Aby deti boli viac v bezpečí

Základné odborné informácie
o sexuálnom zneužívaní detí
a prevencii pre rodičov a dospelých

Alžbeta Kadlečíková
Slávka Karkošková

Obsah

Úvod 4

Čo potrebujeme vedieť o sexuálnom zneužívaní? 5

Čo je sexuálne zneužívanie detí? 6

Kto sú obete CSA? 8

Čo odlišuje sexuálne zneužívajúce skutky od nezneužívajúcich? 9

Kto sú páchatelia CSA? 10

Čo si všímať vo svojom okolí, čo je podozrivé? 12

Grooming 12

Čo môžeme robiť aby sme znižovali riziko? 15

Budovanie bezpečného vzťahu medzi rodičom a dieťaťom 16

Základné pojmy už od útleho veku 16

Komunikácia o sexualite, telesnej integrite, intimite 21

Bezpečnosť na internete 22

Dieťa je mimo moju kontrolu a dosah - ako znižovať riziko? 25

Vzdelávanie dospelých okolo nás 26

Odborná pomoc pre páchateľov CSA 27

Čo ak dieťa zažilo sexuálne zneužívanie? 29

Ako správne reagovať? 33

Vyhľadanie odbornej pomoci 36

Oznamovacia povinnosť 37

Záver 39

Poďakovanie 41

Zdroje 42

Úvod

Sexuálne zneužívanie detí je témou veľmi citlivou, zároveň tabuizovanou. Všetkých nás zasiahne, keď počujeme pribeh s touto tematikou. Často máme pocit, že sa nás táto téma netýka, že sa tieto činy dejú niekde ďaleko, určite nie v našom okolí, deťom, ktoré poznáme. Výskumné dáta však hovoria niečo iné. Jedno zo štyroch dievčat a jeden zo šiestich chlapcov zažije počas detstva určitú formu sexuálneho zneužívania.[1] Síce riziko, že sa to stane nejakému dieťaťu v našom okolí, nevieme úplne odstrániť, no dostatočnou informovanosťou a preventívnymi krokmi vieme toto riziko výrazne znížiť. Preto vám ďakujeme, že ste otvorili túto krátku brožúrku. Chceme vám v nej priniesť odborné, stručné a zrozumiteľné informácie, ktoré sú dôležité pre to, aby sa:

- znižovalo riziko sexuálneho zneužívania detí,
- čím skôr odhalilo sexuálne zneužívanie detí, ak už k nemu dochádza,
- obetiam dostalo potrebnej pomoci pri zotavovaní sa z prežitej traumy.

Uvedomujeme si, že to nebude najľahšie čítanie. Je však veľmi dôležité, aby čo najviac dospelých bolo ohľadom tejto témy dostatočne informovanými, vnímavými, obozretnými a podnikali preventívne opatrenia. Čím viac nás takýchto dospelých v spoločnosti bude, tým bezpečnejšie prostredie pre naše deti vieme spoločne vytvárať. Či už v rodine, práci, v komunite, vo vzdelávacích inštitúciách, v zdravotníctve, všade, kde sa nachádzame.

Ďakujeme vám, že spolu môžeme znižovať riziko sexuálneho zneužívania detí a budovať bezpečnejšie prostredie, ktoré si všetky deti zaslúžia!

Čo potrebujeme vedieť o sexuálnom zneužívaní?

Základné informácie

Čo je sexuálne zneužívanie detí?

Pod pojmom sexuálne zneuživanie detí (ďalej len CSA, z angl. Child Sexual Abuse) všeobecne rozumieme nepatričné vystavenie dieťaťa sexuálnemu kontaktu, činnosti či správaniu.[2] Väčšina ľudí si pod tým predstaví penetratívne (t.j. do tela prenikajúce) formy zneužívania. Existuje však široká škála skutkov, ktoré zahŕňame pod CSA. V odbornej literatúre ich delíme na kontaktné (zahŕňajú fyzický dotyk) a nekontaktné.

Kontaktné sexuálne zneužívanie zahŕňa napríklad:

- Dotýkanie sa (alebo pokus o dotýkanie sa) erotogénnych zón dieťaťa cez alebo pod oblečením
- Orálny sex
- Vaginálna alebo análna penetrácia časťou tela (napr. prst, penis) alebo s predmetom
- Vyzliekanie (alebo pokus o vyzliekanie) dieťaťa v sociálne neprimeraných situáciách
- Láskanie alebo bozkávanie dieťaťa spôsobom, ktorý v ňom vyvoláva citovú nepohodu (distres)
- Kúpanie sa s dieťaťom spôsobom, ktorý mu spôsobuje distres
- Nútenie dieťaťa dotýkať sa intímnych oblastí páchateľa
- Pohlavné dráždenie trením genitálií o telo obete (frotérstvo)

Nekontaktné sexuálne zneužívanie zahŕňa napríklad:

- Povzbudzovanie alebo nútenie dieťaťa k masturbácii
- Prinútenie dieťaťa k obnaženiu sa a pózovaniu
- Ukazovanie pornografických materiálov (fotografií, časopisov, videa) dieťaťu
- Obnažovanie intímnych oblastí pred dieťaťom, masturbovanie pred dieťaťom
- Vedomé vystavenie dieťaťa situácii, keď musí byť svedkom sexuálneho styku
- Špehovanie intímnych úkonov dieťaťa (voyeurimus) pri prezliekaní, toalete, kúpaní
- Slovné zneužitie sexuálnej povahy (napríklad vysmievanie sa z vyvíjajúceho sa tela dieťaťa, zvádzavé sexuálne komentáre, nútenie počúvať sexualizované rozprávanie, vtipy)[3, 4]

Mnohé formy CSA sú trestným činom.

Žiadnu z foriem CSA netreba podceňovať. Aj zdanlivo menej závažné formy CSA totiž môžu mať závažné následky, najmä ak sa vyskytujú opakovane a po dlhšiu dobu.

Kto sú obete CSA?

CSA sa môže vyskytovať u detí, ktoré pochádzajú z akýchkoľvek sociálno-ekonomických vrstiev, sú akejkoľvek rasy alebo etnickej skupiny, či vierovyznania.

Obeťami CSA sa môžu stať dievčatá i chlapci, hoci dievčatá sú ohrozené vo zvýšenej miere.[5]

Obeťami CSA sa môžu stať deti akéhokoľvek veku, od dojčiat až po tínedžerov.

Je dôležité si uvedomiť, že podľa našich zákonov aj podľa Dohovoru o právach dieťaťa je osoba dieťaťom až do dovŕšenia 18-teho roku veku. Po celé obdobie neplnoletosti má nárok na zvýšenú mieru ochrany. V tomto období deti ešte nie sú nezávislé od dospelých a ani vývin ich mozgu ešte nie je ukončený.
Ešte nedokážu primerane zvážiť dôsledky svojich rozhodnutí a odolávať rôznym lákadlám či tlakom. Ich nezrelosť ich robí zranitelnejšími voči rôznym manipuláciám zo strany páchateľov CSA. Nemôžeme preto od neplnoletých očakávať, že sa pred zneužívaním ochránia a svoje práva si postrážia sami.

Sexuálny styk s dieťaťom mladším ako 15 rokov je (v zmysle platnej slovenskej legislatívy) vždy protiprávny.
Deti mladšie ako 15 rokov nie sú spôsobilé adekvátne porozumieť povahe a významu sexuálnej aktivity. Aj po dovŕšení 15. roku veku sa však dieťa môže stať obeťou CSA, teda môže byť zatiahnuté do sexuálnej aktivity bez toho, aby k nej dalo skutočný súhlas.
Aby bol súhlas platný, musí byť udelený slobodne a dobrovolne.
Ak bol "súhlas" získaný pod akýmkoľvek nátlakom, potom to nie je to slobodný a dobrovolný súhlas. Napr. ak páchateľ na obeť vyvíjal fyzický nátlak, alebo ju citovo vydieral, oklamal ju, alebo ju všemožne presviedčal, ‚namotával“, balamutil, manipuloval, alebo ju podplácal či finančne vydieral, alebo sa jej čímkoľvek vyhrážal, zastrašoval ju alebo zneužíval svoju pozíciu autority. Ak sa za takýchto okolností obeť podvolila, neznamená to, že súhlasila.[6, 7]

Čo odlišuje sexuálne zneužívajúce skutky od nezneužívajúcich?

