



# ANO a NE ve vztahu

2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.



**Co-funded by  
the European Union**



# let's sign about sex



Tyto materiály byly vytvořeny s finanční podporou programu Abakus Erasmus+ v rámci projektu Let's Sign About Sex.

Materiály nesmí být šířeny bez souhlasu.

Vypracovala organizace Freya, z. s., [www.freya.live](http://www.freya.live)

---

Materiály od Freyi byly projektovým týmem doplněny o snadno čitelné záznamy a informace o existujícím videomateriálu.



**Co-funded by  
the European Union**

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie ani Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za ně nenesou odpovědnost.

# Informace



Tato ikona označuje, že informace budou lektory workshopu znakovány v ČZJ.



Tato ikona označuje, že v lexikonu LSAS je k dispozici **videomateriál v ČZJ**



Tato ikona označuje, že pro účastníky je k dispozici pracovní list.

**Když řeknu ANO, může to znamenat NE?**



## Co je to souhlas

Souhlas znamená vyřčené ANO.

Dáváme k něčemu svoje svolení.

Přijímáme nabídku, kterou nám druhý člověk udělal.



Například:

„Chtěl bys se mnou večer jít do kina?“

„Tak jo.“

**Přijmout**

Tolerovat

Uvědomit si

## Jak by měl souhlas vypadat?



**Souhlas by měl být:**

### **Aktivní**

To znamená, že nezůstaneme zticha, ale ukážeme navenek náš skutečný souhlas. A to verbálně nebo svým chováním.

### **Dobrovolný**

Znamená dát osobě svůj souhlas bez nátlaku nebo vyvolávání strachu.

Každý by se měl cítit být v bezpečném prostředí, ve kterém může říct NE, aniž by se bál možných negativním následků.

**Verbálně**

Použitím

mluveného nebo  
znakového jazyka



## Informovaný

Znamená, že všichni přítomní vědí čeho se účastní a jaké následky může mít jejich rozhodnutí.

**Následky**

Dopad

Efekt



## Konkrétní

Každý dává souhlas k jedné konkrétní situaci v konkrétním čase.

Jakmile se daná situace změní, musíte se na souhlas zeptat znovu.

## Průběžný

Jen proto, že jsme jednou někomu dali souhlas, automaticky to neznamená, že jsme ho dali na roky dopředu.

Každý může kdykoliv svůj souhlas vzít zpět.

**Konkrétní**  
Specifický  
Nezaměnitelný  
Každý případ zvlášť

## Nadšený

Souhlas by měl být doprovázen pozitivními reakcemi a pocity.



To znamená, že pokud se pro něco opravdu nadchneme a těšíme se na konkrétní aktivitu, dáme k ní souhlas.

**Nadšený**

Natěšený

Zajímá mě to

## Jak poznám, že mi někdo dal svůj souhlas?

Daná osoba nám může **napřímo** říct, že nabízenou věc nebo navrhovanou aktivitu přijímá a je v jejím vlastním zájmu.



Nebo osoba reaguje nadšeně a pozitivně.

Můžeme tedy souhlas vypožorovat i z chování osoby.

# ANO a NE ve vztazích



**Mlčení**



**Souhlas**





Pokud si **nejste jisti**, jestli člověk naproti vám souhlasí, je naprosto v pořádku se **zeptat**.

Například:

„Můžu se tě tady dotknout?“

„Chceš abych tě objala?“

„Můžu pokračovat?“

„Líbí se ti to?“

Za zeptání se na souhlas se nemusíte stydět.

Je to správná věc!



Pokud je odpověď váhavá nebo nejistá, nejde o souhlas.

Například:

„Já ti nevím.“

„Hele, jak chceš ty.“

„Možná...“

**Někdy se ten druhý prostě jen bojí říct vám NE.**

## K čemu všemu lze dát souhlas?

Prakticky k čemukoliv, co zahrnuje účast druhé osoby.



Například v oblasti sexuality a vztahů můžete chtít souhlas k tomu, když se vás chce někdo dotknout, políbit vás, obejmout, pozvat vás na rande nebo pokud by mělo dojít k intimnímu a pohlavnímu styku.



