

Teatr Jaracza



Krysia Bednarek
Barbara Bendyk

Czas na wielki numer

Krysia Bednarek

Barbara Bendyk

Czas na wielki numer

REŻYSERIA Barbara Bendyk

DRAMATURGIA Krysia Bednarek

SCENOGRAFIA I KOSTIUMY Wiktoria Kubat

RUCH SCENICZNY Urszula Parol

KOMPOZYCJA DŹWIĘKU Joanna Szczęsnowicz

REŻYSERIA ŚWIATŁA Karolina Czerniawska

VIDEO Michał Lejczak

INSPICJENTKA, SUFLERKA Katarzyna Brudek

REALIZATORZY ŚWIATŁA Rafał Chmielewski, Olaf Makiewicz

REALIZATOR DŹWIĘKU Waldemar Osiecki

OBSADA

Natalia Klepacka ————— Kaja

Monika Badowska ————— Maja, mama Kai

Matylda Paszcozenko ——— Gaja, żart, Kaja 2, standupperka
z narzędziami aka Baba Drag Queen

licencjodawcą jest Stowarzyszenie Autorów ZAiKS

PRAPREMIERA NA MAŁEJ SCENIE

15 LISTOPADA 2025 ROKU

**We are born
naked,
the rest is
drag.**

RuPaul

W Polsce zdajemy się wciąż rozumieć przemoc seksualną wyłącznie jako fizyczny akt w postaci gwałtu oraz bagatelizować te zachowania przemocowe, które nie pozostawiły widocznych śladów na ciele. Wciąż istnieje opór przed uznaniem istnienia gwałtu małżeńskiego, jak kiedyś gwałtu na randce (*date rape*), nie doczekaliśmy się jeszcze polskich określeń na *stealthing*, *revenge porn*, czy *slut-shaming*.

Jeśli Polka padnie ofiarą któregoś z wymienionych aktów przemocy, z dużym prawdopodobieństwem nigdzie tego zdarzenia nie zgłosi, ponieważ często sama nie będzie świadoma faktu, że to, co ją spotkało, jest przemocą lub przestępstwem. Jednak w tym wypadku wiedza kobiety niestety niewiele jej pomoże w konfrontacji z systemem. Bo jak wyjaśnić dyżurnemu policjantowi, że partner podczas konsensualnego współżycia podstępem zdjął prezerwatywę, przez co została narażona na zakażenie infekcjami przenoszonymi drogą płciową oraz na zajście w niechcianą ciążę?

Kamila Raczyńska-Chomyn, *Czym jest slut-shaming?*, w: Paulina Klepacz, Aleksandra Nowak, Kamila Raczyńska-Chomyn *Dziwki, zdziiry, szmaty. Opowieść o slut-shamingu*, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2021

Wciąż nie dość głośny, zrozumiały i zinternalizowany jest fakt, iż za zgwałcenie winę ponosi gwałcieł, a nie jego ofiara. Niezależnie od tego, jak zachowywała się ofiara, zanim u sprawcy pojawiła się chęć odbycia z nią stosunku, to jeśli nie wyraziła na niego zgody, doszło do zgwałcenia. Strój, makijaż, przyjęcie zaproszenia na kawę czy do mieszkania sprawcy lub sprawczyni bądź też kokieteryjne zachowanie nie oznacza przyzwolenia na seks! Pozwolenia na seks nie można również wnioskować z faktu, że ofiara była sama na ciemnej ulicy, podróżowała samotnie pociągami lub innym środkiem komunikacji, była pod wpływem alkoholu. Jest to jednak wiedza słabo zinternalizowana nie tylko przez społeczeństwo, ale także przez przedstawicieli organów ścigania.

Joanna Piotrowska, Alina Synakiewicz, *Dość milczenia. Przemoc seksualna wobec kobiet i problem gwałtu w Polsce*, Wydawca Fundacja Feminoteka, Warszawa 2011

**O niektórych rzeczach
trudno pisać. Kiedy coś ci się
przydarzy, idziesz o tym
napisać i albo dramatyzujesz,
albo opisujesz lekceważąco,
przesadnie podkreślasz to,
co złe, albo ignorujesz to,
co ważne, w każdym razie
nigdy nie opiszesz tego tak,
jak byś chciała.**

Sylvia Plath, *Dzienniki 1950-1962*, przekład Paweł Stachura,
Joanna Urban, Wydawnictwo Marginesy, Warszawa 2022

Doświadczamy rasizmu i seksizmu, zanim jeszcze dysponujemy słowami, które pozwalają zrozumieć, czego właściwie doświadczyliśmy. Kiedy powracasz do własnej przeszłości wyposażona w pojęcia takie, jak rasizm, dostrzegasz wszystko to, czego wtedy nie dostrzegałaś, czego nie byłaś w stanie dostrzec. Dlatego właśnie tę część naszego feministycznego wysiłku psucia zabawy, którego celem jest nazywanie problemów po imieniu, możemy traktować jako poezję. **Przeszłość ożywa, pobudzona przez nowe znaczenia.** Zostajesz wyobcowana z przeszłości; ponownie składasz ją w całość. Aranżacja przeszłości na nowo, choć nie jest po prostu aktem przemeblowania, może nieco go przypominać, i tutaj bowiem zmienia się sposób, w jaki doświadczamy przestrzeni. Ten psujabawowy akt składania przeszłości w całość zbliża nas do prawdy, przybliża nam nasze prawdy psujabawy. Otwieramy drzwi do przeszłości i wpuszczamy ją do środka, ponieważ nie dostrzegałyśmy określonych zjawisk – przemocy, jej struktury, powtarzalności i wzorców – wtedy, kiedy pojawiały się na naszej drodze. Żeby otworzyć drzwi, musimy czasem przerwać działanie.