Možno vymedziť štyri faktory, ktoré odlišujú zneužívajúce sexuálne akty od nezneužívajúcich:

- **Rozdiel moci:** Páchateľ ovláda obeť prostredníctvom rôznych zdrojov a nástrojov moci (prirodzená autorita, manipulácia, fyzická prevaha atď.).
- **Rozdiel poznania:** Páchateľ má dokonalejšie porozumenie významu a následkov sexuálneho stretnutia, čo zahŕňa, že páchateľ je starší, vývinovo vyspelejší alebo inteligentnejší ako obeť.
- **Rozdiel uspokojenia:** Primárnym cieľom páchateľa je zvyčajne sexuálne uspokojiť seba samého, alebo dosiahnuť iný zisk (napr. finančný).
- **Potreba utajovania:** Páchateľ sa dôkladným utajovaním svojho konania chráni pred odhalením a jeho následkami. To, že obeť často dlho uchováva tajomstvo, je následkom traumy, nie jej slobodnou voľbou.

V spoločnosti sa ešte stále stretávame s tvrdeniami, že obeť má určitý podiel viny na tom, čo sa stalo, pretože dotyčného zvádzala, provokovala a nebránila sa.
V skutočnosti vina a zodpovednosť za sexuálne zneužívanie nikdy neprislúcha dieťaťu, ale páchateľovi, a to v plnej miere.[8]

Kto sú páchatelia CSA? [9-16]

Páchateľom môže byť ktokoľvek. Aj niekto, kto sa nachádza v našom okolí, a kto pôsobí navonok dôveryhodným dojmom. Môže to byť človek, ktorý má mnoho dobrých vlastností a stihol urobiť mnoho dobrého. Popri tom však môže mať tienistú stránku, ktorú nevidíme, alebo prehliadame.

Aby sme boli lepšie pripravení vysporiadať sa so zlom CSA, je potrebné opustiť mylné predstavy o páchateľoch. Napr. že sú to na prvý pohľad divné a nedôveryhodné osoby, úlisní jedinci či nebezpeční cudzí ľudia, ktorí v temnej uličke číhajú na obete.

V skutočnosti môžu páchatelia CSA navonok pôsobiť ako bezúhonní občania. Môžu byť rôzneho veku, socioekonomického statusu, vierovyznania, i pohlavia. Môžu byť z rôznych prostredí. Môže to byť niekto, koho obeť stretáva v kruhoch svojich blízkych či vzdialenejších príbuzných. Môže to byť aj niekto, kto má prístup k obeti cez svoje zamestnanie alebo dobrovoľnícku činnosť. Môže to byť niekto, kto je vaším príbuzným, kolegom či kolegyňou, aj niekto, kto je verejne známy, kto vzbudzuje u ľudí sympatie, obdiv, rešpekt, niekto, kto je uznávanou autoritou.

Výskumné zistenia ukazujú, že:

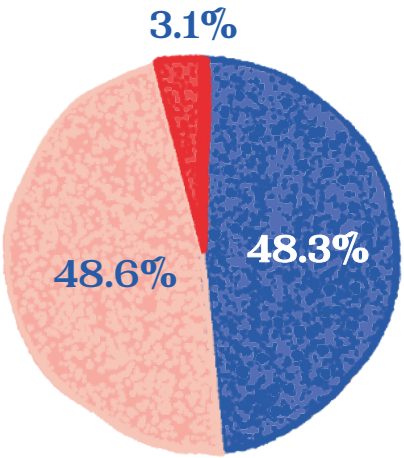
1. Páchateľom CSA je väčšinou osoba, ktorú dieťa a rodina pozná (napr. jeden z rodičov, nevlastný rodič, starší súrodenec, starý rodič, strýko, rodinný priateľ, učiteľ, sused, tréner).

2. Väčšinu pachatelov tvoria muži, ženy sú páchateľkami v približne 12% pripadov CSA.

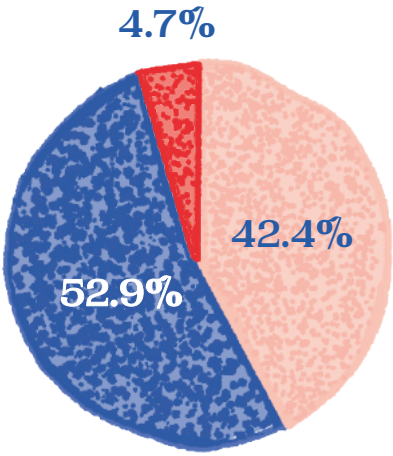
3. Približne v tretine prípadov CSA je páchateľom neplnoletá osoba (môže to byť napr. súrodenec, starší žiak, bratanec, prípadne osoba, s ktorou obeť randí).

4. Iba približne polovica páchateľov CSA pociťuje sexuálnu príťažlivosť voči deťom. Ostatní konajú z odlišných pohnútok. [17, 18]

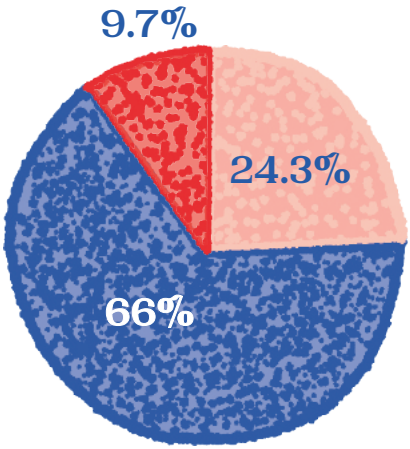
Vzťahy medzi detskou obeťou a páchateľom



Deti vo veku 0-5



Deti vo veku 6-11



Deti vo veku 12-17

Rodinný príslušník

Známy

Cudzí

Čo si všímať vo svojom okolí, čo je podozrivé? [19]

Aby sa mohlo CSA udiať, páchateľ potrebuje dve veci:

1. Prístup k dieťaťu
2. Čas osamote s dieťaťom

Za týmto účelom páchatelia často používajú rozmanité formy groomingu, ktoré zvyšujú pravdepodobnosť, aby k CSA došlo, a aby následne nevyšlo najavo.

Grooming

Ide o akési vábenie, namotávanie, získavanie si dôvery druhého za účelom neskoršieho zneužitia tejto dôvery. Tento proces môže trvať celé týždne, mesiace alebo dokonca roky. Začína správaním, ktoré sa možno ani nezdá byť nevhodné. Môže zahŕňať:

- Budovanie priateľstva s dieťaťom a **získavanie jeho dôvery.** Môže zahŕňať obdarovávanie dieťaťa darmi, budovanie spoločných zaujmov, poskytovanie špeciálnych privilégií, posielanie textových správ alebo e-mailov bez vedomia rodičov. U dieťaťa sa snaži páchateľ navodiť pocit, že je jediný, kto sa zaujíma o jeho prežívanie a chápe ho.
- **Testovanie hraníc** dieťaťa prostredníctvom rozprávania nevhodnych žartíkov, šteklením, občasnými dotykmi, povzbudzovaním k porušovaniu pravidiel (napr. ponúkaním alkoholu, drog).
- Prechod od nesexuálnych dotykov **k „náhodným“ sexuálnym dotykom.** To sa zo začiatku zvyčajne deje počas hry, športu, alebo inej “normálnej” činnosti, takže dieťa to nemusí ani identifikovať ako účelové, nevhodné dotýkanie sa. Páchateľ postupuje pomaly, aby si dieťa postupne privykalo na dotyk.
- **Manipulácia dieťaťa, aby o tom nikomu nepovedalo,** aby udržalo tajomstvo. Páchateľ sa môže dieťaťu vyhrážať, zvaľovať na neho vinu, strašiť ho. Niekedy zneužívateľ používa úplatok, vyhrážky, alebo nátlak. Buduje u dieťaťa zmätok, aby sa cítilo zodpovedné za zneužívanie.

Nie sú to len deti a dospievajúci, na ktorých používajú páchatelia grooming. Páchatelia tvrdo pracujú, aby si získali dôveru dospelých prítomných okolo dieťaťa (napr. u rodičov, rodinných príslušníkov a spolupracovníkov).

