

- ▲ Búrajte a odstraňujte mýty a predsudky spojené s násilím.
- ▲ Žarty o násilí páchanom na ženách nie sú smiešne. Pomáhajú udržiavať násilie. Ozvite sa proti takémuto miestnemu žartovaniu.

**Ak viete o tom, že vo vašom susedstve dochádza k násiliu, zavolajte políciu – číslo 158 alebo 112. Môžete to tiež oznámiť (aj anonymne) na prokuratúru alebo na súd.**

### AK STE MUŽOM, KTORÝ TÝRA SVOJU PARTNERKU

- ▲ Za násilie ste zodpovedný jedine vy sám. Vaša partnerka na ňom nemá žiadnu vinu.
- ▲ Pre násilie neexistuje žiaden dôvod a nič ho nemôže ospravedlniť.
- ▲ Násilie nemožno vyprovokovať.
- ▲ Prevezmite plnú zodpovednosť za svoje násilnícke správanie.
- ▲ Násilie nie je náhodné „pošmyknutie“ ani vystupňovaná hádka, násilie je zneužitie prevahy moci a sily.
- ▲ Ak máte problém s alkoholom alebo drogami, vyhľadajte odbornú pomoc.
- ▲ Násilie je trestný čin. Nemôžete sa ospravedlniť tým, že ste „nepríčetný“, vaše správanie je trestné.

### ČO MÔŽE POLÍCIA

Proti násiliu, ktoré páchajú na ženách ich partneri, môže najúčinnjšie zasiahnuť polícia, ktorá je povinná reagovať na každé núdzové volanie o pomoc na linku 158 (resp. 112).

Polícia môže vstúpiť do bytu, ak sú ohrozené životy a zdravie, hrozí závažná škoda a vec neznesie odklad. Súhlas násilníka so vstupom do bytu, ktorý vlastní či inak užíva, nie je potrebný.

Polícia môže zaistiť osobu, ktorá svojím konaním bezprostredne ohrozuje život, zdravie alebo majetok (spočiatku aspoň na 24 hodín) a navrhnúť ďalšie opatrenia.

### AK VY SAMA PREŽÍVATE NÁSILIE

- ▲ Pamätajte na to, že to nie je vaša vina.
- ▲ Prelomte mlčanie, povedzte to niekomu.
- ▲ Máte právo na život bez násilia, v bezpečí a pokoji. Neospravedlňujte svojho násilníckeho partnera.
- ▲ Násilie neprestane samo, nečakajte, až to bude ešte horšie.
- ▲ Existujú ľudia, ktorí vám pomôžu a podporia vaše rozhodnutie zmeniť svoj život.

### ADRESY, KDE NÁJDETE POMOC



#### PRO FAMILIA

Krízové centrum a poradňa pre ženy  
Ženský dom DAKINI  
P. O. BOX 59, 066 01 Humenné  
Tel./fax: 057/775 77 73, 0903 325 506  
E-mail: profamiliahe@nextra.sk, www.profamilia.sk



#### ALIANCIA ŽIEN SLOVENSKA

Non stop linka 0903 519 550  
www.alianciazien.sk



#### FENESTRA

Objednávanie klientok a informácie o službách:  
055/62 562 37, 0905 204 414 (v pracovných dňoch  
9.00 – 16.00)



Viac kontaktov na organizácie a zariadenia nájdete na [www.zastavmenasilie.sk](http://www.zastavmenasilie.sk)



O pomoc môžete požiadať aj Úrad práce a sociálnych vecí vo vašom najbližšom okolí:

Spracovali Eva Sopková (Pro Familia), Katarína Farkašová (Aliancia žien Slovenska) a ASPEKT.  
Vydalo Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny v roku 2007 v rámci Národnej kampane SR „Zastavme domáce násilie na ženách!“, iniciovanej Radou Európy.

**Násilie páchané na ženách je demonštráciou historicky asymetricky rozdelenej moci medzi mužmi a ženami, ktorá viedla k nadvláde mužov nad ženami a k diskriminácii žien a ktorá bráni ženám naplno rozvíjať svoje schopnosti; násilie na ženách je jedným z rozhodujúcich spoločenských mechanizmov, ktorými sú ženy zatlačované do podriadenej pozície voči mužom.**

(Deklarácia OSN o odstránení násilia páchaného na ženách, 1993)

NÁRODNÁ KAMPAŇ SLOVENSKEJ REPUBLIKY  
ZASTAVME DOMÁCE NÁSILIE NA ŽENÁCH!