Sara Ahmed, *Twarzą w twarz* Lorde określa pojęcia rasizmu i seksizmu jako "słowa dorosłych", w: Sara Ahmed, *Przewodnik feministycznej psujabawy*, przekład Magdalena Kunz, Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2024

**Życie niektórych osób
wydaje się płynąć niczym
strumień narracji;
moje ma wiele końców
i początków. To właśnie
z tobą robi trauma.
Przerywa watek. [...]
Zdarza się, a potem życie
toczy się dalej. Nikt cię
na to nie przygotowuje.**

Jessica Stern, *Denial: A Memoir of Terror*,
w: Bessel van der Kolk, *Strach ucieleśniony. Mózg, umysł i ciało
w terapii traumy*, przekład Małgorzata Załoga, Wydawnictwo
Czarna Owca, Warszawa 2024

Jasne, #NotAllMen – nie każdy jest mizoginem czy gwałtcielem. Nie o to chodzi. Chodzi o to, że: #YesAllWomen – wszystkie boimy się tych, którzy nimi są. [...] Zapytano studentów i studentki, co robią, żeby się chronić przed gwałtem. Młode kobiety opisywały skomplikowane sposoby, które stosują, aby zachować czujność, i które ograniczają im swobodę poruszania się, środki ostrożności, które podejmują na co dzień; z ich odpowiedzi wynikało, że właściwie cały czas mają w tyle głowy, że ktoś może je zaatakować (młodzi mężczyźni, siedzący na tej samej sali, słuchali tego w ośpieniu). Przepaść między światami mężczyzn i kobiet na chwilę stała się widoczna.

Rebecca Solnit, *Mężczyźni objaśniają mi świat*, przekład Anna Dzierzgowska, Wydawnictwo Karakter, Kraków 2024

**Nasze ciała to teksty,
które przekazują
wspomnienia, pamiętanie
nie jest zatem niczym
innym, jak ponownym
ucieleśnieniem.**

Katie Cannon, w: Bessel van der Kolk, *Strach ucieleśniony. Mózg,
umysł i ciało w terapii traumy*, przekład Małgorzata Załoga,
Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2024

Kultura gwałtu oznacza, że mamy do czynienia z otoczeniem, w którym gwałt jest zjawiskiem powszechnym, a media i kultura popularna normalizują i usprawiedliwiają przemoc seksualną wobec kobiet. Podtrzymuje kulturę gwałtu używanie mizoginicznego języka, uprzedmiotawianie ciał kobiet, estetyzowanie przemocy seksualnej i co za tym idzie, tworzenie społeczeństwa, które nie szanuje prawa i bezpieczeństwa kobiet. Większość kobiet i dziewcząt narzuca sobie najróżniejsze ograniczenia dlatego, że gwałty stanowią realne zagrożenie. Większość kobiet i dziewcząt żyje w strachu przed gwałtem. Mężczyźni na ogół nie. W taki sposób gwałt służy jako potężne narzędzie, za pomocą którego cała populacja kobiet pozostaje podporządkowana całej populacji mężczyzn, nawet jeśli nie wszyscy mężczyźni gwałcą i nie wszystkie kobiety padają ofiarą gwałtu. [...]

Przemoc to jeden ze sposobów uciszania ludzi, odmawiania im głosu i odbierania wiarygodności, utwierdzania się w prawie do kontrolowania innych i stawiania tego prawa ponad ich prawem do istnienia. W Stanach Zjednoczonych codziennie trzy kobiety giną, zamordowane przez mężów, partnerów lub byłych partnerów. Jest to zarazem jedna z najczęstszych przyczyn śmierci ciężarnych kobiet w tym kraju. Kluczem do zwycięstwa w feministycznej walce o to, żeby gwałt, gwałt na randce, gwałt małżeński, przemoc domowa i molestowanie seksualne w miejscu pracy zostały uznane za przestępstwa, jest zapewnienie kobietom wiarygodności i słyszalności. [...]

Rebecca Solnit, *Mężczyźni objaśniają mi świat*, przekład Anna Dzierzgowska, Wydawnictwo Karakter, Kraków 2024



Istnieje wiele typologii reakcji ofiar na gwałt. Najbardziej popularny jest trójfazowy model reakcji na sytuację gwałtu. Bezpośrednio po ataku występuje pierwsza ostra faza – szoku i odrętwienia. Może ona trwać od kilku godzin do dwóch tygodni. Ofiara gwałtu jest przerażona, nie może uwierzyć w to, co się stało, odczuwa strach przed sprawcą. Zazwyczaj boi się zwierzyć komuś bliskiemu, gdyż obawia się reakcji ze strony otoczenia. Obawia się słów typu: sama sobie jesteś winna, mogłaś nie prowokować, mogłaś tam nie iść itp. A często sama pokrzywdzona obwinia się za zaistniałą sytuację (mogłam to przewidzieć, jak mogłam być taka naiwna, do niczego się nie nadaję itp.). W tej fazie ofiary zmagają się z poczuciem własnej bezradności, winy, lęku, odczuwają wstyd, głębokie upokorzenie. Niektóre kobiety w tym okresie są nienaturalnie spokojne lub wręcz beztroskie. Zachowują się tak, jakby nic się nie stało. Bliskie osoby mogą być zaskoczone taką reakcją, mogą nawet podejrzewać, że widocznie dla ofiary było to przyjemne albo mało znaczące doświadczenie. Nie wiedzą, że zaprzeczanie czy minimalizowanie to mechanizmy obronne, która chronią człowieka przed konsekwencjami bolesnych wydarzeń.