Tip: Bližšie info o groomingu:

- ***Webstranka*** *https://www.nenamotajsa.sk/*
- ***Kapitola 2.3 v publikácii*** *Sexuálne zneužívanie detí vo svetle výskumných poznatkov. (PDF dostupné online)*
- ***Publikácia*** *Odborné postupy v pedagogickej a poradenskej praxi: Dieťa ako objekt groomingu (prevencia sexuálneho zneužívania v organizáciách). (PDF dostupné online)*

Venujte zvláštnu pozornosť dospelej osobe alebo staršiemu dieťaťu ak:

- sa vám zdá, že sa príliš zaujíma a vytvára príležitosti byť sám s určitým dieťaťom.
- zvýhodňuje a povyšuje jedno dieťa v rodine alebo v skupine detí (napríklad v triede v škole).
- udeľuje špeciálne privilégiá alebo dáva darčeky určitému dieťaťu (napr. peniaze, výlety, špeciálne úlohy).
- sa snaží spriateliť s vašou rodinou a prejavuje väčší záujem o vzťah s dieťaťom ako s dospelými.
- sa hrá s dieťaťom spôsobom, ktorý vám je nepríjemný.
- sa vám zdá taký nadštandardne ústretový, veľkorysý (napr. bezplatné stráženie detí, brávanie detí na výlety), až sa Vám nechce veriť, že by to všetko ponúkal len tak, nezištne.
- zľahčuje akékoľvek obavy, ktoré vyslovíte v súvislosti s tým, akú má interakciu s vaším dieťaťom.
- vytvára príležitosti byť s dieťaťom mimo dosah iných dospelých.

Aj keď toto správanie nemusí nevyhnutne znamenať, že ide o potenciálneho páchateľa, určite treba spozornieť a podniknúť preventívne kroky.

Keď uvažujete o správaní ako o potenciálne nebezpečnom, nápomocné je zodpovedať si nasledovné otázky:

- Zdá sa vám to zvláštne?
- Cítite sa kvôli danému správaniu nepríjemne?
- Zdá sa vám, že sa nevhodné správanie deje u danej osoby stále alebo príliš často?
- Komentoval alebo všimol si to aj niekto iný?

Tip: Ďalšie podrobnejšie informácie o CSA môžete získať:

- *Webstránka „Bez modrín"*
- *Webstránka „Detstvo bez násilia"*
- *Webstránka „Zastavme násilie"*
- *Webstránka „Zneužívanie"*
- *Podcast „Ľudskosť", epizóda 60: O obetiach sexuálneho zneužívania detí medzi nami*

Čo môžeme robiť aby sme znižovali riziko?

Preventívne opatrenia

V tejto kapitole vám predostrieme niekoľko preventívnych krokov, ktoré sú účinné v znižovaní rizika CSA.

Budovanie bezpečného vzťahu medzi rodičom a dieťaťom [20-23]

Práve dobrý vzťah medzi rodičom (alebo inou opatrovateľskou osobou) je významným ochranným faktorom voči CSA. Ak dieťa opakovane zažíva, že za rodičom môže prísť a zdôveriť sa s negatívnymi pocitmi, zlyhaniami a dostane pochopenie a pomoc a nie trest, zvyšuje to pravdepodobnosť toho, že by sa dieťa zdôverilo rodičovi aj v situácii, keď by sa nejaký dospelý pokúšal dieťaťu ublížiť. Ak už aj máte staršie deti, nikdy nie je neskoro zapracovať na vzťahu a budovať nové vzorce správania vo vzťahu, a tým budovať blízkosť a porozumenie.

Základné pojmy už od útleho veku [20-28]

Už od útleho veku je v prevencii CSA dôležité komunikovať s dieťaťom o týchto základných pojmoch. Čím skôr začnete, tým lepšie. [27] Dôležité je tieto informácie dieťaťu opakovať počas celého detstva [28], s veku primeraným vysvetľovaním a detailami.

- *Pomenovanie častí tela*

Učíme dieťa správne názvy všetkých častí tela, vrátane intímnych partií.

- *Hranice tela, súhlas*

Učime dieťa o telesných hraniciach, “bubline” okolo tela: každý človek má okolo tela pomyselnú bublinu, do ktorej môže iný človek vstúpiť až po súhlase (napríklad súhlas s objatím). Učíme dieťa, že ako majú ľudia rešpektovať jeho hranice, tak dieťa má rešpektovať hranice druhých. Ak napríklad dieťa vyjadrí nesúhlas s objatím s nejakým členom rodiny, rešpektujeme to, nenútime ho do objatia.

- *Bezpečná sieť*

Prejdeme si a dieťaťom zoznam piatich dospelých, ktorí vytvárajú pre dieťa takzvanú bezpečnú sieť. Za týmito ľuďmi môže dieťa prísť vždy, keď sa necíti dobre, niekto by mu ubližoval alebo by si nevedelo s niečim poradiť. Odporúča sa,

aby jeden z piatich ľudí bol niekto mimo rodiny - ak by dieťaťu ubližoval niekto z rodinných príslušníkov, je väčšia šanca, že sa zdôverí niekomu mimo rodinného kruhu.

- *Oblasť pod plavkami*

Vysvetľujeme dieťaťu, že oblasť pod plavkami patrí do takzvaných intímnych, citlivých časti tela. Kým je dieťa dieťaťom, nemá sa ho nikto v tejto oblasti dotýkať, okrem najbližších ľudí, ktorí mu pomáhajú s hygienou a základnou starostlivosťou, kým sa to dieťa nenaučí samo, alebo zdravotníkov pri vyšetrení. Nikto by sa nemal ani pozerať na intímne časti tela dieťaťa, alebo dieťa žiadať, aby sa pozrelo alebo dotýkalo intímnych častí niekoho iného.

Poučíme dieťa, že ak by sa ho niekto chcel dotýkať v tejto oblasti, je v poriadku, ak povie rázne "nie" a má to ísť ihneď povedať dospelému z bezpečnej siete. Vysvetlíme mu rozdiel medzi bezpečným, vhodným dotykom (napr.objatie s rodičom po súhlase dieťaťa) a nebezpečným, nevhodným dotykom (napr. dospelý sa dotýka intímnych partií, ale nejde o základnú pomoc s hygienou).

- *Rozoznávanie nebezpečných situácií*

Učíme deti rozoznávať nebezpečné situácie, nezameriavame sa na opis nebezpečnych ľudí. Ako sme už uviedli, dieťaťu ubližuje často práve niekto, koho pozná, niekto, koho dieťa nevie vnímať primárne ako nebezpečného a môže to v ňom vzbudzovať chaos. Preto vysvetľujeme, ako rozoznať nebezpečnú situáciu. Vysvetlíme mu, že keď sme v nebezpečí, naše telo nám to dáva vedieť: začne nám rýchlo biť srdce, môže nám zvierať bruško, cítime sa nepríjemne, začneme sa potiť, máme nepríjemné alebo zmiešané pocity z dotyku druhého človeka a pod. Poučíme dieťa, že o takejto situácii treba vždy povedať dospelému z bezpečnej siete!

- *Rozdiel medzi tajomstvom a prekvapením*

Vysvetlíme dieťaťu, že v rodine nemáme tajomstva, len prekvapenia. Prekvapenie je príjemné a vždy bude vyzradené. Tajomstvá v rodine nemáme, ak by niekto chcel mať s dieťaťom tajomstvo, učíme dieťa, že to má povedať dospelému z bezpečnej siete.

Poznámka:
Deti v najmladšom veku nevedia verbálne vyjadriť súhlas s dotykom, vieme však na základe ich prejavov vyčítať, či je im dotyk príjemný alebo nepríjemný (mrnkajú, odťahujú sa). Na základe toho sa môžeme snažiť ich pochopiť a rešpektovať, ak dotyk odmietajú. Opatrovatelia samozrejme musia v rámci starostlivosti (hygiena, obliekanie, bezpečnosť..) vykonávať činnosti, ktoré zahŕňajú dotýkanie, ktoré dieťa bude odmietať. Opatrovatelia však môžu v týchto situáciách prejaviť rešpekt tým, že dieťaťu pomenúvajú, čo sa ide diať („Musím ťa teraz obliecť, aj keď sa ti to nepáči, vonku je zima."), a vykonávať to čo najviac pokojne.