**KONAŤ  
PROTI  
NÁSILIU  
NA  
ŽENÁCH**

Násilie páchané na ženách je každý rodovo podmienený násilný čin, ktorý vedie alebo by mohol viesť k fyzickej, sexuálnej alebo duševnej ujme alebo utrpeniu žien, vrátane vyhrážania sa takýmito činmi, zastrasovania alebo úmyselného obmedzovania slobody vo verejnom či súkromnom živote.

(Deklarácia OSN o odstránení násilia páchaného na ženách, 1993)

## ČO JE NÁSILIE

Násilím je každá forma ubližovania, prejavy nadvlády, vyhrážania sa, zneužívania moci, fyzického, psychického a sexuálneho nátlaku.

Násilie nie je konflikt (ako napríklad hádka). V konflikte sa stretnú rovnocenné strany, kým násilie znamená, že jedna strana zneužíva svoju prevahu moci.

Podľa údajov polície až 70 % násilných trestných činov, v ktorých bola obeťou žena, bolo spáchaných v domácnosti.

**Domáce násilie sa vyskytuje omnoho častejšie než násilie páchané na verejnosti.**

Domáce násilie nie je jednorazový čin, opakuje sa, dlhodobo pretrváva a jeho intenzita sa časom stupňuje.

Podľa výskumov a štatistík zažíva každá piata až štvrtá žena násilie v párovom vzťahu zo strany muža.

V súvislosti s násilím panuje veľa nesprávnych, ale pevne zakorenených predstáv, napríklad, že násilie je dôsledkom chudoby, nezamestnanosti, zneužívania alkoholu či duševnej choroby. Násilie nepozná hranice, vyskytuje sa vo všetkých politických, ekonomických, kultúrnych, náboženských a sociálnych vrstvách a skupinách.

Právymi dôvodmi násilia páchaného na ženách sú tolerovanie násilia spoločnosťou, výchova v duchu stereotypnej „mužnosti“, historicky vytvorená sociálna, politická a ekonomická rodová nerovnosť a závislosť žien od mužov, náboženské a kultúrne tradície, ktoré priamo a nepriamo určujú mužom právo pokladať ženu (a deti) za svoj majetok a rozhodovať o nich, ako aj všeobecná neinformovanosť o ľudských právach a mýty o súkromnom živote.

## FORMY NÁSILIA PÁCHANÉHO NA ŽENÁCH V PÁROVÝCH VZŤAHOCH

**Fyzické násilie** zahŕňa formy brutálneho zaobchádzania od sácania, kopania, bitia, ťahania za vlasy, popálenia až po vraždu. Veľmi často sa s telesným násilím spája ničenie majetku a ubližovanie domácim zvieratám.

**Obťažovanie a teror** vo forme sústavných telefonátov, výhražných listov, špehovania a prenasledovania na pracovisku a doma, ako aj slovných vyhrážok sú často používaným prostriedkom na kontrolu ženy. **Vyhrážanie sa** násilím je jedným z najsilnejších nástrojov nátlaku.

**Psychické a emocionálne násilie** zahŕňa citové a slovné týranie a znamená ničenie sebaúcty ženy, narušenie jej sebadôvery a psychického zdravia, vyvolávanie pocitov

viny, neprestajnú kritiku, zosmiešňovanie na verejnosti, ignorovanie, spochybňovanie.

**Psychické násilie sprevádza všetky ostatné formy násilia páchaného na ženách.**

**Sociálne násilie** je také správanie, ktorého cieľom je ženu izolovať: muž bráni žene v styku s rodinou alebo priateľkami a priateľmi, zamyká ju v byte, zablokuje telefón a pod. Zvlášť zničujúce je izolovanie ženy od detí a narušenie ich vzťahu k nej.

**Ekonomické násilie** znamená zneužívanie moci pri disponovaní finančnými prostriedkami. Muž napríklad dáva na živobytie malé alebo žiadne finančné prostriedky, ale pritom kontroluje príjmy ženy. Bráni jej používať auto, zamestnať sa, mať vlastný príjem.

