



**SEKSUALNOM
NASILJU**

Recenzija brošure

“Ne seksualnom nasilju”

Brošura “Ne seksualnom nasilju” podsjeća na stalno prisutnu potrebu za zaštitom djece i mladih od seksualnog nasilja, te se suprotstavlja vjerovanju da je ovaj oblik nasilja nešto što se događa negdje drugdje, djeci i mladima koje mi nikada nećemo susresti. Autorice na vrlo jasan, razumljiv i praktičan način prenose najvažnije spoznaje u zaštiti djece i mladih od različitih oblika seksualnog nasilja upravo skupini koja ih doživljava ili promatra u svojoj okolini, čime pružaju vrijedan izvor znanja i odraslima u njihovoj okolini. Upoznaju čitatelja s pravima djece i mladih da budu sigurni, jaki i slobodni te vrlo sažeto dotiču najrelevantnije konvencije i zakone. Jasnim definicijama, potkrijepljenim primjerima, mladom čitatelju pružaju razumijevanje nužno za prepoznavanje seksualnog nasilja te pojašnjavaju razliku između uobičajenih svakodnevnih iskustava, koja ne krše naša prava, te ponašanja koja nazivamo nasiljem. Smjernicama za reagiranje na pojedine oblike seksualnog nasilja ili izlazak iz nasilne veze, pojašnjavanjem procesa prijave i pružanjem informacija o izvorima podrške u zajednici, ova brošura osnažuje djecu i mlade na traženje pomoći u situacijama kada su njihova prava i sigurnost ugrožena. Istovremeno autorice ne propuštaju priliku ohrabriti sve nas kako pružiti podršku bliskoj osobi u toj situaciji, podsjećajući da je zaštita djece i mladih od nasilja odgovornost svih nas. Osiguravanju podrške djeci i mladima koji se susreću s različitim oblicima seksualnog nasilja pristupaju holistički, naglašavajući ravnotežu psihološke, medicinske i pravne pomoći.

Brošura “Ne seksualnom nasilju” usmjerena je primarno na djecu i mlade – njihovo osvještavanje, ohrabivanje na reagiranje te upućivanje na zajednicu kao izvor podrške. Kao takva predstavlja rijedak i vrijedan resurs u zaštiti djece i mladih od seksualnog nasilja te ispunjava značajnu potrebu u području publikacija vezanih uz zaštitu djece od nasilja, temeljem čega u potpunosti podržavam njeno publiciranje.

U Zagrebu, 7. srpnja 2014.

Prof. dr. sc. Gordana Buljan Flander, psiholog i psihoterapeut








UVOD

Svi želimo da nam život bude što sretniji, uzbudljiviji i sigurniji. Kako bismo to postigli, trebamo znati svoja prava – ali i prihvatiti odgovornost za poštivanje prava drugih.

Naša prava pripadaju nama i nitko nam ih ne smije oduzeti. Zato su ona zaštićena zakonom, međunarodnim ugovorima i Ustavom.

Kad nam netko učini nešto našao a mi nismo svjesni činjenice da to ne trebamo dopustiti samo zato što ne znamo svoja prava, podložni smo ugrožavanju i napadima. Stoga moramo znati svoja prava kako bismo se mogli boriti ako nam ih netko ugrožava i kako bismo mogli pomoći zaštititi prava drugih. Zbog svoje dobi, neinformiranosti i zavisnosti o odraslim osobama, djeca su posebno ranjiva za različite oblike nasilja. Ovdje će se izraz „djeca“ koristiti za sve osobe do navršene 18. godine života, kako je to definirano UN-ovom Konvencijom o pravima djeteta.

CILJ OVE BROŠURE JE:

-  INFORMIRATI O PRAVIMA DJECE
-  POJASNITI RAZLIČITE OBLIKE SEKSUALNOG NASILJA NAD DJECOM
-  POTAKNUTI OSJEĆAJ DRUŠTVENE ODGOVORNOSTI I OHRABRITI REAGIRANJE NA SEKSUALNO NASILJE
-  OMOGUĆITI PRUŽANJE POTPORE I POMOĆI ONIMA KOJI SU POSTALI ŽRTVE SEKSUALNOG NASILJA
-  PRIKAZATI MOGUĆNOSTI ZAŠTITE TE IZVORE POMOĆI I PODRŠKE U ZAJEDNICI.



