

Hranice bezpečí

Metodický průvodce prevencí sexuálního zneužívání dětí a mladistvých I.



Projekt České rady dětí a mládeže - Nás se to týká







OBSAH

2	---	Proč zrovna ty?
6	---	Sexuální zneužívání dětí a mladistvých
10	---	Lze se vůbec bránit?
14	---	Preventivní metoda - obecné principy
20	---	Specifika prevence v oblasti sexuálního zneužívání
28	---	Metodické poznámky
32	---	Malý úvod do programů
38	---	Tomův příběh
40	---	Překlad her a metodických materiálů pro vedoucí dětských kolektivů

Vložená příloha: Kodex chování pro prevenci sexuálního násilí



Proč zrovna ty?

1



Jsi vedoucím¹⁾ nějakého oddílu? Skautského, pionýrského, turistického, mladých hasičů, táborníků či woodcrafterů? Anebo jiného, kde tě ale také čekají schůzky, víkendy a tábory s klubkem kluků a holek, kteří ti věří a jsou ochotní na tvoje slovo pustit se i do toho, co je jinak nebaví, prudí nebo dá jim pořádně zabrat? Nebojí se ti říkat jménem nebo přezdívkou, vědí, že jim rozumíš, a možná i někdy touží být takoví, jako ty? Tak právě na tebe se hlavně obracíme. Tebe bychom rádi získali jako spolupracovníka či spolupracovnici při řešení jednoho z palčivých problémů ohrožujících naše děti a dospívající. Stojíme právě o tebe, protože jsme přesvědčení, že ti jednak není vůbec jedno, že někdo může dětem ubližovat a to tak, že je to může na celý život hrozně poznamenat, jednak jsme přesvědčení, že zrovna lidé jako ty mají možnost s tím opravdu něco udělat. Proč si to myslíme? To se snažíme ti vysvětlit v následujících čtyřech odstavcích.

Otevřená liberální společnost poskytuje dětem a dospívajícím řadu příležitostí a možností, současně ale klade na ně i na ty, kteří jsou zodpovědní za jejich výchovu a bezpečí, značné nároky. V českých poměrech, charakteristických mimo jiné ne příliš rozvinutou občanskou společností, nízkou autoritou školy a nejpokročilejší sekularizací i v rámci západní společnosti pocítují mnozí rodiče, že jsou ve svém úsilí zcela osamělí. Většinu z nich pronásleduje navíc přesvědčení, že na své děti nemají dostatek času (výzkum Junáka z roku 2003 66%) a že jsou bezmocní vůči ohrožením, která na jejich děti ze strany současné společnosti číhají (zejména skrze média a různé typy delikventů) a nejsou tak schopní dostatečně své rodičovské odpovědnosti vůči dětem dostát.

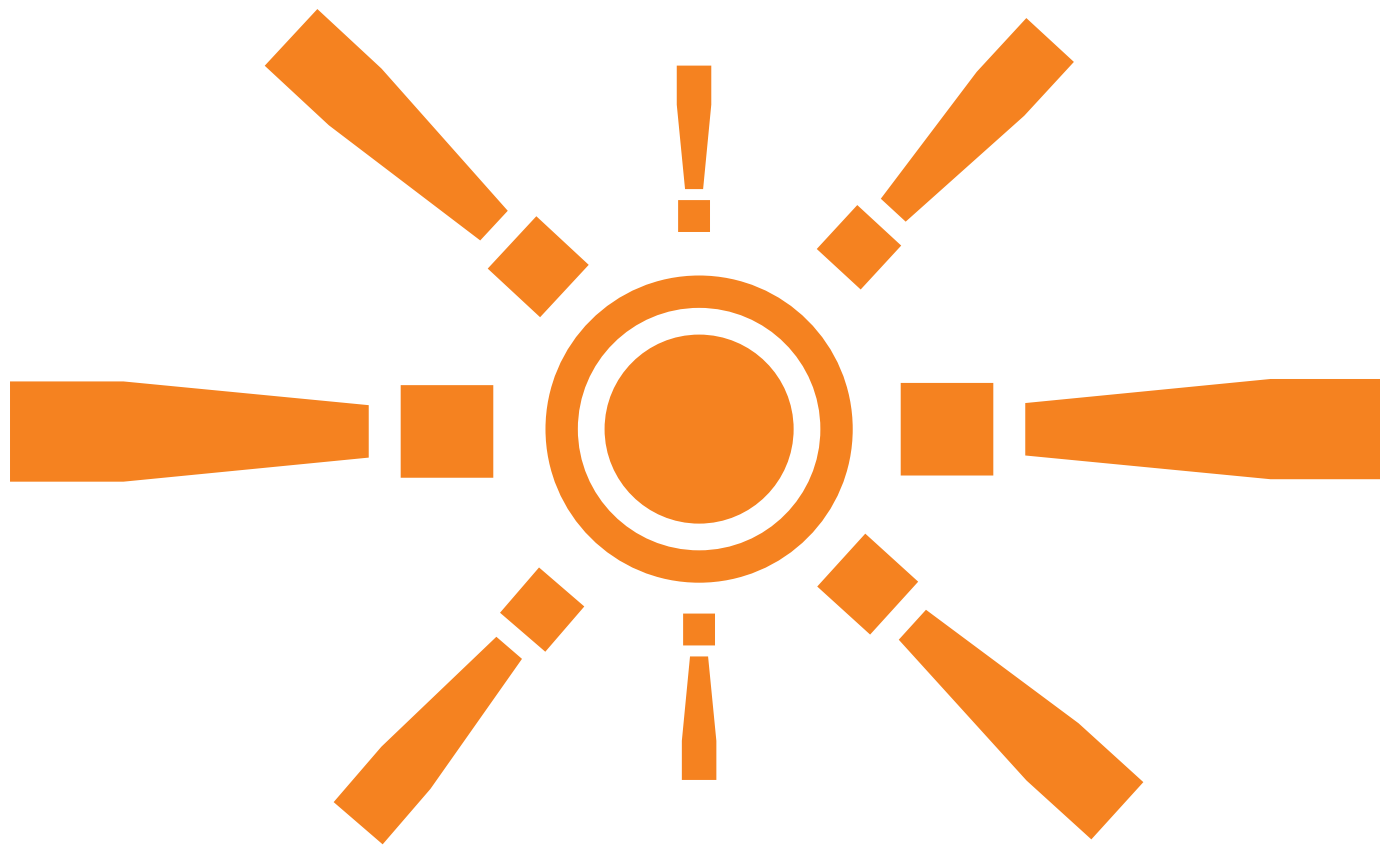
Ve společnosti se nevede soustavná a přiměřeně poučená diskuse o potřebách a perspektivách efektivní výchovy v rodinách ani ve škole. Pouze v souvislosti s různými excesy (zejména násilnostmi žáků) se vždycky na krátkou chvíli začne v médiích přetřásat nějaký problém související s výchovou, ale zpravidla zdegenerovaný do otázek typu „mají se vrátit facky do škol, nebo ne?“. Pro českou školu je (nehledě na různé světlé výjimky) příznačné, že děti do ní nechodí rády a často se v ní nudí. Ve srovnávacích výzkumech žáků v zemích OECD i řady dalších (PISA) se u českých dětí projevuje výrazný rozdíl mezi mírou znalostí (která je leckdy i nadprůměrná) a jejich schopností tyto znalosti účinně využívat pro řešení praktických životních problémů. Zvláště nízká je jejich identifikace se s tím, co se označuje jako „občanské ctnosti“. Řada učitelů a priori rezignuje na svou výchovnou úlohu. Dosud není ve školách běžná etická, mediální ani sexuální výchova. V současné době probíhající reforma, která má zavedením *Rámcových výukových programů* klást důraz na osvojení klíčových kompetencí, naráží na výrazný odpor většiny učitelů, kteří nejsou vnitřně přesvědčeni o její správnosti.

¹⁾ Vždycky, ať to přímo řekneme nebo ne, budeme mít na mysli ženy i muže, dobrovolníky i profesionály.

Za výše uvedené situace představují sdružení dětí a mládeže (či pracující s dětmi a mládeží) mimořádně cennou možnost podpory rozvoje dětí a dospívajících právě v těch oblastech, kde rodina, škola i celá společnost více či méně selhává. Typickým příkladem je právě prevence před sexuální zneužíváním, ochrana před mediálními manipulacemi (mediální gramotnost) či zvyšování bezpečnosti dětí a mladistvých při práci s internetem („Bezpečný internet“). V prostředí pravidelného oddílového života je totiž zvlášť příznivý prostor důvěry a podněcujících aktivit blízkých schopnostem a prožívání dětí a mladistvých právě pro zprostředkovávání postojů, zkušeností a dovedností, které jsou pro účinnou prevenci zásadní.

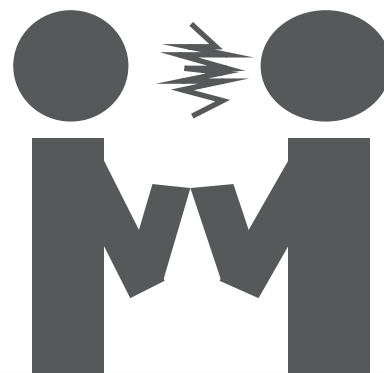
Už to chápeš? V současné prekérní situaci, kdy u nás policie řeší skoro 1 000 případů sexuální zneužívání dětí a mládeže a současně dlouhodobé výzkumy ukazují, že se počet zneužívaných dětí a mladistvých pohybuje minimálně kolem 15% ze všech členů věkové skupiny 6 až 15 let, jsou právě lidé jako ty a tvoji kolegové a kolegyně vedoucí ve výhodě s tímhle už konečně něco zásadního udělat. Rovnou k tomu dodáváme: naprostá většina dětí je takto ohrožována jinde, než při akcích oddílů, kroužků nebo klubů. Bohužel to bývají nejčastěji lidé z bezprostředního rodinného okolí dítěte (zejména nevlastní otec, ale i vlastní, strýcové, matčini „přátelé“, vlastní i nevlastní sourozenci). Ale občas se to stává i u nás. Možná o tom už víš. Každopádně „**nás se to týká**“. Především jako těch, kteří chtějí kus svého života a možná celý věnovat ochraně a rozvoji těch nejkrásnějších, ale současně nejzranitelnějších bytostí: dětí a mladých lidí.





