

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

1. MATĚJ SE CÍTÍ DOBŘE, KDYŽ NEMUSÍ BÝT TEN, KDO VEDE



Matějovi je patnáct a je v tom období, kdy se věci v hlavě i těle mění víc, než je comfy. Něco ho začíná vzrušovat, ale zatím moc neví, co a jak. Zatím ještě s nikým nespál, ale třeba, když si čte nějaký fanfikce nebo kouká na videa, zjišťuje, že se mu líbí, když ten druhý převeze kontrolu.

Třeba když dostane přes ruce, když mu někdo něco přikáže, sváže ho šálou nebo mu říká, co má dělat. Dává mu to pocit klidu. Jako by mohl na chvíli vypnout mozek.

Sám tomu neříká „kink“ ani „submisivita“. Prostě mu to dává smysl. A tak si o tom v noci hledá věci. Narazí na blogy, kde se mluví o „dom/sub“ dynamice, o tom, že když se to dělá s respektem, může to být fakt silnej zážitek. A že **není divný, že máš rád bejt „ten, kdo se nechá vést“**.

A to ho fakt uklidní.

Mezitím školní skupinovej Snap – klasika, samý jokes, memes a trollení. Někdo hodí otázku: „Dej nejdivnější věc, co tě kdy rajcovala.“

Matěj chvíli přemýšlí a pak tam napíše: „idk, asi když tě někdo drží za ruce tak, že se nemůžeš hejbat. nebo když ti něco přikazuje, ale jako... ne in creepy way.“

Během pár minut je jeho zpráva nascreenshotovaná s přidaným captionem: „Matěj fifty shades confirmed 🧐🧐🧐“

...a koluje mezi lidma ze školy.

Další den ho na chodbě někdo čapne: „Hele subíku, nechceš obojek?“

Neví to celá škola, ale těch pár idiotů stačí.

Matěj má chuť si lehnout pod zátěžovou deku a unplugnout se od všeho, ale jedna věc se mu motá hlavou: **Je tohle fakt něco, za co bych se měl stydět? Neudělal nic zlého.**

Jen byl jednou autentickejš.

Několik dní nato jde ven s Mikulášem. Není to ofiko rande, ale prostě se poslední týdny vídají častěj a vajbujou. Sedí spolu v parku, cpou se chipsy a Matěj má v sobě úplně jinou nervozitu než normálně.

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co by podle vás měl Matěj udělat? Jak by měl příběh pokračovat?

A) Řekne Mikulášovi, že ho trochu rozhodilo to, co se stalo ve skupině, a že to, co napsal, fakt není sranda – že je to něco, co ho fakt vzrušuje.

B) Nechá to být. Převeďte řeč na seriály. Je to moc risky.

Pokud zvolíš A)

Matěj to ze sebe vypustí. Řekne, že to fakt nebyl vtip, že ho rajcuje, když někdo přebírá kontrolu. Že si o tom četl, že ho to láká. A že to neznamená, že chce být rovnou něčí otrok, ale že se prostě cítí líp, když nemusí být ten, kdo vymýšlí každý tah.

Mikuláš chvíli mlčí, ale pak jen:

„Bro, dík, žes to řekl. Upřímně... to chápu, myslím, že mě berou obě polohy. Vždycky jsem si myslel, že bych měl bejt ,ten aktivní', protože jsem kluk, ale často mě láká zkusit to naopak – myslím, že jsem switch. Takže, no worries.“

Pak se na něj podívá, lehce se dotkne jeho ruky a dodá:

„Jsem fakt rád, že jsme šli ven.“

A to stačí. Není to konec světa, ale možná začátek bezpečnějšího prostoru.

Pokud zvolíš B)

Matěj se jen uchechtne a přepne řeč na novou sérii „Squid Game“. Mikuláš se taky směje, všechno se tváří bejt v pohodě, ale Matěj se cítí zvláště. Jako kdybys mohl bejt s někým blízko, ale musel si na sobě pořád držet filtr.

Večer si pak znovu pročítá diskuze o BDSM, subspace, bezpečným zkoušením... ale stejně mu v hlavě zůstává jen:

„Asi jsem fakt moc divnej.“



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

MATĚJ SE CÍTÍ DOBŘE, KDYŽ NEMUSÍ BÝT TEN, KDO VEDE

- **Co udělal Matěj dobře?**
- **S jakým momentem v příběhu jste se nejvíce ztotožnili*y?**
- **Proč je někdy těžké říct, co vás vzrušuje, i když tomu věříte?**
- **Co je to kinkshaming? A jak by se dal ve škole nebo online zastavit?**
- **Kde je podle vás hranice mezi tím, co je „v pohodě zkoušet“ a co už je „moc“?**
- **Jak poznáte, že je to bezpečné a dobrovolné – pro vás i pro toho druhého?**



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

2. NEJISTOTA KOLEM TĚLA NARUŠUJE TOBIASOVI A ANETĚ BLÍZKOST



Tobias má šestnáct a je spíš introvert. Není úplně neviditelný, ale taky to není typ, co by na sebe přitahoval pozornost. Má rád klid, skejt a občas čte básničky, ale nikomu to moc neříká. Poslední měsíce hodně řeší Anetu. Je to ta, co má pořád nějaký sarkastický punchline, ale zároveň vibe, že ji fakt zajímáš, když mluvíš. A jo – byla to *ona*, kdo mu napsal první:

„Hej, nechceš jít někdy ven?“

Tak šli na bubble tea. A pak do parku. A pak znova. A teď sedí spolu u ní doma, film puštěnej jen na půl oka, rodiče pryč.

Na gauči je mezi nima asi dvacet centimetrů vzduchu, který je těžší než všechno ve filmu. Aneta se nakonec přisune blíž, položí mu hlavu na rameno a dotkne se jeho ruky. A jako by mu došlo, že teď... teď by možná mohl něco udělat.

Ale místo aby se přiblížil, uhne a pak jen:

„Sorry, mám studený ruce.“

Co Aneta netuší je, že Tobias má v hlavě úplně jinou jízdu.

Má pochyby o svém těle. Přijde si moc hubenej. Nebo moc nevypracovanej. Nebo občas moc zpocenej. Má pocit, že na Instagramu i v pornu (který občas sleduje) kluci vždycky vypadaj „nějak“ a on ne.

Když si představí, že by měl být s někým v posteli, má pocit, že nebude dost. Že se mu někdo bude dívat na břicho, na hrudník, na ruce a pozná, že je „out of league“.

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co bys udělal*a na místě Tobiae?

A) Přiznáš, že se necítíš ve svém těle OK, a zkusíš to otevřít.

B) Držíš to v sobě, hraješ klid, i když v hlavě panikaříš.

Pokud zvolíš A)

Tobias se nadechne a fakt to pustí ven:

„Hele... můžu ti říct něco trapného? Jsem totálně nervózní z toho, jak vypadám. Že nejsem dost fit, že prostě... nejsem ten typ.“

Aneta zvedne hlavu, chvíli se na něj kouká a pak se uchechtne:

„Jako jestli fakt myslíš, že já se cejtím insta-perfect... tak ne. Někdy si připadám moc velká, jindy moc plochá. Mám jizvy na stehnech z doby, kdy jsem se za sebe fakt styděla. Ale teď? Je mi fakt dobře, že tu jsem s tebou.“

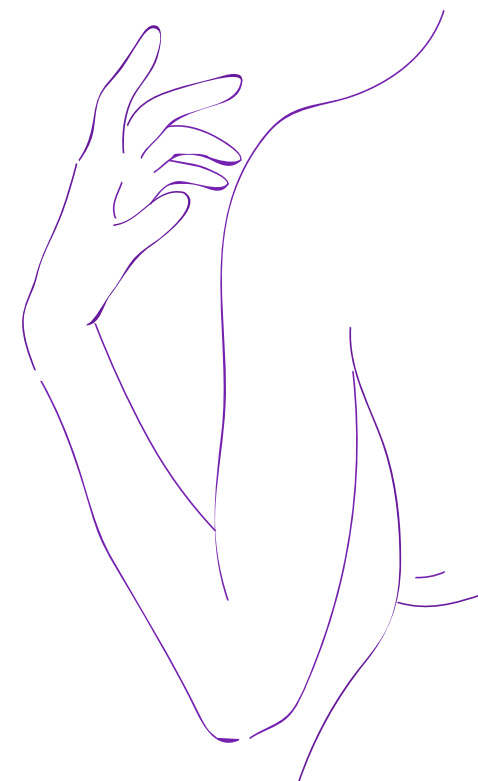
Tobias vydechne, nervózně se usměje a odpoví:

„Ok, to je asi poprvý, co se necítím trapně, když o tom mluvím. Dík.“

Najednou už to není jen gauč a film. Je to moment, kdy se dva lidi ukážou bez filtrů – a zjistí, že je to vlastně větší úleva, než se tvářit, že je všechno dokonalý.

Pokud zvolíš B)

Aneta si myslí, že je všechno v pohodě. Tobias zůstane zaseklej s pocitem, že jeho tělo je problém. Oba se baví dál, ale něco důležitýho zůstane nevyřčený.



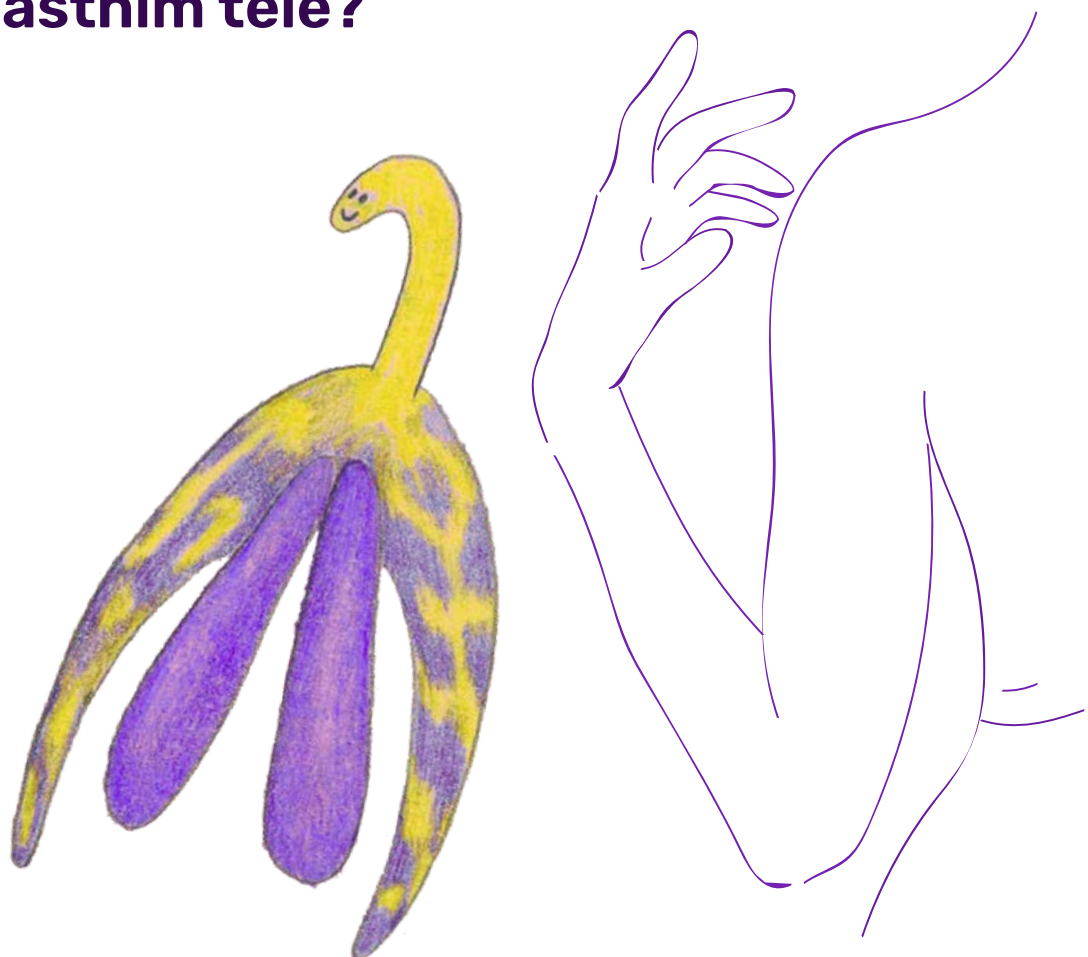
RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