## K čemu všemu lze dát souhlas?



Nezapomínejte na to, že pokud je někdo například opilý nebo spí, není takový člověk schopen nám dát svůj dobrovolný a informovaný souhlas.

## Věk a zákon



Věk pro souhlas (kdy můžete mít legálně pohlavní styk) se liší podle toho, kde žijete.

Na území Evropské Unie se věk souhlasu pohybuje mezi 14 – 18 rokem. V Česku je tato hranice 15. rok života.

**Sex a zákon**





**Co je to nesouhlas?**

**Co je odmítnutí?**

Rozumíme tím odmítnutí podaného návrhu.

**Příklad:**

**Návrh:**

„Šla bys se mnou na rande?“

„Spíš ne, vůbec na to nemám náladu.“

Odmítnout lze také požadavek.

**Příklad:**

**Požadavek**

„Chtěl bych se líbat. Co si o tom myslíš?“

„Mně se nechce. Nikdy mě to moc nebavilo.“

**Co je to nesouhlas?**

**Co je odmítnutí?**

Odmítnout můžeme také něčí chování.

**Příklad:**

**Aktivita druhé osoby:**



„Mám rozkoukaný zajímavý erotický film. Přidáš se ke mně?“

„Ne, na tohle já vůbec nekoukám.“

## Co je odmítnutí?

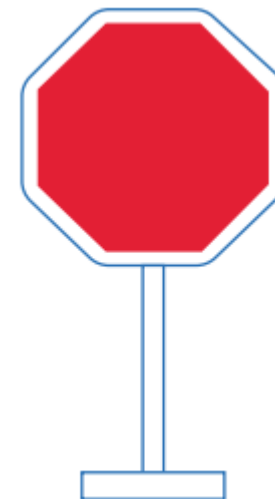
Je jedním ze způsobů vyjádření toho, že něco nechceme.



Například:

„Tohle nechci dělat.“

„To se mi nelíbí.“



**NE vždy znamená NE!**

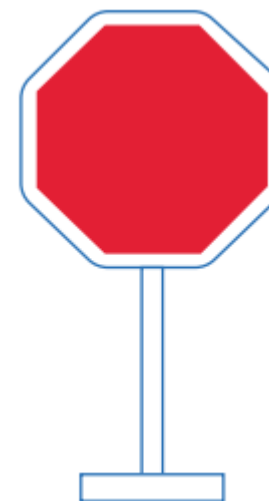
## Jak vypadá odmítnutí?

Odmítnutí:



Nějakého návrhu (např.: „Šla bys se mnou na rande?)

„Ne, nemám na to náladu.“



## Jak vypadá odmítnutí?



- NE v jakékoliv podobě. Například: „No.“ „Ne, děkuji.“ „Dneska ne.“
- Osoba se začíná chovat jinak než předtím.
- Ustoupí stranou.
- Sundám ruku druhé osoby ze svého těla, pokud ji tam nechci.

## Jak vypadá odmítnutí?



I když už byl jednou dán souhlas, může se i tak objevit některá z forem odmítnutí.

Například:

Protože už se vám nelíbí to, co se vám před chvílí líbilo.

Protože se vám to nelíbí od začátku.

Rozmysleli jste si to.

## Jak vypadá odmítnutí?

**Rozmysleli jste si to:**



Každý má právo svůj souhlas vzít zpět a říct UŽ NE.  
Ten druhý by měl okamžitě přestat s tím, co zrovna  
dělá.



## Jak poznám, že druhý nesouhlasí?

Osoba vám může říct **napřímo**, že nesouhlasí. Osoba reaguje změnou chování. Najednou uvidíme, že je druhý nervózní, smutný, nesvůj apod.



Pokud si nejsme jisti, jestli se daná věc nebo aktivita druhé osobě líbí nebo ne, je lepší se pro jistotu zeptat.

Například.

„Je všechno v pořádku?“

„Nelíbí se ti něco?“

**Pro jistotu**

abychom věděli

**Reagovat**

Odpovídat

Chovat se jinak  
než před chvílí

## S čím lze nesouhlasit?

Osoba může nesouhlasit s čímkoliv, co se jí týká.

Máte právo kohokoliv a cokoliv odmítnout – dokonce i ve vztahu.