Sexuální zneužívání dětí a mladistvých

2



Abychom si dobře rozuměli a ty jsi mohl případně dalším vysvětlit, oč se snažíš stručně si řekneme, jak sexuální zneužívání dětí a mladistvých definují současné právní a odborné dokumenty. Za stěžejní je považována definice zdravotní komise Rady Evropy z roku 1992, která říká: „*Sexuální zneužití je nepatřičné vystavení dítěte pohlavnímu kontaktu, činnosti či chování. Zahnuje jakékoli pohlavní dotýkání, styk nebo vykořisťování kýmkoliv, komu bylo dítě svěřeno do péče anebo kýmkoli, kdo dítě zneužívá. Takovou osobou může být rodič, příbuzný, přítel, odborný či dobrovolný pracovník či cizí osoba. Sexuální zneužívání se dělí na bezdotykové a dotykové. Bezdotykové zneužívání zahrnuje např. setkání s exhibicionisty a účast na sexuálních aktivitách, kde nedochází k žádnému tělesnému kontaktu, např. vystavování dítěte pornografickým videozáznamům. Kontaktní zneužívání je takové, kde dochází k pohlavnímu kontaktu, včetně laskání prsou a pohlavních orgánů, pohlavnímu styku, pohlavnímu styku orálnímu nebo análnímu.*“

Sexuální týrání dětí se dělí do kategorií dle závažnosti:

- **nejméně závažné formy zneužívání** (ve smyslu fyzického a psychického poškození dítěte), řadíme sem vzájemné svlékání, nepatřičné líbání s pronikáním jazyka do úst, fotografování, sexuální dotyky, laskání genitálií prsty, jazykem, vnucená masturbace
- **středně závažné formy zneužití**, jedná se o hnětení a líbání prsou, vníkaní prsty či předměty do vagíny, pronikání prsty, jazykem nebo prsty do anusu, a vzájemné dotýkání genitáliemi
- **velmi závažné formy zneužívání** kam patří orální styk, ve kterém je oběť nucena být aktivním účastníkem, orální styk, ve kterém je oběť jako pasivní účastník nebo vaginální a anální styk uskutečněný penisem

Vzhledem k tomu, že kolem sexuálního zneužívání dětí a mladistvých se nakupila řada velice zkreslených představ a častokrát i pověr, aniž bychom zabíhali do velkých podrobností, uvedeme tu pro tvou orientaci některá fakta týkající se osob, které tímto způsobem dětem a dospívajícím ubližují. Lépe tak uvidíš, čemu a jak je třeba čelit.

První, co se zpravidla ozve v souvislosti se sexuálním násilím, je „Zase ňákej pedofil!“. Výsledky odborných šetření ale ukazují něco podstatně jiného: Pachatelé sexuálního násilí jsou motivováni spíše zvrácenými emočními potřebami než defektní sexualitou. Navíc neexistují žádné unikátní osobnostní rysy, které by umožňovaly snadno rozlišit pachatele sexuálního zneužívání od ostatních jedinců. Teprve následná odborná vyšetření pachatelů u nich odhalují celkovou zaměřenost na sebe, silnou a současně nenaplněnou touhu po tom být milován a obdivován (narcistický deficit), zkušenost opuštěnosti v dětství, frustrovaná potřeba závislosti, nedostatečná mužská identita, slabé „já“, nízká empatie, nízká kontrola impulsů, nízká frustrační tolerance, sociální nekompetence, paranoidní a žárlivecké chování, nedostatek sebe kritiky a pocity viny. Současně je ale třeba upozornit, že tyto vlastnosti však nejsou typické jen pro pachatele incestu a často se vyskytují i v běžné populaci.

Dále musíme upozornit, že významná část případů sexuálního násilí probíhá nikoliv mezi dospělým a dítětem, nýbrž mezi dětmi či dospívajícími navzájem. I z toho se ukazuje, že důvody pro toto jednání nejsou zdaleka jen v samotné sexuální orientaci. Nejčastěji je totiž určující složkou takového jednání snaha projevit svou moc nad druhým, ponížít ho, zažít jeho strach a bezmocnost. Jedná se tedy o určitý druh sadismu. V případě sexuálního týrání mezi vrstevníky (samozřejmě hlavně ze strany chlapců) jde vlastně o specifickou formu šikany.

Z odborných šetření vyplynuly nejčastější motivy, které pachatele vedou k jeho jednání:

- Může sloužit k potvrzení jeho jedinečnosti a zvyšovat jeho sebehodnotu
- Může kompenzovat jeho pocity, že je sám zneužíván nebo odmítnut svou partnerkou
- Může obnovovat jeho pocit moci a kontroly v rodině či v jiném společenství (oddílu)
- Může uspokojit jeho potřebu po pozornosti a uznání
- Může dočasně posílit jeho identitu

Pochopení těchto motivů nám může přece jen napomocť lépe čelit ohrožení, které dětem z jejich strany hrozí. Současně tě ale upozorňujeme, že v téhle publikaci se tím už zabývat nebudeme, protože jejím zaměřením není z tebe vychovat lepšího „odhalovače“, ale nabídnout ti náměty k tomu, abys byl lepší vedoucí z hlediska schopností „tvých“ dětí.

Tuhle smutnou kapitolu ukončíme přehledem charakteristik dětí, které jsou v souvislosti se sexuálním zneužíváním nejohroženější. Jim totiž musí patřit naše zvláštní pozornost:

- Děti mladších věkových skupin (nejvíce mezi 8 a 10 rokem)
- Děti emočně deprivované, v rodině opomíjené, děti, jejichž rodiče jsou násilní vůči sobě i dětem
- Děti, které jsou fyzicky či psychicky handicapované
- Děti, jejichž matka je často delší dobu mimo domov
- Děti, jejichž matka má dalšího partnera
- Děti, jejichž rodiče pijí alkohol a zneužívají drogy
- Děti žijící s psychotickým rodičem
- Děti, které nevědí, že jejich tělo patří jen jim a nikdo, tedy ani rodič, na ně nemá právo sahat



Lze se vůbec bránit?

3



Předpokládáme, že se už nedočkavě ptáš, co se tím tedy můžeš dělat ty. Nejsi ani rodič, ani odborník, ani vyšetřovatel. Poznat možného pachatele není snadné ani pro odborníky, natož pro tebe. A ani to není tvůj úkol. Rozhodně tedy ne v první řadě. Není v tvé moci vymýtít tuhle hrůzu ze světa vůbec. Ani z rodin dětí, které jsou kolem tebe. Dokonce to úplně nemůžeš vyloučit ve vašem sdružení nebo oddílu. A přece nejsi vůči tomu bezmocný: máš na děti vliv a máš jejich důvěru. A to je docela silný nástroj.

Ukazuje se to při rozboru toho, co všechno musí pachatel překonat, aby dítěti ublížil:

- 1) musí být motivován k sexuálnímu zneužívání (důvody viz výše)
- 2) musí překonat vnitřní zábrany k takovému jednání
- 3) musí překonat vnější zábrany k deliktu
- 4) musí překonat odpor dítěte.

Pouze s prvním faktorem nemůžeme nic dělat (samozřejmě dlouhodobým působením na veřejné mínění lze i tady očekávat určitý posun, ale nebudeme slibovat „holuby na střeše“). Naopak na první pohled je zřejmé, že čtvrtý faktor můžeme zásadním způsobem ovlivňovat. Jemu je také hlavně věnována tato publikace. Překonávání vnějších zábran pro sexuální zneužívání souvisí s nastavením pravidel ve vašem oddílu, kroužku, sdružení či jiné instituci. Například s tím, aby u dětí byly vždy aspoň dva vedoucí. Zdaleka to nemusí být jen a prvořadě kvůli nebezpečí sexuálního zneužívání. Stačí, aby se jednomu z dětí spustila na zastávce autobusu krev z nosu, ty se mu musíš pochopitelně věnovat a zbylých jedenáct se bez laskavého, ale důsledného „dozoru“ dalšího vedoucího snadno změní v nezvladatelnou smečku. Několik základních námětů k tomu, jak uspořádat poměry ve vaší organizaci, aby dokázala lépe čelit ohrožení sexuálního zneužívání, obsahuje Kodex chování pro prevenci sexuálního násilí, který najdeš v této publikaci jako vloženou přílohu.

Co tě možná tak úplně nenapadlo, je, že i pro překonávání vnitřních zábran pachatele hraje důležitou roli chování dítěte.

Podívej, co zjistili odborníci.

■ Pachatel musí překonat strach z prozrazení, protože ten představuje podstatnou zábranu. Tento strach prožívají pachatelé různou měrou a mnozí jej zahánějí sázkou na strach samotného zneužívaného dítěte a na to, že nebude mít u nikoho zastání.

■ Když dítě po prvním incidentu záležitost neprozradí nebo je pachatel dokonce přesvědčen o zájmu dítěte o sexuální kontakt, strach z prozrazení se rovněž zmírní. Někteří pachatelé po prvních „úspěších“ strach z prozrazení zkrátka jednoduše vypustí z hlavy.

■ Pachatel musí dále „rozpustit“ svou odpovědnost. Zpočátku dobře ví, že to, co dělá, je nepřístojné. Osobní odpovědnost za zneužívání je proto důležitá zábrana, kterou pachatelé musejí překonat. Častokrát tak činí tak, že své jednání „přemalují“ na nevinnou hru nebo poukazem, že sexuální kontakt jako hra začal. Mohou také prohlašovat, že zneužívání začalo zcela náhodně, nebo že dítě samo zahájilo sexuální kontakt, případně ho k tomu vyprovokovalo. Normální, „pozitivní“ reakce dítěte po incidentu rovněž může zmírnit pocit vlastní odpovědnosti za zneužívání stejně jako (mis)interpretace, že nebylo užito nátlaku a násilí. (...) *Očekával jsem, že se mi bude vyhýbat, což vsuktku mohla. Probudila se později, zatímco jsem už snídal. A pamatuji se, jak scházela dolů k jídelnímu stolu a pozdravila: „Dobré ráno tati“. Objala mě, posadila se a snědla snídani jako by se nikdy nic nestalo.*

■ Oslabení odpovědnosti nebo její úplné „rozpuštění“ dosahují pachatelé tím, že „získají svolení“. Tak si totiž mnohdy vysvětlují normální nebo „pozitivní“ reakce dítěte. Někdy ho i o „svolení“ k sexuálnímu kontaktu přímo požádají. Pachatelé interpretují reakce dítěte (nebo jejich nepřítomnost) či slovní komentáře v tom duchu, že mohou v sexuálním kontaktu pokračovat. *Jak se ti líbí tohle, zeptal jsem se jí. Odpověděla, že jí to šimrá. To bylo všechno, co k tomu řekla. A co to pro mě znamenalo? Že je všechno v pořádku. Mohl jsem dál pokračovat.*

■ Mnozí pachatelé věří, že nepřekročili žádnou vážnou hranici, neboť s dítětem neměli pohlavní styk. Dalším se podařilo přesvědčit sebe sama, že šlo o vztah dospělého k dospělému spíše než k dítěti. Jiní vnímají zneužívání jako nevyhnutelnou potřebu nebo jako své patriarchální právo.