VAŽNO JE DA SHVATIŠ I RAZUMIJEŠ SVU ŠTETNOST SEKSUALNOG NASILJA, A ZA TO SU TI POTREBNE VJEŠTINE KOMUNIKACIJE, EMPATIJA, ODGOVORNOST, SUĆUT I KONTROLA IMPULSA. TAKOĐER JE VAŽNO DA RAZUMIJEŠ ŠTO ZNAČI ZDRAVA VEZA, ODNOSI ISPUNJENI POŠTOVANJEM I PRIJATELJSTVOM, KAO I SEKSUALNO ZDRAVLJE.

SVI IMAMO PRAVO BITI SIGURNI, JAKI I SLOBODNI

SVI IMAMO PRAVA BITI SIGURNI, JAKI I
SLOBODNI. IMATI TA PRAVA PODRAZUMIJEVA
I OBVEZU DA DRUGIMA NE USKRAĆUJEMO
NJIHOVA PRAVA.



IMATI PRAVO BITI SIGURAN/SIGURNA ZNAČI DA:

- 👍 MOŽEŠ REĆI JASNO I ODLUČNO NE U POTENCIJALNO OPASNIM SITUACIJAMA SVAKOJ OSOBI, ČAK AKO SE RADI I O NEKOM VRLO BLISKOM ILI VAŽNOM;
- 👍 TREBAŠ VJEROVATI SVOJIM OSJEĆAJIMA O OPASNOSTI I REAGIRATI; BOLJE SE PONEKAD OSJEĆATI GLUPO NEGO NASTRADATI;
- 👍 IMAŠ PRAVO NA SAMOOBRANU;
- 👍 IMAŠ PRAVO TRAŽITI POMOĆ OD DRUGIH.

IMATI PRAVO BITI JAK/JAKA ZNAČI DA:

- 👍 IMAŠ PRAVO DA TE SE POŠTUJE;
- 👍 IMAŠ PRAVO ZAHTIJEVATI DA TE SE ČUJE I SHVATI OZBILJNO;
- 👍 IMAŠ PRAVO DOBRO MISLITI O SEBI;
- 👍 IMAŠ PRAVO DJELOVATI U SVOM INTERESU.

IMATI PRAVO BITI SLOBODAN/SLOBODNA ZNAČI DA:

- 👍 IMAŠ PRAVO IZBORA, UKLJUČUJUĆI PRAVO IZBORA KAD ČEŠ I S KIM BITI INTIMAN/INTIMNA;
- 👍 IMAŠ PRAVO TRAŽITI SIGURNOST I POMOĆ KAD TI JE POTREBNA;
- 👍 IMAŠ PRAVO IZABRATI REĆI NE I OTIĆI, BEZ OBZIRA O KOME SE RADILO.

BRIGA O SIGURNOSTI DJECE VAŽNA JE OBVEZA DRŽAVE, RODITELJA I SVIH ODRASLIH OSOBA, A POSEBNO ONIH KOJI RADE S DJECOM. TA OBVEZA PROIZLAZI I IZ RAZLIČITIH KONVENCIJA I ZAKONA, OD KOJIH SU OSOBITO VAŽNI:

KONVENCIJA O PRAVIMA DJETETA

UJEDINJENIH NARODA Djeca imaju neka posebna prava opisana u Konvenciji o pravima djeteta (1989.) koju su prihvatile gotovo sve države svijeta. Ta prava imaju djeca (osobe do 18 godina), bez obzira tko su i tko su im roditelji, bez obzira na boju kože, spol, religijsku pripadnost ili jezik kojim govore, bez obzira jesu li bogati ili siromašni, ili imaju teškoće u razvoju.

KONVENCIJA O ZAŠTITI DJECE OD SEKSUALNOG ISKORIŠTAVANJA I SEKSUALNOG ZLOSTAVLJANJA

VIJEĆA EUROPE IZ LANZAROTA Međunarodni dokument Vijeća Europe (2007.) govori da je seksualno nasilje nad djecom zločin, bez obzira tko ga je i gdje počinio – kod kuće, u nekoj ustanovi koja brine o djeci, kroz organizirane kriminalne mreže ili internet.

KAZNENI ZAKON REPUBLIKE HRVATSKE

Zakon propisuje koja ponašanja su kažnjiva i koje su sankcije za počinitelje. Defnira da je dijete osoba koja nije navršila osamnaest godina. Također propisuje da je dobna granica za pristanak na seksualni odnos navršenih 15 godina. Zakon također određuje zabranu spolnih odnosa odrasle osobe s djetetom koje nema navršenih 15 godina. Ta se zabrana ne odnosi na maloljetnike koji stupaju u spolne odnose ako je razlika u dobi među njima manja od 3 godine.