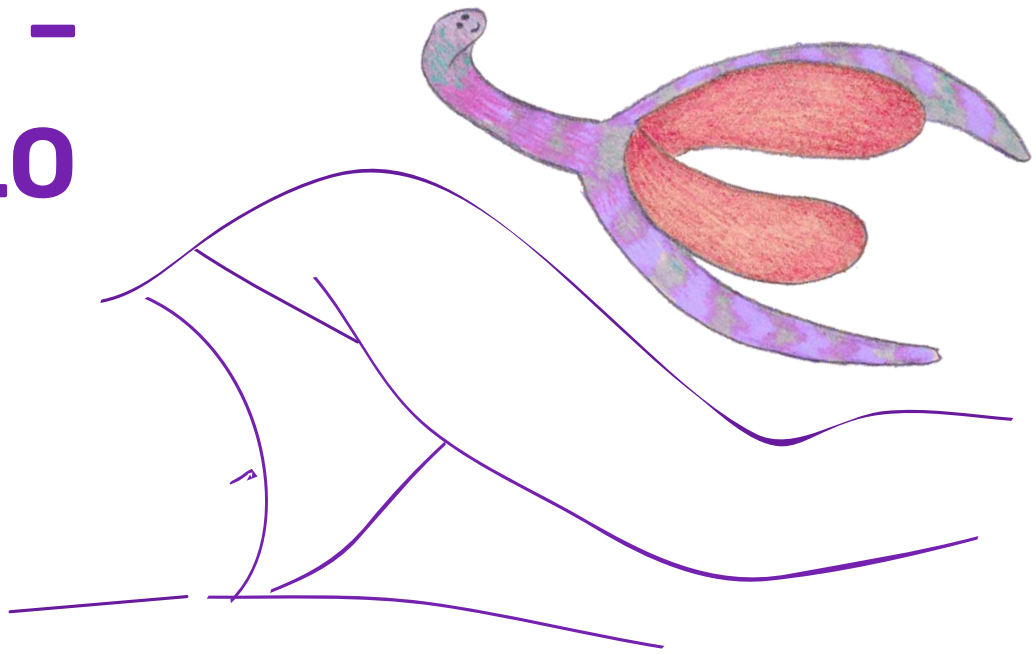
NEJISTOTA KOLEM TĚLA NARUŠUJE TOBIASOVI A ANETĚ BLÍZKOST

- Jak byste reagovali*y, kdyby vám někdo blízký přiznal, že se necítí dobře ve svém těle?
- Jak moc tělesné ideály z Instagramu nebo porna ovlivňují to, jak se cítíme sami*y se sebou?
- Proč je důležité, aby lidi mohli mluvit o svém těle bez posměchu?
- Co by vám pomohlo cítit se ve svém těle bezpečně, i při intimních věcech?
- Když jste s někým v blízkosti (ať už fyzické nebo emoční), jak poznáte, že jste oba v pohodě?
- Co můžete říct nebo udělat, aby si i ten druhý člověk připadal v bezpečí ve svém vlastním těle?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

3. EMA A LUKÁŠ – CO SE (NE)STALO NA GAUČI

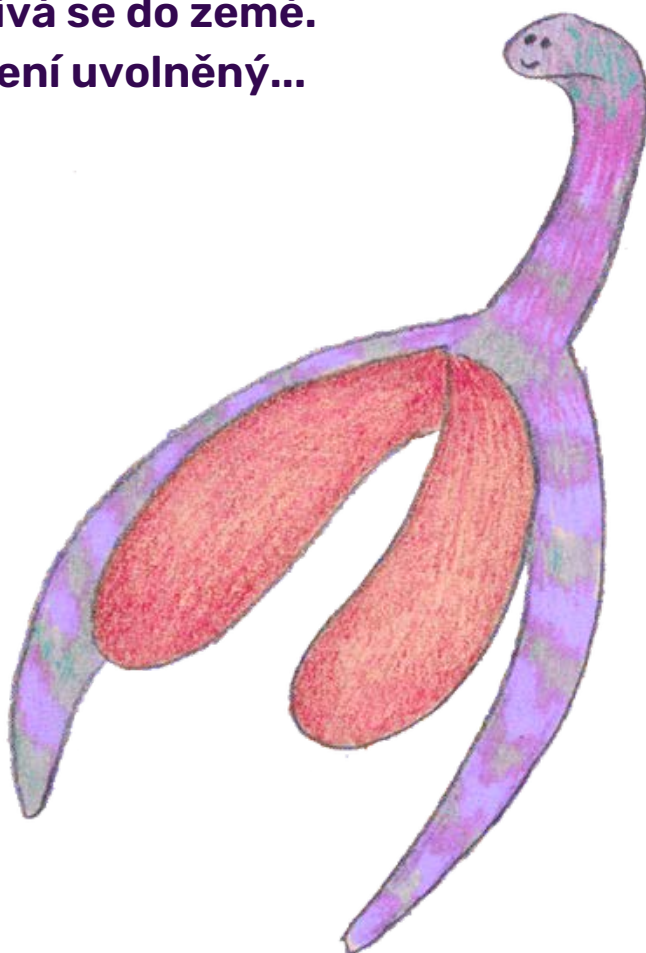


Je pátek večer. Denisa slaví narozeniny, doma prázdný, repráky na plný, venku se stmívá. Každý si donesl pití, někdo tahá energy drinky, někdo koktejl. Prostě klasické večer: hudba, smích, trochu chaos.

Ema dorazí s kámoškou. Už má dva ciders, takže je trochu v náladě, směje se víc než normálně. Na gauči si k ní přisedne Lukáš. V partě je známej jako chill týpek, otevřeně říká, že je pansexuál – pro něj to znamená, že ho můžou přitahovat lidi bez ohledu na jejich gender. Nikdy z toho nebyl big deal, prostě to tak má.

Lukáš a Ema si povídají, smějou se, on jí hází komplimenty. Oba mají něco vypitý, chemie tam je. Postupně se k sobě přibližují. Lukáš jí položí ruku na stehno a nakloní se k polibku.

**Ema chvíli reaguje, ale pak ztuhne.
Přestane se usmívat, podívá se do země.
Nic neřekne, ale její tělo není uvolněný...**



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co bys udělal*a na místě Lukáše?

A) Zastavíš se a zeptáš se: „Hej, je to pro tebe fakt OK?“

B) Bereš její mlčení jako souhlas a pokračuješ.

Pokud zvolíš A)

Lukáš se odtáhne a zeptá se. Ema vydechne:

„Hele, jsem trochu mimo. Nevím, jestli to chci. Asi radši ne.“

Lukáš kývne:

„V klidu. Dáš si vodu? Můžem prostě chillovat.“

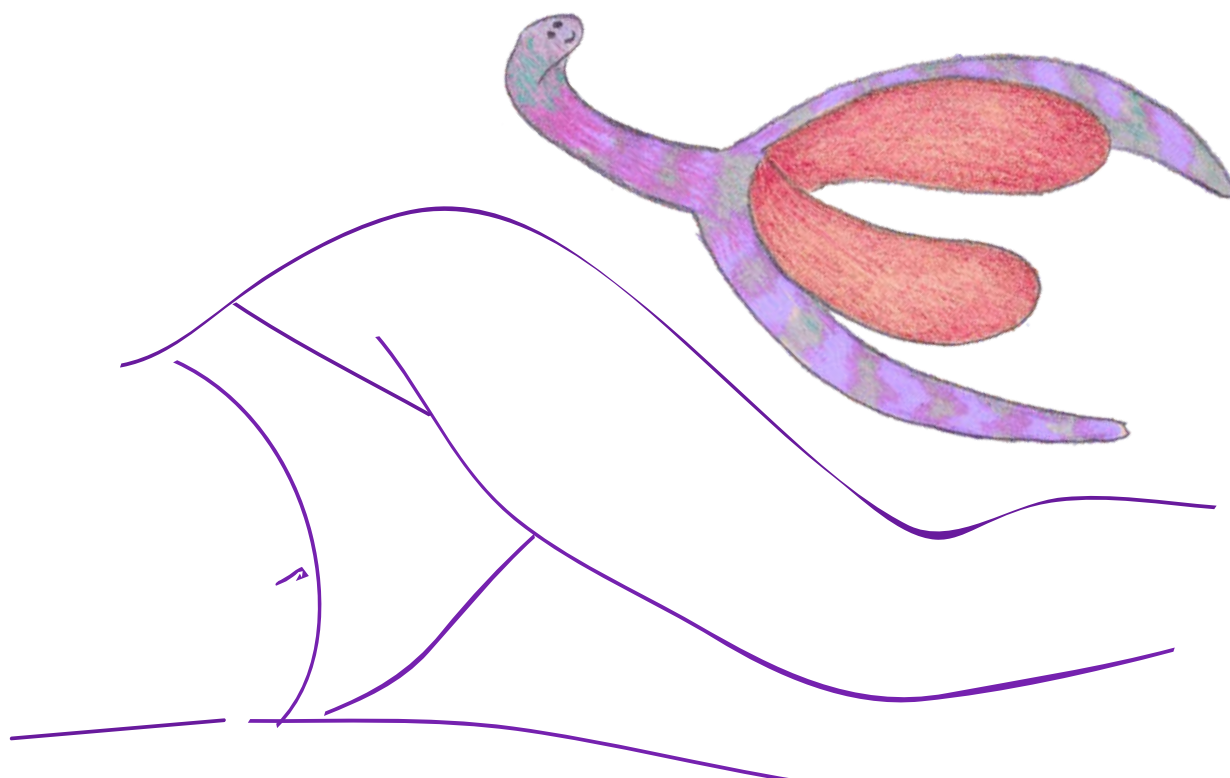
Pak si ještě povídají, smějou se, ale bez tlaku.

Ema má pocit, že ji někdo fakt respektoval, a Lukáš ví, že jednal správně.

Pokud zvolíš B)

Lukáš pokračuje. Ema sice nic neříká, ale uvnitř je spíš zmatená a v panice.

Další den si pamatuje jen útržky a cítí se fakt špatně. Lukáš si myslí, že „to chtěla“, ale ve skutečnosti to pro ni byl nepříjemnej zážitek.



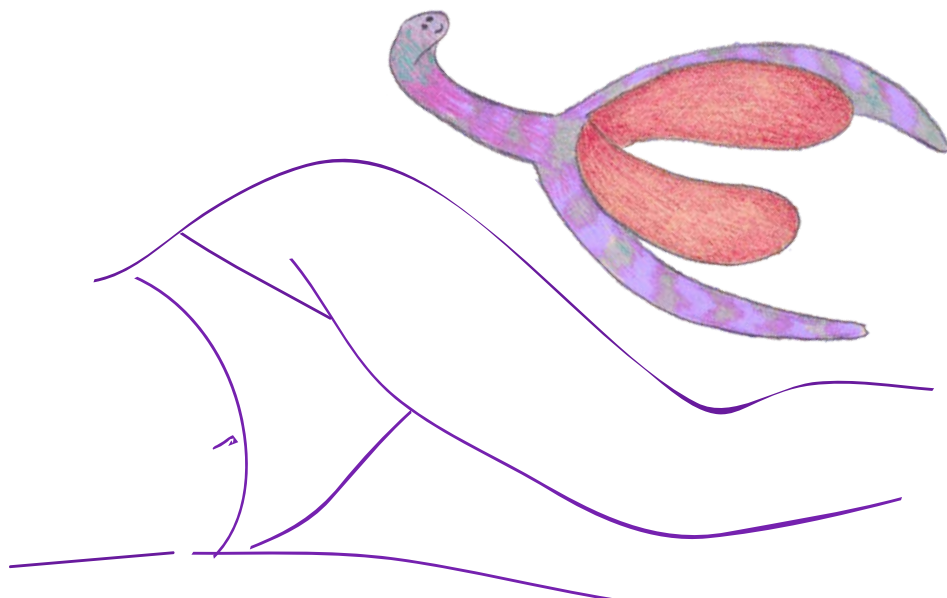
RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

EMA A LUKÁŠ – CO SE (NE)STALO NA GAUČI

- Jak alkohol nebo jiné substance ovlivnily schopnost Emy (ne)dát jasný souhlas?
- Proč nestačí, že někdo nic neřekne? Jak číst neverbální signály?
- Konsent má být dobrovolný, informovaný, vratný, entuziastický/empatický a specifický – co to znamená v praxi?
- Co mohlo pomoci Emě uvolnit se i bez alkoholu či jiných substancí? Co pomáhá vám?
- Jak se mění vnímání hranic (vlastních i cizích) pod vlivem?
- Jak může vypadat zásah bystander osoby – kamarád*ka, co si všimne, že někdo není úplně v pohodě?
- Jaký tipy byste dali sami*y sobě nebo kamarádstvu, když jdete na párty a víte, že tam bude alkohol či jiné substance?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

4. KRYŠPÍN SE CÍTÍ NEJISTĚ V PRVNÍM INTIMNÍM VZTAHU



Kryšpín a Meda jsou v druháku na střední a už přes rok spolu chodí. Znají se od základky a jejich kámošství se postupně přehouplo v něco víc, co jim oběma sedí. Před několika měsíci začali spolu i spát. Ani jeden z nich ještě předtím s nikým nebyl, takže se snaží o sex mluvit úplně otevřeně. Medu jejich společné objevování hrozně baví a chtěla by toho zkoušet víc, ale začíná si všímat, že Kryšpín na její návrhy reaguje s menším nadšením, než by čekala. Jeho menší zájem ji trochu rozhodil, zatím se ho ale na nic neptala.

Na pátek večer si domluvili rande u Medy, její rodiče odjíždí na víkend pryč a ona bude mít celej barák jen pro sebe. Už týden si představuje, kde všude to s Kryšpínem udělají a co všechno můžou podniknout.

Mezitím Kryšpín doma přemýšlí, jak Medě říct, že na sex vůbec nemá náladu, a i když ho to s ní baví, uvědomil si, že sex vlastně nepotřebuje tak často. Přijde si divně, že i když má tak skvělou holku, není furt nadrženej. Přemýšlí, jestli je s ním něco špatně a jestli mu nechybí testosteron nebo co. Zkusí se proto před víkendem poradit s kámošem Markem.

„Čau kámo, poslyš, mám takovou choulostivku, co bych s tebou potřeboval probrat,“ začne nejistě Kryšpín, když s Markem sedí v parku na lavičce.

„Víš, jak jsem ti říkal, že Meda to pořád chce? Tak nevím proč, ale já to tak prostě nemám. A není to proto, že by mě nenadchla. Tak teď nevím, co s tím. Posledně jsem na to ani neměl fakt chuť, ale nechtěl jsem ji zklamat.“

Marek se uchechtne a vypadne z něj:

„Fakt, brácho? Tvůj problém je, že s tebou chce tvoje holka furt sex? Ty jo, tak takový problémy bych chtěl taky! Nejsi nějaký zženštilej nebo co? Možná začni víc chodit do posilky místo hnití před počítačem a to tvoje libido se samo srovná.“

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co má Kryšpín v této situaci udělat?