■ A konečně si jsou pachatelé vědomi relativně nízkých postihů za sexuální zneužívání dětí. Také věří, že je společnost tolerantnější či má větší pochopení pro trestné činy spáchané pod vlivem alkoholu, proto používají pachatelé alkohol jednak k prolomení zábran jednak jako případnou omluvu, kdyby vyšlo zneužívání najevo.

Zejména první tři faktory jasně ukazují, že i tady můžeme posílit schopnosti dětí reagovat tak, aby pachatelé výrazně jeho záměr znesnadnily. Zejména na začátku sexuálního zneužívání je největší šance zabránit tomu, aby ke skutečnému ohrožení došlo, natož aby přerostlo v dlouhodobou traumatizující záležitost. Tam je totiž odvaha pachatele nejzranitelnější a dítě má největší možnost ji úspěšně zasáhnout.

Tomu, jak toho dosáhnout a jak vůbec směřovat k tomu, aby byl odpor dítěte co nejučinnější, se budeme věnovat v celé následující části publikace.



Preventivní metoda - obecné principy

4



Našemu poslání i našim možnostem nejlépe odpovídá snaha předcházet tomu, aby ke skutečnému ohrožení vůbec docházelo, tedy prevence. Podobně, jako nemůžeme úplně zabránit tomu, aby naše děti byly ohrožovány viry a bakteriemi, ale můžeme u nich výrazně podporovat odolnost vůči nim, je i v oblasti sexuálního zneužívání možné a důležité pěstovat u nich takové kompetence, vědomosti, dovednosti, postoje i schopnosti, které je učiní mnohem méně zranitelnými. Právě předchozí kapitola ti měla poskytnout dostatek odborných poznatků k tomu, abys pochopil, že je to opravdu možné, protože na jednání konkrétních dětí výrazně záleží. Neznamená to, že by na nich ležela jakákoliv odpovědnost za zneužívání – ta je vždy plně na tom, kdo jim takto ubližuje. Ale oni mohou pachatelům jejich zlé jednání významně ztížit a dokonce je mnohdy od něj odradit.

Úplný systém prevence, jaký se snaží pro ochranu dětí před různými ohroženími nejen sexuálním zneužíváním, ale i týráním, drogami či ohrožením skrze média vytvořit u nás státní orgány, zahrnuje tři na sebe navazující roviny: Primární prevenci, jejímž cílem je

- **informovanost nejširší laické i odborné veřejnosti, včetně dětské**
- **vytváření multidisciplinárních týmů pro osvětu a podporu spolupráce mezi školami, zdravotnickými zařízeními, policií, sociálními pracovníky i dalšími subjekty a osobami, které mohou mít na děti a dospívající vliv**
- **specializace a odborné vzdělávání sociálních i dalších pracovníků, jež jsou v kontaktu s dětmi a dospívajícími**

Sekundární prevenci, která má za cíl sledovat rizikové skupiny obyvatelstva a rizikové životní situace, vytipovat ohrožené rodiny, zajistit pravidelný dohled

Terciální prevenci, jejímž cílem zajistit bezpečnost dítěte, pokud již došlo k nějakému jeho zneužití či poškození došlo dítěte, případně zabránit dalšímu zhoršování situace

Základní dokument, který tu stát vytvořil v současné době - Strategie prevence rizikových projevů chování u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy na období 2009 - 2012 konstatuje:

Cílem působení v oblasti prevence rizikových projevů chování je dítě odpovědné za vlastní chování a způsob života v míře přiměřené jeho věku

- s posílenou duševní odolností vůči stresu, negativním zážitkům a vlivům
- schopné dělat samostatná (a pokud možno správná) rozhodnutí při vědomí všech alternativ
- přiměřenými sociálně psychologickými dovednostmi
- schopné řešit, případně schopné nalézt pomoc pro řešení problémů
- s vyhraněným negativním vztahem k návykovým látkám
- podílející se na tvorbě prostředí a životních podmínek
- otevřené a pozitivně nastavené k sociálním vztahům
- aktivně přijímat zdravý životní styl (životospráva, sportovní a kulturní aktivity)

Napíše se to docela snadno, že. Ale kdo to má opravdu převést do života? Představ si, že právě ty. Samozřejmě, že nejen ty a tvoji kolegové a kolegyně v oddílu, ve středisku, na skupině, v kmeni, v domě dětí a mládeže atd. Ale ty máš společně s nimi vůči řadě dalších institucí, které se o to mají snažit také (především škola) několik „komparativních výhod“, jak se dneska odborně říká:

- Preventivní metody, při nichž si děti včas osvojují účinné postoje a dovednosti, vyžadují prostředí důvěry a spontánnosti.
- V ČR neexistuje žádný dostatečně komplexní systém prevence sexuálního zneužívání
V současné české situaci ta naše výhoda tedy spočívá v příhodném prostředí, v němž uskutečňujeme výchovu, a v metodách, které můžeme použít.

Skutečně účinná prevence v oblasti výchovy vyžaduje respektování některých základních principů, které ti jsou možná už dávno jasné. Ale pro jistotu je stručně a přehledně zopakujeme:

1) Výchovné působení vychází z uznání určitých **hodnot**, o něž stojí za to usilovat – například pravdivost, věrnost, spolehlivost, přátelskost, odvaha, solidarita, porozumění apod. O tom, že je správné k nim směřovat, se ne p o c h y b u j e , nerelativizují se. Tvoří neochvějný základ celého dalšího výchovného působení, neboť jsou zdrojem jistoty všech, kteří se ho účastní – vychovatelé, děti, dospívající i ostatní jim blízcí lidé.

2) Ke každému dítěti či dospívajícímu se přistupuje na základě přesvědčení, že každá **lidská bytost je jedinečná**, neopakovatelná a schopná druhé obohatit. I když většina programů probíhá na úrovni družiny, oddílu, kroužku apod., přece je nezbytné, aby vedoucí měl osobní vztah s každým. Aby bylo výchovné působení účinné, měl by mladý člověk z c h o v á n í vychovatele skutečně vnímat, že mu není lhostejný, že mu na něm záleží. Pak mohou být i náročné požadavky a cíle, které s sebou výchova nese, vnímány ze strany mladých pozitivně. Vztah mezi nimi a vychovatelem není určován pouze autoritou podepřenou případnými kázeňskými opatřeními, ale především přátelstvím a oboustrannou důvěrou.

3) Pro úspěšnou výchovu jsou rozhodující zejména **pozitivní** vlastnosti a schopnosti dítěte či dospívajícího. O ně se může opírat ten, kdo dítě či dospívajícího doprovází k dospělosti. Snaží se pozitivně usměrnit fyzické, duševní a duchovní síly člověka tak, aby vyrostl v harmonickou, všestranně rozvinutou osobnost odpovědnou za vlastní život, s c h o p n o u z r a l ý c h mezilidských vztahů, otevřenou pro duchovní hodnoty.

4) Děti a dospívající vede preventivní výchova k tomu, aby si osvojili obecně lidské mravní hodnoty, v souladu s nimi aby utvářeli své **svědomí** a co nejlépe podle něj žili. Jednání dětí a dospívajících totiž musí vyrůstat z jejich nitra, jinak nebude dostatečně pevné ani tvůrčí pro to, aby obstáli v náročných životních situacích.

5) Od vychovatele vyžaduje **integritu osobnosti**, tedy aby jeho postoje, přesvědčení a činy byly v souladu s tím, k čemu vychovává. Vychovává totiž především tím, kdo je, nikoliv tím, co říká. Jeho prvním úkolem je tedy sebevýchova.

6) Výchovné působení není nahodilé, vyžaduje porozumění procesu výchovy i všem souvislostem, které do něj vstupují. Vychází z konkrétní situace a potřeb mladého člověka, má jasně stanovený cíl, k němuž směřuje. Vychovatel uvažuje nad tím, jaký dopad má určitá výchovná situace, událost, zážitek na život mladých lidí.

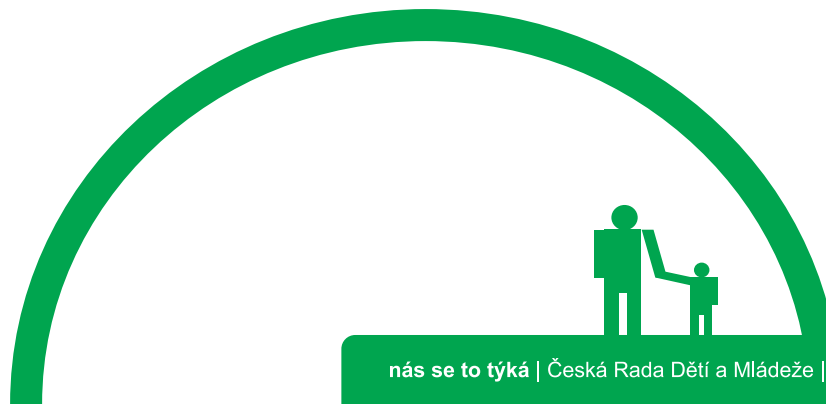
7) Opravdu účinný výchovný proces má dialogický charakter: Jedná se na prvním místě o spolupráci vychovatele a vychovávaného; výchova není pouze dílem pedagoga, k tomu, aby byla úspěšná, je třeba, aby se na ní vědomě podílel i ten, kdo je vychováván. Vychovatel by neměl jednat individualisticky, měl by se co nejvíce snažit o koordinaci svého úsilí se všemi, kdo se na výchově mladého člověka dále podílejí.





Specifika prevence v oblasti sexuálního zneužívání

5



Podívejme se nyní, co kromě těch výše uvedených principů preventivního přístupu je důležité s ohledem na samotnou problematiku prevence sexuálního zneužívání. Pro první přiblížení nám poslouží několik rad, které rodičům nabízí stránky www.zachranny-kruh.cz:

- Dávejte dítěti potřebné informace o jeho těle a sexuálním chování
- Vysvětlete dítěti nebezpečí sexuálního zneužívání
- Nenechávejte zejména mladší děti bez dozoru
- Vytvořte v rodině atmosféru důvěry a vzájemného respektu
- Buďte dítěti oporou, veďte ho k tomu, aby vám samo svěřovalo, co prožilo, naslouchejte mu
- Řádně si prověřte osobu, které svěřujete dítě na hlídání

Když se na ty rady podíváš trochu z nadhledu, nejspíš si všimneš toho, že tam klíčovou roli hraje několik málo prvků:

- Vztah k vlastnímu tělu a následně i k sexualitě samotné
- Důvěra – možnost někomu se svěřit
- Nebezpečí nelze předem vyloučit, protože může přijít z naprosto nečekané strany

Tak si je teď postupně podrobněji rozebereme.