Gdy ofiara upora się z bezpośrednimi następstwami gwałtu, następuje faza druga – dezorientacji. W tym okresie mogą pojawić się stany lękowe, depresyjne, narasta niepewność, następuje zachwianie dotychczasowego porządku życia. Pojawiają się pytania: Co dalej, jak żyć z czymś takim, czy można zaufać drugiemu człowiekowi? Ofiary zaczynają unikać kontaktów z ludźmi, izolują się, zamykają w sobie. Próbuje zapomnieć, wymazać wspomnienia związane z gwałtem. Faza ta może trwać całymi miesiącami – charakteryzuje ją zwiększenie ryzyka samobójstwa, nadużywanie alkoholu albo leków.

Kolejna faza – reorganizacji, czyli stopniowego powrotu do równowagi, może trwać nawet latami. Ofiara próbuje

powrócić do swojego normalnego rytmu życia. Gwałt zaczyna postrzegać jako incydent należący do przeszłości. Powracają plany, marzenia o bliskości drugiego człowieka, pomimo nieufności do mężczyzn, która zazwyczaj pozostaje na stałe. [...] Z przeprowadzonych badań wynika, że 80% ofiar gwałtu cierpi na zespół stresu pourazowego (post-traumatic stress disorder – PTSD). Najistotniejszą cechą tego zespołu jest pojawienie się charakterystycznych objawów w następstwie obciążającego psychicznie wydarzenia, które amerykańska klasyfikacja DSM-III-R określa jako „wykraczające poza zakres zwykłych ludzkich doświadczeń”. Charakterystyczne objawy PTSD to: powtórne przeżywanie stresującego wydarzenia, natrączywe wspomnienia, powracające koszmarne sny o wydarzeniu, nagłe uczucie, jakby wydarzenie znów miało miejsce, silne napięcie wywołane każdym wspomnieniem o wydarzeniu, czy też przedmiotem, który się z tą rzeczą kojarzy. Uporczywe unikanie bodźców związanych z wydarzeniem lub ogólna utrata wrażliwości na bodźce, unikanie myśli lub uczuć związanych z gwałtem, unikanie działań lub sytuacji, które mogłyby wywołać dramatyczne wspomnienie, niepamięć wydarzenia, utrata zainteresowań ważnymi czynnościami, np. pracą, szkołą, uczucie obojętności lub chłodu, poczucie braku perspektyw na przyszłość. Utrzymujące się objawy zwiększonego pobudzenia, trudności z zasypianiem lub snem, drażliwość lub wybuchy gniewu, trudności w koncentrowaniu się, nadmierna czujność, przesadne reakcje na bodźce.

**Moje ciało
to nie przedmiot. [...]
Moje ciało to ja.
Piszę nim, mówię, krzyczę,
czuję. Tworzę. Nikt go nie
posiada. Nikt nie ma
do niego prawa [...].
I każdy, kto przekracza
granice mojego ciała i mojego
komfortu bez mojej zgody
to molestujący.
Czasem gwałciciel.**

Maja Staśko, *Gwałt to przecież komplement.*
Czym jest kultura gwałtu?, Wydawnictwo Staromiejskiego
Domu Kultury, Warszawa 2017

Nawet po latach ludzie strauumatyzowani często mają ogromne trudności, żeby powiedzieć innym o tym, co ich spotkało. Ich ciała ponownie doświadczają przerażenia, wściekłości i bezsilności, tak jak chęci walki lub ucieczki. Uczucia te są jednak niemal niemożliwe do przekazania. Trauma z natury przywodzi nas na skraj rozumienia, odcinając od języka opartego na wspólnych doświadczeniach i od możliwej do wyobrażenia przeszłości. Nie znaczy to, że osoby dotknięte traumą nie potrafią opowiedzieć o tragedii, która je spotkała. Prędzej czy później większość z nich [...] tworzy coś, co sami nazywają „przykrywką” – opowieść o tragedii, która w pewnym stopniu wyjaśnia otoczeniu dręczące ich objawy i zachowania. Te historie rzadko jednak potrafią uchwycić wewnętrzną prawdę tamtych doświadczeń. Niezwykle trudno jest uporządkować własne traumatyczne przeżycia w spójną relację – opowieść z początkiem, rozwinięciem i zakończeniem.

Bessel van der Kolk, *Strach ucieleśniony. Mózg, umysł i ciało w terapii traumy*,
przekład Małgorzata Załoga, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2024



Alicja Długotłęka: Trauma jest zapisana w mózgu. Bywa, że osoba, która doświadczyła gwałtu, nie może się zrelaksować, głęboko oddychać, ma zaburzoną pracę serca. Czasem wystarczy, że ktoś dotknie jej w sposób, w jaki zrobił to sprawca, by przeżyła ponowny wstrząs. [...] Patrząc czysto biologicznie, umysł ludzki zna dwie podstawowe reakcje na zagrożenie zdrowia i życia – walkę lub ucieczkę. Jeśli jednak dojdą do niego sygnały świadczące, że zastosowanie którejkolwiek z nich jest bezcelowe lub może pogorszyć sytuację, zamiera. Niektóre zwierzęta, czując, że nie zdołają się obronić, udają martwe. To mechanizm biologiczny, który u ludzi działa podobnie. Reakcje na traumatyczne zdarzenia bywają niezrozumiałe nie tylko dla osób postronnych – bardzo często ludzie, którzy doświadczyli traumy, nie potrafią wyjaśnić, dlaczego zachowali się w ten czy inny sposób. Jeśli coś przekracza nasze możliwości poznawcze, racjonalna ocena i odbiór nie wchodzi w grę. Możemy też doświadczyć tak zwanej dysocjacji.