A) Kryšpín se zasměje a téma sexu uhraje do autu – poví Markovi, že jenom žertoval, aby viděl jeho reakci. A dohodne si s ním na další den cvičení v posilce.

B) Kryšpín se ohradí a řekne Markovi, že by od něj jako od kámoše čekal větší pochopení a podporu.

Pokud zvolíš A)

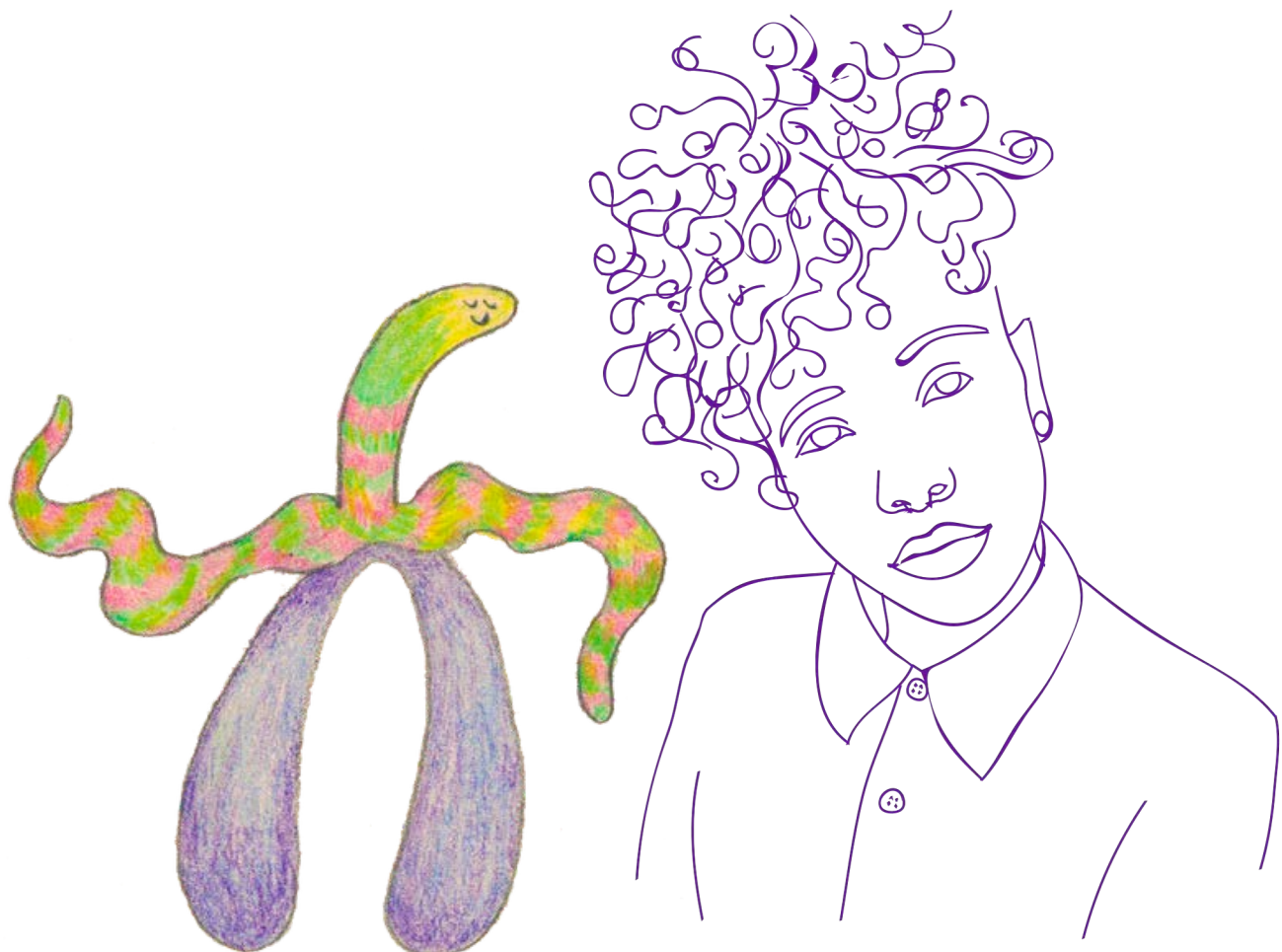
Když Kryšpín slyší Markovu reakci, přijde si divně a v hlavě mu jede, že asi fakt má nějaký problém a měl by ho řešit. Přece není normální, aby měl zdravý kluk, jako je on, takhle nízký libido. Možná za to fakt můžou ty hormony. Pokrčí proto rameny a zasměje se.

„Marku, ty mi taky hned všechno sežereš! Já jen chtěl vidět, jak bys na takovou blbost reagoval. Jasně, že jsem mega nadšený z toho, jak se na mě Meda furt lepí. Kdybych mohl, tak jsem s ní zavřenej v pokoji nonstop. Ale ta posilka i tak nezní špatně, tak zajdem zítra?“

„Jasně kámo, tak zítra v posilce!“

Marek s Kryšpínem si plácnou a jdou domů. Kryšpín pak do noci přemýšlí, jak by mohl na svém libidu zapracovat, aby byl víc chlap a vyrovnal se v chuti do sexu Medě.

Markova reakce ho znervóznila, a tak se v duchu rozhodne, že o sexu už s kámošem rozhodně mluvit nebude.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Pokud zvolíš B)

Kryšpína se Markova reakce dotkne a rozhodne se, že to nenechá být.

„Hele, kámo, já nečekal, že když se ti s něčím takovým svěřím, tak mě hned obviníš, že jsem nějaký nedostatečný nebo co? Myslíš si, že jenom chlap, co furt myslí na šukačku nebo píchání, je ten správný alfa samec? Já jsem se svým sexuálním životem spokojenej, akorát mám i jiný zájmy, chápeš?“

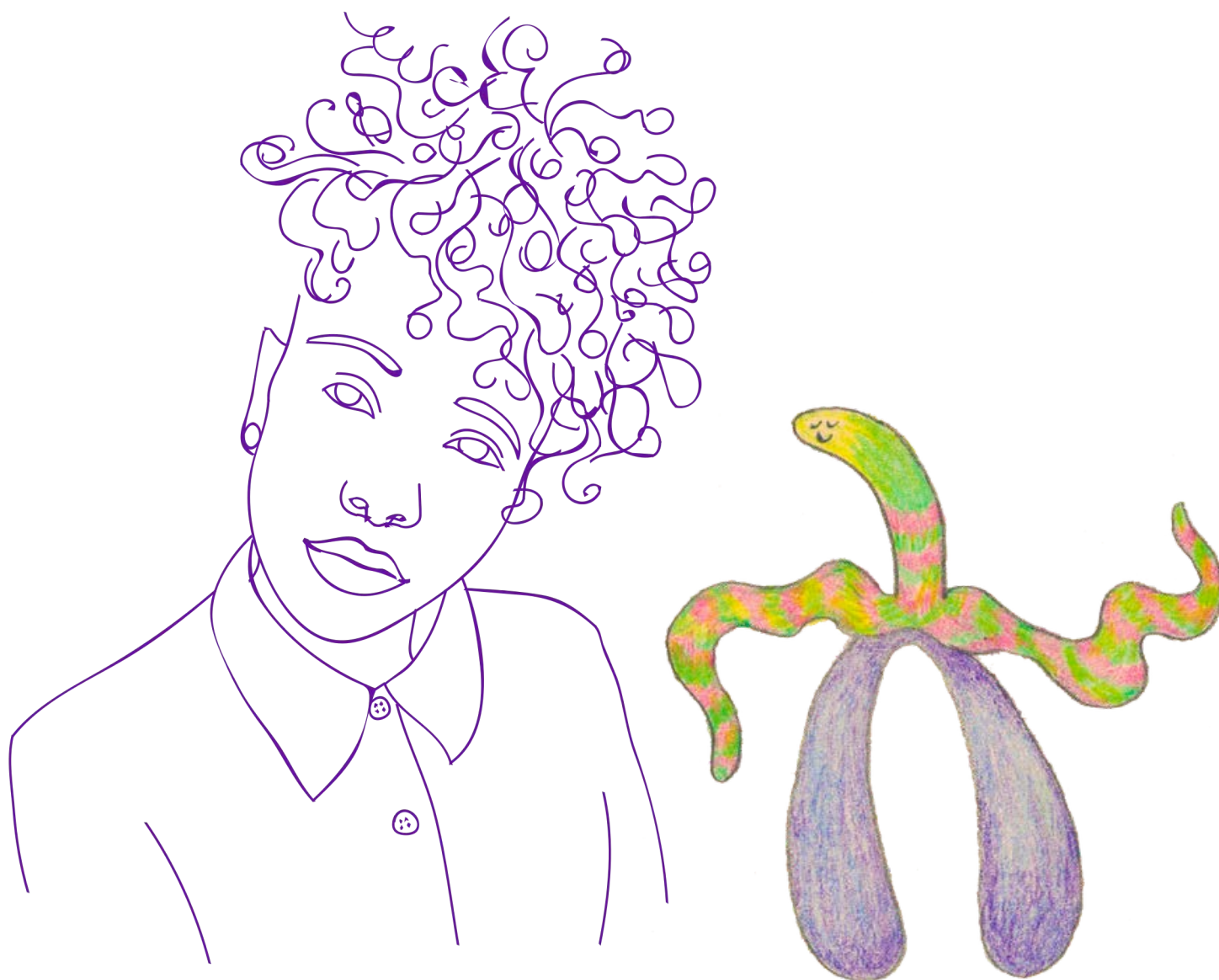
Marek se zarazí a omluvně zvedne obě ruce.

„Jo, tak jo, já to tak nemyslel. Asi ti možná trochu závidím, že máš tak skvělou holku. Já myslel, že ženský musíš furt do sexu přesvědčovat, tak mě to jenom překvapilo, neber to tak hrozně, kámo. Pokud to tak cítíš, jak říkáš, tak je jasný, že je to v pohodě a s Medou si o tom jenom potřebuješ promluvit. Promiň ty kecy.“

Atmosféra mezi oběma se uvolní a Kryšpín šťouchne Marka do ramene.

„Jasně, to je v pohodě. Ale ta posilka nebyl blbej nápad, tak zítra můžem jít, co říkáš?“

Kryšpín se rozloučí s Markem a cestou domů přemýšlí, že to opravdu musí v první řadě říct Medě, a i když je z toho nervózní, věří, že se jim to podaří společně zvládnout.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

KRYŠPÍN SE CÍTÍ NEJISTĚ V PRVNÍM INTIMNÍM VZTAHU

- Proč si Kryšpín myslí, že není dostatečně „mužný“?
- Jak byste zhodnotili* y Markovu reakci na Kryšpína?
- Jak důležitý je podle vás ve vztahu sex?
- Jak může Kryšpín komunikovat svou potřebu mít méně často sex Medě?
- Jaké možnosti mají Meda a Kryšpín, pokud chtějí ve vztahu pokračovat?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

5. LEONTÝNA A SEBASTIÁN JEŠTĚ NEMĚLI SEX



Lea je třeťačka na konzervatoři a nejvíc na světě miluje hudbu, svou kočku Cleo a svého kluka Seba, se kterým je už skoro půl roku. Zatím jim to spolu mega klape, Seb je čtvrták a pomalu se chystá na přijímačky na výšku. Vídají se skoro každý den a často spolu chodí na koncíky, výstavy nebo jen tak random hledají umění ve městě. Baví se spolu úplně o všem, jenom v intimních věcech si Lea zatím drží odstup a se Sebem se nedostali dál, než k lehkému ošahávání a líbání. Seb její hranice respektuje a netlačí na pilu, ale Lea začíná sama o sobě pochybovat a přemýšlet, zda to Seba neodradí od pokračování ve vztahu s ní, když odjede na tu vysokou a už se nebudou moct vídat tak často.

Následující týdny se Seb víc ponoří do přípravy na přijímačky, a i když to Lea ví, rozhodí ji to natolik, že se rozhodne se Sebem vyspat. Ví, že ani Seb ještě s nikým nespál, proto chce naplánovat dokonalejš večer. Sebovi rodiče mají další víkend odjet na chatu, Lea se tedy rozhodne, že další pátek Seba překvapí.

Když si o tom večer píše s nejlepší kámoškou Míšou, ta ji to schvaluje:

„Jasně, že se s ním máš vyspat. Na co vlastně furt čekáš? Vždyť je ultra hot, tak ať to máš už za sebou, ostatní holky už taky nejsou panny, ty jsi vlastně z naší party poslední? A když se s ním nevyspíš teďka, tak ho sbalí nějaká buchta na vejšce, to je jasný. Kluci bez toho nevydrží dlouho.“

V pátek večer zvoní nervózní Lea na zvonek bytu Sebových rodičů. Má zpocené dlaně, na sobě šaty, o kterých ví, že se Sebovi líbí a v kabelce kondomy, které koupila ve večerce. Seb ji polibkem přivítá, a i když vypadá poněkud roztržitě a nesoustředěně, Lea se drží svého plánu. Chvilí se spolu baví na gauči a pak Seb navrhně, že si můžou pustit nějaký film. Lea vycítí příležitost, k Sebovi se přitulí a začne ho líbat za uchem. Rukama mu šátrá pod tričkem a snaží se mu naznačit, že by chtěla pokračovat i dál.