SEKSUALNO NASILJE NAD DJECOM

Seksualno nasilje nad djecom je navođenje ili prisila djece na sudjelovanje u bilo kojoj seksualnoj aktivnosti. Obuhvaća seksualno uznemiravanje, seksualno zlostavljanje i seksualno iskorištavanje. Seksualno nasilje može se dogoditi svakome i češće je nego što se misli. Procjenjuje se da jedno od petero djece doživi neki oblik seksualnog nasilja. Bez obzira u kojem se obliku događa, ono je štetno i može prouzročiti dugotrajne zdravstvene i psihičke probleme.



A.) SEKSUALNO UZNEMIRAVANJE:

Seksualno uznemiravanje odnosi se na neželjene seksualne razgovore ili postupke zbog kojih se osjećaš loše, zbunjeno, prestrašeno, poniženo i/ili uvrijeđeno. To je svako verbalno, neverbalno ili fizičko ponašanje seksualne naravi kojim se vrijeđa tvoje dostojanstvo, primjerice:

! NEŽELJENE SEKSUALNE PRIMJEDBE I VERBALNI PRIJEDLOZI ! NEUMJESNI FIZIČKI DODIRI I GESTE
! NEUMJESNI VERBALNI KOMENTARI, ŠIRENJE TRAČEVA ! SLANJE SEKSUALNIH PORUKA, PISANJE SEKSUALNIH GRAFITA.

NEMOJ MIJEŠATI KOKETIRANJE I SEKSUALNO UZNEMIRAVANJE!

Kod koketiranja su obje osobe zainteresirane, osjećaju se dobro i ugodno. U početku, i seksualno uznemiravanje može izgledati kao koketiranje, no situacija ubrzo postaje neugodna i neželjena za jednu stranu. Vjeruj svojim osjećajima! Ovdje se uopće ne radi o seksualnoj privlačnosti, već o zlouporabi moći nad drugom osobom.

!!! KAKO ĆEŠ PREPOZNATI SEKSUALNO UZNEMIRAVANJE?

Na temelju onoga kako se osjeća osoba kojoj je upućeno, a ne na temelju onoga što o tome misli ili kaže druga strana, izvlačeći se da je to bila samo šala, zafrkancija. Ako te ponašanje neke osobe vrijeđa, ponižava, izaziva strah i sram, ako narušava kvalitetu tvog života i osjećaj sigurnosti, tada se radi o seksualnom uznemiravanju!

Osoba ili osobe koje te seksualno uznemiravaju, ugrožavaju tvoje pravo na sigurnost i slobodu, moraju preuzeti odgovornost za svoje ponašanje. Trebaš znati da je po Kaznenom zakonu spolno (seksualno) uznemiravanje kazneno djelo za koje su predviđene sankcije.

ŠTO UČINITI AKO SE OSJEĆAŠ SEKSUALNO UZNEMIRAVANIM/ UZNEMIRAVANOM?

Ignoriranje ne pomaže. Postoje mnogi načini da se suprotstaviš seksualnom uznemiravanju. Nemoj se nadati da će to samo prestati. Ako odmah reagiraš, možda se situacija neće pogoršati i neće ti kasnije biti teže nositi se s njome.

- 👍 DOPUSTI SI LJUTNJU! ISKORISTI SVOJU LJUTNJU DA PODUZMEŠ NEŠTO.
- 👍 RECI PRIJATELJU ILI PRIJATELJICI KOJI/A TE PODRŽAVA, RECI NEKOME OD NASTAVNIKA, RODITELJIMA.
- 👍 BILJEŽI! NAPIŠI KAD, GDJE I ŠTO SE DOGODILO, ŠTO SI TI NAPRAVIO/ NAPRAVILA I TKO JE BIO U BLIZINI.
- 👍 DAJ ZLOSTAVLJAČU DO ZNANJA! BUDI JASAN/JASNA I IZRAVAN/ IZRAVNA U VEZI NJEGOVA PONAŠANJA. PONEKAD ZLOSTAVLJAČ ZAISTA NE ZNA KAKO NJEGOVO PONAŠANJE UTJEČE NA OSJEĆAJE DUGIH.