Maja Staśko, Patrycja Wieczorkiewicz: Czym się ona przejawia?

Dysocjacja ma wiele postaci, ale opiera się na oddzieleniu świadomości od doświadczeń i emocji. Na skutek urazowego doświadczenia psychika ulega fragmentacji. Osoba traci świadomą kontrolę nad własną tożsamością, pamięcią, myśleniem, przeżywaniem, własnym ciałem.

„Byłam tam tylko fizycznie”, „odcięłam się od ciała” – to również słowa powtarzane przy opisywaniu doświadczenia gwałtu.

Zaburzeń dysocjacyjnych, często kompletnie niezrozumiałych i w pewien sposób lekceważonych przez otoczenie, może być mnóstwo – od utraty pamięci, to jest amnezji dysocjacyjnej,

poczucia oddzielenia od własnego ciała i umysłu, to jest depersonalizacji, doświadczania zewnętrznego świata jako nierzeczywistego, czyli derealizacji, poprzez utratę tożsamości lub przyjęcie nowej, co nazywamy fugą dysocjacyjną, aż po osłupienie – rodzaj zamrożenia oraz zaburzenia funkcji narządów ciała i ruchu, a także zmysłów. To ostatnie przejawia się zanikiem wrażliwości czucia, nadwrażliwością, zaburzeniem motoryki, koordynacji i równowagi, a nawet paraliżem kończyn, utratą mowy, problemem z przetykaniem, zwieraczami, dysfunkcjami seksualnymi.

W jaki sposób dochodzi do dysocjacji?

Mechanizm ten pozwala odciąć się od doświadczania bieżących wydarzeń, jeśli są one dla nas zbyt trudne do przetworzenia lub wywołują poczucie braku wpływu na rzeczywistość. Dysocjacja występuje, kiedy przekraczane są nasze granice cielesne, nie tylko w sytuacjach uznawanych za przemocowe. [...] Mózg uznaje: skoro nie mam wpływu na powłokę cielesną, w której jestem, odetnę się od niej psychicznie. To, co należało do nas – ciało – przestaje być nasze. Świadomość je opuszcza, obojętnie na to, co się z nim dzieje.

Czym dysocjacja różni się od wyparcia?

Zarówno wyparcie, jak i dysocjacja związane są ze wspomnianą fragmentacją. Wyparcie dotyczy obszaru myślenia, pamięci, tożsamości, a dysocjacja – doświadczania cielesności. Często są ze sobą ściśle związane. Jeśli nasz mózg stosuje mechanizm wyparcia, trauma jest zakodowana w ciele, ale nie jesteśmy świadomi krzywdy, jaka nas spotkała. Nie dopuszczamy jej do siebie, nie pamiętamy lub pamiętamy szczątkowo. Kiedy nasza świadomość dysocjuje, „odłącza się” od ciała, przestajemy rejestrować, co się z nim dzieje. Ciało pamięta, ale doświadczenie znajduje się poza naszą świadomością,

nie potrafimy go świadomie wydobyć i nazwać. Trudne przeżycia stają się w ten sposób oddzielone od pozostałej części osobowości i ulegają zamrożeniu w ciele. Takie odcięcie i odrętwienie może stać się nawykową reakcją na określone bodźce kojarzone z sytuacją gwałtu. Często prowadzi do tego, że osoba unika wszystkiego, co przywołuje traumatyczne wspomnienia – określonych miejsc, sytuacji, zapachów czy głosów. Pochłanianie to mnóstwo energii, zabiera radość życia i może w ogromnym stopniu ograniczać.

Są jednak osoby, które w sytuacji zagrożenia gwałtem walczą za wszelką cenę – niektórym udaje się uwolnić i uciec.

Zamarcie czy też zamrożenie to reakcje graniczne, które wiążą się z utratą poczucia sprawczości i decyzyjności. Należy jednak zaznaczyć, że ocena niebezpiecznej sytuacji jest całkowicie subiektywna i nie u wszystkich osób będzie taka sama. Nasze poczucie sprawczości jest kształtowane przez mnóstwo czynników: kulturę, w której żyjemy, środowisko, wychowanie, wcześniejsze doświadczenia, a prawdopodobnie również wrodzone predyspozycje neurologiczne. Jeśli przemocy doświadcza kobieta, z którą nikt wcześniej o tym nie rozmawiał, nie była nauczona reagowania, obrony własnych granic, bo na przykład w dzieciństwie zmuszano ją do jedzenia rzeczy, na które nie miała ochoty, była całowana i brana na ręce wbrew swojej woli lub bita w ramach kary, może ona nie mieć zasobów, by znaleźć w świadomości jakikolwiek sposób na wyjście z sytuacji. Każdy i każda z nas ma inne możliwości, jeśli chodzi o zareagowanie, zinterpretowanie i przyjęcie traumatycznego zdarzenia. Niektóre osoby podejmą próbę ucieczki, inne nie. [...]

To, że skrzywdzona odprowadza sprawcę do furtki lub robi mu śniadanie, również wynika z zaprzeczenia i wyparcia? Niektórzy twierdzą, że osoby, które doświadczyły gwałtu, nie zachowują się w ten sposób. Bo to nielogiczne.

