

# Co uznaje się za przemoc seksualną?

SŁOWA KLUCZOWE przymus | gwałt | zastraszanie | poniżanie | nękanie | izolowanie 

Przemoc seksualna to każda próba lub popełniony czyn o charakterze seksualnym bez aktywnej zgody wszystkich stron. Jak omówiono w innych tekstach, zgoda odnosi się do dobrowolnej i entuzjastycznej aprobaty wszystkich zaangażowanych osób na interakcję seksualną.

Przemoc seksualna może wiązać się **z użyciem siły fizycznej, przymusu, zastraszania, upokorzenia lub wykorzystania odurzenia narkotykowego lub alkoholowego innej osoby** lub jej niezdolności do wyrażenia zgody.

Przemoc seksualna obejmuje (ale nie ogranicza się do):

- Gwałt (który może być spowodowany przez nieznaną osobę lub znajomą, ale zdarza się nawet w małżeństwie lub na randkach)
- Niechciane dotykanie
- Molestowanie seksualne i wszystkie jego formy (werbalne, niewerbalne i fizyczne)

- Niechciane komentarze lub zaloty o charakterze seksualnym, w tym wysyłanie sekwencji za pośrednictwem mediów cyfrowych
- Groźby przemocy związane z wyrządzeniem komuś krzywdy na tle seksualnym, takie jak znęcanie się nad jego częściami intymnymi (okaleczanie narządów płciowych)
- Groźenie innymi konsekwencjami, takimi jak utrata pracy, jeśli zachowanie seksualne nie zostanie wykonane
- Wykorzystywanie seksualne osób, które są zbyt młode, aby wyrazić na to zgodę, takich jak nastolatki i dzieci
- Wykorzystywanie seksualne osób niepełnosprawnych fizycznie lub umysłowo
- Prostyucja lub przymusowy handel ludźmi
- Przymusowe małżeństwo lub konkubinaty (izolowanie kogoś w celu zamieszkania z nim)
- Nagrywanie lub udostępnianie bez zgody zdjęć lub filmów o charakterze jednoznacznie seksualnym
- Odmawianie komuś prawa do stosowania antykoncepcji lub podejmowania kroków w celu ochrony przed rozprzestrzenianiem się chorób przenoszonych drogą płciową
- Sprawdzanie czyichś części intymnych w celu dowiedzenia, czy dana osoba jest dziewicą

**Słuchaj swojego przeczucia, jeśli mówi, że coś jest nie tak.** Jeśli Ty lub ktoś, kogo znasz, doświadcza przemocy seksualnej, oto co możesz zrobić:

- Nadaj priorytet bezpieczeństwu, wzywając służby ratunkowe: zgłoś się na policję i poszukaj pomocy medycznej w przypadku jakichkolwiek obrażeń

- Szukaj wsparcia u przyjaciół lub rodziny
- Skorzystaj z telefonów zaufania w celu uzyskania wskazówek
- Zachowaj dowody, jeśli to możliwe, abyś mógł podjąć kroki prawne
- Rozważ skorzystanie z usług doradczych w celu uzyskania wsparcia emocjonalnego
- Zapoznaj się z zasobami edukacyjnymi online

**Poszukiwanie pomocy jest oznaką siły**, a ludzie są gotowi udzielić wsparcia i wskazówek. Nigdy nie uciszaj siebie, aby chronić kogoś innego!



**INKLUZYWNOŚĆ I  
BEZPIECZEŃSTWO**