Například nemusíte vždy souhlasit s návrhem svého partnera na sex.

**Můžeme odmítnout cokoliv,  
z čeho se cítíme nepříjemně.**



**Je v pořádku říct NE jak dítěti,  
tak i dospělému.**



## S čím lze nesouhlasit?

Je velice důležité respektovat odlišné názory ostatních.

**Respekt**

Přijetí  
Shoda

Například:

- Můžeme navrhnout jinou náhradní aktivitu
- Řekneme si, že je v pořádku když druhý něco nechce
- Zeptejme se, co by chtěl ten druhý

**Aktivita**

Akce



## S čím lze nesouhlasit?

**Například:**

Když se mě někdo zeptá, jestli mě na pozdrav smí políbit na tvář,



odpovím:

„Ne, děkuju.“

Na druhou stranu můžu navrhnout jiný způsob přivítání:

„Ale můžu tě aspoň obejmout, pokud chceš.“

## S čím lze nesouhlasit?



Nikdo se nás nesmí dotýkat, pokud to sami nechceme. Pokud někdo nerespektuje naše NE, můžeme to říct blízké osobě, které věříme.



## Hraní rolí: Výraz pro ano a ne

Verbálně (řeknu nebo znakuji)

Výrazem obličeje

Gesty (neverbálně)



Skupiny po dvou



Otázky na ukázkou:

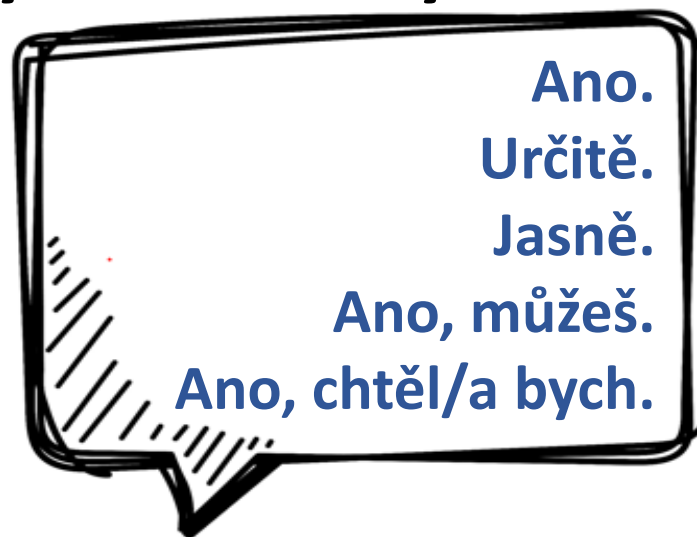
- Chtěl bys kousek čokolády?
- Mohl bych tě pozvat na zmrzlinu?

## Souhlas – verbální (mluvení nebo znakování)



Znamená vyjádření se za použití slov a vět. A to ať už mluveným slovem nebo ve znakovém jazyce.

Vyjádřete se jednoduchými **slovy nebo znaky**:



## Verbální odmítnutí (mluvení nebo znakování)



Osoba by v tuto chvíli měla přestat nebo nezačínat aktivitu, kterou chtěli dělat.

## Souhlas (výrazem obličeje nebo gesty)

Vyjádřete neverbálně váš souhlas pro:

Ano, pojd' blíž.

Jo, to bych chtěl/a.

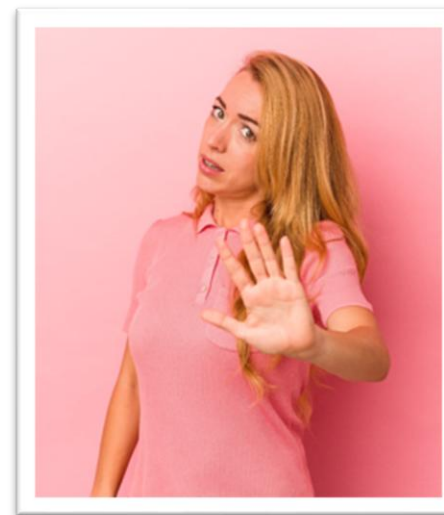


## Odmítnutí (výrazem obličeje nebo gesty)

Pamatujte na slovo NE.