Są osoby, które bezpośrednio po wypadku samochodowym, mimo odniesienia poważnych obrażeń biorą torebkę i chcą iść do domu. Zdarza się, że osoby, które doświadczyły śmierci bliskich, nie są w stanie przyjąć tego do wiadomości i próbują wykopać zwłoki, przekonane, że ci jeszcze żyją. Nawet amputacja ręki czy nogi może wywoływać odczucia fantomowe – mózg funkcjonuje tak, jakby nie doszło do utraty kończyny. Przykłady można mnożyć. To, ile potrafi wyprzeć ludzka świadomość, by chronić nas przed konfrontacją z bólem i cierpieniem, jest niezwykle. Od osoby, która przeżyła traumę, nie można oczekiwać racjonalnego zachowania, bo szok i dysocjacja uniemożliwiają logiczne myślenie. Dopóki jest w stanie przekonać samą siebie, że nie doszło do katastrofy, będzie unikać konfrontacji z rzeczywistością. [...]

Co to właściwie znaczy, że ciało pamięta, a mózg wypiera?

Na pewno nie znaczy to, że trauma nie jest zapisana w mózgu. Jest, choć możemy nie być tego świadomi. Sytuacja traumatyczna blokuje prawidłową współpracę między procesem poznawczym a procesami fizjologicznymi, czuciowymi i ruchowymi – dlatego terapia traumy polega przede wszystkim na próbach odbudowania tej współpracy. Bywa, że osoba, tak jak już wspomniałam, nie może się zrelaksować, głęboko oddychać, ma zaburzoną pracę serca, jej mięśnie są ciągle napięte. Może mieć też problemy z trawieniem czy oddawaniem moczu, doświadczać bólów psychosomatycznych, może zmienić się postawa jej ciała. Czasem wystarczy, że ktoś dotknie jej w sposób, w jaki zrobił to sprawca, by przeżyła ponowny wstrząs – nawet jeśli

w jej świadomości wspomnienie gwałtu nie funkcjonuje. Istnieje silna i wciąż niedoceniana korelacja pomiędzy doświadczeniem psychicznym a fizycznym.

Maja Staśko, Patrycja Wieczorkiewicz, *Reakcji na gwałt jest tyle, ile osób, które go doświadczyły*, rozmowa z dr n. hum. Alicją Długotłęcką, edukatorką i terapeutką seksualną, wykładowczynią akademicką, w: Maja Staśko, Patrycja Wieczorkiewicz, *Gwałt polski*, Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2020

I tu tkwi cały problem: gwałt realnie jest naszą codziennością, a wszelkie zachowania upokarzające kobiety ze względu na płeć otwierają dla niego pole. Nie dlatego, że panowie mają wielkie libido, wielkie mięśnie i wielkie penisy, ale właśnie dlatego, że w społecznym odczuciu mogą żartować, komentować, podszczypywać i klepać – że to nic takiego, codzienność. Gwałt to wynik kultury i związanej z nią władzy: dlatego nazywamy ją kulturą gwałtu. Kultura gwałtu to gdy kobieta zostaje zredukowana do swojego ciała, a kontrolę nad nim trzyma władza. Władza mówi: za bardzo zakryta i zdejmuję z kobiety ubrania, bo to w końcu plaża, a nie kościół. Władza mówi: za bardzo odkryta i nakłada na kobietę ubrania, bo to w końcu plaża, a nie burdel. Władza mówi: za bardzo odkryta i mierzy spódniczkę, a gdy za długa, wyznacza stosowną grzywnę, bo to w końcu plaża, a nie burdel. Władza mówi: za bardzo odkryta i narzuca na kobietę szal, żeby nie było widać tych grzesznych, ponętnych ramion, bo to w końcu kościół, a nie burdel. Władza mówi: za bardzo odkryta i nie przyjmuje studentki na egzamin lub uczennicy do klasy, bo to w końcu uniwersytet i szkoła, a nie burdel.

Nikt nie pyta kobiety o zdanie. Ciało kobiety staje się obiektem nieustannej walki: im większa nad nim kontrola, tym większa władza. [...]

Gwałt jest gdzieś obok właściwie cały czas – gdy się ubieramy, myślimy, czy to nie zbyt wyzywające, gdy się malujemy, myślimy, czy to już powód do gwałtu, gdy poruszamy się po mieście, myślimy, czy w ten sposób nie prowokujemy gwałticiela, gdy wychodzimy z domu, pamiętamy o komórce, żeby w razie czego móc się skontaktować z najbliższymi, gdy rozmawiamy z kimś na imprezie, uważamy na słowa i gesty. Wina jest po naszej stronie, bo my jesteśmy te złe ciała, które podejmują złe wybory, to my molestujemy mężczyzn naszymi

spódniczkami i dekoltami, przez które muszą nas dotykać, oceniać i komentować.

