

# Nezakrývajte si oči pred násilím



**„Môj manžel pravidelne v byte premiestňuje nábytok, čo mi výrazne sťažuje orientáciu. Neustále narážam do rôznych kusov nábytku a na nohách už mám rôzne modriny.“**


(M. 56 rokov)

**„V štrnástich ma znásilnil taxikár. Počkal si ma pred školou a tváril sa, že ho rodičia poverili, aby ma zaviezol domov. Nakoniec ma vyhodil z auta a nechal ma, ani neviem kde a odišiel preč aj s mojou bielou palicou.“**

(A. 21 rokov)

**„Môj asistent ma nedostatočne informuje o presnom užívaní liekov, v dôsledku čoho si dávam nesprávne dávky a je mi často zle.“**

(P. 46 rokov)



**Tento krátky informačný materiál ponúka základné informácie o tom, čo sa považuje za násilné konanie a ako sa dá voči nemu brániť. Pokiaľ si myslíte, že vás sa nič z toho, o čom tu píšeme, netýka, aspoň o tejto problematike hovorte s inými – nikdy totiž neviete, komu tým priamo alebo nepriamo pomôžete.**



**Vedeli ste, že násilie je prejavom zneužitia moci?**

Ľudia s poškodením zraku sa môžu stať obeťou ešte ľahšie ako iní. V dôsledku fyzického znevýhodnenia môže totiž dochádzať k istej mocenskej nerovnováhe vo vzťahu k iným osobám, čo môžu násilníci zneužiť. Okrem toho, že sú do istej miery závislí od pomoci druhých, poškodenie zraku obmedzuje i možnosti fyzického úniku pred rôznymi prejavmi násilného správania.

**Vždy máte plné právo na bezpečie a právnu ochranu!**



## Čo všetko je násilie?

### Medzi najčastejšie formy násilia a zneužívania patrí:

- **fyzické ubližovanie** – bitie, kopanie, pálenie, zanedbávanie;
- **sexuálne zneužívanie** – obťažovanie, neželaný telesný kontakt;
- **psychické týranie** – vydieranie, ponižovanie, obviňovanie;
- **emocionálne týranie** – šikanovanie, obmedzovanie spoločenských kontaktov;
- **ekonomické násilie** – odopieranie peňazí, zvyšovanie závislosti od agresora.

Násilie alebo zneužívanie sa môže odohrávať na rôznych miestach a v rôznych situáciách, pričom často ide i o kombináciu jeho foriem. Okrem školy, pracoviska či verejných priestorov sa s násilným správaním často stretávame napríklad aj na internete, no najčastejšie k násiliu dochádza v domácnosti, teda v súkromí.

Osobou, ktorá ubližuje (tzv. agresorom), najčastejšie býva osoba z blízkeho okolia – manžel, príbuzný alebo asistent, teda niekto z ľudí, s ktorými trávite najviac času vo svojom súkromí.

Výskumy aj prax ukázali, že až 90 % násilia v domácnosti zažívajú ženy zo strany svojich partnerov. Niektoré ženy si ani nepripúšťajú to, že sú týrané. Pokiaľ sa domnievate, že niektorá z vašich známych či kolegyň zažíva nejakú formu domáceho násilia, skúste jej v rámci neformálneho rozhovoru položiť napríklad nasledovné otázky:

- Udrel ťa niekto v poslednom roku, dal ti facku, kopal ťa alebo inak fyzicky zranil?
- Nútil ťa niekto v poslednom roku k sexuálnemu styku alebo iným sexuálnym aktivitám, ktoré si si neželala?
- Bojíš sa svojho partnera alebo niektorej z osôb, ktoré si uviedla pri predchádzajúcich otázkach?
- Zažila si nejaký druh násilia počas tehotenstva?
- Kde sa nachádza osoba, ktorá ťa týrala a ublížila ti? Ako sa volá?

Keďže pre osobu zažívajúcu násilie môže byť skutočne veľmi náročné rozprávať o svojich nepríjemných zážitkoch a skúsenostiach, je dôležité preukazovať dostatočnú mieru trpezlivosti a ľudskej podpory. Na rozhovory o téme násilia a zneužívania môžete využiť aj spoločné stretnutia počas rôznych kultúrnych či športových aktivít.

Rovnako ako násilie na verejnosti je aj násilie v súkromí trestným činom. Jednotlivé formy domáceho násilia sa najčastejšie kvalifikujú podľa § 208 Trestného zákonníka ako trestný čin týrania blízkej a zverenej osoby. Za takúto osobu zákon považuje nielen priamu rodinu, ale aj ostatných príbuzných a osoby, ktoré žijú alebo žili s páchatelom v spoločnej domácnosti. Na stíhanie páchatel'a sa nevyžaduje súhlas obete, pretože by ho mohla odoprieť z obavy pred ďalším násilím. Zákon umožňuje, aby bol v závažných prípadoch páchatel' dočasne vykázaný z bytu alebo z domu, kde sa dopúšť'al násilia, ako aj to, aby bol vydaný zákaz približovať sa k obeti.