Nápomocná môže byť skratka PANTS (z ang. nohavičky, slipy) [29]

P **„pod plavkami”**: intímne zóny, ktoré sú pod plavkami, sú privátne, nikto by sa ich nemal dotýkať alebo pozerať na ne

A **„áno pomoci”**: ak sa dieťa cíti smutné, vystrašené, zmätené, zahanbené, alebo sa mu stalo niečo zlé, nech vždy požiada o pomoc dospelého, ktorému dôveruje

N **„nie znamená nie”**: dieťa má právo povedať „nie” na dotyky, „nie” má byť rešpektované

T **„tajomstvo bude vyzradené”**: v rodine nemáme tajomstvá, len prekvapenia

S **„súhlas”**: aby sa niekto mohol dotknúť tela dieťaťa, potrebuje od neho súhlas, „Moje telo patrí len mne.”

*Inšpirované:
Talk PANTS, A simple conversation to help keep your child safe from sexual abuse, NSPCC, 2023

Tip: Zdroje, ktoré sú nápomocné na rozhovory s dieťaťom o témach súhlasu, rešpekte a telesných hraniciach:

- **Kniha** „Povedz mi, čo sú hranice tela, súhlas a rešpekt" - pre deti vo veku 3-9 rokov
- **Kniha** „Moje telo patrí mne" - pre deti vo veku 3-9 rokov
- **Kniha** „Nie znamená nie" - pre deti vo veku 3-9 rokov
- **Kniha** „Láske sa treba učiť" - pre deti vo veku 4-7 rokov a 8-11 rokov
- **Podcast** MAMAGANG: 48. Všetko, čo mám pod plavkami, sú moje intímne zóny a patria mne

Komunikácia o sexualite, telesnej integrite, intimite [30-33]

Deti sa o telá, sex a intimitu zaujímajú od útleho veku. Výskumy ukazujú, že deti, ktorým chýbajú informácie, zvyčajne reagujú prehnanou zvedavosťou. Keď sa všetky dôležité informácie nedozvedia od rodičov, vyhľadávajú ich inde, napríklad na internete, či od rovesníkov a rovesníčok. Rodičia majú veľký vplyv na formovanie postojov detí k intimite a vzťahom.

Rozprávanie o intímnych témach poskytuje príležitosť korigovať nepravdivé informácie, ktoré sa mohli k deťom dostať z rôznych zdrojov, pomáha budovať vzájomnú dôveru a zvyšuje pravdepodobnosť, že sa dieťa rodičom zverí v prípade, že sa mu stane niečo nepríjemné.

Štúdie ukázali, že ak rodičia hovoria so svojimi deťmi o sexualite, poskytujú presné informácie, ich deti sa s väčšou pravdepodobnosťou zdržiavajú mať pohlavný styk. Otvorená komunikácia v rodine pomáha deťom odolávať rovesníckemu tlaku a zvyšuje pravdepodobnosť bezpečného sexuálneho správania počas dospievania.

Aj keď sa rozhovorov s deťmi o sexuálnych témach veľa rodičov obáva, a sami takéto rozhovory počas svojho detstva nezažili, chceme vás povzbudiť k otvorenej, veku primeranej komunikácii s vašimi deťmi.

*Text o komunikácii o sexe, telesnej integrite a intimite je zostavený zo skrátených úryvkov z Brožúry: Ako sa deťmi rozprávať o sexualite, InTYMYta)

Tip:
Literatúra pre rodičov, ako sa rozprávať s deťmi o sexualite:

- **Brožúrka** – Ako sa deťmi rozprávať o sexualite, InTYMYta PDF dostupné online tu: https://www.intymyta.sk/vzd_materialy/brozurka-ako-sa-detmi-rozpravat-o-sexualite/
- **Kniha** – „Ja v tvojom veku...!"

Bezpečnosť na internete [34-42]

Internet sa stal neoddeliteľnou súčasťou životov nás a našich detí. Deti používajú technológie už od útleho veku. Rovnako ako chceme chrániť deti v reálnom svete, musíme tak urobiť aj vo virtuálnom svete. Je dôležité, aby sme my ako dospelí boli dostatočne informovaní. Je potrebné deti chrániť adekvátne veku a postupne ich vybaviť zručnosťami, ktoré potrebujú, aby sa udržali v bezpečí aj vo virtuálnom svete a vedeli používať internet pozitívne a zodpovedne.

Pripravili sme pre vás niekoľko tipov podľa veku dieťaťa:

Vek do 5 rokov:

- Dieťa sleduje len rodičmi vybrané programy, najlepšie v blízkosti rodičov
- Vysvetľujeme dieťaťu, že na internete sa nachádzajú aj videá a obrázky, ktoré by ho mohli rozrušiť, ak by mu niekto niečo také ukazoval, má to povedať dospelému z bezpečnej siete
- Odporúčaný maximálny čas strávený denne pri obrazovkách (odporúčania podľa World Health Organization (WHO) a American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)[34]:
  - 0-18 mesiacov: 0 hodín
  - 18 mesiacov - 2 roky: krátke edukatívne videá
  - 2 - 5 rokov: max 1 hodina denne
- Rodičom sa neodporúča, aby na sociálnych sieťach často zdieľali fotky alebo videá, kde sú zachytené deti. Určite sa treba vyhnúť zdieľaniu fotiek, kde sú deti zachytené bez častí odevu, počas kúpania a pod. Tieto fotky môžu byť zneužité a upravované osobami, ktoré vyrábajú, vyhľadávajú alebo šíria detskú pornografiu. [41-42]

Vek 5 -10 rokov:

- Rodič je zodpovedný za obsah, ktorý dieťa sleduje, snaží sa minimalizovať riziko, že dieťa sa dostane k nevhodnému obsahu. Preto je dôležité využívať rodičovské zámky a kontroly na elektronických zariadeniach, alebo byť pri používaní internetu pri dieťati (počítač umiestnený v obývačke).
- Rodič je zodpovedný za čas, ktorý dieťa strávi s technológiami. Dôležité je sledovať, aby čas pri obrazovkách nešiel na úkor času stráveného pohybom, vonku, interakciou s blízkymi a priatelmi offline, kvalitného času s rodičom a inými offline aktivitami. Odporúča sa minimálne 1 hodinu pred spánkom sa vyhnúť obrazovkám.
- Rozhovory na tému bezpečnosti na internete, postupne zoznamovanie sa s používaním technológií. Zahŕňa to niekolko bodov, ktoré treba s dieťaťom postupne preberať, aby bolo pripravené na samostatné používanie technológií a internetu vo vyššom veku:
  - Neposielame nikomu neznámemu naše osobné údaje cez internet (napr. adresa, kontaktné údaje).
  - Neposielame nikomu fotky ani videá svojho tela.
  - Ak by dieťaťu niekto chcel posielať obnažené fotky alebo videa, má to povedať dospelému, ktorému dôveruje. Posielanie pornografického obsahu je nelegálne, kým dieťa nedosiahne vek 18 rokov.
  - Informácie ohľadom pornografického obsahu sa dieťaťu poskytujú postupne, primerane veku. Informujeme o možných negatívnych vplyvoch porna na človeka, jeho vzťahy a sexuálny život a o tom, že porno nezobrazuje realitu.
  - Uistite dieťa, že sa na vás môže obrátiť vždy, keď ho na internete niečo vystraší alebo rozruší, že to nebudete posudzovať, ani sa na dieťa hnevať.

Vek nad 10 rokov:

- Nastavenie rodičovskej zámky a kontroly nemá veľký význam, v tomto veku ho deti vedia obísť.
- Úprimne rozhovory bez posudzovania, vysvetľovania, skôr ako ‚fanúšik" svojho dieťaťa, rodič chce ostať v obraze, čo jeho dieťa prežíva a rieši.
- Dieťa by v tomto veku malo ťažiť z informácií, ktoré ste mu poskytli do 10 rokov, môžete informácie v rozhovoroch rozširovať a prehlbovať.
- Pozývajte dospievajúceho do aktivít v offline svete.
- Uistite dospievajúceho, že sa na vás môže obrátiť vždy, keď ho na internete niečo vystraší a rozruší, že to nebudete posudzovať ani sa na neho hnevať.