B.)

SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE:

SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE DJECE OBUHVAĆA RAZLIČITA KAZNENA DJELA, KAO NA PRIMJER SILOVANJE, BLUDNE RADNJE, ZADOVOLJENJE POHOTE PRED DJECOM ILI MAMLJENJE DJECE ZA ZADOVOLJENJE SPOLNIH POTREBA.

! SILOVANJE:

Kazneno djelo kojim je izvršen spolni odnošaj bez pristanka, silom ili prijetnjom da će žrtvu napasti.

! BLUDNE RADNJE:

Kazneno djelo seksualnih kontakata bez pristanka žrtve.

! MAMLJENJE DJECE ZA ZADOVOLJENJE SPOLNIH POTREBA:

Kazneno djelo mamljenja djeteta mlađeg od 15 godina na susret kako bi ga se seksualno iskoristilo.

! SPOLNA ZLOUPOTREBA DJETETA MLAĐEG OD 15 GODINA:

Kazneno djelo spolnog odnošaja s djetetom mlađim od 15 godina bez obzira na njegovu/njezinu dragovoljnost.

! ZADOVOLJENJE POHOTE PRED DJETETOM MLAĐIM OD 15 GODINA:

Kazneno djelo kojim počinitelj zadovoljava sebe pred djetetom.

POSEBNO JE VAŽNO DA RAZUMIJEŠ SLJEDEĆE POJMOVE:

PRISTANAK je slobodni izbor što ćeš napraviti i odnosi se na osobu iznad 15 godina. Pristanak znači reći DA, ali pri tome osjećati slobodu reći i NE. Iako s navršениh 15 godina imaš pravo birati hoćeš li ili nećeš biti seksualno intiman/intimna s nekim, ovo pitanje je za tebe vrlo važno i zahtijeva mnogo razmišljanja zato jer ima ozbiljne posljedice. To je pitanje oko kojeg te trebaju savjetovati tebi važni ljudi: roditelji, članovi obitelji ili drugi odrasli u koje imaš povjerenja. **TAKOĐER, ZAPAMTI DA PIJANA, DROGIRANA ILI ZASPALA OSOBA NIJE U STANJU DATI PRISTANAK!**

PRISILA je sprječavanje tvog slobodnog izbora što ćeš učiniti, ograničavanje mogućnosti da odlučiš želiš li nešto ili ne. Prisila se događa primjenom sile ili prijetnje. Sila je, primjerice, šamar, držanje ruku, svladavanje otpora hrvanjem. Prijeti se, primjerice, oružjem ili oruđem žrtvi da će biti napadnuta. Prijetiti se može i riječima: Svima ću razglasiti što smo radili! Ili: Staviti ću tvoje slike na Facebook! Neke osobe u koje imaš povjerenja, ili su za tebe autoritet (roditelj, nastavnik, svećenik, policajac, liječnik...) i misliš da ih moraš slušati, mogu to zloupotrijebiti. To je također kazneno djelo!

TREBAŠ RAZLIKOVATI NAGOVARANJE OD PRISILE NA SEKSUALNU AKTIVNOST. Nagovaranje podrazumijeva poticanje nekoga da nešto učini uvjerenjem, argumentima ili ozbiljnim pozivanjem, pri čemu ostavlja slobodu osobi da izabere što će učiniti. Prisiljavanje znači ne ostaviti mogućnost da se suprotstaviš. Nagovaranje nije prisiljavanje; nagovaranje prihvaća NE kao odgovor, dok prisiljavanje takav odgovor ne prihvaća.

ZAVOĐENJE znači prilaženje nekome tko ima odgovarajuće informacije o seksualnosti i moć da pristane ili odbije, te nastojanje da se nagovori na seksualnu aktivnost. Međusobna komunikacija se odvija s poštovanjem i brigom o dobrobiti druge strane.

MOĆ I KONTROLA su važni pojmovi za razumijevanje zlostavljanja. Postoji ključna razlika između "imati kontrolu nad sobom" i "kontrolirati drugog". Imati kontrolu znači imati samokontrolu i moć za donošenje odluka. Kontrolirati drugog znači oduzimati drugome pravo na donošenje odluka.

ŠTO NAPRAVITI AKO SI SEKSUALNO ZLOSTAVLJAN/ ZLOSTAVLJANA?

