

## **Škótska telefónna linka pomoci pre obeť znásilnenia – 08088 01 03 02 (bezplatný telefón + minicom)**

Škótska telefónna linka pomoci pre obeť znásilnenia je linka pomoci s najširším rozsahom podpory a informácií v Škótsku pre osoby od 13 rokov, ktoré čelili sexuálnemu násiliu, bez ohľadu na to, kedy a ako sa to stalo. Linka pomoci funguje sedem dní v týždni od 18.00 h do polnoci a ponúka bezplatnú pomoc na začiatku vzniku problému a podporu v krízových situáciách, pričom zachováva dôvernosť informácií. Linka pomoci poskytuje podporu aj priateľom a príbuzným obetí, ktorí chcú hovoriť o tom, ako na nich pôsobí odhalenie znásilnenia, a o tom, ako pomôcť obetiam sexuálneho násilia. Linka pomoci ponúka službu minicom pre nepočujúcich alebo sluchovo postihnutých, a ak vaším rodným jazykom nie je angličtina, dokáže zabezpečiť aj tlmočenie.

### Sexuálne násilie pomocou drog

#### Rozsah problému

V posledných rokoch sa znásilnenia a sexuálne útoky páchané pomocou drog vyskytujú čoraz častejšie. Užívanie drog a alkoholu s cieľom spôsobiť, aby bola obeť sexuálne zraniteľnejšia, nie je nič nové, zvýšil sa však rozsah a dostupnosť drog, ktoré nemajú žiadnu chuť, zápach a ťažko sa zisťujú.

Skutočný rozsah problému sa ťažko odhaduje pre problémy s nedostatočným ohlasovaním týchto činov a rýchlosť, akou sa podané látky vyplavujú z tela. Volajúci na škótsku linku pomoci pre obeť znásilnenia, ako aj do miestnych centier, potvrdzujú, že tieto skúsenosti má z domova aj zo zahraničia veľké množstvo ľudí.

#### Užívanie alkoholu a drog

Najčastejšou drogou sprevádzajúcou sexuálne násilie páchané pomocou drog je stále alkohol. Ide o situácie, keď sa do nápojov bez vedomia obeť pridávajú silnejšie nápoje alebo prilieva väčšie množstvo alkoholu. Takéto primiešanie drog sa často prehliada a môže byť dôvodom neprítomnosti iných drog, ktorá sa ukáže po vykonaní testov.

Obete sa o tom často boja hovoriť zo strachu pred obvineniami z požitia alkoholu alebo iných rekreačných drog pred znásilnením. Dôležité je zdôrazniť, že bez ohľadu na to, či boli alkohol alebo drogy požitie vedome alebo nevedome, za sexuálne násilie je vždy zodpovedný jeho páchatel'.

Hoci vo všeobecnosti pretrváva názor, že znásilnenia páchané pomocou drog sa odohrávajú najmä v baroch a kluboch a páchajú ich neznámi útočníci, môžu sa odhrať aj doma, na pracovisku alebo kdekoľvek inde a spáchať ich môžu ľudia, ktorých obeť poznajú a dôverujú im. Nejde len o problém v mestských oblastiach a len o primiešanie do alkoholických nápojov. Drogy sa

neprimiešavajú len ženám, ale aj mužom, ktorí tiež môžu byť obeťou sexuálneho násilia alebo iných motívov, napríklad lúpeže.

### Podávané drogy

Vo všeobecnosti sa do nápojov okrem alkoholu primiešavajú aj sedatíva, ktorých účinky sú v kombinácii s alkoholom silnejšie a nebezpečnejšie.

Užité drogy môžu mať veľmi rýchly účinok, ktorý môže pretrvať niekoľko hodín. Asi najznámejšou drogou je rohypnol, hoci neexistujú dôkazy, že by sa v Spojenom kráľovstve užíval vo veľkej miere. Užíva sa však množstvo iných liekov na predpis a nepovolených látok, napríklad ketamín, temazepam, válium, GBL a GHB.

### Účinky

Účinky sa líšia v závislosti od konkrétnej drogy, patria k nim však:

- amnézia (strata pamäti),
- ospalosť,
- znížená/zhoršená schopnosť úsudku,
- nezreteľný rečový prejav,
- nevoľnosť alebo vracanie,
- dezorientovanosť a zmätenosť,
- zhoršenie rovnováhy a koordinácie,
- agresivita,
- zníženie zábran,
- zhoršené vnímanie reality,
- halucinácie,
- otupenosť,
- paralýza.

Mnohé z vyššie uvedených účinkov sú typické aj pre požívanie alkoholu, preto je ťažké drogy rozpoznať. Kombinovanie a zvýšené množstvo požitých drog spolu s alkoholom môže mať závažné zdravotné následky a dokonca ohroziť život, preto je v prípade akýchkoľvek obáv potrebné obrátiť sa na lekára.