Tip:
Podrobnejšie informácie o bezpečnosti detí na internete môžete získať:

- **Príručka** „Bez nástrah online"
- **Stránka** www.beznastrah.online
- **Kniha** „Hry, sítě, porno"
- **Podcast** Ľudskosť: 135.
  Ako chrániť deti v dobe, keď rodičia vešajú na internet takmer čokoľvek

Dieťa je mimo moju kontrolu a dosah - ako znižovať riziko? [43]

Nie je možné dieťa mať neustále pod dozorom, pre dieťa je dôležité zažívať čas aj s inými ľuďmi a mimo domáceho prostredia. Ako v takýchto situáciách riešiť bezpečnosť a prevenciu CSA? Pri výbere inštitúcií (krúžky, tábory, športové kluby a podobne), kam dieťa zverujeme, sú veľmi nápomocné nasledovné otázky:

- Preveruje inštitúcia ľudí, ktorí trávia čas s dieťaťom?
- Prešli ľudia, ktorí sú v kontakte s deťmi školením o prevencii CSA a iných foriem násilia?
- Je inštitúcia obozretná v pridávaní fotiek detí na verejne dostupné stránky, sociálne siete?
- Má inštitúcia vybudovaný systém alebo určenú osobu, kde možno nahlasovať prípady šikany, násilia?

Aj keď momentálne nie je štandardom, že sa touto témou inštitúcie venujúce sa práci s deťmi zaoberajú, práve dopyt od rodičov a iných dospelých môže byť kľúčový v tom, že sa to zmení. Veľmi vás k tomu chceme povzbudiť. Dôležité sú samozrejme opakované rozhovory na tieto (vyššie uvedené) témy s dieťaťom a to, že ho uistíte, že vám môže hocikedy zavolať, ak by sa niečo nepríjemné udialo.

Tip pre rodičov:

- Podcast Ľudskosť: 101. Ako si vybrať letný tábor, z ktorého si deti neodnesú traumu

Tip pre inštitúcie a osoby venujúce sa práci s deťmi:

- "AMAZE" a „Thorn foundation" - webináre o safeguardingu v anglickom jazyku
- Online kurzy „Bez modrín" (https://bezmodrin.sk/produkt/sexualne-zneuzivane-dieta/)
- Safeguarding: koncepcia ochrany detí pred násilím v inštitúciách a organizáciách pracujúcich s deťmi (so zameraním na problematiku sexuálneho zneužívania detí). (PDF dostupné online)

Zároveň riziko znižujete, ak sledujete, či sa v okolí vášho dieťaťa nepohybuje niekto s podozrivým správaním (uvedené na str. 14).

Vzdelávanie dospelých okolo nás

Môže sa to zdať ako bezvýznamná rada. Je však naopak veľmi dôležité, aby čo najviac dospelých bolo ohľadom témy CSA a prevencie dostatočne informovanými, vnímavými, obozretnými a podnikali preventívne opatrenia. Čím viac nás takýchto dospelých v spoločnosti bude, tým bezpečnejšie prostredie pre naše deti vieme spoločne vytvárať.

Tip na filmy s témou CSA:

- Anklaget / Accused / Obvinený / dráma / Dánsko, 2005, 103 min / Réžia: Jacob Thuesen
- Precious / Precious / drama / USA, 2009, 110 min / Réžia: Lee Daniels
- No tengas miedo / Don't Be Afraid / Neměj strach / dráma / Španielsko, 2011, 90 min / Réžia: Montxo Armendáriz
- Spotlight / dráma / Historický / Krimi / USA, 2015, 129 min / Réžia: Tom McCarthy
- Špina / dráma / Slovensko / Česko, 2017, 87 min / Réžia: Tereza Nvotová

Odborná pomoc pre páchateľov CSA

1) Čo ak dospelý človek pociťuje sexuálnu príťažlivosť voči deťom?

Podľa niektorých štúdií až z 1 zo 6 mužov pociťuje sexuálnu príťažlivosť voči deťom. Nie každý, kto cíti takúto príťažlivosť, sa automaticky stáva aj páchateľom CSA. Toto riziko sa však týka asi tretiny osôb, ktoré sexuálnu príťažlivosť voči deťom pociťujú.

Ak ste spozorovali, že sa vás to môže týkať, alebo poznáte niekoho, u koho pozorujete náznaky sexuálnej príťažlivosti k deťom, povzbudzujeme vás k vyhľadaniu a odporučeniu odbornej pomoci.

Štúdie ukazujú, že čím skôr ľudia s pocitmi sexuálnej príťažlivosti k deťom dostanú adekvátnu pomoc, tým efektívnejšie sa dokážu naučiť zručnosti, ktoré potrebujú na ovládanie svojich túžob či nutkaní. Je oveľa lepšie riešiť situáciu zavčasu, než neskôr zistiť, že ste právom boli znepokojení a neodhodlali ste sa situáciu riešiť. Pomoc existuje. [7-18]

2) Čo ak sa dieťa správa sexuálne voči inému dieťaťu?

Môže to byť veľmi náročné pre rodičov, ak spozorujú, že ich dieťa by sa mohlo správať sexuálne nevhodným spôsobom voči iným deťom. Nie je vždy ľahké rozlíšiť medzi prírodzenou sexuálnou zvedavosťou a potenciálne zneužívajúcim správaním. Je však dôležité venovať pozornosť správaniu svojich detí a vedieť sa obrátiť na pomoc odborníkov, ak začnete mať obavy.

Tip:

- **Parafilik**: Organizácia pomáhajúca ľuďom s pocitmi sexuálnej príťažlivosti k deťom a dospievajúcim: https://parafilik.cz/
- **Webstránka** v anglickom jazyku: https://virped.org/

Tip: Literatúra pomáhajúca rozlíšiť prirodzenú sexuálnu zvedavosť a potenciálne zneužívajúce správanie:

- **Kniha** Ja v tvojom veku...!
- **Brožúra** Do Children Sexually Abuse Other Children? Preventing Sexual Abuse Among Children and Youth (PDF dostupné online)
- **Kniha** Neplnoletí, dopúšťajúci sa sexuálneho zneužívania detí: Charakteristika, právny rámec, terapia. (PDF dostupné online)

3) Čo ak dochádza k sexuálne zneužívajúcemu konaniu počas randenia medzi mladými ľuďmi?

Podľa výskumov až tretina mladých ľudí niekedy v partnerskom vzťahu zažila nejakú formu sexualizovaného násilia. Vzťahy medzi tínedžermi sú z viacerých dôvodov (napríklad menej skúseností s intímnymi vzťahmi, vplyv rovesníkov, úroveň zrelosti mozgu a taktiež spôsob využívania digitálnych technológií) rizikovejšie na výskyt takéhoto konania. Dôležitá je edukácia tínedžerov o vzťahoch, súhlase a intimite v rámci rodiny, školy, na sociálnych sieťach a pod. A povzbudenie k vyhľadaniu pomoci od dospelých a odborníkov, ak sa udeje sexuálne zneužívanie v rámci partnerského vzťahu.

Tip:

- **Kniha pre chlapcov nad 12 rokov:** "Respekt, Všechno čo kluci potřebují vědět o sexu a lásce"
- **Kniha pre dievčatá nad 12 rokov:** "Bez hanby pre baby: Všetko, čo chceš vedieť o puberte"
- Násilie v tínedžerských partnerských vzťahoch. (PDF dostupné online)

Čo ak dieťa zažilo sexuálne zneužívanie?

Výskum ukazuje, že väčšina obetí CSA o zneužívaní v detstve neprehovorí, alebo prehovorí až s odstupom času. [44, 45, 47] Dôvody, prečo sa dieťa ihneď nezverí nejakému dospelému o tom, čo sa stalo, môžu byť rôzne. Môže cítiť strach, hanbu, je zmanipulované alebo zastrašované páchateľom, nemusí rozumieť tomu, čo sa deje, môže sa cítiť vinné. Je dôležité vedieť, že aj keď všetko ako rodičia urobíte správne, aj napriek tomu existuje riziko, že CSA sa môže udiať a dieťa vám to nemusí vedieť povedať.