👍 POTRAŽI POMOĆ. MOŽDA ĆEŠ ŽELJETI PRVO REĆI PRIJATELJU/PRIJATELJICI, NO TREBAŠ SVAKAKO REĆI I ODRASLOJ OSOBI OD POVJERENJA KOJA ĆE TI VJEROVATI I POMOĆI. MOŽEŠ NAZVATI I NEKI OD SOS TELEFONA. NE MORAŠ IM DATI SVOJE IME. ONI TI MOGU POMOĆI DA LAKŠE ODLUČIŠ ŠTO DALJE PODUZETI I UPUTITI TE KAKO PRIJAVITI NAPAD POLICIJI ILI DRŽAVNOM ODVJETNIKU.

👍 Potraži medicinsku pomoć. To može biti liječnik obiteljske medicine, ginekolog ili Hitna pomoć. Nemoj se tuširati ili mijenjati odjeću prije nego odeš liječniku. Važno je otići liječniku jer, uz neke fizičke ozljede koje možda imaš, postoji rizik od spolno prenosivih bolesti ili trudnoće.

ŠTO NAPRAVITI AKO JE TEBI BLISKA OSOBA BILA IZLOŽENA SEKSUALNOM ZLOSTAVLJANJU?

👍 Potražite dobru, dugotrajnu podršku. Raspitaj se (SOS telefon) gdje možeš dobiti dugotrajnu podršku. Doživjeti seksualni napad predstavlja vrlo bolno iskustvo, i u fizičkom i u emocionalnom smislu. Možeš osjećati krivnju, potištenost, strah. Možda ćeš se bojati ikome više vjerovati. Možda ćeš imati problema ostvariti seksualnu vezu s nekim drugim. To su sve normalne reakcije na seksualni napad. Dobro je potražiti stručnu pomoć da se lakše nosiš s ovakvim problemima.

👍 SLUŠAJ BEZ OSUĐIVANJA ŠTO GOVORI I DOPUSTI MU/JOJ DA PODIJELI SVOJE OSJEĆAJE.

👍 RECI DA VJERUJEŠ ONOME ŠTO GOVORI, DA TO NIJE NJEZINA/NJEGOVA GREŠKA, DA TO NE ZASLUŽUJE, DA TO NITKO NE ZASLUŽUJE.

👍 OHRABRI GA/JU DA ODMAH POTRAŽI LIJEČNIČKU POMOĆ I SAVJETOVANJE.

👍 BUDI TU – MOGLO BI DUGO POTRAJATI DA TO PREBRODI.

👍 NEMOJ SE SUKOBLJAVATI SA ZLOSTAVLJAČEM.



C.)

SEKSUALNO ISKORIŠTAVANJE

SEKSUALNO ISKORIŠTAVANJE DJECE
OBUHVAĆA RAZLIČITA KAZNENA DJELA
U KOJIMA NETKO OSTVARUJE ZARADU
ILI DRUGU KORIST IZ SUDJELOVANJA
DJETETA U SEKSUALNIM
AKTIVNOSTIMA,
A ODOSE SE NA:

! DJEČJU PROSTITUCIJU ! DJEČJU PORNOGRAFIJU !
SUDJELOVANJE DJECE U PORNOGRAFSKIM NASTUPIMA.

Oni koji djecu mame, vrbuju ili potiču da sudjeluju u pružanju seksualnih usluga, stvaranju dječje pornografije ili u pornografskim predstavama, ili to pomažu i potiču, čine kazneno djelo i kazneno su odgovorni.

KAZNENO DJELO je posjedovanje dječje pornografije, kao i gledanje dječje pornografije na internetu. Iako takva osoba nije bila u kontaktu s djetetom, samim nabavljanjem ili pristupom na internetu podupire seksualno zlostavljanje djece jer sudjeluje u stvaranju potražnje za dječjom pornografijom i pružanju financijskih sredstva za održavanje te industrije. Adolescenti postaju žrtve seksualnog iskorištavanja na prijevaru ili zbog raznih obećanja pomoću kojih ih mogu vrbovati čak i osobe koje poznaju i kojima vjeruju (poznanič/ca, obiteljski prijatelj/ica), primjerice putem različitih oglasa, novinskih ili internetskih, za dobro plaćen posao u inozemstvu ili zemlji (ove usluge mogu nuditi razne agencije za zapošljavanje, pratnju – eskort, agencije za sklapanje braka, modne agencije i sl.). Otmicom djeca također postaju žrtve seksualnog iskorištavanja. Pritom su najčešće izložena teškim prijetnjama, ranjavanju pa čak i gubitku života. U svim ovim slučajevima radi se o seksualnom napadu, a ne o slobodnom izboru jer su im seksualni postupci nametnuti, često uz prijetnje, ozljeđivanje i/ili prijetnje ubojstvom. Svake godine u svijetu preko milijun djece je prodano u različite svrhe, a najčešće upravo zbog seksualnog iskorištavanja. Rade u bordelima, salonima za masažu, na ulici, a koristi ih se i za izradu pornografskog materijala.