Seb je po celodenním učení už unaveněj, a i když se na Leu těšil, ta urputnost, se kterou se na něj vrhla, ho překvapí. Na chvíli se proto odtáhne a zeptá se:

„Leo, zlato, co se děje? Najednou jseš nějaká nažhavená. Promiň, jenom to chci pochopit, protože tě takovou neznám.“

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co má Lea udělat?

A) Lea pokračuje ve svém plánu a přesvědčuje Seba, aby se s ní vyspal.

B) Lea se Sebovi svěří se svými obavami ohledně jeho odchodu na vejšku.

Pokud zvolíš A)

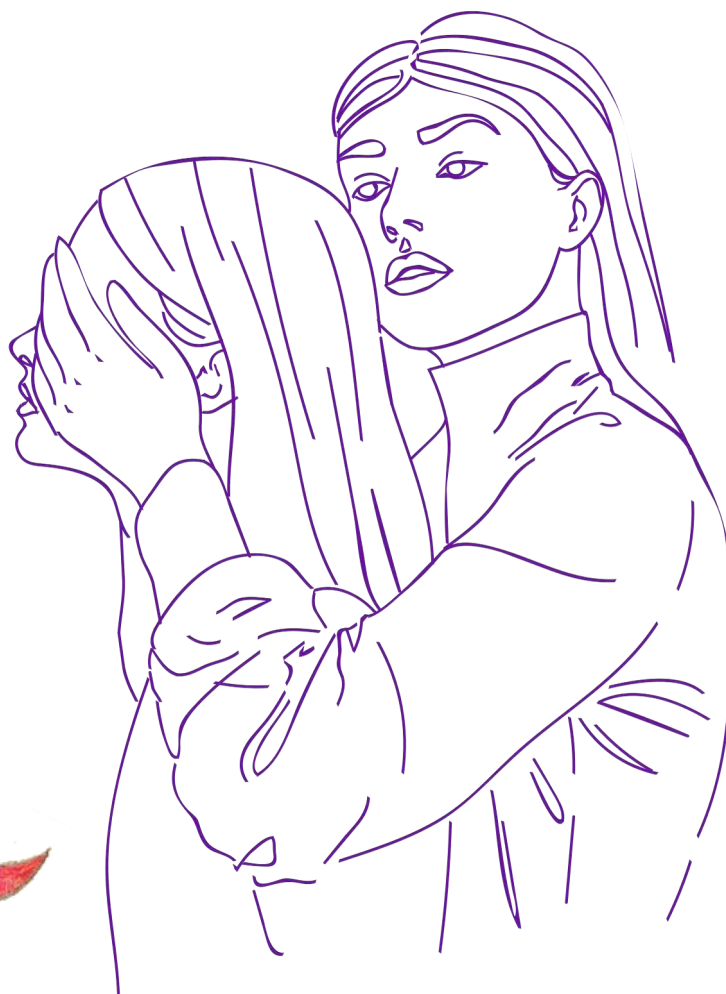
Lea se zarazí a cítí se zmateně. S takovou reakcí nepočítala. Rozhodne se však svůj plán dotáhnout do konce.

„Já myslela, že budeš rád. Vždyť už jsme spolu dlouho, tak jsem myslela, že dnes by to bylo fajn konečně zkusit. Své poprvé jsem chtěla prožít s tebou. Nebo ty mě nechceš?“

Lea to dopoví už se slzami v očích, její nejistota je vygradovaná do nebes, a Seba to tak vyleká, že se na ni vrhne, jenom aby jí dokázal, jak velmi ji chce. Přesunou se do Sebovi ložnice, kde se svléknou a Lea vytáhne z kabelky kondomy.

I pro Seba je tato zkušenost nová, všechno ví spíš teoreticky, proto mu nasazování kondomu nejde lehce, nakonec to ale zvládne. Lea se necítí příliš vzrušeně, spíš stále rozrušeně, ale už ze svého plánu nechce couvnout. Oba pokračují a po krátké penetraci, při které Lea tiskne zuby od bolesti k sobě a ani nemukne, se Seb udělá.

Po sexu vedle sebe leží na posteli, oba jsou zmatení a ani jeden se necítí dobře. Lee běží hlavou, že pokud je toto ten skvělej sex, tak je asi asexuální. Seb zase uvažuje, že takhle si to určitě nepředstavoval, cítí, že je Lea nespokojená a neví, co jí má teď říct. Bojí se, že jí ublížil.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Pokud zvolíš B)

Lea se zarazí a cítí se zmateně. S takovou reakcí nepočítala. Na sex se už ale vůbec necítí a rozhodne se proto jít s pravdou ven.

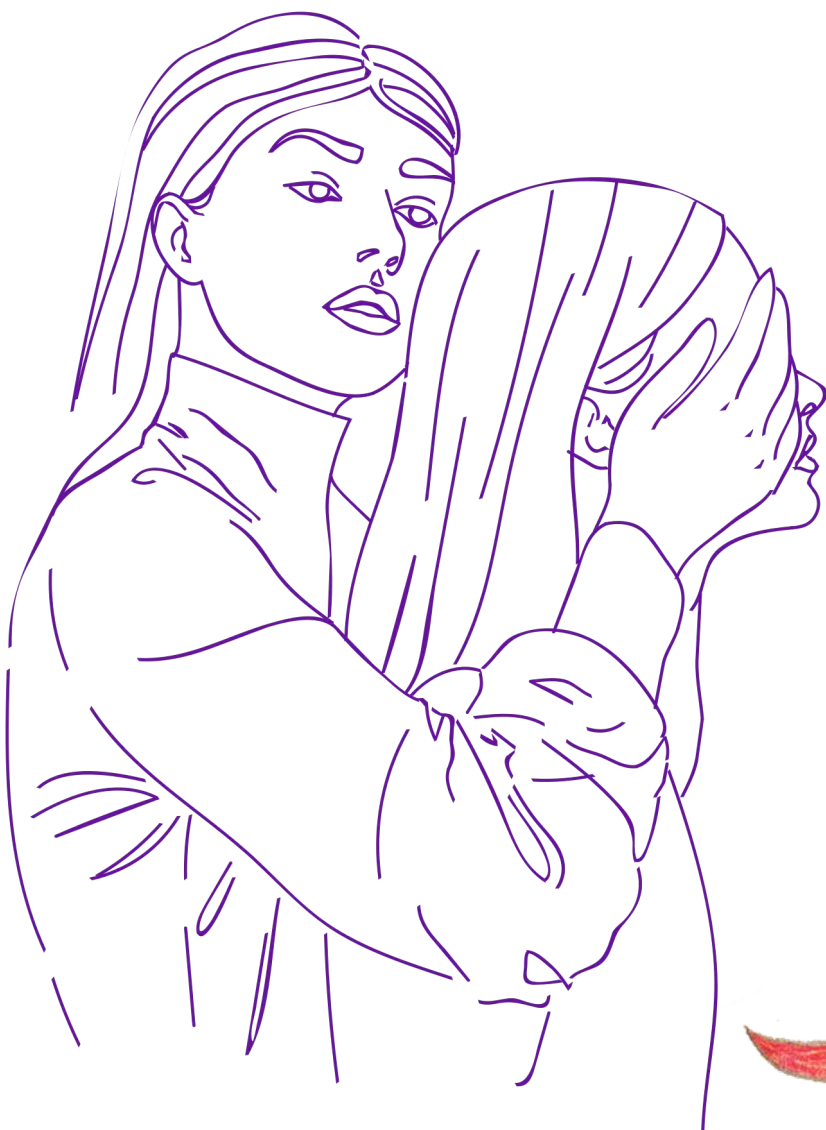
„Promiň, Sebe, já jsem poslední týdny nějaká nervózní. Bojím se, že až odjedeš na vejšku, tak je s náma konec. A já chtěla, abys byl můj první. Tak jsem si řekla, že není na co čekat.“

Seb se na Leu podívá s úsměvem a přivine ji opět k sobě.

„Hlupáčku, vždyť víš, že mě jen tak nějaká nesbalí. Ty jsi moje přítelkyně a tebe mám rád. Nikdo z nás neví, co bude za další týden, natož půl roku. Ale proto se přece nemusíme do ničeho nutit. A já chci, aby náš sex stál za to a nejenom ten první. Sama víš, že ani já nejsem v tomhle ohledu žádný znalec, tak bych byl rád, abychom to chtěli oba společně a abychom se o tom nejdřív pobavili.“

Lee odlehne, cítí, jak její napětí mizí. Opře se o Sebovo rameno a vděčně se na něj usměje.

„Jseš ten nejlepší kluk, jakého si holka může přát.“



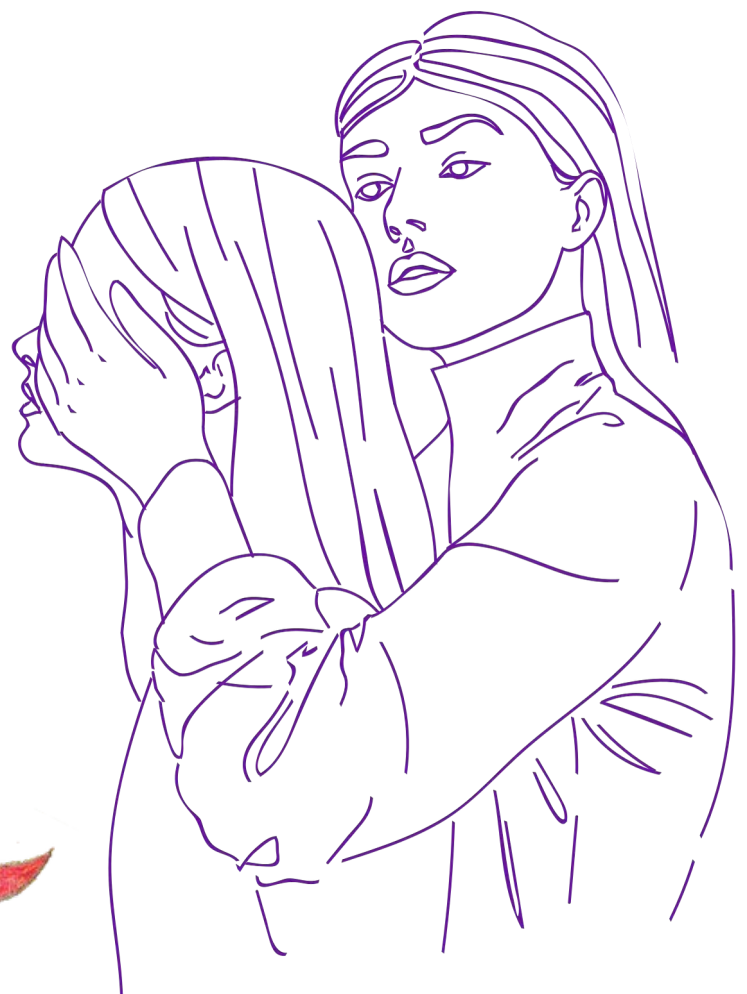
RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

LEONTÝNA A SEBASTIÁN JEŠTĚ NEMĚLI SEX

- Jaké pocity prožívá Lea před pátečním večerem a proč?
- Jaké pocity prožívá Seb?
- Jaké jsou hlavní důvody, proč se Lea rozhodne pro sex?
- Jaké jsou signály, že někdo není na sex připravený nebo ho nechce?
- Jaké představy o sexu v partnerství má Leina kamarádka Míša?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

6. NEČEKANÉ TĚHOTENSTVÍ



Ruth žije se svou mamkou, mladším bráškou, babičkou a psem v malém domku nedaleko Blanska. Je právě ve čtvrtáku a už se nemůže dočkat, až konečně vypadne z rodné vsi a odjede do Prahy na vejšku. Na střední se jí dařilo, učení ji celkem baví a přijímačky na její vysněný obor jsou za rohem. Ruth vidí svou budoucnost velmi konkrétně – chce studovat architekturu a jejím velkým snem je založení vlastního studia. Často se o svých plánech baví i s přítelem Hynkem, který ji v jejich plánech podporuje.

Všechno se změní jen dva týdny před maturitou, kdy Ruth napadne udělat si těhotenský test, protože jí je už dva týdny nějak divně od žaludku. Test vychází pozitivně a Ruth je v tu chvíli v totální panice. V hlavě jí běží různé scénáře a cítí silnou potřebu se o tom s někým poradit. Jako první se rozhodne něco si k tématu vygooglit, podívat se na názory lidí, kteří zažili něco podobného. Otevře prohlížeč a napíše:

„Jsem neplánovaně těhotná v 18 letech, co teď?“

Ruth následně dlouho do noci pročítá nejrůznější diskuzní fóra, ve kterých prosí o radu těhotné holky v podobném věku jako ona, ale tyto diskuze a „rady“ ji čím dál víc matou. V diskuzi čte například:

- *Až začnou Tvé kamarádky rodit, tak Ty už budeš mít všechno za sebou. Naopak ony jako bezdětné rády pomohou. Mimi není zase takové omezení života.*
- *Ja ti dam svoji radu jako bezdětná. Ano, dítě je hezká věc, ale... jseš připravena na to ho uživit, kdyby se s přítelem něco stalo? Opravdu si myslíš, že s dítětem je možné se naplno věnovat škole? Jseš připravena ze se ti bude hůře hledat práce? budeš čerstvě po mateřské a praxi mít nebudeš, a nedelej si iluze, s dítětem se práce shaní opravdu blbe.*
- *Pokud máš chlapa, kterej tě uživí, myslím, že není nad čím váhat. Zdravý miminko je to nejkrásnější a nejlepší, co člověka může potkat.*
- *Ale stejně si myslím, že mít dítě je lepší než mít titul a nemoct mít děti. no a to potrat zvyšuje to riziko. A s diplomem si pak můžeš akorát tak...*
- *Rozhodně je tvoje věc jak se rozhodneš a je to tvůj život a nikdo ti nemůže psát, že máš udělat to či ono, ale rozhodně bych ti řekla, ať to všechno pořádně zvážíte. Já bych na tvém místě šla na potrat.*
- *Jednoduché to mít nebudete, ale jste na to dva, tak dejte hlavy dohromady, je to váš život, tak se o něm rozhodněte vy a neohlížejte se na názory ostatních, ti nejsou ve vaší kůži. Miminko je sice něco úžasného, ale taky spousta starostí.*

Ruth celou noc nemohla zamhouřit oko a přemýšlela nad tím, co dál.