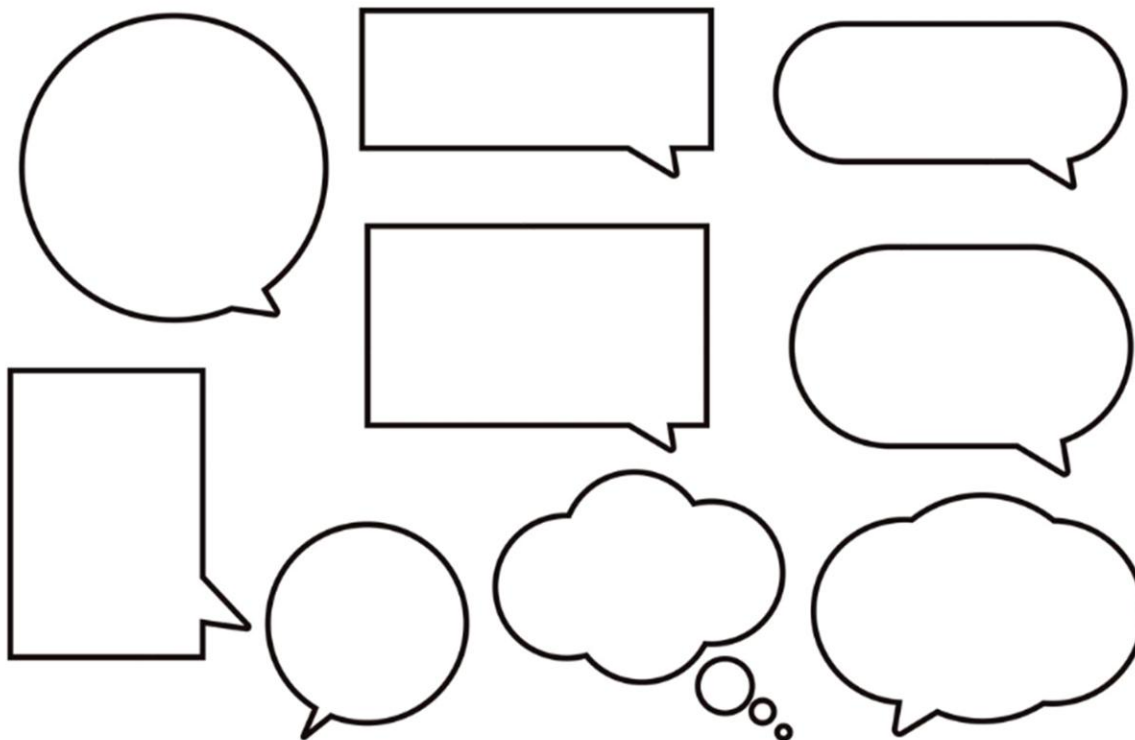
Vyjádřete svůj nesouhlas neverbálně  
použitím výrazu obličeje nebo gesty:

**Ruka před tělem**  
**Zavrtím hlavou**  
**Gestem pro NE!**



**Dialog**

**Cvičení**



Chceš se mnou jít na rande?

Může muž takovou nabídku vůbec odmítnout?

Dokážeme z obrázku posoudit, jestli má z takového návrhu radost?



Image: © Sensoa - flag system

Souhlasí.  
Jak by měl odpovědět?



**Chceš si ke mně  
přisednout?**

Co si o tom myslíš?

Cítí se žena na obrázku příjemně  
nebo nepříjemně z takového  
návrhu?

Jak jste to poznali?

Jak jinak by se mohl muž zeptat?



Jak by mohla žena  
odpovědět?



Image: © Sensoa - flag system

Co si o tom myslíte?



Přeje si muž vepředu, aby  
ho druhý muž obejmul?

Co na obrázku naznačuje  
ANO a co ukazuje NE?



Mohl bych tě obejmout?

Odpověď je NE.



Jak by měl správně  
reagovat?



Image: © Sensoa - flag system

**Chceš se mnou jít na rande?**

**Nezlob se na mě, ale ne.  
Teď s nikým nechci chodit.**

Jak by měla žena  
reagovat na odmítnutí?

Vymyslete alespoň 2  
odpovědi.



Image: © Sensoa - flag system



Kvíz