**Okrem vyššie uvedených foriem násilia sa zvlášť vo vzťahu k ľuďom s ťažkým zrakovým postihnutím vyskytujú aj špecifické formy násilného správania:**

- svojvoľná zmena rozmiestnenia predmetov a nábytku, čo vedie k ťažkostiam pri orientácii v domácom (dovtedy bezpečnom) prostredí;
- nepodávanie liekov alebo, naopak, ich predávkovanie, čo môže následne spôsobiť rôzne nežiaduce stavy (napríklad pri cukrovke alebo iných chronických ochoreniach);

- zámerné zamedzovanie prístupu k informáciám prostredníctvom odmietania pomôcok alebo kurzov sociálnej rehabilitácie, t. j. výcviku práce s počítačom či inými pomôckami;
- odmietanie alebo, naopak, zneužívanie rôznych finančných príspevkov od štátu na kompenzáciu výdavkov, ktoré vznikajú z dôvodu zrakového postihnutia.

**Ak zažívate domáce násilie alebo ak ho zažíva niekto z vášho okolia, určite vyhľadajte pomoc!**

- Pamätajte, že to v žiadnom prípade nie je vaša vina.
- Prelomte mlčanie, povedzte o tom niekomu.
- Máte právo na život bez násilia, v bezpečí a pokoji.
- Nikto nie je za žiadnych okolností oprávnený „trestať“ vás.
- Neospravedlňujte svojho násilníckeho partnera, rodinného príslušníka, asistenta, opatrovateľa či známeho.
- Násilie neprestane samo od seba, nečakajte, až to bude ešte horšie.
- Násilie je trestný čin, ktorý v žiadnom prípade nie je ospravedlniteľný.
- Sú tu ľudia, ktorí vám pomôžu a podporia vaše rozhodnutie zmeniť svoj život.

## Kde môžete získať pomoc?

Volajte na nonstop telefónnu linku

**0903 519 550**

Túto linku prevádzkuje mimovládna organizácia Aliancia žien Slovenska, ktorá sa už dvadsať rokov svojou prácou zasadzuje proti násiliu, najmä proti násiliu na ženách. Poskytuje krízové sociálno-právne poradenstvo (nonstop linka), psychologickú a právnu pomoc.

Zaoberá sa legislatívnymi aspektmi násilia páchaného na ženách, spolupracuje na zmenách zákonov. Venuje sa monitorovaniu implementácie medzinárodných dokumentov týkajúcich sa práv a postavenia žien, ako aj ich šíreniu. O problematike násilia vzdeláva na Právnickej fakulte Trnavskej univerzity, na stredných školách po celom Slovensku a na rôznych inštitúciách a úradoch. Publikuje a vedie mediálne kampane.

Aliancia žien Slovenska

E-mail: [alianciazien@alianciazien.sk](mailto:alianciazien@alianciazien.sk)

[www.alianciazien.sk](http://www.alianciazien.sk)

## Na koho sa ešte môžete obrátiť?

Ak si neviete dať rady, môžete sa obrátiť aj na príslušné krajské stredisko Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska, ktoré vám v spolupráci s Alianciou žien Slovenska poskytne podporu, radu a pomoc. Na krajských strediskách ÚNSS vám poskytnú informácie aj o rôznych kurzoch sociálnej rehabilitácie, ktoré vám pomôžu zvýšiť sebavedomie a vlastnú nezávislosť. Môžete sa zdokonaľiť napríklad v oblasti priestorovej orientácie, vykonávania každodenných činností, komunikácie a sebaobhajoby či v oblasti práce s informačnou technikou.

### Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska je občianske združenie, charitatívna a humanitárna organizácia, ktorá združuje nevidiacich a slabozrakých občanov a občianky, ich priaznivcov, priateľov a rodičov nevidiacich a slabozrakých detí. Svoje služby, sociálne poradenstvo a sociálnu rehabilitáciu, poskytuje bezplatne prostredníctvom krajských stredísk všetkým ľuďom, ktorí o ne prejavia záujem.

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska  
Sekulská 1, 842 50 Bratislava (Karlova Ves)

Tel.: 02/69 20 34 20

E-mail: [unss@unss.sk](mailto:unss@unss.sk)

[www.unss.sk](http://www.unss.sk)



**Supported by a grant from Norway.  
Co-financed by the State Budget of the Slovak  
Republic.**

**Projekt je financovaný z grantu Nórskeho kráľovstva  
prostredníctvom Nórskeho finančného mechanizmu.  
Spolufinancované zo štátneho rozpočtu Slovenskej  
republiky.**

**<http://eeagrants.org/>**

Materiál vznikol v rámci projektu **Poradenské  
služby pre obe domáceho násillia s dôrazom na  
deti, mladých dospelých, znevýhodnené skupiny  
a prevenciu**. Projekt bol podporený sumou 74 580 eur.

**Na materiáli spolupracovali:** Jana Cviková,  
Katarína Farkašová a Tímea Hóková.

A home must be a safe place for everybody.  
Domov musí byť bezpečné miesto pre všetkých.



Únia nevidiacich  
a slabozrakých Slovenska