

JAK

NA

NÁSILÍ Z

NENÁVISTI



OBĚTI



SVĚDCI



VRBY



Úvod

Slyšeli jste někdy o násilí z nenávisti? A víte, co to je? Možná si myslíte, že se to vás týkat nemůže, ale každému se může stát, že se s ním potká. Co to tedy vlastně je? Násilí z nenávisti je násilí, které je motivováno předsudky útočníka. Je to násilí vůči někomu, kdo je jiný a důvodem napadení je právě to, že je oběť „jiná“. Napadený je tedy terčem násilí proto, že patří k nějaké skupině. Třeba k odlišné etnické skupině (Romové, Vietnamci, Ukrajinci apod.), ale důvodem, proč agresor někoho z nenávisti napadl, může být také jiné náboženství napadeného, nebo jeho zdravotní stav, příslušnost k nějaké subkultuře, odlišná sexuální identita, nebo třeba to, že je bez domova. Prostě když je někdo napadený proto, že patří k nějaké skupině, jde o násilí z nenávisti.

Násilí z nenávisti je fyzickým násilím jako třeba napadení na ulici, sexuální nebo žhářský útok, ale k násilí z nenávisti se počítá i slovní napadení, tedy nadávky, zastrašování, vyhrožování, vydírání, šikana na internetu, nebo poškozování majetku.

Speciální pozornost zasluhuje šikana na internetu, takzvaná „kyberšikana“, neboť je velice rozšířená. Stát se pachatelem je totiž více než snadné a nevyžaduje to nijakou zvláštní odvalu. Rasistické, homofobní, nebo jiné nadávky vůči skupinám jsou sice plošně rozšířené, ale rozhodně nejsou v pořádku a mohou být i trestným činem.

Násilí z nenávisti neohrožuje jen napadaného, ale dotýká se celé skupiny, ke které napadený patří. Proto je toto jednání o to nebezpečnější. Když někdo někoho zmlátí proto, že mu přebral holku, je to špatné, důvodem je však nějaká konkrétní zkušenost, má reálný základ... Když ale někdo někoho zmlátí jen proto, že je Rom (nebo příslušník jiné skupiny), způsobí strach a nedůvěru i mezi ostatními Romy. Šíří se tak atmosféra strachu a napětí, která je v konečném důsledku hrozbou pro všechny.

Manuál pro oběti

Stal jsem se obětí

Napadl vás někdo, protože jste v něčem jiní, protože patříte k nějaké skupině? Křičel na vás? Posmíval se vám? Báli jste se? Nebo vám dokonce způsobil bolest, zranil vás? Nebo máte strach, že by se vám to mohlo stát? Právě pro vás máme pár typů, jak se v takovém případě zachovat.

1

Svěř se někomu

Když vás někdo slovně nebo fyzicky napadne, úplně nejdůležitější je, abyste o tom nemlčeli. Nemusíte o tom říkat rodičům, ani nemusíte okamžitě běžet na policii, ale měli byste se určitě někomu svěřit. Můžete o tom říci dobrým přátelům, o kterých víte, že vás vyslechnou. Máte také možnost vyhledat odbornou pomoc. Tam vám třeba i poradí, jestli má smysl obracet se na policii, jestli je to, co se vám stalo, trestným činem. Každopádně není dobré si pro sebe nechávat to, co vás trápí. Tím, že o tom nebudete mluvit, problém nezmizí, vzpomínky se nevymažou. Když vás někdo vyslechne, uleví se vám. A pak si můžete rozmyslet, co dělat dál. Na rozhodování nemusíte být sami.

2

Je-li to vážné, vyhledej pomoc

Pokud vám někdo opravdu ublížil, měli byste jít na policii podat trestní oznámení. Nikdo vás k tomu nemůže nutit, možná policii nevěříte, bojíte se, máte obavu z toho, že vás nebudou brát vážně, nebo nechcete, aby se to s vámi táhlo. Pokud ale budete chtít problém řešit později, je dobré, když o události existuje záznam. Na policii nemusíte jít sami. Můžete si vzít doprovod, někoho, s kým vám je dobře, kdo vás podrží. Nezapomeňte, že je důležité, aby v protokolu bylo uvedeno, že důvodem k napadení podle vás byla vaše odlišná národnost, etnická skupina, jejíž jste součástí, příslušnost k určité sociální skupině, nebo jiná charakteristika. Jinak se totiž nepozná, že šlo o násilí z nenávisti. To znamená, že musíte přesně říci, co vám útočník říkal. Musíte