Specifika prevence v oblasti sexuálního zneužívání

5

- **Vztah k vlastnímu tělu a následně i k sexualitě samotné**

Tady jde o to, aby se dítě postupně naučilo prožívat a chápat své vlastní tělo jako oblast, na níž má výsostné právo pouze ono samo. Je ti jistě jasné, že to může být jen velmi postupný proces, protože v počátcích je dítě zcela i ve své tělesné existenci odkázáno na péči matky a záhy i dalších blízkých osob. Jejich doteky a další manipulace s jejich tělem je tedy pro ně většinou zdrojem jistoty a libých pocitů, takže je pro ně i posléze „samozřejmé“, že jim tatínek či maminka sahá třeba i tam, kam by ve skutečnosti už neměli, případně že s nimi zacházejí tak, jako by jim jejich tělo patřilo. A přece je pro dítě důležité si postupně osvojit schopnost rozlišovat, co si kdo k nim smí dovolit, byť by to byl člověk nejbližší. Současně ale nesmí dojít k nabourání oné primární důvěrnosti, která je pro dítě nezbytným předpokladem zažívání lásky jeho okolí.

Správná prevence tu tedy nemá vytvořit strach z dotyků druhých lidí, ale vést dítě k tomu, že o svém těle může a má rozhodovat také samo, zejména o tom, koho a jak připustí do své intimní sféry. To je předpokladem i zdravého základu sexuálního života jako jedinečného nástroje mezilidské komunikace umožňujícího takovou míru setkávání, jaká je jinak těžko dosažitelná. A právě k tomu je třeba, aby byl prostorem svobody a respektu k této svobodě. Za tělo a sexualitu není správné se stydět, ale je nezbytné je chránit, právě proto, že jimi můžeme jedinečně vyjadřovat svou vlastní bytost i skrze ně jedinečně poznávat bytost druhého. Stud ve správné míře je důležitým pomocníkem jejich ochrany.



Specifika prevence v oblasti sexuálního zneužívání

5

- **Důvěra**
 - možnost někomu se svěřit

Sotva kde jinde je člověk tak snadno a hluboko zranitelný jako páv v oblasti sexuality. Kolik nedorozumění tu vzniká i mezi lidmi dospělými. Což teprve u dětí a navíc v situaci, kdy nejde bohužel jen o nedorozumění, ale o záměrný čin, který dítě sice mnohdy nechápe, ale vždycky jej zatěžuje. Navíc pachatel bývá skoro vždycky z oblasti právě těch osob, jimž dítě svou důvěru věnovalo. Tedy jde o strašlivé zneužití důvěry. Takové dítě je pak v situaci trosečníka, který se topí ve svých zmatcích a pochybnostech a kterému jen málokdo může „hodit záchranný kruh“.

Výzkumy opakovaně potvrzovaly, že největší zranění s celoživotními důsledky si nesly právě ty děti, které nenašly nikoho, komu by se mohly svěřit, kdo by vzal jejich mnohdy zejména zpočátku nejasné a zmatené volání o pomoc vážně. Vůbec nejčastější problém bývá v tom, že takovému dítěti skoro nikdo nevěří, zvláště, když zneužívajícím je vlastní otec nebo matka, případně sourozenec. Samotná skutečnost možného zneužívání je totiž pro ostatní přímo zainteresované členy rodiny natolik traumatizující, neboť ohrožuje samu existenci jejich rodiny, že před ní raději tak či onak zavírají oči. Nejčastěji právě na úkor postiženého dítěte.

Za těchto okolností můžeš ty, jako vedoucí, být pro takové dítě záchranným majákem, k němuž se může uchýlit v důvěře, že aspoň tam mu bude opravdu pozorně nasloucháno, že tam bude jeho bolest přijata bez jakýchkoliv postranních úmyslů. Tvá rozhodující úloha v prevenci tu tedy bude ve vytváření pevného mostu důvěry mezi tebou a „tvými“ dětmi. Rozhodující roli tu při tom budou hrát dva faktory: Tvůj charakter, tedy to, jaký či jaká opravdu jsi, a pak to, jestli mezi tebou a dítětem existuje reálný přátelský vztah. To dítě musí prožívat, že ho máte opravdu rádi. Zejména mladší vedoucí k tomu častokrát nemají odvahu, protože správně tuší, že to od nich bude vyžadovat skutečnou „osobní investici“ a dokonce možná i celoživotní závazek kamarádství. Ale bez toho se žádná důvěra nezrodí.

Další důležitou kompetencí, kterou je třeba u dětí rozvíjet, je jejich schopnost vyjadřovat se o svém vnitřním životě. Jednak se ho vůbec musejí naučit vnímat, jednak se musejí naučit o něm hovořit. Důvěra potřebuje ke svému vyjadřování přiměřené nástroje verbální i neverbální komunikace. Slovník dnešních dětí je pod vlivem komixů, plytkých seriálů i SMSkové „mluvy“ přitom velice chudý. Pro vyjadřování hlubších skutečností včetně vlastních citů a pocitů v něm chybí vhodný výrazivo. Což teprve, když se jedná o záležitosti tak choulostivé, jako „projevy a nástroje“ sexuálního života. I tímto směrem tedy musí být zaměřena účinná prevence.

Specifika prevence v oblasti sexuálního zneužívání

5

- **Nebezpečí nelze předem vyloučit**

Těžko bychom dnes hledali oblast života našich dětí a natož dospívajících, kde na ně nečihá nějaké ohrožení. Šikana ve škole, drogy před školou, na hřišti i na ulici před domem, podobně herny, televizní braky doma stejně jako internetové pasti... Přesto sexuální zneužívání je zvláštní tím, že je jím dítě či dospívající ohrožen zejména v prostředí, kde by měl být naopak zvláště bezpečný doma, případně ve škole či volnočasové aktivitě a mezi lidmi, kteří by měli být zárukou jeho ochrany: rodiče, sourozenci, příbuzní, kamarádi v oddílu, vedoucí ...

Tohle je zvláště zálučné. Možná, že vidíš proč: prevence, o jakou je nutné usilovat, tu musí proplout úzkou soutěskou mezi tím, aby na jedné straně nerozabila to, co je pro domov či správný oddíl naprosto zásadní, tedy to, že je ostrovem bezpečí a důvěry, kde dítě opravu může zakoušet, že je milováno (a to slovo „zakoušet“ je opravdu podstatné), a na druhé straně aby jej vybavila takovým kompetencemi, které mu pomohou lépe vzdorovat útoku na jeho tělesnou i duševní integritu, který má charakter sexuálního zneužívání. Když si to představíš v praxi, tak jde například o to, aby naprosto přirozené a krásné obejmutí s rodičem, babičkou, sourozencem ale i svou kamarádkou nebo vedoucí nebylo znemožněno hrůzou z toho, že by mohlo být spouštěcím momentem sexuálního zneužívání. A současně aby dítě dokázalo rozpoznat, že se opravdu děje něco divného, i když to přichází od blízkého člověka, kterému důvěřuje.

Navíc možná to znáš i z nějakých filmových zpracování, kdysi to otevřel film Panu učiteli s láskou - samozřejmě hrozí, že obvinění ze sexuálního zneužívání bude naopak zneužíváno proti nevinným lidem jako zvláště účinný prostředek pomsty. Proti takovému nařčení se totiž člověk a právě, když je nevinný, velmi těžko brání. Dnes je často toto obvinění zneužíváno v rozvodových řízeních, kdy jím zpravidla matka dcery chce diskvalifikovat svého (bývalého) manžela v „souborji“ o to, komu bude dítě svěřeno do péče. Z toho je vidět, že tu rozhodně nemůžeme počítat s nějakými jednoduchými a „horkou jehlou šitými“ recepty. Ty by spolehlivě vedly ke zkratům, na jejichž konci by bylo více škody než užitku. Nebudujeme tu totiž nic jiného, než uvědomělou důvěru uprostřed světa, který může zraňovat a také častokrát zraňuje. Bez této zásadní důvěry nelze tvořivě a dostatečně šťastně žít a zvláště už vůbec ne vytvářet pevné a krásné vztahy. Nemůže to být ale důvěra slepá.

Metodické poznámky

6



Podívejme se nyní na prevenci v oblasti sexuálního zneužívání ještě hodně prakticky. O některých „pravidlech“ správného provádění jsme se už tu a tam stejně zmiňovali, ale teď je pěkně shrneme:

1. Zneužívání dětí je vrchol ledovce - zneužívání je vidět, ale je to součást širšího celospolečenského kontextu: drogy, HIV, nárůst agresivity, zhoršování vztahů v rodinách, anonymita ve větších městech. Proto jakékoliv řešení musí mít celospolečenský záběr a rozhodně půjde o „běh na dlouhou trať“. Nesmíme se nechat odradit malými nebo dokonce žádnými výsledky v počátku našeho úsilí.

2. Najít svou parketu - je nezbytné, abychom uměli rozlišit, co opravdu je naše silná stránka, kde můžeme dětem a dospívajícím poskytnout účinnou pomoc a podporu, a kde se naopak musíme umět obrátit na odborníky či další možné partnery (sociálně právní ochranu, lékaře, psychology, policii, média atd.). Začít můžete případně zde: http://www.zachranny-kruh.cz/pomocnici/sexualni_zneuzivani.html A nebojte se sami studovat. Už vyšla celá řada dobrých knížek na toto téma jak odborných, tak populárních. Tady najdete docela slušný přehled toho, z čeho má cenu vybírat: <http://sexualni.zneuzivani.cz/literatura>

3. Dlouhodobá integrace do výchovy - naše prevence sexuální zneužívání nesmí „trčet“ uprostřed programu našich oddílů či kroužků jako nějaký „exot“. Šanci má jen tehdy, bude-li naprosto samozřejmou a dlouhodobou součástí našeho celkového výchovného působení stejně jako třeba naše výchova morální, estetická, sociální či tělesná.

4. Znalost -> Změna postoje -> Změna jednání - to je optimální posloupnost osvojování dítětem či dospívající, jehož cílem je právě změna jednání či kompetence, které takovou změnu umožňují. Dítě v kritické chvíli nemůže zachránit nic jiného, než právě vhodný způsob jednání.

5. Respektovat věk dětí - to ti možná připadá úplně samozřejmé, ale tady je to opravdu nezbytný klíč k úspěchu. Čím víc se ti bude dařit vidět situaci očima daného dítěte a prožívat ji jeho způsobem, tím je větší šance, že se ti podaří dosáhnout právě toho výsledku, který je žádoucí. Z toho plyne, že velmi cenným zdrojem je tu všechno, čím dítě vypovídá o svém světě a svém prožívání tohoto světa. To je třeba záměrně a systematicky rozvíjet. V části programů jsou na to hry, které právě pootevřají vhléd do světa účastníků.

6. Respekt k individuálnímu vývoji - nejde jen o samotný fyzický věk dětí a dospívajících, ale o jejich psychofyzickou vyspělost. Ta může být u dětí téhož věku značně rozdílná a právě v této oblasti to má mimořádně závažné důsledky.