**Sexualizované násilie** zahŕňa všetky sexuálne aktivity, ktoré sú žene nanútené a s ktorými žena nesúhlasí.

K stratégii uplatňovania kontroly patria aj prostriedky, ktoré sa na prvý pohľad nepovažujú za súčasť násilia: **ubezpečovanie o láske po týraní, „udobrovanie“ prostredníctvom sexuality, apely na morálne svedomie ženy a jej materský cit, vyhrážanie sa samovraždou, príležitostné pozornosti** atď. Tieto stratégie bránia ženám, aby si uvedomili vážnosť násilia a jeho následky a aby vzťah ukončili.

**Násilím je každé správanie muža, ktorého cieľom je uplatňovanie moci alebo kontroly nad ženou a deťmi.**

## PRÁVNA SITUÁCIA

Násilie voči blízkym a zvereným ľuďom sa po zmenách legislatívy, ktoré v roku 2002 pripravili a iniciovali mimovládne organizácie spojené v Iniciatíve 5. žena, trestá prísnejšie ako násilie voči cudzej osobe. Dôvodom je skutočnosť, že dôsledky takéhoto násilia zanechávajú vážnejšie a hlbšie následky na ženách a deťoch práve preto, že prichádza od blízkych ľudí.

**Násilie páchané mužmi na partnerkách a bývalých partnerkách je trestný čin.**

## NÁSILIE PÁCHANÉ NA ŽENÁCH A DEŤOCH V RODINE SA TÝKA NÁS VŠETKÝCH

Spoločnosť nesmie tolerovať násilie, pretože násilie môže zasiahnuť každého človeka, a týka sa teda všetkých.

Je dôležité, aby sme prevzali zodpovednosť za to, že sa budeme informovať a že budeme informovať aj iných ľudí o podstate tohto problému, o existujúcich možnostiach pomoci pre obeť násilia a o možnostiach zásahov voči jeho páchatelom. Súčasťou široko vnímanej prevencie je aj uplatňovanie rovnoprávneho postavenia žien a mužov na verejnosti i v súkromí.

**Prvým krokom je prelomiť mlčanie o tomto probléme.**

## ČO MÔŽETE UROBIŤ

- ▲ Snažte sa čo najviac dozvedieť o probléme násilia v rodine a o možnostiach pomoci pre jeho obeť.
- ▲ Povzbudzujte ženu postihnutú násilím, aby o násilí hovorila.
- ▲ Počúvajte ju, ak hovorí, že jej partner ubližuje, verte jej a neobviňujte ju.
- ▲ Presvedčte ju, že nenesie žiadnu vinu na násilí a že je jednou z mnohých žien, ktorým ich partner ubližuje.
- ▲ Povedzte jej, čo viete o podstate násilia v rodine.
- ▲ Povedzte jej, že je nebezpečné ignorovať násilie a že násilie sa časom stupňuje, že za násilie je zodpovedný výlučne jeho páchatel. Násilie nemožno ničím vyprovokovať a ničím ospravedlniť.
- ▲ Hovorte s ňou o rôznych možnostiach, ako zmeniť jej situáciu, aj o dôsledkoch týchto zmien.
- ▲ Pomôžte jej, aby sa rozhodla, ale nenúťte ju k tomu. Podporujte ju - nech sa rozhodne akokoľvek.
- ▲ Povedzte jej, že nikto nemôže sám zvládnuť problém násilia (to platí aj pre vás). Pomôžte jej vyhľadať ďalšie dorehodné osoby a pracovníčky z pomáhajúcich profesií, ktoré jej môžu pomôcť.
- ▲ Potvrďte jej, že jej myšlienky, pocity a správanie sú pochopiteľné a normálne.
- ▲ Sprevádzajte ju, ak potrebuje oporu, napr. na úradoch a inštitúciách.
- ▲ Pomôžte jej v starostlivosti o deti a zvládání vecí každodenného života.
- ▲ Pomôžte jej pripraviť „krízový plán“, resp. „únikový plán“, pomôžte jej nájsť bezpečné miesto, kam sa môže v prípade potreby s deťmi uchýliť.
- ▲ Nekonfrontujte sa s jej násilníckym partnerom.
- ▲ Povedzte jej, aby odmietla snahy pracovníkov a pracovníčok pomáhajúcich profesií o vyjednávanie s násilníckym partnerom a o konfrontáciu s ním. O násilí sa nevyjednáva, násilie sa musí skončiť.
- ▲ Nesprávajte sa ľahostajne, lebo vaša ľahostajnosť umožňuje iným páchať násilie. Konajte proti násiliu.