Doznaš li za seksualno iskorištavanje neke osobe ili si sam izložen/izložena takvom obliku seksualnog nasilja, obavijesti o tome policiju (192) ili SOS telefon - 0800 7799.

SEKSUALNO NASILJE U ADOLESCENTNIM VEZAMA

Seksualno zlostavljanje u vezama, nažalost, česta je pojava. Po statistikama, čak 1/3 adolescentica doživljava uvođenje u seksualni život na nasilan način. Ova vrsta seksualnog zlostavljanja događa se između vršnjaka.

Nasilje može biti počinjeno silom ili prijetnjom, odnosno bez pristanka žrtve. Nasilje može biti od strane osobe s kojom ste u površnoj ili ozbiljnoj vezi.

Seksualna intimnost povezana je s osjećajem zajedništva, komunikacijom i slobodnim izborom. Usuglašena seksualna aktivnost je zajednička. To znači da dvoje iskreno komunicira, međusobno se sluša i poštuje odluke drugog. To uključuje slobodan izbor. Kad nema izbora, riječ je o seksualnom zlostavljanju, kao na primjer silovanju. Pravo izbora imaš svaki put kod odluke o seksualnoj intimnosti, a intimnost u jednoj prilici ne znači automatsku stalnu obvezu na intimnost s tom osobom.

Veze su često prekrasna iskustva, ali mnogo toga može biti zbunjujuće, zato je važno razgovarati i razumjeti drugu osobu, što govorite jedno drugome. To pogotovo vrijedi ako ste malo sramežljivi i teško vam je razgovarati o osjećajima.

IMA LI U TVOJOJ VEZI NASILJA? ZDRAVA VEZA POČIVA NA BRIZI I POŠTOVANJU.

👍 POŠTUJE LI TE TVOJ DEČKO/CURA?

👍 OTVORENO RAZGOVARATE?

👍 VJERUJETE JEDNO DRUGOME?

👍 NASTOJITE NAĆI KOMPROMIS
KAD SE NE SLAŽETE?

👍 PREUZIMATE ODGOVORNOST
ZA ONO ŠTO RADITE?

Nažalost, mnogi su adolescenti u vezama koje nisu dobre i koje čak mogu biti štetne. Glavni problem je najčešće što jedna osoba želi kontrolirati drugu, želi s njom provoditi cijelo vrijeme, ponaša se posesivno. U početku to može goditi, ali uskoro počinje gušiti. Neki upozoravajući signali:

- ! LJUBOMORA, OPTUŽIVANJE ZA STVARI KOJE NISI NAPRAVIO/NAPRAVILA.
- ! SAM/SAMA ODLUČUJE O TOME GDJE ĆETE IĆI I ŠTO ĆETE RADITI.
- ! NE DOZVOLJAVA TI DRUŽENJE S TVOJIM PRIJATELJIMA/PRIJATELJICAMA.
- ! KRITIZIRA TE PRED DRUGIM LJUDIMA.
- ! GOVORI TI ŠTO MORAŠ OBUĆI ILI KAKO SE MORAŠ PONAŠATI.
- ! STALNO TE ISPRAVLJA I PROVJERAVA.
- ! OKRIVLJUJE TE ZA PROBLEME.
- ! UDARA TE, OZLJEĐUJE.
- ! PRIJETI TI AKO GA/JE POKUŠAVAŠ OSTAVITI.

Ovakva situacija ispunjava te strahom, ljutnjom, zbunjenošću. Teško ti je nekome se povjeriti jer se osjećaš previše bespomoćno ili posramljeno. Takvo stanje može prouzročiti pad školskog uspjeha, probleme spavanja, bolove, promjene u težini, uzimanje alkohola i/ili droge, samoozljeđivanje, osjećaj suicidalnosti.

IZ NASILNE VEZE TREBA IZAĆI!