7. Respektovat pohlaví (a v pozdějším věku i gender) - i tohle se může zdát samozřejmé, vždyť kde jinde už by se měla projevit rozdílnost daná pohlavním určením (a od doby dospívání i kulturně danou „rolí“, tedy genderem, vyplývající z toho, že někdo je muž a někdo žena), než právě v oblasti sexuální výchovy. Také tě jistě napadne, že je prakticky nezbytné, aby programy, týkající se specificky sexuality, tedy i vnímání svého těla a role, která z pohlavního určení vyplývá, zajišťovala pro děvčata žena a pro kluky muž. A současně že pro jiné programy (rozvíjející vnímání a chápání příslušníků opačného pohlaví) je velmi vhodné. Možná ale už ti není hned zřejmé, že pohlavní odlišnost má v souvislosti se sexuálním zneužíváním ještě další důsledky, na které je třeba v našich programech pamatovat:

- Děvčata bývají vystavena nejčastěji jinému typu ohrožení než chlapi. Zatímco u děvčat dochází k sexuálnímu zneužívání jednoznačně nejčastěji v rámci rodiny - pachatelem je nevlastní otec, vlastní otec, strýc, bratr, bratranec (tedy jde o zneužívání heterosexuálního charakteru) tak u chlapců se mnohem častěji vyskytují zneužívání mimo rámec rodiny, kdy pachatelem jsou spolužáci ve škole, členové party, starší člen oddílu, vedoucí, učitel. Nejčastěji přitom jde o mocenskou, nikoliv sexuální motivaci.

- U děvčat je třeba na rozdíl od chlapců vzít vážně v potaz skutečnost, že se pachatelé docela často vymlouvají (jak před sebou, tak při prozrazení vůči okolí postižené případně policii či soudu), že je dotyčná sváděla. Je to samozřejmě širší problém ženské části populace, že se chce líbit dnes už velmi záhy, obkuká spoustu signálů ze světa dospělých jak v oblékání či „krášlení se“, tak ve způsobu jednání, aniž mnohdy vůbec tuší jaké všechny souvislosti to má a co tím do světa o sobě „vysílají“. A pak jsou hrozně překvapené, co to způsobí. Preventivní výchova tu tedy musí citlivě, ale pravdivě napomáhat zejména dospívajícím dívkám, aby si byly vědomy těchto souvislostí a uměly s nimi zodpovědně pracovat. Důraz přitom klademe na ono „vědomy“ a „zodpovědně“. Nejde o to, aby z nich byly „šedé myšky“, ale aby se nevědomky a nechtěně nedostávaly do zbytečně rizikových situací.

8. Důležité je mít dost času - všude, kde jde o vytváření postojů (v tomto případě k vlastnímu tělu, k vlastní jedinečnosti, k odvaze, ke smyslu pro skutečné hodnoty lásky atd.) i dovedností (například jasně umět říct „NE!“ i tomu, o kom předpokládám, že mě má rád, umět se druhých dotýkat tak, aby to bylo pro druhé pěkné i čisté, naučit se vyjadřovat vlastní pocity způsobem, který opravdu umožňuje komunikaci atd.), je nezbytné počítat s daleko většími časovými dotacemi, než u běžného „poučení“. To určitě víš. Respekt k vnitřní dynamice skupiny ve chvíli nějakého programu jistě dokážeš vnímat a pracovat s ním. Tady jen připomínáme, že se nejedná jenom o jednotlivý program (to jistě dnes už zvládáš s přehledem) a jeho dramaturgické zařazení včetně potřeby propojovat nové poznatky s interaktivními metodami (jde o sebezkušenostní učení), ale že je třeba s tím počítat i v dlouhodobém plánu. Ukazuje se, že je zvlášť účinné leccos zopakovat v krátké době (do 4 hodin) a pak opět s odstupem (někdy jsou účinné i „domácí úkoly“ zjistit to či ono, přinést, připravit otázky atd.)

2. Zaangažovat samotné účastníky do projektu - tohle je samozřejmě použitelné až od určitého věku (11 let a výše), ale pokud se to podaří, má to zpravidla značný efekt: např. vymyslet problémové okruhy, jaké odborníky, samostatné dětské projekty, zastřešující příběh.

3. Respekt k osobnosti vedoucího programu (lektora) - téměř jedinou univerzální podmínkou totiž je, že musí být autentický: musí říkat a jednat podle toho, jaký skutečně je. Jenom tak bude důvěryhodný. Je samozřejmě výborné, když může uplatnit nějaké svoje speciální zaměření, ale daleko důležitější je, aby z něj vyzářovalo, že to, s čím přicházím, sám pokládá za správné a velmi důležité a že je přesvědčen o smyslu toho pro děti či dospívající, s nimiž se do programu pouští. V nabídce programů, které jsme pro vás vybrali do této první publikace, prakticky nejde o nic, co by nezvládl každý vedoucí, který má rad děti a „umí to s nimi“.

Ale jsou jistě programy, zejména pro dospívající, které bychom chtěli nabídnout v dalším dílu této metodiky, které kladou na osobnost vedoucího programu, na jeho schopnost empatie i určitého sebeodhacení určité nároky, bez jejichž splnění by program neměl patřičný dopad. Ostatně vždycky se může stát, že nějaká nevinná otázka dítěte povede velmi rychle k problematice takové či onaké roviny sexuálního života, kde bez dobře rozmyšleného postoje i jeho prezentace se vedoucí může dostat snadno do úzkých a někdy i děti zmást, místo aby je správně nasměroval.

Na závěr ještě shrnujeme, jaký je smysl preventivních programů: posilovat u dětí a dospívajících takový vlastní „koncept života“, v němž mám život pod svou kontrolou, neboť rozumím tomu, co se mě týká a umím na to správně reagovat. Tak mohu ***být opravdu aktivním autorem svého života, ne jen obětí vnějších poměrů.***

Malý úvod do programů

7



Neboj se. Skutečně už toho napíšeme málo, protože předpokládáme, že máš doma *Encyklopedii her* od Miloše Zapletala, a když ne, tak možná aspoň nějaký díl lipnického *Zlatého fondu her*²⁾. Nejde ani tak o ty samotné hry (byť i ty stojí za to), ale o úvody v těch knihách, kde je mistrně vysvětleno i začátečníkovi, co všechno skutečně takový program ve výchově nabízí. A je tam vysloveno několik zásadních principů. Například tenhle: *Dokud nevíš, proč máš tu či onu hru hrát, tak ji do programu nezařazuj*. Sebelepší programový prvek totiž není k ničemu, pokud ti neslouží k cíli, kterým teprve plní smysl našeho snažení: napomáhat dětem a dospívajícím, aby se z nich stávali lidé čím dál tím kompetentnější zvládat svůj život.

Podíváme se jen na typy některých nejčastěji používaných programů z hlediska jejich silných a slabých stránek.

²⁾ Pokud ne, tak si je můžeš objednat tady: <http://www.mravenec.cz/rs/e-shop/?p=productsList&sWord=Zlat%FD+fond>

■ **„Povídací programy“** dnes se poněkud podceňují, protože se jeví jako málo „akční“. Jistě, že dnešní děti, mající takové potíže se soustředěním, o jakých se dřív hovořilo jen u dětí s LMD (lehkou mozkovou dysfunkcí), se musí naučit ztišit a poslouchat. Ovšem když se nepropase vhodné období počátku školního věku (6 až 8 let), tak jsou docela pozornými posluchači. Každopádně minimálně jako součást větších programových celků jsou nepostradatelné.

● **Zprostředkovávání informací** ano, i tohle. Ale samozřejmě s dobrou motivací. Výhodou je, že i v relativně malém čase můžeme zprostředkovat důležité poznatky. A nezapomenout na nějaké ověření, jestli vůbec k osvojení poznatků došlo.

● **Brainstorming** to je vděčná metoda. Jen nesmí být samoučelná. Musí na ní navazovat určité zpracování. Kupříkladu reflexe.

● **Reflexe** to znamená uvažování o tom, co se stalo, nač jsme přišli, co nám to říká, proč to tak dopadlo. Reflexe pochopitelně nemůže stát sama o sobě, ale je nezbytnou součástí většiny dalších typů programů. Zejména zážitkových. Ten, kdo reflexi vede, musí mít předem dobře rozmyšlenou strukturu problému, aby mohl účinně napomáhat utváření nějakého skutečného poznání, neboť účastníci budou mít skoro vždycky tendenci odbíhat od ústředního tématu na všechny možné strany. Reflexi je třeba zásadně odlišovat od následujícího programového typu **review**.

● **Review** při něm jde o opětovné „prožití“ toho, čím jsem před tím prošel. O uvědomění si vlastních pocitů, motivů, případně jejich srovnání s tím, co prožívali ostatní. Smyslem tohoto typu programu je tedy naučit se uvědomovat si svoje vnitřní stavy, začít chápat, co je vyvolává a učit se rozumět i prožívání a pocitům druhých, včetně toho, jak odlišně mohou různí lidé prožívat tutéž situaci. Dobré vedení **review** je dost náročné a je dobré nejprve několikrát zažít **review** jako „normální“ účastník pod vedením někoho, kdo to už umí.

● **Příběhy** ty jsou samozřejmě velmi vděčným programovým prvkem, pokud je ovšem člověk dokáže pořádně vyprávět a pokud jsou kvalitní. V oblasti prevence sexuálního zneužívání bohužel je jich pranic. V publikaci nabízíme jeden takový příběh, který je převzat ze Spojených států na straně 38. Je na něm dobře vidět, že napsat opravdu použitelný příběh pro tohle téma, není nic jednoduchého. Přesto může sloužit jako dobrá inspirace. Také předpokládáme, že v dalším dílu nabídneme nějaké příběhy vlastní, „šité“ na naše poměry.