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co má Ruth udělat?

A) Ruth nikomu nic neřekne a další dny scrolluje internetem pro informace.

B) Ruth se svěří své mamce.



Pokud zvolíš A)

Ruth nedokáže přestat číst internetové diskuze o tématu. Dokonce se sama odhodlá na jedno fórum napsat. Následně ji ale zaplaví velké množství protichůdných názorů a rad, a Ruth cítí narůstající nejistotu a tlak. Má pocit, že pokud se rozhodne jakkoliv, někdo ji bude odsuzovat. Je jí nepříjemná představa, že si na ni budou za jejími zády ukazovat prstem. Ztrácí se v tom, co vlastně sama chce, a má strach prozradit svému okolí, co se jí děje. I mamka a Hynek si už všimli, že se chová divně, ale Ruth se nedokáže odhodlat k tomu, aby se jim svěřila. Začíná panikařit, protože ví, že doba na její rozhodnutí je ohraničená.

Pokud zvolíš B)

Po další probdělé noci se Ruth rozhodne přestat konzultovat svůj stav na internetu a prozradit své tajemství mamce. Napjatá Ruth se tedy po večeři zeptá mamky, zda by měla na ni chvíli o samotě.

„Mami, musím ti něco říct. Jsem těhotná. Myslím, že to bude tak měsíc.“

Mamka na Ruth vykulí oči a chvíli je úplně zticha. Ruth napětím téměř nedýchá a do očí se jí derou slzy.

„Proboha, holka, jak se ti to mohlo stát? Vždyť víš, jak funguje antikoncepce, to jsem tě nic nenaučila?“

vyhrkne mamka a obejmě plačící Ruth, která se úplně zhroutí.

„No, no, to bude dobré. Neboj, to nějak vyřešíme. Objednáme tě k doktorce Malé a za týden si na to ani nevzpomeješ.“

Máma se Ruth snaží uklidnit a konejšivě ji hladí po zádech. Vzlykající Ruth se od ní ale odtáhne a roztřeseným hlasem se snaží oponovat.

„Mami, ale já jsem to ještě neřekla Hynkovi...“

Máma však kroutí hlavou.

„Vždyť mu ani nic říkat nemusíš. Jednoduše to vyřešíme a hotovo. Taková chytrá holka si přece nezničí budoucnost. Jak bys studovala architekturu s děckem na krku? Myslíš, že se Hynek bude chtít stát otcem v osmnácti?“

Ruth ale pokračuje.

„Mami, promiň, ale já se ještě definitivně nerozhodla. A chci to nejdřív probrat i s Hynkem. Mohla bys mi prosím dát víc času?“

Máma se tváří stále nechápavě, ale na chvíli se zamyslí a pak Ruth jemně pohladí po ruce.

„Dobře, holka, nechám to na tobě, pořádně se na to celé vyspi a přijď za mnou, až se rozhodneš.“

Ruth se po rozhovoru s mamkou částečně uleví, protože už před ní nemusí nic tajit. Ještě ji čeká další náročný rozhovor s Hynkem a její definitivní rozhodnutí.

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

NEČEKANÉ TĚHOTENSTVÍ

- Kde je hranice mezi tím, co je „rada“ a co už je „nátlak“? Které z výše zmíněných komentářů v internetové diskuzi se vám zdály být nátlakové?
- Jak poznáte, jestli se Ruth rozhoduje na základě svých vlastních přání a potřeb, nebo na základě názorů a tlaku zvenčí? Co by jí mohlo pomoci se v tom vyznat?
- Co Ruth podle vás potřebovala od své mamky? Co by jí v dané situaci pomohlo?
- Co si myslíte o rozhodnutí Ruth informovat svého partnera o situaci?
- Mýtus nebo pravda? Pokud osoba podstoupí interrupci, tak bude mít problém otěhotnět?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

7. MATÚŠ A PETRA MĚLI NECHRÁNĚNÝ SEX



Matúš a Petra se seznámili na kurzu lezení a po čase spolu párkrát zašli ven. Bylo jim spolu příjemně, pokaždé se hodně nasmáli a dokázali si povídat hodiny o svých životech, o přírodních fun faktech, či o TikTok a Instagram trendech, které je štvou nebo baví. Od začátku to mezi nimi jiskřilo a v jeden den, když šli spolu z kina, Petra pozvala Matúše k sobě domů.

Hned po zabouchnutí dveří se začali vášnivě líbat a Petra zavedla Matúše na postel do svého pokoje. Po intenzivní líbací session se Matúš zeptal, jestli chce Petra pokračovat a po jejím entuziastickém zakývání hlavou jí svlékl tričko a postupně se oba svlékli donaha. Postupně vzájemně dotyky prozkoumali svá těla, oba byli velmi vzrušení. Petra se natáhla k nočnímu stolku, vytáhla z něj kondom a zeptala se Matúše, jestli by chtěl pokračovat takto. Matúš si kondom natáhl na penis a pokračovali sexem v misionářské poloze.

Po nějaké době se Matúš zastavil a s omluvným pohledem se Petry zeptal:

„Vím, že jsi zmiňovala, že bereš antikoncepci. Myslíš, že bych si kondom mohl sundat? Je to tak pro mě příjemnější a cítil bych se k tobě blíž.“

Petra na pár sekund zaváhala, ale následně rychle přikývla. Přišlo jí to v něčem romantické. Otěhotnět přece i tak nemůže, pomyslela si, a tak pokračovali sexem bez kondomu.

Na druhý den šla Petra s kamarádkami na zahrádku jejich oblíbené kavárny s nejlepším matcha lattečkem. Kamarádky se jí vyptávaly, jak pokračuje její situationship s Matúšem a Petra jim nadšeně popisovala, jakou intimní chvíli včera spolu sdíleli. Zmínila i to, že si Matúš v průběhu sexu stáhl kondom, na což jedna z kamarádek, Eva, chápavě přikývla, ale Soňu to nemile překvapilo a s hlasitějším tónem se obrátila na obě:

„Co jste se zbláznily? Vždyť ho ještě ani pořádně neznáš! Bavili jste se vůbec o tom, jestli se někdy dával testovat a jestli je čistý?“

Petru tato reakce velmi zaskočila, pocítila úzkost a vylekala se své nevědomosti. Na místě téma zahovořily a začaly se bavit o škole, ale později ten den Petra hodně overthinkovala a začala si googlit rizika nechráněného sexu. Asi to opravdu bylo nezodpovědné rozhodnutí, pomyslela si a začala přemýšlet, co s touto situací bude dál dělat.

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co má Petra dělat?

A) Petra počká a na nejbližším setkání s Matúšem téma nechráněného sexu otevře a navrhne, aby se dali oba otestovat na pohlavně přenosné choroby.

B) Petra Matúšovi nejdřív napíše dlouhou zprávu, kde vysvětlí, o čem se bavila s kamarádkami, co zjistila při googlení a zeptá se, jestli by to mohli probrat osobně a dohodnout se na řešení situace.

Pokud zvolíš A)

Petra se rozhodla počkat na další setkání s Matúšem. Celý týden ji sice hlodaly pochybnosti a úzkost, ale snažila se uklidnit a racionálně si vysvětlit, že panika je zbytečná. Když se konečně s Matúšem sešla, chvíli se vykrucovala a nevěděla, jak začít. Nakonec se nadechla a otevřeně promluvila o tom, jak ji znepokojila reakce kamarádky a následné hledání informací o rizicích nechráněného sexu.

„Víš, Soňa má asi pravdu. Nemáme jistotu, jestli jsme oba v pořádku. Co kdybychom se oba nechali otestovat?“ navrhla Petra opatrně.

Matúš se zamyslel a pak přikývl: „Jo, to zní rozumně. Jednou jsem se už testoval, ale bylo to dávno. Stojí to sice peníze, ale jo, je to důležité. Kdy se ti to hodí?“

Petře se ulevilo. Domluvili se, že se co nejdříve objednájí na testy. Petra byla ráda, že se o tom s Matúšem dokázali otevřeně pobavit.

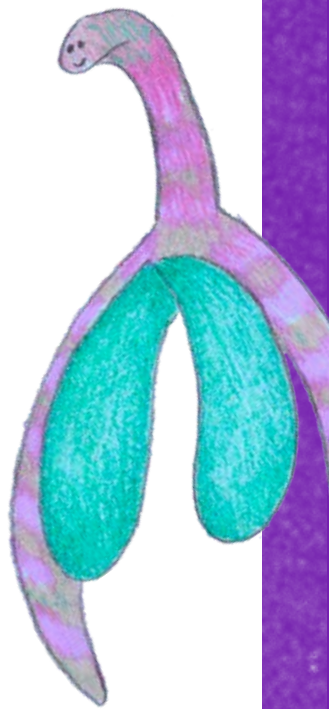
Pokud zvolíš B)

Petra se rozhodla napsat Matúšovi zprávu. Pečlivě volila slova, aby ho nevyděsila nebo neobvinila. Vysvětlila mu, jak ji znepokojila reakce kamarádky a že si uvědomila, že o jeho sexuální minulosti a testování nic neví.

„Ahoj Matúši, včera jsem se s kamarádkami bavila o tom, co se mezi námi stalo, a jedna z nich mě upozornila na rizika nechráněného sexu. Uvědomila jsem si, že o tom vlastně nic nevíme. Můžeme se o tom prosím pobavit osobně? Nechci tě obviňovat, jen se mi zdá důležité si to vyjasnit a případně se domluvit na dalším postupu.“

Matúš odepsal překvapeně, ale vstřícně: „Ahoj Petro, chápu. Můžeme se sejít a promluvit si o tom. Kdy máš čas?“

Když se sešli, Petra se mu omluvila za to, že to řeší zprávou, ale chtěla si promyslet, co mu chce říct. Matúš ji ujistil, že je to v pořádku, a pověděl jí, že se v minulosti, když byl s předchozí partnerkou, testoval a že je čistý. Petra mu na oplátku řekla, že kromě braní antikoncepce chodí pravidelně na gynekologické prohlídky. Domluvili se, že do budoucna budou o těchto věcech otevřeně mluvit. Nakonec si slíbili, že budou zodpovědní a že se do budoucna budou chránit i kondomem.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

MATÚŠ A PETRA MĚLI NECHRÁNĚNÝ SEX

- Před čím nás chrání antikoncepce ve formě pilulek a před čím nás chrání použití kondomu?
- Jaké znáte jiné typy ochrany před přenosem STI – sexuálně přenosných infekcí – kromě kondomu?
- Existuje nějaká ochrana i pro osoby, které nemají penis?
- Víte, co znamená stealthing? Zvládli* y byste to vysvětlit?
- Víte, kam se dá jít na testování na sexuálně přenosné infekce?
- Jak byste reagovali* y vy, pokud by se vám takhle svěřila kamarádka? Co a jak byste jí řekli* y?
- Jak byste téma otevřeli* y ve vztahu?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

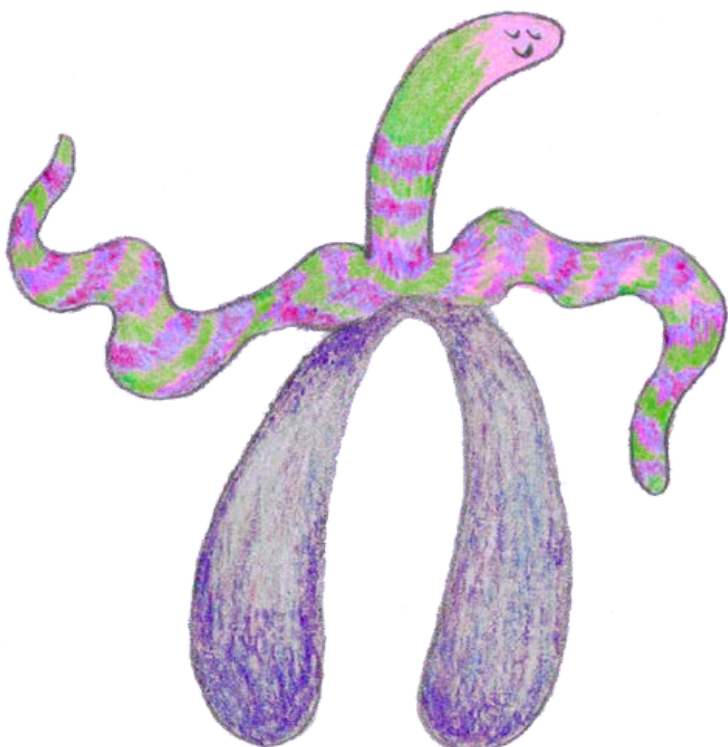
8. EDITA ZJIŠŤUJE, ŽE NEMÁ ZÁJEM O SEX



Editě je sedmnáct a zjišťuje, že je asi trochu jiná než ostatní. Všimá si, že v seriálech, na které se dívá na Netflixu, mají hlavní postavy často hodně sexu, jakoby se na sebe někdy jen podívaly a hned dostaly chuť si to rozdat. To jí dřív přišlo mega nerealistické, jenže na střední se začali podobně projevovat i lidi kolem ní. U kluků ze třídy si to nejprve vysvětlovala tím, že se jenom předvádějí, ale pak se to rozjelo i u jejích dvou besties, Rozálie a Tristana.