- 👉 RECI PRIJATELJU, PRIJATELJICI ILI ČLANU OBITELJI ŠTO SE DOGAĐA, ILI NAZOVI NEKI OD TELEFONA ZA POMOĆ.
- 👉 RASKINI ODNOS U JAVNOSTI PRED PRIJATELJIMA KOJI ĆE TE PODRŽATI JER DRUGA OSOBA MOŽE IMATI VRLO RAZLIČITE REAKCIJE NA PREKID, KOJE U POJEDINIM SLUČAJEVIMA MOGU BITI OPASNE ZA OSOBU KOJA PREKIDA.
- 👉 PROMIJENI PUT KOJIM IDEŠ U ŠKOLU, NA POSAO ILI SVOJE UOBIČAJENE AKTIVNOSTI.
- 👉 POZOVI PRIJATELJE KAD IZLAZIŠ VAN I DOGOVORI SE DA PAZITE JEDNI NA DRUGE, NEMOJ BITI SAM/SAMA.
- 👉 UKOLIKO TE BIVŠI/A PARTNER/ICA UZNEMIRAVA, MOŽEŠ PROMIJENITI E-MAIL ILI BROJ TELEFONA.
- 👉 ZNAJ BROJEVE ZA SLUČAJ HITNOSTI: HITNE SLUŽBE 112; POLICIJA 192; VATROGASCI 193; HITNA POMOĆ 194.
- 👉 PRONAĐI SIGURNA MJESTA NA KOJA ĆEŠ IĆI.
- 👉 VODI DNEVNIK O TOME ŠTO SE DOGAĐA ZA SLUČAJ PODUZIMANJA ZAKONSKE AKCIJE.
- 👉 INFORMIRAJ SE O ZLOSTAVLJANJU.
- 👉 POŠTUJ SEBE I SHVATI DA ZASLUŽUJEŠ ZDRAVU VEZU!

ŠTO ZNAČI ZAUZETI SE ZA SEBE?

- 👍 Trebaš reći NE - odlučno, čvrsto, gledajući u oči onoga tko te pokušava napasti.
- 👍 Zauzimanje za sebe može ponekad biti teško, čak i opasno, pa kad žrtva surađuje kako bi izbjegla ozljeđivanje, nije kriva; surađivanje u opasnoj situaciji u kojoj postoji prisila nije pristanak!
- 👍 Zauzimanje za sebe znači i povjeriti se nekome o onome što ti se događa, prekinuti zlostavljanje i dobiti pomoć i podršku. Obično netko tko je nasilan prema tebi neće sam od sebe prestati.
- 👍 Zlostavljač uvijek traži od žrtve da o zlostavljanju ne govori nikome i to je u pravilu popraćeno prijetnjama da će učiniti neko zlo žrtvi ili njoj bliskim osobama. Naravno da zna da će prijavljivanje značiti početak nevolje za njega.

PITANJE PRIJAVLJIVANJA SEKSUALNOG NASILJA

- ! Seksualno nasilje (seksualno uznemiravanje, seksualno zlostavljanje i seksualno iskorištavanje) podrazumijeva različita kaznena djela koja treba prijaviti kako bi počinitelj ili počinitelji bili zaustavljeni i kažnjeni. Prijaviti nije lako, ali je korak prema okončanju patnje koju žrtva proživljava i početku oporavka i povratka u normalan život.
- ! Ako si doživio/doživjela seksualno nasilje bilo koje vrste, to treba prijaviti policiji ili državnom odvjetniku u mjestu gdje se dogodilo, ili u mjestu gdje živiš ako si osoba do 18 godina.
- ! Policija prikuplja važne informacije i, ako postoji osnova sumnje, dostavlja kaznenu prijavu državnom odvjetniku koji provodi istraživanje ili istragu. Ako istraga utvrdi dovoljno činjenica za podizanje optužbe protiv počinitelja, optužba se dostavlja sudu koji o njoj donosi presudu.

Ako ti je prišao neznamac koji se čini sumnjiv ili ti je prijetio, pa čak ako te i nije ozlijedio, trebao/trebala bi o tome reći nekome, primjerice, kvartovskom policajcu, nastavnicima u školi, roditeljima, prijateljima. Ako vidiš osobu koja se sumnjivo ponaša, također bi trebao/trebala tako postupiti. Mi smo odgovorni brinuti se za sigurnost jedni drugih. Ta osoba možda neće ozlijediti tebe, ali mogla bi ozlijediti nekoga drugog.