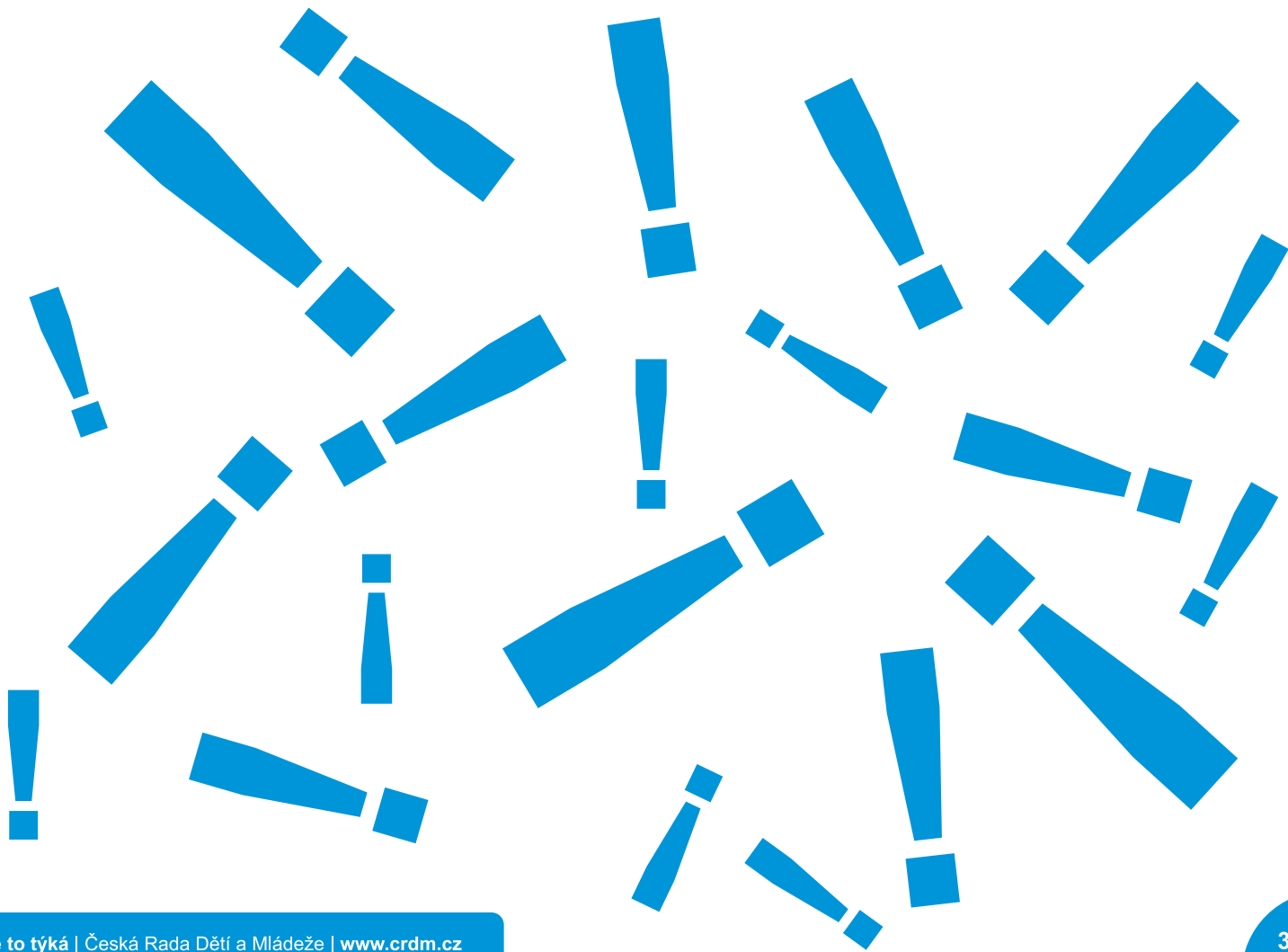
- **Svědectví** je obecně vzato programovým prvkem, který je vždycky určitou sázkou, pokud nejde o svědectví vlastní nebo někoho, koho už dobře znáte. Může znamenat blamáž (nezájem účastníků, ztrapnění toho, kdo se svědectvím přišel, nepochopení), ale také vynikající úvod do tématu, nebo někdy i jeho uzavření. Prostě pracovat se svědectvím je už dost velkým mistrovstvím, které by zrovna tobě ovšem nemuselo zůstat odepřeno, že :)

- **Řešení modelových situací** - to je moderní výchovně vzdělávací prvek, bez kterého se prakticky účinná výchova neobejde. I v našem výběru her je jich několik (zejména IV, V a VI). Důležitá je jednak dobrá příprava jak z hlediska techniky provedení (včetně bezpečnosti), tak i motivace (tady může sloužit právě některá z „povídacích forem“, ale tak uměleckých). Nezbytné je, aby na vlastní zažití modelové situace navázalo jak review, tak případně i reflexe.

- **Simulační hry** - ty představují celkově dosti náročný typ programu, a to jak pro tvůrce, tak pro účastníky. Většinou nemá cenu skutečné simulační hry dělat s dětmi mladšího školního věku (ty se naopak velmi dobře mohou účastnit řešení modelových situací). V simulační hře totiž jde jednak o sebepoznání, jednak o osvojování určitých kompetencí (především postojů a sociálních dovedností) skrze řešení nějakého náročného úkolu, který může být jak především symbolického charakteru („bojuje se“, „staví se“, „hledá se“ atd. v zásadě jen „jako“), kdy jsou ve hře hlavně psychické funkce, tak i docela tvrdá fyzická „orávačka“, při níž člověk dostane jak pořádně do těla, tak i musí sáhnout na dno svých duševních sil. Dobrá simulační hra je pochopitelně náročná na čas přípravy i provedení (minimálně vyžaduje několik hodin, někdy i den). Zásadní úlohu v jejím celkovém efektu hraje kvalitní reflexe i review. Bez nich by snadno mohla zanechat v účastnících zmatek, zklamání či vnitřní zranění. Právě nebezpečí vnitřních zranění klade na vedoucí hry značné nároky a musím konstatovat, že dnes jsou nikoliv ojediněle simulační hry používány nekompetentně, protože „se to dělá“ a ne proto, že autoři dobře rozumějí tomu, čím má být simulací dosaženo.

■ **„Meditační programy“** - uvozovky jsme tam dali hlavně proto, abys za tím neviděl hned nějakou „duchařinu“. Jde v podstatě o programy, které mají účastníky uvádět do schopnosti vnímat realitu bez toho, aby nám do toho neustále „mluvila“ naše vlastní roztěkanost, chtivost, nedočkavost, obavy a strachy. Meditativní postoj umožňuje přijímat realitu takovou, jaká skutečně je, v její jedinečnosti a kráse. Pro zdravý rozvoj sexuality je to nezbytná podmínka; jen při jejím splnění může člověk v dialogu lásky opravdu vnímat plnou krásu druhého. Náznaky obsahují programy II, III, VII a VIII.





Tomův příběh

8



Ahoj, jmenuji se Tom. Jsem desetiletý chlapec a chodím do páté třídy. Chodím rád plavat a rád hraji na piáno a kytaru. Mám 4 bratry a 2 sestry. Jmenují se Petr, Pavel, Honza, Jirka, Lucie a Jana. Mám dvě mámy, dva táty, 3 dědy, 2 babičky a tolik bratranců a sestřenic, že to ani nedokážu spočítat. Mám také 5 strýců a 4 tety.

Bydlím s Petrem, Pavlem, Lucíí a jednou mojí mámou, která se jmenuje Lenka a otcem, který se jmenuje Milan. Mám rád svou rodinu, protože mě vždy připravuje na to, co mě dalšího v životě čeká. Co na své rodině rád nemám, je to, že jsme převážně rozdělení, protože jsme v minulosti procházeli těžkými časy.

Můj starší bratr Petr mě obtěžoval, když mi bylo 6 let. Začalo to, když jsem byl na konci školky a skončilo, než jsem nastoupil do první třídy. Nenapadlo mě tenkrát, že jsem byl zneužíván. Ani jsem nevěděl, že se to nějak jmenuje. Když se mi to stalo, myslel jsem, že je to v pořádku, protože byl starší než já, a tak jsem myslel, že to, co dělá, je normální. Myslel jsem si, že jediné nesprávné na tom je, že musím vstát ze své postele, což jsem měl zakázáno. Nechtěl jsem se dostat do problémů, a tak jsem se snažil ve své posteli zůstat. Ale Petr mi vyhrožoval, že pokud to neudělám a něco řeknu, tak mi zlomí krk nebo něco jiného. Byl v páté třídě a já myslel, že ví, co je dobře a co špatně.

Moje sestřenice Karolína byla mým starším bratrem také zneužívána. Poté, co se to zjistilo, jsem začal chodit na terapii. Chodil jsem do skupiny pro děti. Pracovali jsme na takových věcech, jako jsou naše pocity a myšlenky. Potkával ostatní děti, které byly zneužívány, bylo dobré, protože jsme si říkaly svoje myšlenky a já dostával nové nápady, jak přemýšlet o některých věcech a vyjádřit je.

Nejdřív jsem si myslel, že mi zneužívání poškodilo *pindika* a že způsobilo, že vypadá jinak než druhých lidí. Nyní vím, že to není pravda. Protože to dotýkání ve mně vzbuzovalo příjemné pocity, tak jsem si také myslel, že to znamená, že jsem špatný. Nyní vím, že takhle tělo funguje, pokud je zdravé. Když se člověka někdo na takových místech dotýká, a pokud to není bolestivé, tak to vzbuzuje příjemné pocity.

Nyní Petr chodí do terapie, kvůli věcem, které udělal mně a sestřenici Karolíně. Musí teď žít někde jinde, pryč od dětí, které jsou mladší než on, dokud nebudeme vědět, že jsou ony i on v bezpečí v přítomnosti mladších dětí.

Stále se ptám, jestli mě Petr měl rád, protože jak by to mohl udělat, kdyby mě měl opravdu rád? Už vím, že lidé to dělají pro sebe samotné, protože mají sexuální nutkání, a dělají to proto, aby se o to nutkání nějakým způsobem postarali. Ale tohle opravdu není správný způsob, jak zacházet se svým sexuálním nutkáním.

Julie se mě zeptala, které věci si myslím, že se Petr potřebuje naučit v terapii. Myslím, že potřebuje porozumět tomu svému nutkání a získat nad ním kontrolu. Potřebuje se o tom učit a mít sexuální prožitky, které jsou v pořádku. Taky se Petr potřebuje změnit, takže mu kdokoli bude moci důvěřovat a on nebude druhé podvádět. Potřebujeme si být jistí, že se kdekoli dokáže dobře chovat.

Založeno na opravdové události. Volně přeloženo z výukových materiálů americké sociální pracovnice Julie Farnam.

Překlad her a metodických materiálů pro vedoucí dětských kolektivů

9



Veškeré následující texty pocházejí z publikace projektu PräTect Bavorského kruhu mládeže (Bayerischer Jugendring) s názvem „Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder und Jugendarbeit Grundlagen und Methoden präventiver Arbeit, Baustein 3“, vydáno v Mnichově v roce 2006, ISBN 3-925628-41-x.

Výběr a překlad se souhlasem vydavatele Mgr. Michaela Přílepková.

Cvičení hry I. až IX. jsou určeny pro vedoucí dětského kolektivu s cílem, aby se do svých výchovných aktivit nebáli zařadit také prevenci možného (sexuálního) násilí na dětech a mládeži. Pro správné zařazení lze využít jako vodítka vyznačeného věku, který je u každé hry uveden, ale i vlastní zkušenosti s kolektivem, který sami nejlépe znají a vědí, jaké formy otevírání se novým tématům jsou pro něj vhodné.