Možná ale přesto na policii jít nechcete. Třeba si ani nejste jistí, že šlo skutečně o trestný čin. V případě jakýchkoliv nejasností můžete zavolat na bezplatnou linku sdružení ROMEA:

800 307 307

(nenechte se zmást názvem, linka není jen pro oběti z řad Romů)

nebo kontaktovat bezplatnou poradnu Justýna, a to buď telefonicky:

+420 773 177 636

e-mailem: poradna@in-ius.cz

nebo přímo pomocí online formuláře na internetu

<http://www.in-ius.cz/formular/>

Pokud se o trestný čin skutečně jedná, je velice důležité, aby o tom existoval na policii záznam. Násilí z nenávisti je společensky velice nebezpečným jednáním a měly by existovat aspoň přibližné statistiky o míře, v jaké k němu dochází. Útočník také může znovu někoho napadnout a pak je dobré, aby policie měla důkaz o tom, že už v minulosti útočil. Když se budou všichni bát hlásit napadení na policii, může to pak vypadat, jako by násilí z nenávisti téměř ani neexistovalo. Někdy se stane, že nepříjemný zážitek zanechá stopy, které nejsou vidět, ale bolí. Může se to projevovat různě. Zlými sny, nespavostí, nechutenstvím, strachem vycházet... Nebo třeba úzkostí, která vás svírá, a vy nevíte proč. Ale také návaly vzteku. Pokud budete mít pocit, že vás zkušenost s násilím poznamenala, změnila, měli byste vyhledat odbornou psychologickou pomoc. K psychologům nechodí jen blázni. Chodí k nim i lidé, kteří si potřebují něco ujasnit, promluvit si s někým, kdo má zkušenosti a dokáže jim účinně poradit. Když si zlomíte nohu, také jdete k doktorovi. Když vám někdo ublížil a vy kvůli tomu máte špatné spaní, nebo je vám kvůli tomu smutno, není hanba zajít k odborníkovi. Nejde o projev slabosti. Je to naopak důkazem vaší síly problém řešit.



3

Nauč se bránit

Bojíte se, že by vás mohli napadnout? Nebo se vám to dokonce už stalo? A jste kvůli tomu ostražití? Máte strach chodit večer sami?

Máte-li opakovanou zkušenost, že vás někdo napadl, je normální, že se bojíte. Existuje několik pravidel, která je dobré dodržovat, abyste se napadení vyhnuli. Za prvé, nechodte v noci sami. Pokud sami půjdete, mějte u sebe něco, čím se můžete bránit, třeba pepřový sprej a v případě napadení se nebojte ho použít.

Když začnete cítit nebezpečí v přítomnosti nějakého člověka nebo skupiny lidí, přemýšlejte o prostoru: nestoupejte si ke zdi, do rohu. Nejlepší obranou může být často útek, takže se nesmíte dostat do situace, ze které se utéct nedá.

Když už se do ní dostanete a musíte se bránit fyzickému útoku, neváhejte použít nefér prostředků. Klidně útočníka kopněte mezi nohy, šlápněte mu na ruce, udělejte cokoli, protože to, že vás napadl, vůbec fér není.

Jsou-li v okolí lidé, požádejte o pomoc **konkrétní osobu**. Pokud začnete v tramvaji křičet: Pomůže mi někdo? Je dost možné, že vám nikdo nepomůže. Když se ale obrátíte na konkrétního člověka, je pravděpodobnější, že se vás zastane.

Jestli se stáváte terčem útoků opakovaně, není od věci se zamyslet nad tím, že byste začali dělat nějaké bojové umění. Kromě toho, že vám pomůže překonat strach, vám může toto umění dodat sebedůvěru.