Statistike govore da adolescentima prijeti najveća opasnost od osoba koje poznaju, osobito vršnjaka. Tvoja je odgovornost prijaviti one koji ti prijete ili napadaju. To nije znak slabosti već način da zadržiš svoje pravo na sigurnost, koje ti netko ugrožava. To nije uvijek lako jer se možda bojiš reakcija okoline, ili osvete, ili drugi umanjuju važnost ili čak ignoriraju ono što im govoriš. No, ti imaš pravo osjećati se sigurno i oni koji ti to pravo oduzimaju moraju biti zaustavljeni.

AKO SI SVJEDOK/SVJEDOKINJA

Ako si svjedok/svjedokinja seksualnog uznemiravanja ili zlostavljanja neke osobe, tvoja su prava na sigurnost također narušena. Kao svjedok/svjedokinja možeš:

- 👍 PITATI JE LI SVE U REDU I TREBA LI OSOBA KOJA JE U NEVOLJI POMOĆ;
- 👍 REAGIRATI NA POZIV ZA POMOĆ, PRIDRUŽITI SE SVOJOM VIKOM ZA POMOĆ;
- 👍 POZVATI U POMOĆ OSTALE LJUDE;
- 👍 NAZVATI POLICIJU.

! Kad se netko ponaša na seksualno uvredljiv način, oni koji to vide, čuju ili sumnjaju trebaju nešto poduzeti. Nemoj širiti glasine i nemoj se uključivati u odbacivanje te osobe ili u neprikladne šale ili ponašanja prema njoj. Sutra ćeš se možda naći u sličnoj situaciji i trebat ćeš pomoć drugih!

**SVI SMO MI DIO
ZAJEDNICE. KAD
REAGIRAMO U KORIST
NEKOGA KOGA SE
UZNEMIRAVA ILI
NAPADA, ŠTITIMO NE
SAMO NJEGOVA PRAVA
NA SIGURNOST VEĆ I
SVOJA.**

Policija	Hitni broj	192
	SOS telefon	0800 7799
Poliklinika za zaštitu djece grada Zagreba	telefon adresa	01 34 575 18 Đorđićeva 26, 10000 Zagreb
Zavod za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar" Savjetovalište za mlade	telefon e-mail adresa	01 46 96 281 savjet-mladi@stampar.hr Mirogojska cesta 16, 10000 Zagreb
Državno odvjetništvo Republike Hrvatske	telefon	01 4591 888
Županijsko državno odvjetništvo u Zagrebu	telefon	01 6003 166
Županijsko državno odvjetništvo u Osijeku	telefon	031 201 266, 031 201 271
Županijsko državno odvjetništvo u Rijeci	telefon	051 325 888
Županijsko državno odvjetništvo u Splitu	telefon	021 387 635
Hrabri telefon	za djecu za roditelje e-mail:	116 111 0800 0800 savjet@hrabritelefon.hr
Centar za žene žrtve rata - ROSA	telefon e-mail adresa web adresa	01 4551 128 cenzena@zamir.net Kralja Držišlava 2, 10000 Zagreb http://www.czzr.hr/kontakt.php
Ženska pomoć sada - Zagreb SOS telefon za žene i djecu, smještaj i pravna pomoć	telefon SOS telefon e-mail web adresa	01 4655 222 0800 655 222 zenskapomocsada@gmail.com http://zenskapomocsada.hr/
Centar za nestalu i zlostavljaju djecu, Osijek	telefon e-mail	031 272 943 tomislav@cnzd.org
Društvo za psihološku pomoć "Sunce", Osijek	telefon e-mail	031 368 888 sunce@os.t-com.hr
SOS Telefon - Grad Rijeka, Udruga za pomoć žrtvama nasilja	telefon e-mail	051 211 888 info@sos-telefon.hr
Savjetovalište "Tić" - Dječji dom "Tić", Rijeka	telefon e-mail adresa	051 215 670 tic@tic-za-djecu.hr Beli Kamik 11, 51000 Rijeka

U SLUČAJU SEKSUALNOG NAPADA MOŽEŠ SE OBRATITI I SVOJEM OBITELJSKOM LIJEČNIKU/LIJEČNICI, GINEKOLOGU/GINEKOLOGINJI ILI SE JAVITI U NAJBЛИŽU BOLNICU.