Poslední, tedy X. cvičení je určeno spíše pro vedoucí a instruktory samotné jako pozvánka pro zapojení se do projektu ČRDM „Nás se to týká“ v jeho dalších etapách.





I. To nesmí každý!

Cíl:

Pro jaké možnosti a cesty se můžeme rozhodnout, abychom se vyhranili proti jiným osobám/nepříjemným dotykům?

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšená skupina možná

Věk:

od 6 let

Počet:

4-10 osob

Délka:

cca 30 minut

Místo:

v domě (klubovně)

Materiály:

kopie dotazníku, tužky

Tipy:

dotazník modifikovat podle konkrétní skupiny nebo věku

KDO TO SMÍ?

Česat mě
Nalepit mi náplast
Pomocť mi s úkolem
Utěšovat mě slovy
Dát mi výprask
Úplně celého/celou mě
vzít pevně do náruče a
opusinkovat
Vynadat mi
Vyžadovat ode mě pusu
Koupat a/nebo sušit mě
Vzít mě za ruku
Ukázat mi cestu
Darovat mi něco hezkého
Vzít mě do auta
Šimrat mě

MÁMA?

Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne

TÁTA?

Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne
Ano / Ne

...?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Provedení:

Začíná se tím, že se otázky nejprve dají k přemýšlení. Každý za sebe si pak vyplní: Kdo to smí?

Vyhodnocení:

Zvažte společně: Jaké dotyky jsou mi nepříjemné/příjemné? Je dotyk vždycky příjemný popř. nepříjemný? Je někdy něco mezitím (divný)? U kterých osob? Co děláme, když je nám nějaký dotyk nepříjemný? Smíme říct NE!

II. Nadtý sáček

Cíl:

Vypořádání se s různými aspekty v tematických oblastech přátelství, láska, sexualita (s těžištěm v sexuální pedagogice)

Cílová skupina:

mladí lidé v oddělených skupinách na chlapce, dívky; event. možné i ve smíšených skupinách

Věk:

od 12 let

Počet:

až do 15 osob

Délka:

cca 60 minut

Místo:

v domě (klubovně)

Materiály:

fotky, různé předměty, které podporují asociace k tématu

Tipy:

Podle volby předmětů se může variovat cílový směr rozhovorů, např. nabídka různých antikoncepčních prostředků, výstřížků z časopisů, fotek atd.



Provedení:

Různé předměty se vztahem k tématu přátelství láska sexualita jsou uloženy v sáčku, popř. pod šátkem. Mladí lidé vytahují po jednom předmět, popíší jej a říkají asociace. Pak se může připojit k asociacím skupina.

Varianta: Předměty vyložit nezakryté a nechat mladé lidi vybírat, ke kterému chtějí vyprávět.

Vyhodnocení:

Otázky k tomu mohou být:

- U kterých předmětů mi připadá lehčí /těžší, o něco říct? Proč?
- Které informace byly pro mě nové?
- Které otázky mám ještě? O čem bych rád dál mluvil?



Provedení:

Celá skupina se rozdělí na menší skupiny po 4-6 mladých lidech. Cvičení lze provádět ve skupinách homogenních podle pohlaví. Pak buduje každá skupina svůj „dům“: ve skupině se mají shromáždit pojmy k tématům Láska a Partnerství, sepíšu se na papírové kartičky. Potom se z kartiček staví dům s pomocí lepenky. Přitom skupinka rozhoduje, kam mají být umístěny jednotlivé kartičky; přijde například Věrnost do základů, Peníze do zahrádky, Vzhled spíše na okraj...?

Vyhodnocení:

Po vystavění domů je konstruktéři a konstruktérky vystaví pro celou skupinu, popř. mohou také odpovídat na otázky z jiných skupin.



III. Dům plný lásky

Cíl:

V tomto cvičení, jde o to, sesbírat vlastní představy k tématům láska a partnerství, reflektovat jejich ohodnocení (s těžištěm v sexuální pedagogice)

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšené skupiny jsou možné

Věk:

od 12 let

Počet:

až do 20 osob

Délka:

60-90 minut

Místo:

v domě (klubovně)

Materiály:

malé kartičky, tužky, průsvitná lepenka

Tipy:

Zajímavé také může být, nechat stavět „domy“ skupiny homogenní podle pohlaví a srovnávat je podle úhlu pohledu reflektujícího pohlaví

IV. Uzavřený systém

Cíl:

hra na procvičení důvěry, soudržnosti a odporu

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšené skupiny jsou možné

Věk:

od 12 let

Počet:

10 až 30 hráčů/hráček

Délka:

cca 30 minut

Místo:

vevnitř nebo venku, místnost musí být dostatečně velká, odstranit zdroje možných zranění!

Materiály:

-

Tipy:

Dopředu ustanovit pravidla, abychom se vyvarovali hrubostí a zranění. Zavést Stop pravidlo; jakmile jedna z hrajících osob řekne Stop, hra se okamžitě přerušuje. Výkřik „aua“ se jako přerušování nepočítá! Sundat předem brýle. Dopředu zvažte, jestli je hra pro skupinu vhodná.



Provedení:

Jeden hráč stojí vně pomyslného kruhu. Všichni ostatní udělají kruh tím, že stojí neprodyšně blízko u sebe navzájem a mají obličej dovnitř kruhu. Ten, který stojí vně, se snaží dostat mezi ně.

Vyhodnocení:

- Jak jsem se cítil během cvičení? (z pohledu toho, kdo tvoří kruh, popř. „vetřelce“)
- V jaké roli jsem se cítil lépe?
- Připomíná mi to situace, které znám?





Provedení:

Požádáš skupinu, aby udělala páry. Každá pár se přetlačuje zády přes pomyslnou hranici (můžeš také hranici vyznačit krepovým papírem nebo křídou). V další fázi se utvoří nové páry, které zkoušejí své štěstí.

Vyhodnocení:

- Byla vždy rozhodující jen síla a velikost?
- Nasadil jsem všechnu svou sílu, nebo jsem se držel zpátky?
- Objevily se nějaké „neférové“ metody?
- Kdy jsem měl/a naposledy s někým fyzickou potyčku?



V. Navzájem se vyvést z rovnováhy

Cíl:

Jedná se tu o měření sil. S jak velkou silou a lstivostí mohu protivníka vyvést z rovnováhy?

Délka:

10 minut

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšené skupiny jsou možné

Věk:

od 14 let (také pro mladší, obzvláště dívčí skupiny)

Počet:

skupina se musí být schopná se rozdělit do párů

Místo:

neklouzavý podklad (podlaha)

Materiály:

-

Tipy:

Dá se zařadit jako cvičení pro oživení mezi dvěma jinými aktivitami

VI. Vymanit se

Cíl:

Zažít, že jsem silný a že mi pomoc ostatních může být k užítku

Délka:

na každého účastníka 2 až 5 minut

Věk:

od 14 let (event. i mladší)

Místo:

dostatečně velká místnost, nejlépe s kobercem a bez neskladného nábytku jako židle a stoly (nebezpečí zranění)

Materiály:

-

Provedení:

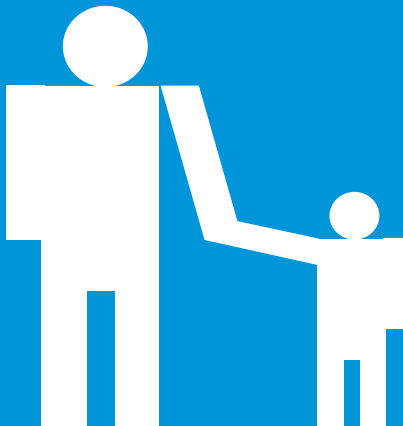
Účastníci se postaví do kruhu. Dva hráči stojící uprostřed pevně drží třetího. Ten se pokouší za silného povzbuzování těch, co stojí okolo v kruhu, ze sevření vymanit. Důležité je, aby oba, kteří ho drží, ho nedrželi moc silně ani moc slabě, aby měl šanci zažít, jak se cítí při „osvobození“ a jakou sílu mu dává pomoc kolem stojících.

Pozor: nebezpečí zranění při nenadálém vymanění atd.

Vyhodnocení:

Do vyhodnocení se zapojí jak ten, kdo držel druhého, tak ten, kdo se vymanil z držení. Otázky mohou být vedeny směrem např.:

- Jak jsem se cítil?
- Pomohlo mi povzbuzování od těch druhých?
- Co jsem dělal, abych se vymanil, popř. někoho udržel?
- Jak prožívali situaci ti, co stáli kolem?
- V jaké roli jsem se cítil lépe?
- Připomíná mi cvičení situace, které znám?



Provedení:

U tohoto cvičení zdůrazni, že se nesmí říct ani slovo. Postarej se o to, aby nebylo možné žádné rušení zvenku! Při tomto cvičení je hodně pohybu.

Můžeš jako úvod použít následující text:

„Rozdělte se pravidelně po místnosti! Jdi si svým tempem, svým rytmem...! Teď jdi pomaličku...jsi rychlejší, ještě rychlejší! Jdi rychlostí, kterou dokážeš udržet!

Jdi křížem kráčem místností, použij také rohy místnosti...jdi dopředu...jdi dozadu...dívej se při chůzi dozadu dopředu... jdi bokem!... Vyzkoušej různé směry chůze! Měň své tempo!...Použij teď různé styly chůze:

Poskakování ... ploužení se ... Vykračování ... Kulháníklopýtání ... běh

Běž nyní zase ve svém tempu a rytmu skrz místnost a uvědom si, jaké obrazy, vzpomínky, pocity se vynoří v další části cvičení.“

Po následujících instrukcích nech vždy dostatek času, aby se účastníci opravdu dostali do pocitu.

„Zkus svou chůzí, svým celým tělem vyjádřit:

- Nudíš se
- Obrovsky se z něčeho raduješ
- Cítíš se slabý a nemocný.
- Máš strach.
- Jsi ve stresu/ spěchu.
- Šlíš vzteky.
- Někdo ti řekl, že musíš být zticha.
- Máš pocit viny.

VII. Na stopě mým pocitům

Cíl:

Mnoho různých pocitů může být vyjádřeno tělem, abychom si pocit uvědomili, připomněli si jej, šli po stopě pocitu

Délka:

1 hodina

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšené skupiny jsou možné, jestliže panuje velká míra ohleduplnosti a důvěry

Věk:

od 14 let (také dobře se hodící pro dětské kolektivy)

Počet:

vhodné pro malé a velké skupiny

Místo:

dostatečně velký, prázdný a nerušený prostor

Materiály:

-

- Jdeš nocí potmě...(pauza)...někdo jde za tebou.
- Cítíš se silný“.

Seznam může být libovolně doplněn nebo krácen.

Je smysluplné, po každém pocitu dát instrukci, např.: „A teď seřeseš nudu“ a toto také fyzicky tělem provést, takže účastníci protřesou ruce, nohy a celé tělo.