Dôležité je nebrať na ľahkú váhu, ak sa dieťa snaží niečo naznačiť. V menej ako 5% prípadov si sexuálne zneužívanie deti vymyslia. Tzv. **krivé obvinenia sú teda zriedkavé**. Ak sa teda dozviete o prípadoch podozrení zo sexuálneho zneužívania detí, pravdepodobnosť, že sa to stalo je omnoho väčšia, než pravdepodobnosť, že sa to nestalo. [46] Deti, ktoré zažili sexuálne zneužívanie, často zľahčujú, čo sa stalo, alebo si nepamätajú všetky podrobnosti. Dieťa nemusí vedieť presne a jasne vysvetliť, čo sa deje, môže hovoriť v náznakoch.

Náznaky môžu znieť napríklad:

„Nechcem ísť na návštevu ku dedkovi."
„Prosím, nenechaj ma s ním samého."
„Mám s niekým tajomstvo a nemôžem ho nikomu povedať."
„Bratranec sa so mnou hral čudnú hru."

Deti takýmto nepriamym spôsobom žiadajú o pomoc. Zároveň nám často povedia viac cez svoje správanie než slovami. Preto je dôležité poznať signály, ktoré by mohli naznačovať, že dieťaťu niekto ubližuje.
Ak na dieťati pozorujete niektoré z nasledujúcich znakov, mali by ste spozornieť [48, 49]:

Ak na dieťati pozorujete niektoré z nasledujúcich znakov, mali by ste spozornieť [48, 49]:

- Má sexuálne znalosti/napodobňuje sexuálne správanie neadekvátne jeho vyvinovému štádiu a veku
- Hovorí o sexuálnych praktikách, o ktorých nemá odkiaľ vedieť
- Nadmerná masturbácia
- Výrazne výkyvy nálad, od apatie až po agresívne správanie
- Rozpráva, ako vyzerá alebo znie sexuálny styk
- Napodobňuje sexuálne správanie počas hry s hračkami (napr. bábikami)/ v kresbe
- Nechutenstvo a odmietanie jedla alebo naopak prejedanie sa (poruchy príjmu potravy)
- Sexuálne sa správa voči iným deťom
- Náhle začne mať nočné mory alebo problémy so spánkom
- Zrazu sa bojí ísť na určité miesta alebo tráviť čas osamote s určitou osobou
- Náhle vzniknuté problémy v škole, problémy so sústredením
- Dieťa je plačlivé, smutné, vykazuje známky depresie, nezáujem o činnosti, ktoré ho predtým bavili
- Dieťa zrazu vykazuje známky regresu - nižšieho vývojového štádia (napr. nočné pomočovanie alebo cmúlanie palca)
- Sebapoškodzovanie (napr. rezanie, popálenie, pokus o samovraždu)
- Užívanie návykových látok (drogy, alkohol)
- Správanie sa sexuálne promiskuitným spôsobom (staršie deti)
- Hovorí o novom staršom priateľovi; zrazu vlastní peniaze, hračky alebo iné darčeky
- Fyzické známky: poranenia genitálií, análneho otvoru, úst, opakovane zápaly, výtok, modriny, sťažená chôdza..

- Telesné problémy bez nájdenia príčiny
  bolesti brucha, hlavy, tráviace ťažkosti..)
- Vyhýbanie sa dotykom
- Potreba dokola sa umývať
- Stiahnutie sa z kontaktu s rovesníkmi či dospelými, izolácia
- Stavy disociácie, keď je dieťa akoby duchom neprítomné, nereaguje

Ak dieťa vykazuje jeden alebo viacero z týchto príznakov, zvážte, či nemôžu byť iné stresujúce faktory v živote dieťaťa (napr. rozvod, smrť v rodine, problémy v škole), ktoré môžu byť príčinou zmeny správania. Ak vám nie je jasná príčina, príznaky sa zhoršujú a pretrvávajú, zvážte prosím vyhľadanie odbornej pomoci. Prevláda predstava, že ak dieťa zažije CSA, musí sa to výrazne prejaviť na jeho správaní. Pravdou však je, že mnoho obetí môže prejavovať len jemné symptómy, ktoré dospelí neraz ľahko prehliadnu.

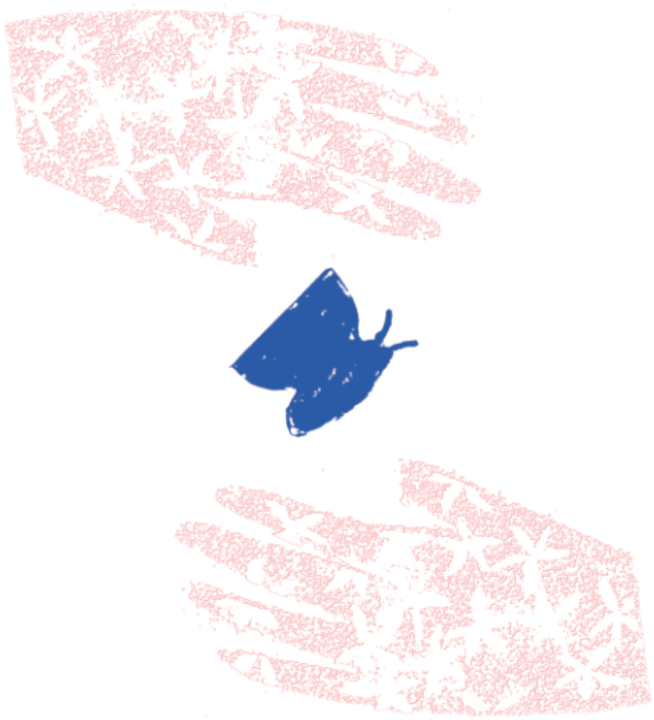
Buďme na náznaky od detí citliví, poznajme možné známky v správaní detí, ktoré by mohli nasvedčovať, že sa im deje CSA, nezľahčujme situáciu, preberme zodpovednosť a pýtajme sa. Nenechajme to tak, nech sa jedná o ktorékoľvek dieťa v našom okolí.

Ako správne reagovať?

Reakcia na odhalenie a následný rozhovor s dospelou osobou je veľmi dôležitým faktorom v procese uzdravovania a ďalšieho postupu. Výskum ukazuje, že deti, ktoré sa cítili podporované, milované, v bezpečí, a dospelí im uverili pri odhalení CSA, mali najväčší úspech pri zotavovaní sa. [50] V praxi sa však deti, ktoré sa stali obeťou CSA, často stretávajú s odmietavými, neadekvátnymi reakciami. V prípadoch, kde páchateľ je osobou, ktorú dieťa a rodina pozná, je enormne vysoká pravdepodobnosť (až 89 %), že obete pri odhalení narazia na nepodporujúce, negatívne reakcie dospelých. U deti, ktoré sú zneužívané cudzím páchateľom sa s neadekvátnou reakciou dospelých stretnú iba v 25 % prípadov. [51]

Ak máte podozrenie, že dieťa bolo sexuálne zneužité [52, 53]:

- Nájdite si súkromné miesto na rozhovor s dieťaťom.
- Zostaňte pokojní. Pri prejavení silnej emočnej reakcie (strachu, hnevu) sa môže dieťa uzatvoriť.
- Nereagujte prehnane ani nezľahčujte. Nespochybňujte to, čo vám hovorí dieťa.
- Ak vám dieťa potvrdí podozrenie, poďakujte sa dieťaťu, že vám to povedalo, povedzte, že si vážite jeho dôveru.
- Ak vyjadruje pocity viny alebo hanby, uistite ho, že zneužitie nebola jeho chyba.
- Dávajte pozor, aby ste nehovorili výrazne negatívne o pachateľovi, dieťaťu môže na ňom záležať.
- Nepýtajte sa dieťaťa veľa otázok a na detaily zneužívania. Ak hovorí samo, pozorne počúvajte. Následne si po rozhovore čo najpodrobnejšie zapíšte, čo dieťa povedalo (kvôli prípadnému vyšetrovaniu).
- Používajte slová a jazyk dieťaťa, opakujte jeho vyjadrenia a vety. Rešpektujte pocity, ktoré dieťa prežíva. Každé dieťa vyjadruje svoje pocity inak.
- Povedzte dieťaťu, že podniknete kroky k riešeniu situácie.