Bo też na przykład według panów od samoobrony, klepięcie w tyłek to nie jest agresja. Dlatego gdy kobieta zareaguje na nie siłą – kopniakiem lub liściem – sama jest sobie winna, jeśli mężczyzna jej odda. W końcu mogła nie atakować i grzecznie przyjąć wyraz jego aprobaty. A tak została pobita: bo agresja wywołuje agresję. **Prawo do nietykalności cielesnej przysługuje tylko mężczyznom – dla kobiet jego naruszanie to komplement, a niezgoda na molestowanie to kokieteria.** Gwałt jest zawsze obok, bo nasze ciało jest nieustannie obserwowane i oceniane pod kątem seksualnym, więc w każdej chwili może być winne czyjejś reakcji. Nie mamy na to wpływu, to nie my decydujemy, co dla niego będzie wystarczająco prowokujące, to nie my jesteśmy tu od decydowania, dlatego to może stać się w każdej chwili, gdziekolwiek, w domu, u kolegi, na imprezie: tylko dlatego, że mamy cipki, więc spódniczki lub nie, ogolone nogi lub nie, makijaż lub nie i nieustanne poczucie obserwowania i zagrożenia – komentarzem, oceną, krytyką bądź fizycznym wyrażeniem aprobaty: klapsem, obmacaniem czy penetracją. **Bo gwałt to też taki komplement chyba, nie? No bo znaczy, że się komuś podobałam i go podnieciłam. Właściwie powinnam się cieszyć, powinnam być wdzięczna: jestem atrakcyjna, jestem piękna. Mamo, mamó, spodobałam się temu panu! [...]** Dziewczynki mają się cieszyć z końskich zalotów, mają chichotać, gdy ciągnie się je za włosy lub dotyka rosnących piersi, bo to znak, że sprawdzają się jako ciało-towar. Mają biernie milczeć, gdy ktoś na nie gwizdże lub komentuje ich ciało, bo to przecież komplement z jego strony, więc powinny być wdzięczne. Mają też swoją atrakcyjność i poczucie wartości uzależniać od reakcji płci przeciwnej, mają się jej domagać, mają jej pragnąć, żeby lepiej się ze sobą czuć – mężczyźni zaczepkami i komentarzami budują ich

pewność siebie, a która ich nie doznaje, ta wyraźnie czuje, że jest gorsza, nieatrakcyjna, stara, że straciła swój urok lub nigdy go nie miała. **Mężczyzna ma władzę nadawania wartości kobiecie przez molestowanie jej, kobieta może mu się tylko z radością podporządkować lub na nie z wytęsknieniem czekać. Brzmi jak chory żart, co? Bo tym właśnie jest.** [...] Uprzedmiotowienie kobiety odbiera jej możliwość decydowania o sobie i występowania w swoim imieniu w kwestiach, które jej bezpośrednio dotyczą. Układ jest jednoznaczny: oto aktywny mężczyzna, który podejmuje działania, a to bierna kobieta, która im podlega. Tak ustawiona relacja sprawia, że nie ma nic złego w szowinistycznych żartach czy komentarzach obcych na ulicy, które wykluczają odczucia i potrzeby kobiety. Kobieta może mieć lub nie mieć ochoty na żarty i komentarze, może ich sobie życzyć lub nie życzyć, może chcieć lub nie chcieć być redukowana w tym momencie do ciała, więc ich rzucanie jest zwyczajnie ustawianiem władzy, na zasadzie: bo ja mogę; ważne są moje reakcje i podniecenie, a nie jej radość, zażenowanie czy wstyd. Nie zakłada się, że kobieta jest równa, że jest autonomiczna, więc że pewne rzeczy lubi, a pewnych nie, i że potrafi to bezpośrednio komunikować. Zamiast tego wrzuca się ją w schematy wzięte z kultury i powiela się je. **A kultura mówi: goń, gdy ucieka, złap, a będziesz miał większą satysfakcję. Więc kultura mówi: gdy ona nie ma ochoty, nie akceptuj tego, tylko naciskaj, a będzie lepiej niż kiedykolwiek. Więc kultura mówi: gwałć, bo to ci da najwięcej radości [...]. Gwałt to stan totalnego odebrania możliwości decydowania o sobie i swoim ciele kobiecie, to stan maksymalnego przekroczenia integralności jej ciała, a jednocześnie stan absolutnej kontroli i władzy, na który składa się cała uprzedmiotawiająca kobietę kultura.** Bez kultury – gwałt – ten codzienny, powszechny, uwikłany w płęć – nie byłby możliwy; bez niej rzeczywiście stanowiłby patologię gdzieś w ciemnej uliczce, a nie powszechne

doświadczenie wielu kobiet. [...] Gwałt to nasza codzienność – to nie patologia zboczeńców, tylko akt wspierany przez codzienne zachowania, które nie zakładają naszej zgody. Obcy w uliczkach, zorganizowane szajki czy dewianci gwałcą rzadko – zwykle gwałcą mili, normalni chłopcy w domach i z dobrych domów: 22% wszystkich gwałtów to obecny partner, 63% – były, a w 55% do zdarzenia dochodzi w mieszkaniu. Według badań prof. Beaty Gruszczyńskiej z Instytutu Wymiaru Sprawiedliwości trzy Polki tygodniowo umierają w wyniku przemocy domowej. Nie dlatego, że wielkie libido czy niedający spokoju penis, bo przecież mężczyźni zawsze mogą zaspokoić je sobie sami, ale dlatego, że gwałt to potwierdzenie władzy. Potwierdzenie, że ich potrzeby i ich wola są ważniejsze niż potrzeby i wola kobiet, którymi mogą dowolnie dysponować.

Maja Staśko, *Gwałt to przecież komplement. Czym jest kultura gwałtu?*,
Wydawnictwo Staromiejskiego Domu Kultury, Warszawa 2017