Vyhodnocení:

V malých skupinách.

Následující otázky mohou být nápomocné:

- Co mě bavilo?
- Jaké obrazy, jaké vzpomínky se mi objevily na mysli?
- Co mi připadalo těžké?
- Jak se cítím nyní?

VIII. Navzájem si předvést pocity

Cíl:

vypořádat se s pocity, stát se pozorným vůči pocitům druhých

Délka:

cca 20 minut

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšené skupiny jsou možné

Věk:

od 14 let (event. také menší děti: pak je cvičení hravější)

Počet:

skupina musí být schopna se rozdělit do párů

Místo:

dostatečná svoboda pohybu pro páry

Materiály:

-



Provedení:

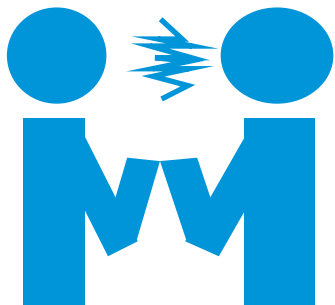
Vytvoří se páry. Každý jednotlivec si vymyslí tři pocity. Tyto pak předvádí svému protějšku beze slov: ten druhý musí uhodnout, o jaké pocity se jedná.

Varianty:

- Rozdáš pocity (např. napsané na kartičkách) dopředu
- Každý z partnerů v páru se pokouší, uhodnout předváděný pocit a rovněž jej předvádí. Oba se musí beze slov domluvit, jestli myslí ten samý pocit.

Vyhodnocení:

- Jak se mi cvičení líbilo
- Co mi připadalo lehké/těžké, pocity předvádět nebo hádat?
- Napadlo mě něco?



Provedení:

Mladí lidé vytvoří dvě párové skupiny. Rozloží se velký papír, na který se jeden z nich položí. Partner z dvojice obkreslí obrys. Potom se vymění, takže každý má na papíře nakreslený vlastní obrys. Pak se malují na vlastní obrys obrázky nebo slova, myšlenky, fantazie atd. nebo se obrys těla vymaluje různými barvami (např. světlé barvy pro „tuto část mám rád/ráda“, tmavé pro „ta se mi nelíbí“). Užitečné může být, když připravíme dopředu otázky:

- Co mám rád?
- Co nemám rád?
- Co se mi na mně líbí?
- Jak bych rád vypadal/vypadala?
- Jak jsem vypadal/a před dvěma roky?
- Co mají na mně rádi ostatní?

Varianta 1:

Mladí lidé mají k obrysům těla vždycky zanést:

„Co mě přitahuje na jiných lidech?“

„Co mě odpuzuje na jiných lidech?“

Naváže se kolečkem po všech účastnících, kdy se představují obrázky a povídá se o nich.

Varianta 2:

„Moje hranice- bez hranic“

IX. Obrisy těla

Cíl:

Vypořádání se s vlastním tělem

Cílová skupina:

mladí lidé v oddělených skupinách chlapci, dívky; event. také smíšené skupiny možné

Věk:

od 12 let

Počet:

až do 20 osob

Místo:

v domě (klubovně)

Materiály:

balící papír a barevné tužky

Tipy:

Může být smysluplné, udělat před individuální prací s obrisy těl společný brainstorming ke zpracovávaným otázkám.

Provedení

Mladí lidé si zhotoví každý jednu postavu životní velikosti na papír, na kterou v párech namalují jejich vlastní obrisy těla.

A) Do vnějšího prostoru obrysu napíší tedy nápady a odpovědi na otázky:

- Jaký skutek od ostatních mě zraňuje?
- Co mě bolí?

Pak následuje po představení odpovědí debata ve skupině.



B) Do vnitřního prostoru obrázku s obrysem se doplňuje, s otázkami:

- Jak se bráním?
- Jak ukážu ostatním, když se mi něco nelíbí?
- Jak se můžu dovolat pomoci a podpory?

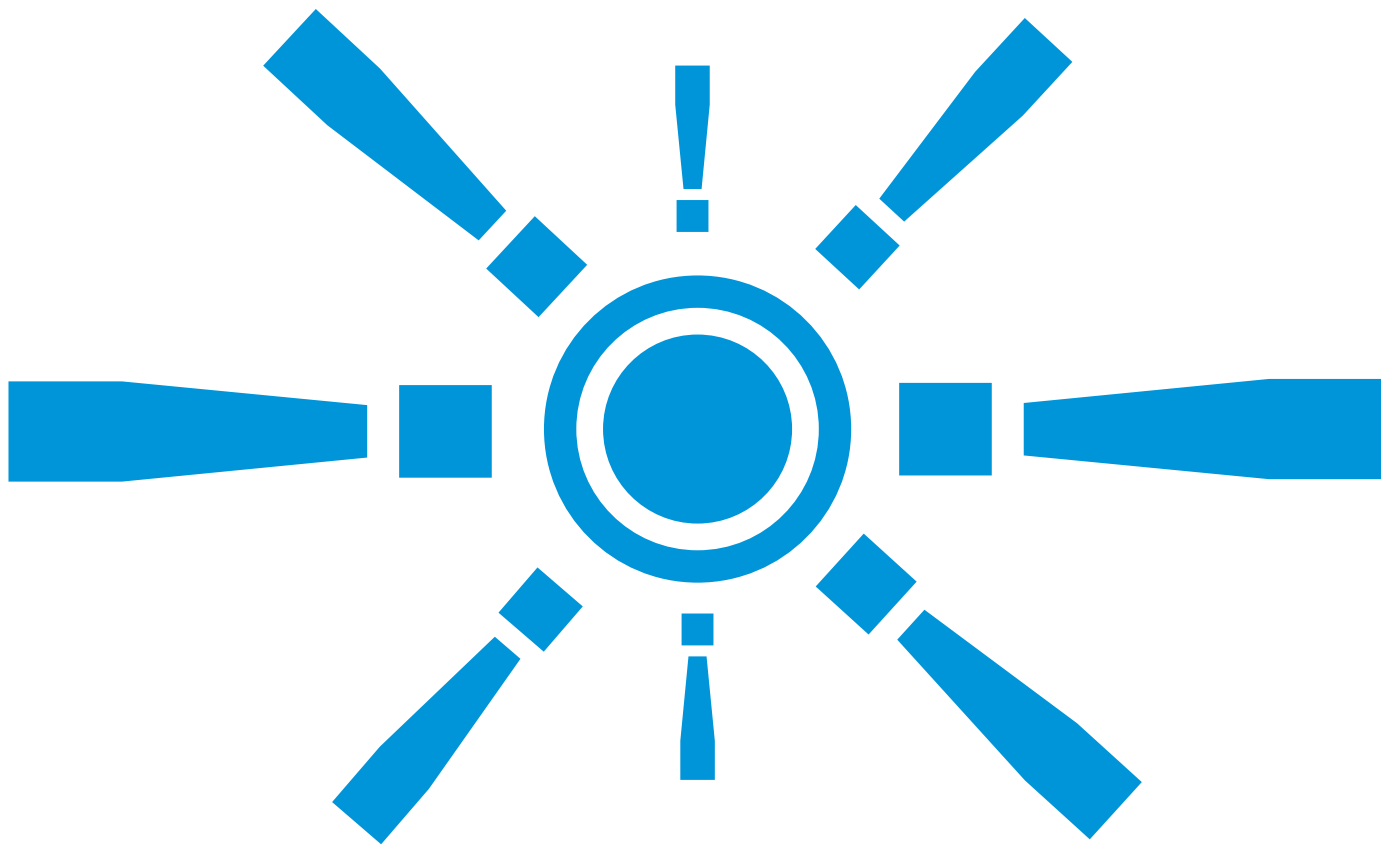
Opět následuje po představení odpovědí kolečko debaty všech účastníků.

Vyhodnocení:

Jak užitečné a usměrňující výkřiky „publika“ se osvědčilo, před (druhým) kolečkem debaty přilepit práce na zeď jako výstavní předměty, a potom nechat mladé lidi obraz za obrazem jejich figuru představit. Tak je srozumitelněji zajištěno, kdy je věnována pozornost jednotlivému účastníku/účastníci.

Při vyhodnocovacím kolečku jsou důležitá srovnávací vyprávění, přičemž mají být vyzdvížena nejen vymezení, ale i shody.





X. Brainstorming k sexuálnímu násilí

Cíl:

Sesbírat všechny možné představy, informace a asociace k tématu sexuální násilí. Vysvětlení významu tématu pro členy skupiny (kolektivu).

Délka:

10 - 20 min

Cílová skupina:

oddělené skupiny chlapci, dívky; smíšené skupiny možné

Věk:

od 14 let

Počet:

od 3 osob

Místo:

stůl, okolo kterého se skupina může posadit

Materiály:


Arch papíru (velikosti plakátu) a tužky/fixy

Provedení:

Na velkém archu papíru uprostřed stojí napsáno Sexuální násilí. Skupina má čas 10 - 20 minut, nestrukturovaně napsat na papír všechny myšlenky, které jednotlivce napadnou.

Po přestávce na přečtení vyjasní pomocí bleskového kolečka rozpoložení skupiny a jednotlivců vůči tématu a sesbíraným pojmům.

Ve druhém kroku se mohou vysvětlit obsahové dotazy ke konkrétním pojmům.



Ve třetím kroku může každý člen skupiny vyznačit puntíkem u pojmů, které jej nebo ji osobně zajímají a škrtnutím pojmu dát najevo, na kterých se v žádném případě nemá pracovat dále. Pojmy s nejvíce puntíky a žádným škrtnutím se pak mohou v dalším průběhu zpracovávat.

Vyhodnocení:

Je důležité, vzít vážně emocionální rozpaky členů skupiny při myšlení a zapisování pojmů a asociací z oblasti sexuální násilí. Přitom musí jít vyhodnocení nejprve tímto směrem:

- Jak se cítím, když taková slova čtu/píšu?
- Jaké je to, činit tak ve skupině?
- Kde tuším bloky nebo odpor ve mně?
- Co mě motivovalo, abych pokračoval?

V dalším kroku pak může být vyjasněno, jestli skupina bude pracovat na tématu dále a jak bude toto pokračování vypadat.



hranice bezpečí

Česká rada dětí a mládeže

Senovážné nám. 977/24

116 47 Praha 1

Tel.: 234 621 209

www.crdm.cz

sekretariat@adam.cz

Hranice bezpečí.

Metodický průvodce prevencí sexuálního zneužívání dětí a mladistvých I.

1. vydání

Vydala: **Česká rada dětí a mládeže**

Texty: **Mgr. Jiří Zajíc, Mgr. Michaela Přílepková**

Grafika: **Pavel Janáč**

Vydání publikace finančně podpořilo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy.

Náklad 2.500 ks
Praha 2009