Tip:

- **Krátke video**
  „Ako viesť rozhovor s dieťaťom, ktoré sa zdôveruje o násilí"
  https://www.youtube.com/watch?v=Czek1khXwvI
- **Stručné zásady**
  „Ako reagovať, keď sa Vám dieťa zdôverí o násilí"
  https://detstvobeznasilia.gov.sk/som-dospely/ako-reagovat-ked-sa-vam-dieta-zdoveri-o-nasili#ukazobsah
- **Článok pre ľudí pracujúcich s deťmi pri podozrení, že sa udialo CSA** - inštrukcie k rozhovoru s dieťaťom a ďalší postup: Odborné postupy v pedagogickej a poradenskej praxi. Sexuálne zneužívané dieťa v edukačnom aj poradenskom procese – Ako viesť rozhovor so suspektnou obeťou. (PDF dostupné online)

Vyhľadanie odbornej pomoci

Ak sa dieťa stalo obeťou CSA, je potrebné vyhľadanie odbornej pomoci. Medzi CSA a rozvojom duševných ťažkostí existuje silné prepojenie. Zatiaľ čo sexuálne zneužívanie v detstve môže mať na človeka negatívny dlhodobý dopad, včasné odhalenie s vhodnou podporou a odbornou pomocou znižujú a zmierňujú následky CSA. [54]

Tu sú kontakty, kde je možné sa bezplatne obrátiť a vyhľadať pomoc:

- **IPčko:**
  - T.č.: 0800 500 333
  - Mail: poradna@ipcko.sk
- **Linka detskej dôvery:**
  - T.č.: 0907 401 749
  - Mail: odkazy@linkadeti.sk
- **Linka detskej istoty:**
  - T.č.: 116111
  - Mail: potrebujem@pomoc.sk
- **Linka Nezábudka:**
  - T.č.: 0800 800 566
  - mail: monika.gregussova@linkanezabudka.sk

Na tejto stránke nájdete centrá pomoci, rozdelené podľa krajov v Slovenskej republike, kde vedia obetiam zneužívania poskytnúť odbornú pomoc a asistovať v ďalšom postupe. Pomohli tisíckam detí a ich rodinám, ktoré sa vyskytli v podobnej situácii ako ste možno práve teraz vy. Nezostávajte v tom sami, vyhľadajte pomoc.

- https://bezmodrin.sk/dolezite-kontakty/

Ďalší už podporu, kontakty a informácie pre obete trestných činov a zoznam subjektov poskytujúcich právnu, sociálnu a psychologickú pomoc obetiam nájdete na stránkach:

https://www.justice.gov.sk/sluzby/pomoc-obetiam/

https://www.stalosato.sk/

https://centrumslniecko.sk/

https://detstvobeznasilia.gov.sk/

https://www.zastavmenasilie.gov.sk/

Na záver chceme osloviť aj dospelé obete sexuálneho zneužívania v detstve, ktoré si tajomstvo o svojej traume roky nechávali iba pre seba, alebo ktoré napriek pokusom otvoriť sa nenašli u ľudí porozumenie a pomoc.

Ste vzácni, dôležití, záleží na vás. Zaslúžite si dostať sa k odbornej, láskavej pomoci. Hľadajte bezpečné spôsoby, ako prelomiť mlčanie a nájsť tým úlavu pre seba. Doprajte si odbornú pomoc.

Tip:
Zoznam absolventov výcviku v psychoterapii traumy:
http://www.emdr-sipe.sk/absolventi-vycvik-v-emdr.php

Oznamovacia povinnosť

Ak máte vedomosť alebo dôvodné podozrenie, že niekto sa sexuálneho zneužívania dieťaťa dopustil v minulosti alebo ho pácha či plánuje páchať, je namieste oznámiť tieto skutočnosti orgánom činným v trestnom konaní.

Mnoho ľudí váha, či sa k udaniu páchateľa odhodlať alebo nie. Nie je to jednoduchý krok. Ale bez toho, aby pravda vyšla najavo, spravodlivosť nedostane šancu. Neodhalení páchatelia sú nielen ohrozením pre iné deti (ďalšie potenciálne obete), ale aj zdrojom pretrvávajúcej sociálnej krivdy, ktorá vytvára bariéry v procese zotavovania sa obetí. Je možné kontaktovať organizácie, ktoré bezplatne poskytujú pomoc obetiam CSA

(kontakty viď text vyššie), ktoré vám môžu pomôcť pri rozhodovaní a sprevádzať vás v procese nahlásenia páchateľa.

Ak o niekom, kto pracuje v organizácii venujúcej sa deťom, máte dôvodné podozrenie, že ide o páchateľa CSA, je dôležité tieto informácie komunikovať aj vedeniu a/alebo zriaďovateľovi danej organizácie. Vytvoríte tak príležitosť na to, aby sa vec prešetrila a aby sa prijali náležité preventívne opatrenia.

Tip: Bližšie informácie k tzv. oznamovacej povinnosti nájdete v brožúre dostupnej online:

https://www.minv.sk/swift_data/source/miestna_statna_sprava/okres_nitra/organizacne/prevencia_krimi/letaky/PK_Zodpovednost_za_neoznamenie_trestneho_cinu.pdf

Záver

Chceme vám poďakovať, že ste si vyhradili čas na vzdelávanie o sexuálnom zneužívaní detí, jeho prevencii, ako môžete pomôcť udržať deti v bezpečí a ako rozpoznať potenciálne zneužívajúce správanie. Aj keď nikto nemôže zabrániť všetkým prípadom CSA, ale informovanosť a implementácia stratégií z tejto príručky môže znížiť pravdepodobnosť, že sa také niečo stane deťom vo vašej rodine a vo vašom okolí.

Ďakujeme vám za to!

Pomoc páchateľom

Budovanie dobrého vzťahu medzi rodičom a dieťaťom

Safeguarding

Základné pojmy od útleho veku

Bezpečné prostredie pre deti mimo rodiny

Komunikácia o sexualite, intimite

Čo môžeme robiť, aby sme znižovali riziko?

Vzdelávanie dospelých

Bezpečnosť na internete

Poďakovanie

Moje úprimne poďakovanie patrí všetkým, ktorí akýmkoľvek spôsobom prispeli k prevencii a edukácii o sexuálnom zneužívaní detí, a tým, ktorí sa venujú pomoci obetiam sexuálneho zneužívania. Vďaka ľuďom, ktorí sa neboja tejto témy, a nedovolia, aby im strach zatváral oči, môžu obete sexuálneho zneužívania opäť zažívať bezpečie, láskavosť, a postupne uzdravovať hlboké rany a bolesť, ktoré sexuálne zneužívanie zanechalo.

Jednou z osôb, ktorá patrí v téme sexuálneho zneužívania na Slovensku medzi najväčších odborníkov je doc. ThDr. Mgr. Slávka Karkošková, PhD.

Chcem sa jej poďakovať za všetku doterajšiu prácu, ktorá je pre mňa veľkou inšpiráciou. Ďakujem jej za to, že súhlasila so spoluprácou na tento brožúre. Jej odborná kontrola a úprava textu zaručuje vysokú úroveň kvality informácii. Bez Vás, pani docentka, by táto brožúrka nemohla vzniknúť v tejto podobe. Ďakujem!

Ďakujem Slovenskej spoločnosti primárnej pediatrickej starostlivosti, že dávajú takýmto témam priestor a podporujú edukáciu spoločnosti v tejto oblasti.

Vďaka patrí aj umelkyniam za ich krásne ilustrácie, môjmu manželovi za grafickú úpravu a všetkým, ktorí prispeli k tvorbe grafickej a tlačenej verzie.

Verím, že vďaka tejto brožúre sa základné odborné informácie o sexuálnom zneužívaní a prevencii stanú dostupnejšie a dostanú sa k čo najviac dospelým.

MUDr. Alžbeta Kadlečíkova

Zdroje

(1) Barth, Jürgen & Bermetz, L & Heim, Eva & Trelle, S & Tonia, Thomy. (2012). The current prevalence of child sexual abuse worldwide: A systematic review and meta-analysis. International journal of public health.