### Ak ste sa stali obeťou...

Jedným z najčastejších vedľajších účinkov je amnézia, pri ktorej si nepamätáte väčšinu udalostí. Môže sa stať, že si nájdete na tele zranenia, ktoré naznačujú, že vás niekto napadol, neviete si však spomenúť, o aký útok išlo. Pri ohlásení činu sa tým situácia komplikuje, keďže väčšinou si udalosti nepamätáte, alebo si pamätáte len útržky.

Je tiež ťažké vyrovnať sa s tým emocionálne. Tým, že si nepamätáte, čo sa presne stalo, udalostiam chýba postupnosť, pravdepodobne neviete, kto bol prítomný alebo kam vás vzali, sa proces rekonvalescencie sťažuje a vaše otázky zostávajú nezodpovedané.

### Ohlásenie na políciu

Ak si myslíte, že vás znásilnili, alebo ste sa stali obeťou sexuálneho útoku a chcete tieto skutočnosti ohlásiť na políciu, musíte to urobiť čo najskôr, pretože stopy po drogách sa z organizmu vyplavujú veľmi rýchlo a rovnako rýchlo sa strácajú aj ostatné forenzné dôkazy. Závisí to od podanej drogy, niektoré sa vyplavia po 12 hodinách, niektoré po 48. Polícia vám odoberie krv, moč a vzorku ochlpenia a vykoná forenzné vyšetrenie bežné v prípadoch znásilnenia alebo sexuálnych útokov.

Pracovníci podpory na škótskej linke pomoci pre obeť znásilnenia poskytujú podporu bez ohľadu na to, či chcete alebo nechcete hovoriť o možnosti ohlásenia udalostí. Môžu vám poslať informačný leták o polícii a právnom systéme, kde nájdete podrobnejšie informácie o tom, čo treba očakávať, ak sa rozhodnete udalosti ohlásiť.

Aj keď sa rozhodnete neohlásiť udalosti na polícii, môžete mať otázky o dostupných službách a pomoci na zabezpečenie svojej bezpečnosti, ošetrenie zranení, ktoré ste mohli utrieť, dostupnosti vyšetrení sexuálneho zdravia alebo antikoncepcie v prípade núdze. Škótska linka pomoci pre obeť znásilnenia vám môže ponúknuť možnosť o týchto veciach hovoriť, ale zabezpečí vám aj emocionálnu podporu.

### Vplyv na vás

Sexuálne násilie nás ovplyvňuje v mnohých oblastiach a každý sa s ním vyrovnáva inak. Neexistuje žiadny „normálny“ spôsob reakcie a podpora vám môže ponúknuť priestor na rozprávanie o probléme a pomôže dať vašim pocitom zmysel. Ďalšie informácie o niektorých bežných účinkoch obsahuje náš informačný leták o znásilnení a sexuálnom útoku, ktorý vám môžu naši pracovníci podpory poslať, alebo o ňom s nimi môžete hovoriť.

Skúsenosť, ktorej ste čelili, ešte sťažuje to, že si z nej skoro nič nepamätáte. To, že sa niečo stalo, môžu naznačovať iné dôkazy, napríklad modriny alebo krvácanie, ako aj to, že ste sa ocitli na neznámom mieste alebo s neznámym človekom. Je možné, že si udalosti budete opätovne premietat' v hlave a trápiť sa myšlienkami na to, čo sa mohlo stať. Ak sa útoky stali pred dlhším časom, možno si začnete spomínať na útržky udalostí, čo však môže byť rovnako stiesňujúce, a vyhľadanie podpory môže preto pomôcť.

Aj keď vám táto podpora pravdepodobne neposkytne odpovede na otázky týkajúce sa úsekov, ktoré si nepamätáte, je dôležité vedieť, že podpora je dostupná. Škótska linka pomoci pre obeť znásilnenia môže poskytnúť podporu bez ohľadu na to, či si udalosti presne pamätáte alebo nie, či sa stali nedávno alebo pred dlhším časom. Pracovníci linky vám nepovedia, čo sa stalo, ale

---

ponúknu vám priestor na rozprávanie, rozoberanie vašich pocitov a poskytnú vám informácie o ďalšej pomoci a službách.

Zapamätajte si, že to nie je vaša vina a zaslúžite si pocit istoty, zaslúžite si byť vypočutí a určite si zaslúžite potrebnú pomoc.

### **Miestne krízové centrá pre obeť znásilnenia**

Aberdeen Rape & Abuse Support: 01224 620 772

Argyll & Bute Rape Crisis Centre: 0800 121 46 85

Central Scotland Rape & Sexual Abuse Centre: 01786 471 771

Dumfries & Galloway: 01387 253 113

Dundee Women's Rape & Sexual Abuse Centre: 01382 201 291

Edinburgh Women's Rape & Sexual Abuse Centre: 0131 556 9437

Fife: 01592 642 336

Glasgow Rape Crisis Centre: 0141 552 3200

East Ayrshire Rape Counselling & Resource Centre: 01563 541 769

Lanarkshire Rape Crisis Centre: 01698 527 003

Perth Women's Rape & Sexual Abuse Centre Perth & Kinross: 01738 630 965

Western Isles Rape Crisis Centre: 01851 709 965