Rozálie se jí svěřila, že ji hrozně rajcuje Eliáš, se kterým se znají z dramaťáku. Prej krásně voní, má fakt talent na hraní a Rozálie mezi nima cítí hrozně hot chemii, takže je jenom otázka času, než spolu skončí v posteli. Tristan zase začal asi před měsícem chodit s Mariánem a už několikrát Editě nadšeně vykládal o tom, jak je Marián strašně sexy, jak božsky líbá a jak se nemůže dočkat, až se spolu konečně vyspí. Editě tak začíná docházet, že intenzivní sexuální přitažlivost asi není jen výmysl romantických seriálů. Vypadá to, že ji pociťují všichni kromě ní.

Editu to nijak extrémně netrápí, říká si, že je v poho, že to má jinak. I přesto se ale občas cítí trošku zmateně a osaměle.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

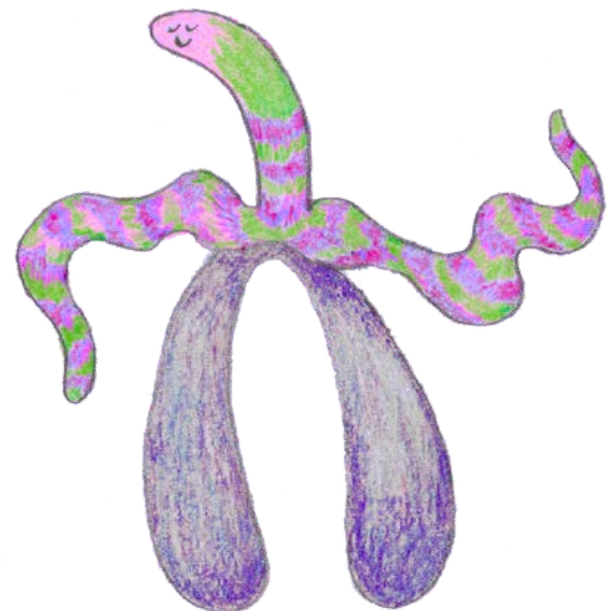
PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co by měla Edita udělat?

A) Probrat to s kamarádstvím.

B) Zkusit odpovědi najít online.



Pokud zvolíš A)

Rozhodne se to tedy probrat s Tristanem, protože jak se říká, víc hlav víc ví.

„Hele Tri, možná to overthinkuju, ale poslední dobou přemýšlím nad tím, že nějak nerozumím tomu, když se řekne, že je někdo sexy. Jakože mi vlastně nikdo sexy nepříjde.“

„Oukeeej, tady má někdo asi nějaký vysoký nároky,“ popíchne ji Tristan.

„Hej ne, fakt. Nemyslím to tak, že by se mi nikdo nikdy nelíbil. Víš přece, že jsem minulý rok hrozně crushovala na Ivana ze čtvrtáku, když mě doučoval děják.“

„No jo, to je true vlastně.“

„Je to spíš prostě tak, že jako... když se mi někdo líbí, tak do toho pro mě vůbec nevstupuje nějaká sexuální přitažlivost. Že mě jako ani vůbec nenapadlo, že bych chtěla mít s Ivanem sex. Spíš jsem s ním chtěla chodit na nějaký cute dates, poslouchat jeho ranty o barokní architektuře, možná se s ním držet za ruku, nějaký kisses a tak. Romantika, to jo, ale na sex s ním jsem nijak nemyslela, a vlastně ani nevím, jestli by mi něco takového bylo příjemný,“ vysvětlí Edita.

„Jo jasně, už to asi chápu. Ale tak to je u holek normální, ne? Že vy jako vlastně ten sex tak moc nechcete a spíš jsou to ti muži, co to iniciují.“

Edita po Tristanovi hodí nechápavým pohledem.

„Bro. Tomu fakt věříš? A jak by pak asi fungoval lesbický sex?“

Tristan se zasměje.

„No jo, to je fakt. Ted' když se nad tím zamýšlím, tak to zní jako nějaká blbost, co by zandal můj sexistickéj děda.“

„Mega,“ souhlasí se smíchem Edita. Po chvíli ticha dodá: „spíš přemýšlím, jestli to třeba nemůže být nějaká orientace, nebo spíš jakoby její absence. Neslyšel jsi náhodou někdy o něčem takovém?“

Tristan se zamyslí.

„Hej, ty jo, vlastně slyšel. Úplně mi to vypadlo. Marián mi nedávno vykládal, že má nějakýho kámoše, co nemá vůbec zájem o sex. Jestli si to pamatuju správně, tak se prý označuje jako ,asexuál'. Údajně je takových lidí víc a mají i nějaký fórum na internetu nebo co. Můžu se zkusit Mariána zeptat, jestli by vás nemohl propojit, kdybys chtěla.“

Po krátkém zvážení Tristanovy nabídky Edita přikývne.

„Tak jo, to by bylo cool, moc dík. Myslím, že bych ocenila mít někoho, s kým si o tom můžu víc pokecat.“

„No jasně, to chápu. I got you sis. Hned Mariánovi napíšu.“

Edita je najednou o dost klidnější. Sice ještě nemá všechny odpovědi, ale je vděčná za Tristanovu podporu a vidinu setkání s někým, kdo to má stejně jako ona, jí dělá radost...

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Pokud zvolíš B)

Edita se tedy rozhodne zkusit sílu internetu s nadějí, že tam třeba najde nějaké odpovědi. Nejprve ale vůbec neví, co by vlastně měla do vyhledávače napsat. Jak by měla popsat to, co prožívá?

Napadne ji zkusit napsat jednoduše „**nemám chuť na sex**“. Na to jí vyjede hromada článků o ztrátě libida a jejích příčinách. Edita si povzdechne. To vůbec není to, co hledá. U ní nejde o nějakou náhlou změnu, která by mohla souviset se stresem nebo hormonálníma změnami. Jak to ale popsat jinak?

Zkusí to tedy ještě jednou. Tentokrát do vyhledávače napíše „**nikdo mě sexuálně nepřitahuje**“. Zase se jí objeví spousta výsledků, co se zdají být absolutně mimo:

Porucha sexuálního vzrušení.

Proč mě partner sexuálně nepřitahuje?

Poradna: Muži mě nepřitahují, jsem lesba?

Nic z toho není Editin problém – teda aspoň si to myslí. Necítí se nijak nemocně nebo narušeně, žádného partnera nemá a holky ji taky nerajcují, takže lesba nejspíš není. Naopak se jí loni hodně líbil Ivan ze čtvrtáku, ale ani s ním neměla o sex zájem...

Edita je čím dál víc frustrovaná svým neúspěšným hledáním a v hlavě má skoro větší chaos než předtím. Co když je fakt jediná, kdo prostě necítí potřebu mít sex? Nebo hůř, co když je to fakt nějaká porucha?

Už už to chce vzdát, ale nakonec zascrolluje ještě o kousek níž. *Poslední pokus*, říká si, a najednou na ni vyskočí článek na Wikipedii:

Asexualita

sexuální orientace vyznačující se absencí sexuální přitažlivosti vůči jakémukoli pohlaví [...]

Asexualita není celibát, tedy dobrovolné nebo povinné vzdání se sexuálního života, ale absence touhy po něm, tedy absence potřeby sexuálního života.

Podíl asexuálních osob je odhadován řádově v jednotkách procent populace.

Omg, mohlo by tohle být ono? Ten popis na Editu dost sedí...

Edita se rozhodne koncept asexuality blíže prozkoumat. Čím víc si o něm čte, tím víc to s ní rezonuje. Damn, jak to, že se dozvídá až teď, že něco takového existuje? Už se těší, až se o to, co zjistila, podělí s Tristanem a Rózou.

Hlavně ale cítí mega úlevu, že existují i jiní lidi, co to mají stejně jako ona...

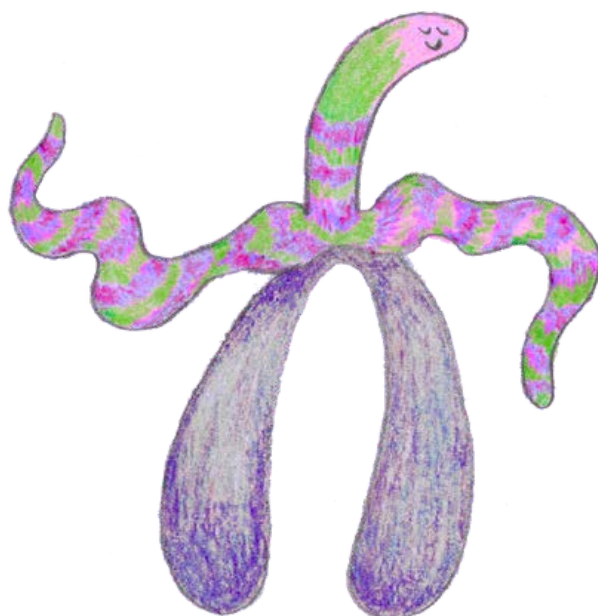
RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

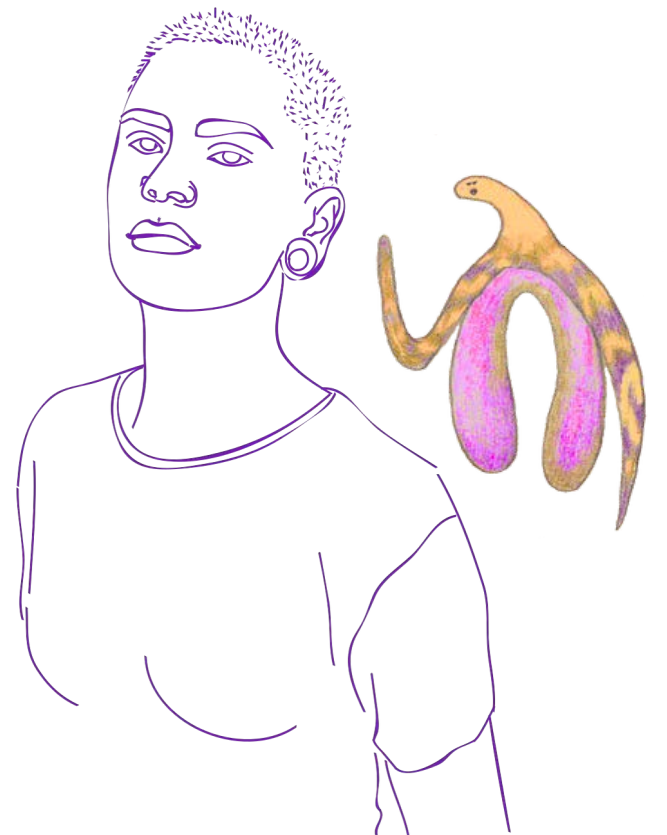
EDITA ZJIŠŤUJE, ŽE NEMÁ ZÁJEM O SEX

- Setkaly* i jste se už s konceptem asexuality?
- Pokud ano, v jakém kontextu? Pokud ne, dává vám vysvětlení obsažené v příběhu smysl?
- Znáte nějaké stereotypy spojené s lidmi, kteří mají menší zájem o sex než ostatní nebo o sex nemají zájem vůbec?
- S jakými domněnkami, komentáři či reakcemi (ať už pozitivními nebo negativními) se takový člověk může setkat?
- Víte, jaký je rozdíl mezi asexualitou a aromanticitou? Zkuste ho vyvodit na základě informací z příběhu.
- Jak byste reagovali*y, kdyby se vám někdo z vašich kamarádů*ek svěřil s něčím podobným?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

9. GUSTAV MÁ OBAVY, ŽE SE S NÍM VALERIE ZAČNE V POSTELI NUDIT



Gustav už nějakou dobu chodí s Valerií a mega si s ní rozumí. Koukají na stejné seriály, oba je baví k-pop a taky mají podobný smysl pro humor, takže si neustále posílají vtipné reelska a tiktoky. Nechybí samozřejmě ani nějaká ta romantika, cute randíčka, líbačky a tak. Před týdnem se spolu dokonce poprvé vyspali. Ani jeden z nich ještě předtím nikdy sex neměl, tak to bylo místy trochu rozpačité, jak to někdy u prvního sexu bývá, ale i tak se shodli, že si to oba mega užili.

Gustav se rozhodne podělit se o svoje nově nabyté zkušenosti s kámošem Brunem. Bruno vyzvídá, k čemu teda přesně došlo a nejradši by chtěl co nejvíc detailů. V tom ho Gustav trochu mírní, protože přece jenom jde o intimní chvílky mezi ním a Val, ale i tak Brunovi prozradí dost na to, aby se na něj Bruno nakonec trochu posměšně ušklíbl.