(2) Karkošková S., Obete sexuálneho zneužívania detí medzi nami, 14; 2016

(3) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(4) Karkošková S., Obete sexuálneho zneužívania detí medzi nami, 20; 2016

(5) Barth, Jürgen & Bermetz, L & Heim, Eva & Trelle, S & Tonia, Thomy. (2012). The current prevalence of child sexual abuse worldwide: A systematic review and meta-analysis. International journal of public health.

(6) Zákon č. 300/2005 Z.z. (Trestný zákon)

(7) epizóda 2 z Cyklu edukatívnych videí o CSA:https://www.zneuzivanie.sk/videa/sexualne-zneuzivanie-deti/

(8) Faller 1993; Van Dam 2002; Heggen 1993, Karkošková 2016

(9) Snyder, H. N. (2000). Sexual assault of young children as reported to law enforcement: Victim, incident, and oender characteristics. A NIBRS Statistical Report. Washington, DC: U.S. Department of Justice, Oce of Justice Programs.https://www.bjs.gov/content/pub/pdf/saycrle.pdf

(10) U.S. Department of Health & Human Services, Administration for Children and Families, Administration on Children, Youth and Families, Children's Bureau. (2017). Child Maltreatment 2015. Washington, DC: Author. https://www.acf.hhs.gov/sites/default/les/cb/cm2015.pdf

(11) Bourke, A., Doherty, S., McBride, O., Morgan, K., & McGee, H. (2014). Female perpetrators of child sexual abuse: Characteristics of the oender and victim. Psychology, Crime & Law, 20(8), 769-780.

(12) Barbaree, H. E., & Marshall, W. L. (Eds.). (2006). The juvenile sex oender (2nd ed.). NewYork: Guilford Press.

(13) Inštitút pro kriminologii a sociálni prevenci, prieskum 2015

(14) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(16) Child Sexual Abuse: Perpetrators – Manipulation – Disclosure - Prevention, National Children's advocacy center

(17) Salter M., Woodblock D. , Identifying and understanding child sexual offending behaviours and attitudes among Australian men, 2023

(18) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(19) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(20) Chu, AT, Pineda, AS, DePrince, AP, & Freyd, JJ. (2011) Vulnerability and protective factors for child abuse and maltreatment. In: White JW, Koss MP, & Kazdin AE, eds. Violence against women and children, Vol. 1: Mapping the terrain. American Psychological Association. p. 55-75.

(21)Assink M, van der Put CE, Meeuwsen MW, de Jong NM, Oort FJ, Stams GJ, Hoeve M. Risk factors for child sexual abuse victimization: A meta-analytic review. Psychological bulletin. 2019 May;145(5):459.

(22) Plourde KF, Ippoliti NB, Nanda G, McCarraher DR. Mentoring interventions and the impact of protective assets on the reproductive health of adolescent girls and young women. Journal of Adolescent Health. 2017 Aug 1;61(2):131-9.

(23) Fortson, B. L., Klevens, J., Merrick, M. T., Gilbert, L. K., & Alexander, S. P. (2016). Preventing child abuse and neglect: A technical package for policy, norm, and programmatic activities. Atlanta, GA: National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention.

(24) Sanders J., Let's talk about body boundaries, consent and respect, 2020

(25) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(26) Parents Can Help Prevent Child Sexual Abuse, National Children's advocacy center, 2018

(27) Kenny, M. C. (2010). Child sexual abuse education with ethnically diverse families: A preliminary analysis. Children and Youth Services Review, 32(7), 981-989.

(28) Wurtele, S. K. (2010). Out of Harm's Way: A Parent's Guide to Protecting Young Children from Sexual Abuse. Seattle, WA: Parenting Press

(29) Talk PANTS, A simple conversation to help keep your child safe from sexual abuse, NSPCC, 2023

(30) Brožúrka – Ako sa deťmi rozprávať o sexualite, InTYMYta

(31) Lindberg, L. D., & Maddow-Zimet, I. (2012). Consequences of sex education on teen and young adult sexual behaviors and outcomes. Journal of Adolescent Health, 51(4), 332–338. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.12.028

(32) Regionálna kancelária WHO pre Európu a BZgA. (2017). Štandardy pre sexuálnu výchovu v Európe. Spoločnosť pre plánovanie rodiny a sexuálnu výchovu, z.s.https://planovanirodiny.cz/storage/Standardy_pro_sexualni_vychovu_v_Evrope.pdf

(33) Ashcraft, A. M., & Murray, P. J. (2017). Talking to Parents About Adolescent Sexuality.
Pediatric Clinics of North America, 64(2), 305–320. https://doi.org/10.1016/j.pcl.2016.11.002

(34) Odporúčania podľa WHO (World health organization) a AACAP (The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry)

(35) Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. World Health Organization, 2019

(36) Madro M., Juranekova Z., Bez nástrah online, 2022

(37) Brown J., Online risk to children, impact, protection and prevention, 2017

(38) Knorr C., Myth and Truths about Kid's Internet Safety, 2019

(39) Quadara A , The effects of pornography on children and young people, 2017

(40) Family Safety. A guide for parents to keep children and young people safe from sexual abuse. Stop it now. 2016

(41) Kopecky K.,Szotkowski R., The phenomenon of sharenting and its risks in the online environment. Experiences from Czech Republic and Spain, Children and Youth Services Review,Volume 110,2020

(42) Sharing photos and videos of your child on social networks: what risks, CNIL(Commission on Information Technology and Liberties), 2023

(43) BEZPEČNÉ PROSTREDIE NA TÁBORE, Slovenský skauting, 2023

(44) Hébert et al. 2009, London et al. 2007, Smith et al. 2000 , Alaggia 2004, Karkošková 2018

(45) Hindman, J. (1999). Just before dawn: From the shadows of tradition to

new reflections in trauma assessment and treatment of sexual victimization. Ontario, Oregon: AlexAndria Associates.

(46) MIKKELSEN E.J., GUTHEIL T.G. a EMENS M. 1992. False sexual-abuse allegations by children and adolescents: contextual factors and clinical subtypes. American Journa of Psychotherapy, 46(4), 556–570.

(47) Tashjian, S. M., Goldfarb, D., Goodman, G. S., Quas, J. A., & Edelstein, R. (2016). Delay in disclosure of non-parental child sexual abuse in the context of emotional and physical maltreatment: A pilot study. Child Abuse & Neglect, 58,

(48) Karkošková S., Obete sexuálneho zneužívania detí medzi nami, 14; 2016

(49) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(50) Alaggia, R., Collin-Vézina, D., & Lateef, R. (2017). Facilitators and barriers to child sexual abuse (CSA) disclosures: A research update (2000–2016). Trauma, Violence, & Abuse, 1-24.

(51) Lamb et al. (2008, s. 201)LAMB, M.E., HERSHKOWITZ, I., ORBACH, Y. a ESPLIN, P.W. 2008. Tell Me What Happened: Structured Investigative Interviews of Child Victims and Witnesses (Wiley Series in The Psychology of Crime, Policing and Law). Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.

(52) Protect children from sexual abuse, 2010, Vermont Department for Children and Families

(53) Karkošková S.: Odborné postupy v pedagogickej a poradenskej praxi: Sexuálne zneužívané dieťa v edukačnom aj poradenskom procese – Ako viesť rozhovor so suspektnou obeťou

(54) Afifi, T.O., MacMillan, H.L., Boyle, M., Taillieu, T., Cheung, K., & Sareen, J. (2014). Child abuse and mental disorders in Canada. CMAJ : Canadian Medical Association Journal, 186(9), E324–E332.

Vypracovala:
MUDr. Alžbeta Kadlečíková
doc. ThDr. Mgr. Slávka Karkošková, PhD.
Recenzentka:
Mgr. Jana Vyskočil Račková

Korektúra textu:
PhDr. Katarína Horváthová Bratová

Grafická úprava:
Mgr. Martin Kadlečík

Ilustrácie:
Bc. Kristína Babulicová
Mgr. art. Dominika Žáková
Alica Raticová
Mgr. Zuzana Moravčík Michalová