Utrwalone mity na temat gwałtów są ważną przyczyną, dla której kobiety po doświadczeniu gwałtu nie ujawniają nadużycia, obwiniają siebie, nie szukają pomocy. Szacuje się, że od 50 do 90% wszystkich gwałtów i prób gwałtów pozostaje niezgłoszonych. Wiele kobiet nie jest w stanie ujawnić swojego doświadczenia nawet w najbliższym otoczeniu, ponieważ spotkają się z zarzutami (lub się ich obawiają), że „źle się prowadzą”, „sprowokowały” itp. [...] Wiktyimizacja wtórna definiowana jest jako „negatywne przeżycia ofiary przestępstwa, które są dalszym następstwem popełnionego na niej czynu”. Ma miejsce wtedy, kiedy ofiara przestępstwa doznaje kolejnej (wtórnej) krzywdy ze strony innych osób – otoczenia, rodziny, bliskich. Nacechowane brakiem empatii, krzywdzące postawy innych ludzi są często wynikiem ciekawości, niewiedzy, nieumiejętności wczucia się w sytuację cierpiącej osoby. [...] Reakcje najbliższych na informacje o gwałcie mają wielki wpływ na to, jak pokrzywdzona będzie działać i jak długo będzie dochodzić do równowagi. Wiele bliskich osób unika rozmów z pokrzywdzoną na temat gwałtu. Mają nadzieję, że to pomoże jej zapomnieć o traumatycznym przeżyciu. [...] Przyczyną unikania rozmów na temat gwałtu z pokrzywdzoną jest także fakt, że większość z nas nie wie, jak pomóc, jak rozmawiać. Odczuwamy skrępowanie, wstyd i obawę przed poruszeniem bolesnego tematu. Możemy się też bać, że niewłaściwym zachowaniem pogłębimy traumę.

Agata Bzdryń, Agnieszka Czapczyńska, Katarzyna Nowakowska,
Joanna Piotrowska, *Jak pomagać, by nie krzywdzić osób po doświadczeniu
przemocy seksualnej w tym gwałtu*, Wydawca Fundacja Feminoteka,
Warszawa 2020

Trauma, jaką jest przemoc seksualna, to przeżycie, podczas którego centralny układ nerwowy doświadcza ekstremalnej stymulacji i upośledza pamięć. Nie chodzi tylko o coś, co potocznie nazywamy dobrą lub słabą pamięcią, ale o to, że dramatyczna sytuacja nie zapisuje się w naszym mózgu w całości, tylko we fragmentach – przez dźwięk, zapach, obraz. Pozostawia chaotyczny zapis, bez opcji stworzenia z niego całości. Chcemy zapomnieć o traumie, ale skojarzone z cierpieniem obrazy i dźwięki wdzierają się na siłę. Bolą. Nie mamy na to wpływu, jak na uciętą rękę. Gdy chcemy sięgnąć po wspomnienia, zdezorientowany mózg odpowiada strachem.

Joanna Drosio-Czaplińska, *Grawitacja gwałtu w: O dobrym seksie*, Poradnik Psychologiczny POLITYKI Ja My Oni, 2012 t. 10

Telefony Wsparcia dla Ofiar Przemocy:

Poradnia Telefoniczna Niebieskiej Linii

22 668 70 00

7 dni w tygodniu
10.00—20.00

Telefon Przeciwpromocowy Feminoteki

888 88 33 88

dni robocze
11.00—19.00

Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

800 12 00 02

bezpłatny
7 dni w tygodniu
całodobowy

Policyjny Telefon Zaufania ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie

800 120 226

bezpłatny
poniedziałek—piątek
9:30—15.30

Telefon Zaufania dla Ofiar i Sprawców Przemocy Seksualnej

22 828 11 12

wtorek—środa
15:00—18:00

Telefon Zaufania dla Kobiet Fundacji FEDERA

22 635 93 92

poniedziałek—piątek
16:00—20:00

Telefon Zaufania Fundacji Praw Kobiet

22 621 35 37

telefon interwencyjny
600 070 717

Fundacja Przeciw Kulturze Gwałtu

506 467 523

oferuje bezpłatną pomoc prawną

Fundacja SEXEDPL

Antyprzemocowa Linia Pomocy

720 720 020

link do poradnika Agaty Bzdyń, Agnieszki Czapczyńskiej, Katarzyny Nowakowskiej, Joanny Piotrowskiej – *Jak pomagać, by nie krzywdzić osób po doświadczeniu przemocy seksualnej, w tym gwałtu* – Feminoteka, Warszawa 2020

<https://rownowazni.uw.edu.pl/wp-content/uploads/sites/105/2024/01/Poradnik.pdf>

REDAKCJA

Joanna Siudzińska Paweł Sztarbowski

OPRACOWANIE GRAFICZNE

homework

Joanna Górską

Jerzy Skakun

WYDAWCA

Teatr Jaracza 

sezon 2025/2026

DYREKTOR Paweł Łysak

ZASTĘPCZYNI DYREKTORA Kamila Golik

KIEROWNIK LITERACKI Paweł Sztarbowski

GŁÓWNA KSIĘGOWA Magdalena Kosim

ZESPÓŁ AKTORSKI TEATRU IM. STEFANA JARACZA W ŁODZI W SEZONIE 2025/2026

Ewa Audykowska-Wiśniewska, Monika Badowska, Katarzyna Cynke, Iwona Drózdź, Barbara Garstka-Puciaty, Urszula Gryczewska, Iwona Karlicka, Dorota Kiełkowicz, Natalia Klepacka, Joanna Koc, Milena Lisiecka, Sara Lityńska, Izabela Noszczyk, Matylda Paszczenko, Aleksandra Posielężna-Siroń, Anna Sarna, Agnieszka Skrzypczak, Szantál Strzelińska, Agnieszka Wiedłocha, Dariusz Bereski, Mikołaj Chroboczek, Sambor Czarnota, Mateusz Czwartos, Hubert Jarczak, Marek Nędza, Radosław Osypiuk, Paweł Paczesny, Wiktor Piechowski, Karol Puciaty, Mariusz Siudziński, Mariusz Stupiński, Michał Staszczak, Łukasz Stawowczyk, Bogusław Suszka, Paweł Tucholski, Krzysztof Wach, Andrzej Wichrowski, Mariusz Witkowski, Marcin Włodarski