„Kámo a to je všechno? Tss, nějakej misionář, no oukej, asi tím nikoho neurazíš, ale je to hrozně vanilla. Takhle ji to s tebou brzo přestane bavit.“

**Gustav znejistí. Byl by fakt nerad, kdyby se s ním Val začala nudit.
„Jak to jako myslíš?“ zeptá se.**

„Ty seš fakt bezradnej,“ směje se Bruno. „Zamysli se trochu. Díváš se přece na porno, ne?“

**Gustav váhavě přikývne. Řešit tohle téma s Brunem mu přestává být příjemný.
„No... jako jo, ale jak to spolu souvisí?“**

„Souvisí to tak, bráško, že když nemáš zkušenosti, tak z porna vysleduješ, co se holkám líbí. Chápeš? Pak pochopíš, že nudnej vanilkovej sex je nebere.“

Tak tahle interakce Gustavovi fakt zamotala hlavu. Co když má Bruno pravdu? Hezký vzpomínky na první sex s Val jsou najednou zahalený v mlze nejistot...

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co by měl Gustav udělat?

A) Dát na Brunovu radu a zkusit příště něco odvážnějšího.

B) Promluvit si o tom s Val.

Pokud zvolíš A)

Gustav se tedy rozhodne, že až budou zase spolu s Val v posteli, zkusí to trochu opepřit. Na příležitost nemusí čekat dlouho. Jen o pár dní později má Val celý barák pro sebe, protože její rodiče odjeli na víkend pryč, takže se s Gustavem domluví, že u ní přespí. A plán na večer mají jasný...

Když jsou zrovna v nejlepším, Gustav se rozhodne, že teď je ten správný moment vyzkoušet, co mu Bruno doporučil. Nad tím, čím konkrétně se má inspirovat, nemusí dlouho přemýšlet. *Tohle se přece těm holkám v pornu vždycky líbí.* Gustav napřáhne ruku...

Plesk!

...a silně udeří Val do hýždě.

„Jau! Proč mě mlátíš?!“ vykřikne okamžitě Val.

Sexy nálada mezi nimi je naráz ta tam.

Gustav zamrzne. Takovouhle reakci fakt nečekal. Val se od něj mezitím odtáhne a hodí po něm nechápavým pohledem.

„Co to jako mělo být, Gusto?“

„Promiň, já...“ začne Gustav váhavě. Pak ale zakroučí hlavou. Cítí se hloupě a trapně, do vysvětlování se mu teď fakt nechce. **„Promiň,“** zopakuje jen.

Nastane trapné ticho. Ani jeden neví, co si s touhle situací počít.

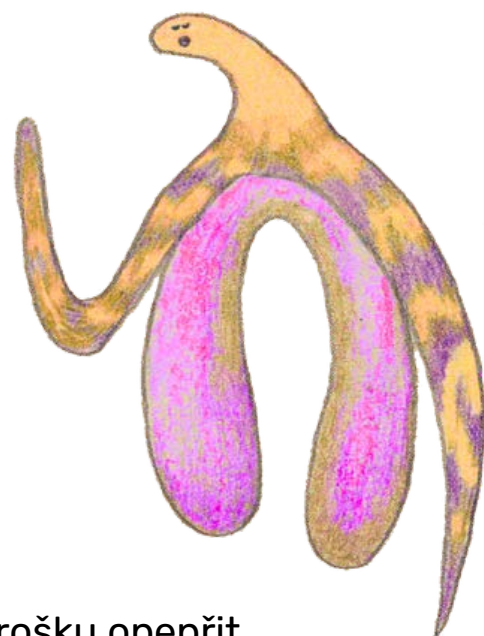
Po chvíli v sobě Gustav najde odvahu promluvit.

„Myslel jsem, že se ti to bude líbit.“

Valerie si povzdychne.

„No... asi už je to jasný, ale nelíbilo se mi to. Spanking a podobný věci mi nic neříkaj, kór, když to přijde takhle nečekaně bez předchozí domluvy.“

Asi jsem do toho neměl skákat takhle po hlavě, pomyslí si Gustav...



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Pokud zvolíš B)

Gustav tedy usoudí, že nejlepší bude si o tom s Val upřímně promluvit. Je z toho sice nervózní, ale při nejbližší příležitosti sebere odvahu a téma nadhodí. Kolikrát už slyšel, že komunikace je základ?

„Val? Můžu na tebe mít možná trošku divnou otázku?“

„Tak teď se trochu bojím, co přijde,“ směje se Val, „ale jasně. O co jde?“

„No... hele, říkal jsem si, jestli jseš spokojená s tím, co spolu děláme v posteli,“ vysvětluje Gustav.

O konverzaci s Brunem se rozhodne pomlčet.

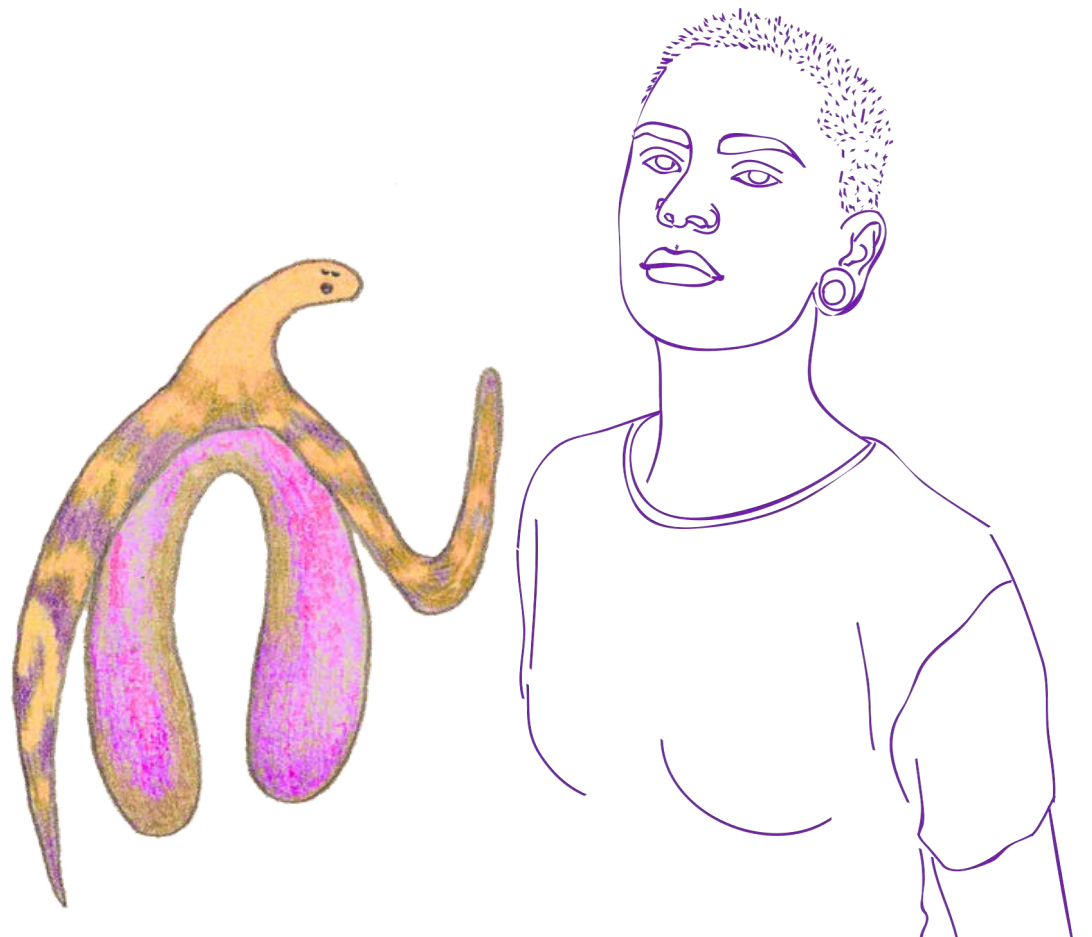
„Ne že bych od tebe chytal nějaký divný signály v tomhle ohledu, ale prostě... jsem o tom přemýšlel no, jakože jestli třeba chceš dělat něco jinak nebo jestli třeba není něco, co ti v tom chybí a tak. Aby ses v tom třeba nenudila...“

Uf, tohle je trochu cringe, pomyslí si Gustav. Zároveň ale cítí úlevu, že to ze sebe dostal. Jeho úleva se ještě znásobí, když se na něj Val usměje a chytne ho za ruku.

„Wow, mega cením, že se takhle ptáš. Díky.“

Val se na chvíli odmlčí a pak dodá: „Už teď je to s tebou fakt krásný a určitě se nenudím. Ale můžeme se třeba pobavit o tom, co bychom spolu chtěli zkusit.“

Teď už se úsměv rozlije po tváři i Gustavovi. Je fakt rád, že se to rozhodl s Val otevřeně probrat...



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

GUSTAV MÁ OBAVY, ŽE SE S NÍM VALERIE ZAČNE V POSTELI NUDIT

- Co si myslíte o tom, co Gustavovi řekl Bruno?
- Znáte pojem vanilla sex/vanilkový sex? Pokuste se ho vysvětlit na základě informací obsažených v příběhu.
- Je porno vhodným zdrojem inspirace? Proč ano/proč ne?
- Jak byste postupovali*y, kdybyste chtěli*y s partnerem*kou vyzkoušet v sexu něco nového?
- Znáte nějaké příklady sexuálních praktik, které lidé přejímají, protože se objevují v pornu?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

10. MENSTRUAČNÍ PAIN NENÍ FAKE



Klára měla náročný den. Čekala ji mega důležitá prezentace, kterou dávala dohromady skoro měsíc a fakt to nechtěla zkazit. Ale už od rána byl její vibe na nule. Přišla ta věc a dneska to byl obzvlášť špatný level.

Prezentace začala a Klára stála před celou třídou. Necítila se jen divně, ale její nevolnost eskalovala. Břicho jí drtilo, tekla jí studený pot a hlavou jí nešel text, ale jen ten brutální diskomfort. Jak mluvila, mimoděk se držela za břicho a hlas se jí trásl. Najednou zaslechla šepot z první řady:

„Zase ji bolí břicho. Jakože seriously? Už to fakt přehání, ne?“

Na konci prezentace Klára málem ztratila vědomí. Učitelka to chytla a poslala ji si sednout. Klára jen rychle zamumlala sorry a zmizela ze třídy.

Druhý den ráno si Klára odskočila na záchod. Zatímco byla v kabině, zaslechla toxic rozhovor svých spolužaček: **„Vidělas včera, jak to Klára zase přehrávala? Musím uznat, good acting, ale nikdo z menzesu neodpadává. Už je to fakt cringe.“**

Druhý hlas váhavě namítl: **„Myslíš, že to fakeovala? Vypadalo to dost autenticky. Mně samotné to někdy dá zabrat.“**

Rozhovor skončil, ale Kláře bylo fakt zle. Zůstala tam dlouho, přemýšlela, jestli je vážně jen precitlivělá nebo jestli je tak slabá, že to nezvládá jako ostatní.

Doma si Klára s termoforem na břicho řekla: „Zkusím to vygooglit.“ Zadala svoje symptomy a neustále na ni vyskakovalo slovo endometrióza. Popisovalo silné bolesti, křeče, únavu a zažívací potíže – prostě přesně její story. Klára přemýšlela, co teď s tím infem udělá, aby se ve třídě necítila jako loser.

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co má Klára udělat?

A) Klára zavolá své bestie Adéle a vysype jí, co zjistila.

B) Klára osloví svou cool učitelku biologie s prosbou o pomoc – chce info o endometrióze dostat do celé třídy.

Pokud zvolíš A)

Klára se potká s Adélou a projedou celou Klářinu situaci – co zjistila a co si vyslechla na záchodě. Kláře se uleví, ale Adéla má dobrý point: Klára musí jít ke gynekoložce, aby měla fakt jistotu a mohla začít řešit správnou léčbu. Klára se rozhodne, že to dál ve třídě nebude řešit a poznámky spolužáků a spolužaček bude ignorovat.

Pokud zvolíš B)

Klára se rozhodne oslovit učitelku biologie, které fakt věří. Svěří se jí s podezřením na endometriózu a požádá ji, jestli by to téma nemohla hodit do výuky. Učitelka souhlasí a při první příležitosti otevře ve třídě diskuzi o menzesu. Klára se nejprve necítí moc chill, protože spolužáci a spolužačky po ní občas šilhají, ale nakonec převáží nadšení z toho, že se o tom mluví nahlas. Když učitelka zmíní endometriózu, Klára se odváží přihlásit.

„Všichni víte, jaké problémy skoro každý měsíc mám. Možná je to hardcore uvěřit, když jste to nezažili, ale já se fakt cítím tak zle, jak vypadám. Dlouho jsem si myslela, že to ,jen‘ nedávám. Že jsem prostě přecitlivělá. Dneska ale už vím, že prožívat menzes takhle není normální. A že to není mnou.“

Klára si oddechne, spadl jí kámen ze srdce. Cítí se o dost líp, protože to konečně řekla nahlas. V třídě se rozjela mega diskuze. I další holky sdílí své zkušenosti a kluci se naopak ptají na věci, které je zajímají a které se dosud neodvážili ze sebe dostat.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

MENSTRUAČNÍ PAIN NENÍ FAKE

- Proč je důležité, aby Klára navštívila gynekologa/gynekoložku a nespoléhalo se jen na internet, i když se v příznacích poznala?
- Proč si spolužačky myslely, že Klára „přehrává“ a její stav je „trapný“?
- Proč bylo důležité, že se Klára v možnosti B přihlásila a řekla to nahlas? Co tím riskovala a co získala?
- Jak může znalost těchto témat pomoci všem v jejich budoucích vztazích?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

11. REBEKA ŘEŠÍ SVŮJ PRVNÍ CRUSH NA DÍVKU



Rebeka seděla u svého přeplněného stolu, na klíně měla skicák a v ruce se jí třásla tužka. Umění pro ni vždy bylo útočištěm, způsobem, jak uniknout před vichřicí, která se v ní odehrávala. Ale v poslední době se její svět obrátil vzhůru nohama. Ne, kvůli umění, ale kvůli něčemu novému, co o sobě zjistila.

