROSA 2009
Drahomír Ševčík, Naděžda Špatenková a kol.,
Domácí násilí – kontext, dynamika a intervence, Portál 2011
To si líbit nenechám, ROSA 2013
Domácí násilí v kontextu rodiny a práce, Spondea, o.p.s. 2014
www.psychologie.cz

Publikace byla vytvořena v rámci projektu
LIV - prevence domácího násilí
u sluchově postižené mládeže

Realizátor projektu a vydavatel:
Labyrint Brno, z.s.

Partneři:

Střední škola pro sluchově postižené a Odborné učiliště v Brně
Mateřská škola, základní škola a střední škola pro sluchově
postižené ve Valašském Meziříčí

*Projekt podpořila Nadace Open Society Fund Praha z programu
Dejme (ž)e nám šanci, který je financován z Norských fondů. Pros-
třednictvím Norských fondů přispívá Norsko ke snižování sociálních
a ekonomických rozdílů a posílení vzájemné spolupráce v Evropě.
Podporuje především ochranu životního prostředí, výzkum a sti-
pendia, rozvoj občanské společnosti, péči o zdraví, děti, rovnost žen
a mužů či zkvalitnění justice. Program Dejme (ž)e nám šanci pod-
poruje rovné příležitosti žen a mužů v pracovním i osobním životě
a prevenci a pomoc obětem domácího násilí v České republice.
Spravuje ho Nadace Open Society Fund Praha, která od roku 1992
rozvíjí hodnoty otevřené společnosti a demokracie v České republice.*

www.osf.cz
www.eeagrants.org
www.dejmezenamsanci.cz