INSPICJENTKI, SUFLERKI Marta Baraszkiewicz, Katarzyna Brudek, Anna Królikowska

DZIAŁ LITERACKI Joanna Siudzińska

KOORDYNACJA PRACY ARTYSTYCZNEJ Anna Wróblewska-Chochulska

DZIAŁ PROMOCJI I REKLAMY Bolesław Kuba Galczak (KIEROWNIK), Katarzyna Mańko, Alicja Miśkiewicz, Marcin Nowak

DZIAŁ PRODUKCJI PRZEDSTAWIEŃ Grzegorz Nowak (KIEROWNIK DZIAŁU),
Iga Maczuga (ZASTĘPCZYNI KIEROWNIKA DZIAŁU), PRACOWNIA KRAWIECKA DAMSKA:
Agnieszka Warcholińska-Nowak (KIEROWNICZKA PRACOWNI), Ewa Miazek,
Agata Zielonka, PRACOWNIA KRAWIECKA MĘSKA Joanna Olczyk (KIEROWNICZKA PRACOWNI), Aleksandra Gala, Aleksandra Hanczyc, Jan Cuper, MODELATORNIA
Sławomir Błazewicz (KIEROWNIK PRACOWNI), Sebastian Duczyński, Marek Morawski,
STOLARNIA Zbigniew Chałupka (KIEROWNIK PRACOWNI), Kazimierz Danieluk,
ŚLUSARNIA Mirosław Witkowski (KIEROWNIK PRACOWNI), Piotr Świderek, TAPICERNA
Agnieszka Grabarczyk-Pawlikowska, Paweł Pawłowski, MAGAZYN KOSTIUMÓW
Bogusława Koszlaga, PRALNIA: Mirosława Kaźmierczak, PRACOWNIA SZEWSKA
Sławomir Lewandowski

DZIAŁ EKSPLOATACJI PRZEDSTAWIEŃ Jarosław Wypych vel Wypyszyński (KIEROWNIK),
Jolanta Fidos (KIEROWNICZKA PRACOWNI PERUKARSKO-CHARAKTERYZATORSKIEJ),
Patrycja Adamska, Mariola Graczykowska, Katarzyna Janowska,
Alicja Pachulska, Halina Pawlak, Celina Pawlik, Elżbieta Staniecka, Ewa Tkaczuk,
Krzysztof Rusiecki, Dawid Bierzgalski, Rafał Błoch, Tomasz Dąbrowka,
Filip Klimaszewski, Marcin Kowalski, Piotr Kowalski, Jarosław Makiewicz,
Łukasz Małagowski, Dariusz Muras, Bogdan Przybylak, Robert Rzeźniczak,
Robert Stasiak

DZIAŁ ELEKTROAKUSTYCZNY Łukasz Schwiperich (KIEROWNIK), Karolina Czerniawska,
Julita Głazewska-Gmach, Rafał Chmielewski, Tomasz Gmach,
Bartosz Józefowicz, Krystian Kania, Olaf Makiewicz, Waldemar Osiecki,
Michał Pietrzak, Sebastian Torzewski

BIURO OBSŁUGI WIDZÓW Mateusz Jaszczyk (KIEROWNIK), Katarzyna Czechowska,
Katarzyna Frołow, Sylwia Gołaszewicz, Wojciech Dzwonkowski (KIEROWNIK SEKCJI
OBSŁUGI WIDOWNI)

ZASTĘPCZYNI GŁÓWNEJ KSIĘGOWEJ Monika Marczyk

DZIAŁ KSIĘGOWOŚCI Renata Borowicz, Anna Gronostaj-Cisz, Monika Nowacka.

DZIAŁ PŁAC Dorota Pietrzykowska (KIEROWNICZKA DZIAŁU PŁAC), Katarzyna Pewca,
Agnieszka Źródło

DZIAŁ ADMINISTRACYJNY Agnieszka Bogusz, Agnieszka Strycharz, Monika Zarychta,
Stefan Królikowski, Sławomir Stefański (KIEROWNIK DZIAŁU ADMINISTRACYJNO-
GOSPODARCZEGO)

SEKRETARIAT Kamila Gabrysiak

DZIAŁ GOSPODARCZY Jolanta Włodarczyk (KIEROWNICZKA ZESPOŁU SPRZĄTAJĄCEGO),
Jadwiga Cis, Małgorzata Ignaczak, Zofia Kurowska, Teresa Łuczak,
Weronika Łuczak, Dagmara Skirtuń, Anna Zajac, Marek Gapys, Łukasz Karpiński,
Marek Koszlaga, Jan Pisarzewski, Włodzimierz Urbański, Andrzej Wistocki,
Przemysław Wojcieszek, Jacek Zajączkowski

SPECJALISTA DS. ZAMÓWIEŃ PUBLICZNYCH I INWESTYCJI Łukasz Tulik

SPECJALISTA DS. BHP Przemysław Grzymski

SPECJALISTA DS. P-POŻ Tomasz Lewandowski

SPRZEDAŻ BILETÓW

Teatr im. Stefana Jaracza w Łodzi
ul. Jaracza 27
90-261 Łódź

42 662 33 33
42 662 33 35
bow@teatrjaracza.pl

BIURO OBSŁUGI WIDZÓW
poniedziałek – piątek
8.30–16.30

KASA
poniedziałek – sobota
12:00–19:00
w niedziele i święta
na dwie godziny przed spektaklem

teatrjaracza.pl

Institucja Kultury Samorządu
Województwa Łódzkiego



matronaty



współpraca



patronat
medialny



bilety24.pl