



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Poradenské a kariéerní  
centrum VŠPJ

V Š P  
Vysoká škola  
polytechnická  
Jihlava



# 5 kroků pro osoby, které se staly obětí sexuálního obtěžování

- I.** Neobviňujte se za to, co se vám stalo. Není to vaše vina, chyba ani hanba. **Zodpovědnost za nevhodné chování nese vždy člověk, který se jej dopustil.**
- II.** Řekněte někomu o tom, co se vám stalo. **Zkuste se obrátit na člověka, kterému věříte a s nímž se budete cítit bezpečně.**
- III.** Pokud je to možné, **uchovávejte si materiály, které zachycují nevhodné chování** (e-maily, SMS, printscreeny, nahrávky apod.). Poproste o svědectví spolužáky/ spolužačky, kolegy/kolegyně, případně jiné aktéry, kteří by mohli potvrdit, co se stalo. K vašemu svědectví budeme ale přistupovat stejně vážně i v případě, že takového materiálu k dispozici nemáte.
- IV.** Pokud jste se rozhodli vaši záležitost řešit, **vystupujte prosím pod svým jménem**, i když víme, že to pro vás může být velmi těžké. Nikdy nebudeme postupovat dále bez vašeho stálého souhlasu a svolení.
- V.** Pokud **chcete situaci řešit sami a vyjádřit svůj nesouhlas, doporučujeme písemnou komunikaci**. Je dobré začít napsáním e-mailu dotyčné/dotyčnému o tom, že vám jeho/její chování vadí a že jej považujete za nevhodné a netolerovatelné. Ve zprávě by mělo být uvedeno, **co vám konkrétně vadí a proč společně s návrhem dalšího postupu**. Pokud by nedošlo ke změně, **můžete se obrátit na kontaktní osoby** pro další postup.



Poradenské a kariéerní centrum VŠPJ

Mgr. Hana Vláčilová, psycholog

Tel.: 567 141 104, mobil: 778 412 857, e-mail: [psycholog@vspj.cz](mailto:psycholog@vspj.cz)