Má ráda dívky.

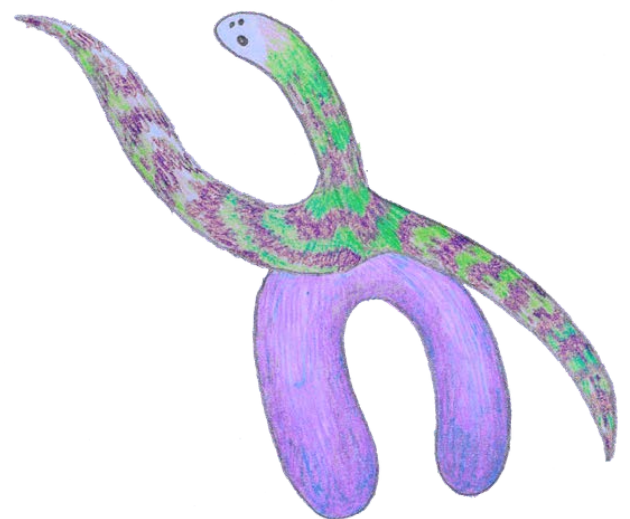
Začalo to zábleskem obdivu, když ji uviděla na semináři k umění. Tichou, plachou a se zářivým úsměvem, z něhož se Rebece rozbušilo srdce. Nikdy předtím k holce nic takového necítila. Její pocity zmátla reakce její mámy, když jí o tom zkusila říct: „**Je to jen fáze. To přejde.**“ Ale Rebeka se nemohla zbavit přesvědčení, že to k ní patří.

V minulosti byly její zkušenosti s randěním s kluky vždy snadné, téměř jako podle scénáře. Obvykle se ujali vedení, iniciovali konverzaci, pozvali ji na rande jako první. Rebeka se nikdy nemusela obávat odmítnutí, připadalo jí to přirozené. Ale teď, když se zabouchla do dívky, se bála, že by ji mohla vyděsit už jen tím, že bude sama sebou nebo že udělá první krok.

Nebyla na to sama. Její přátelé se stali její oporou. Povzbuzovali ji, když se snažila vyznat ve svých pocitech, a její sebedůvěra rostla každým dnem. Přesto tu byla jedna překážka, kterou nedokázala překonat. Jak flirtovat a jak ji pozvat na rande, aniž by se třásla jako osika.

Jednoho odpoledne, frustrovaná a nejistá, se Rebeka obrátila na Olivera, svého nejlepšího kamaráda:

„Jak jí mám říct, že se mi líbí? Nebo to jen naznačit?“



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Kterou z následujících rad byste na Oliverově místě Rebece dali*y?

A) „Hej, prostě ji sleduj na Instagramu a lajkní jeden z jejích příběhů. Možná na něj i odpověz, třeba, že se ti líbí její práce nebo tak něco. Pokud ti odpoví, je to dobré znamení, že si později můžete povídat dál. Mám s ní plavání. Jmenuje se Julie a minule jsem na ni narazil na Instagramu, je tam pod @myslimpakkreslim.“

B) „Zkus ji zastihnout před hodinou nebo po ní, třeba když je přestávka nebo tak něco. Jen ji nenuceně pozdrav a možná okomentuj něco, na čem pracuje, nebo co říkala v hodině. Když budeš mít příležitost, zeptej se jí, jestli by nechtěla zajít na kafe nebo limču nebo tak. Hlavně buď real, na nic si nehrej.“

Pokud zvolíš A)

Rebeka chvíli váhala, pak vzala telefon a začala sledovat svůj crush na Instagramu. Procházela její příběhy a srdce jí bušilo, když u jednoho klikla na srdíčko. Trochu nervózní zanechala komentář k roztomilé kresbě. O pár minut později dostala odpověď a na tváři se jí rozlil úsměv. Začaly si více povídat a Rebeka pocítila záblesk naděje, který si předtím nepřipouštěla. Na vteřinu zavřela oči, přemýšlela, co by se mohlo stát dál, a odvážila se představit si budoucnost, kde by její pocity nebyly tak děsivé.

Pokud zvolíš B)

Rebeka se zhluboka nadechla, když se blížila ke svému crushi před učebnou. Srdce jí bušilo, ale přinutila se k úsměvu. „**Ahoj, dneska se mi ve třídě moc líbila tvoje skica,**“ řekla nesměle a doufala, že to nezní příliš nervózně.

Dívka vzhlédla překvapená, ale potěšená.

Začali si povídat o umění a Rebeka cítila, jak její nervozita pomalu povoluje.

Zjistila i její jméno – Julie.

Po několika minutách se tiše zeptala:

„Nechtěla bys třeba někdy po škole zajít na kafe?“

Julie s jemným úsměvem přikývla a na okamžik Rebece všechno připadalo správné.

Budoucnost se táhla před ní, nejistá, ale plná možností.



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

OTÁZKY PRO SKUPINU

REBEKA ŘEŠÍ SVŮJ PRVNÍ CRUSH NA DÍVKU

- Proč si myslíte, že máma Rebeky reagovala tak, jak reagovala?
- Proč řekla, že je to jenom fáze?
- Víte, co je to bisexualita/pansexualita? Dokázali* y byste to vysvětlit?
- Proč byla podle vás Rebeka taková nervózní z oslovení holky, když se žádným chlapcem takový problém předtím neměla?
- Myslíte si, že Julie chápe, že se Rebece líbí?
- Jak by jí to Rebeka mohla dát víc najevo?



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

12. NA ŠKOLE IRMY A OLDŘIŠKY SE ŠÍŘÍ NAHÉ FOTKY



Je pondělí, velká přestávka. Irma hangoutuje na chodbě s Oldřiškou a smějí se nad nějakýma random tiktokama. Zdá se to jako normální školní den.

Najednou ale Irmu a Oldřišku z jejich malé bubliny vytrhne hlasitá konverzace jejich spolužáků. „**Ty vole, čum na ty kozy kámo,**“ vyhrkne Gilbert směrem k Barnabášovi. Oba s velkým zaujetím zírají na obrazovku Gilbertova mobilu.

„**Hmm, no slušný matroš...**“

Holky si vymění nechápavý pohled. Pak Oldřiška zašeptá:

„**To se jako dívají na nějaký péčko nebo co? Takhle na chodbě? Wtf...**“

Irma se už už chystá klukům říct, ať si to nechají na doma, když v tom Gilbert zahlásí:

„**Ziky je fakt borec, že se s náma o ty její nudesky podělil.**“

„**Mega sigma move,**“ souhlasí Barnabáš.

Gilbert s Barnabášem pak popojdou dál a zbytek konverzace už Irma s Oldřiškou neslyší. Oběma ale dochází, že to, nad čím se jejich spolužáci uchechtávali, asi nebylo jenom „obyčejné“ porno...

Ke konci školního dne už celý ročník ví, o co jde: Zikmund ze 3. B rozeslal nahé fotky svojí přítelkyně Radany všem klukům ve třetáku. Ti se nejprve bavili jejich očumováním jenom mezi sebou, ale pak je jeden z kluků přesdílel i do třídního groupchatu 3. A, kde je už chtě nechtě viděly i Irma a Oldřiška. V groupchatu se to jen víří komentáři na účet Radany:

„😏😏😏“

„**šťětko lol**“

„**tak holky a tady můžete vidět, jak má vypadat pořádná ženská**👉“

„**Radana vnašana xdd**“

„**Tohle není onlyfans tvl** 🤖🤖🤖🤖“

„**šlapka... Na jejím místě bych chodila kanálama...**“

Oldřiška s Irmou se do diskuze nezapojují a rozhodnou se, že si u groupchatu vypnou notifikace, dokud se to tam trochu neuklidní. Celá situace je jim dost nepříjemná. Radana naštěstí chodí na jinou školu, tak se o šíření jejích fotek možná ani nedozví, ale i tak jim to nepříjde v pohodě...

RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

ZASTAV SE A ROZHODNI SE

Co by měly Irma s Oldřiškou udělat?

A) Konfrontovat svoje spolužáky na přímo.

B) Říct o tom někomu, komu důvěřují.

Pokud zvolíš A)

Irmě a Oldřišce dění ohledně intimních fotek Radany nedá spát, a na další den se proto rozhodnou vysondovat u svých spolužaček, co si o tom myslí. U některých se s pochopením pro své znepokojení nesetkají, ale jiné přiznají, že jim to taky nebylo vůbec příjemné. Rázná a nebojácná Irma se tedy rozhodne, že ještě ten den zakročí. Jakmile uvidí Gilberta a Barnabáše, jak se zase potutelně smějou nad mobilem, namíří si to přímo k nim.

„Hele a vám tohle jako fakt přijde v pohodě?“ podívá se na ně způsobem, který nenechává moc prostoru na vtípky.

Barnabáš protočí oči **„Co jako zas?“**

„No tak, co asi, kámo. To, že se takhle všem na očích bavíte nad Radaninýma nudeskama. Ona vám je neposlala. Neposlala je vůbec nikomu kromě Zikyho a vy je tady pořád vesele očumujete jak nějakí předpubertální kluci, co nikdy neviděli nahou holku.“

„Ty vole, nedělej z toho zas aféru. Dyť ty fotky má každej, rozeslal je sám Ziky,“ odvětlí Gilbert ve snaze zachovat si frajerskou pózu.

„A právě to je ten problém,“ vloží se do konverzace Oldřiška. **„Ziky je hovado. Vy byste byli v klidu, kdyby někdo bez vašeho souhlasu rozeslal vaše dickpics po celé škole? Fakt?“**

Kluci na chvíli zmlknou, jako by jim teprve teď došlo, o co tu vlastně jde. Okolo stojí pár dalších spolužáků, kteří výměnu poslouchají.

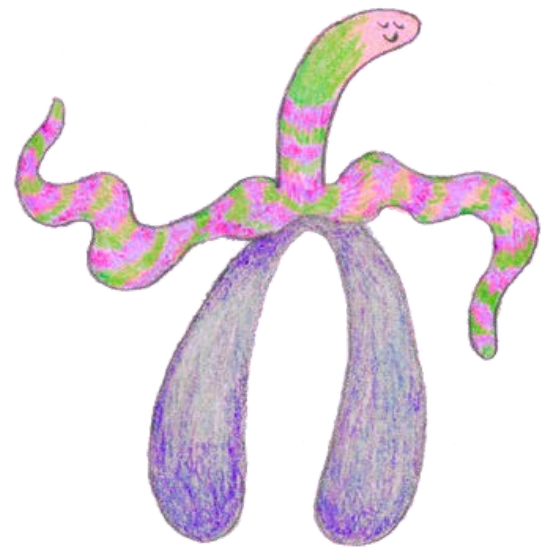
Jeden z přihlížejících si po chvíli odkašle: **„Hej, jakože mají celkem pravdu, bráško. Není to asi úplně ok.“**

Najednou už to nevypadá, že kluci mají většinu na svojí straně. Barnabáš zkusí celou situaci ještě zahrát do outu, ale atmosféra už se změnila. Později ten den Radaniny fotky dokonce zmizí z třídního groupchatu.

Irma s Oldřiškou si večer píšou:

„ta konfrontace byla trochu cringe, ale i tak to stálo za to. udělaly jsme dobrou věc!<3“

„joo, mega!!! minimálně si snad uvědomili, co dělají. a třeba už to příště nezopakují.“



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH

PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Pokud zvolíš B)

Ještě ten den po škole jdou Irma s Oldřiškou společně domů. Obě cítí, že to, co se stalo, je možná větší průšvih, než si ostatní uvědomují, a že by s tím měl někdo něco dělat.

„Víš co, já bych to prostě řekla školní psycholožce,” vyhrkne Irma. „Už jsem s ní parkrát mluvila kvůli stresu ze závěrečných zkoušek a fakt umí člověka vyslechnout a nabídnout pomoc.”

Oldřiška má ve tváři váhavý výraz.

„No, ale nebudeme pak za bonzačky?”

Irma se zamyslí: **„Riziko, že to tak bude někdo brát, je tu vždycky. Ale Radana by nikdy nechtěla, aby se její fotky válely v našem groupchatu. Nedokážu si ani představit, jak by reagovala, kdyby o tom věděla. Ty fotky měly být jen pro Zikyho, vůbec nechápu, že takhle porušil její důvěru. Je to mega fucked up, nemůžeme to prostě nechat být.”**

Další den za školní psycholožkou skutečně zajdou. Je trochu trapný s ní takovou věc probírat, ale holky jsou přesvědčené, že je to krok správným směrem. Psycholožka je vyslechne, poděkuje jim, že s tím za ní přišly, a ujistí je, že situaci bude dál řešit, protože sdílet něčí intimní fotky bez souhlasu rozhodně není v pořádku.

Když Oldřiška s Irmou odcházejí, jsou nervózní ohledně toho, co se bude dít dál, ale taky cítí úlevu.

„Mám radost, že jsme se Radany takhle zastaly,” usměje se Oldřiška. „Sice ji ani neznám, ale tohle fakt nebylo ani trochu v pohodě.”



RESPEKT A HRANICE VE VZTAZÍCH PREVENCE SEXUALIZOVANÉHO NÁSILÍ

Tento materiál vznikl v rámci projektu **Bez násilí: Společně k respektující společnosti**, který byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky.

Výstupy projektu nereprezentují názor Úřadu vlády České republiky a Úřad vlády České republiky neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem těchto výstupů.