<http://www.bkb.cz/prevence/zasady-pro-inteligentni-sebeobranu/>

Manuál pro svědky

Viděl jsem násilí

Možná jste to už zažili. Na ulici, v tramvaji, kdekoli mezi lidmi si najednou uvědomíte, že se něco děje. Slyšíte křik, vidíte, jak někdo někoho uhodil. Nebo jak do sebe lidé strkají, případně někdo uráží někoho jiného. Nevíte, o co jde. Kolem je hodně lidí. Chvilí trvá, než vůbec pochopíte, že se něco děje. Čím více lidí je kolem, tím silnější máte pocit, že nemusíte dělat nic. Stejný pocit mají ale i ostatní a tak se někdy stane, že nezasáhne vůbec nikdo. Dojde k napadení a lidé jen přihlížejí. A čím více lidí na to kouká, tím je pravděpodobnější, že nikdo nic neudělá. Všichni si totiž říkají, že může zasáhnout někdo jiný. Situace se navíc většinou odehraje rychle, nemáte čas na rozmyšlenou. Říkáte si, že si možná jen vyřizují účty mezi sebou. Každá situace není jasná a přehledná. Nebo se jedná o nějaké opilce. Třeba se i trochu bojíte: mohlo by se stát, že když zasáhnete, agresor napadne vás. Když dojde k násilí na veřejnosti, hodně často se stává, že lidé okolo pouze přihlížejí. Je to právě proto, že se musí rozhodovat rychle a proto, že kolem stojí další lidé. Třeba vám až potom dojde, že jste něco měli dělat. Možná se snažíte na ošklivý zážitek zapomenout.

1

Trápí mě moje reakce

Byli jste svědky násilí z nenávisti a nic jste neudělali? A teď se trápíte, že jste se zachovali zbaběle? Hlavním problémem je to, že jste nebyli připravení. Ten okamžik, když se něco semele, je někdy strašně krátký, i když se pak v paměti přehrává nesnesitelně dlouho. Zpětně si třeba říkáte, že jste měli času dost, že jste měli něco udělat. Jenže pro vás to nebyl ten správný moment a to je hlavním důvodem, proč jste neudělali nic. Pokud vás vaše nečinnost trápí, znamená to, že nejste lhostejní. To je samo o sobě velmi pozitivní. Jestli vás to trápí hodně, svěřte se kamarádovi, rodičům, komukoli blízkému o kom víte, že vás vyslechne. Nebojte se vyhledat pomoc psychologa, i svědek události může být násilím, které viděl, zasažen.

O tom, co jste viděli, byste měli informovat policii, tím můžete napadenému pomoci více, než si myslíte. Svědek události může být naprosto klíčový v případě, že se napadení bude řešit u soudu. Jít na policii má smysl, i když už od napadení uběhl delší čas.

Zkuste také přemýšlet o tom, co uděláte, pokud se vám něco podobného stane v budoucnu. Jak se zachováte, když uvidíte, že někdo někoho napadl. Když si takovou situaci dobře promyslíte, tím lépe dokážete ve stresové situaci zareagovat. Ono to totiž není vůbec jednoduché. Není to jako ve filmech, v nichž hrdinové vždy vědí, co mají dělat. To, že jste nejednali jako hrdinové, je vlastně přirozené. A pokud se na podobnou situaci dokážete připravit, můžete v budoucnu někomu pomoci.

2

Co dělat příště?

Odpověď na otázku, co dělat, když vidíte, jak někdo někoho na veřejnosti napadl, není vůbec jednoduchá. Důležité samozřejmě je, abyste nezůstali lhostejní, abyste se netvářili, že se nic neděje. Jak a kdy ale zasáhnout? Na to neexistuje jasná odpověď už proto, že každá situace je jiná.

Když se stanete svědky napadení, musíte vyhodnotit, jestli dokážete účinně pomoci. Kolik je útočníků? V jaké kondici jste vy sami? Neobrátl se násilník proti vám? Jsou kolem lidé? Dokážete je motivovat, aby do toho šli s vámi? Je tam někdo další, kdo také váhá? Někdo, na kom vidíte, že situaci pozoruje a nesnaží se předstírat, že tam není. To může být váš spojenec. Útočníci se mohou zaleknout, když kolem bude více lidí, kteří slovně zasáhnou. Zkuste oslovit někoho konkrétního, nikdy se nesnažte přivolat pomoc voláním do davu. Můžete se také vzdálit od útočníka a pokusit se zorganizovat pomoc z bezpečné vzdálenosti.

Vždy, když se zdá, že by konflikt mohl mít vážné následky, je dobré zavolat policii. Tím můžete začít a následně se snažit zasáhnout sami s pomocí dalších lidí. Jestli se na to ale necítíte a bojíte se o sebe, vyčkejte do příjezdu policie. Jsou totiž i situace, při kterých byste mohli utrpět vážnou újmu. A jste to jen vy sami, kdo může v danou chvíli vyhodnotit, o jak vážné nebezpečí se jedná. To se bohužel v žádném manuálu nedočtete. V každém případě ale počkejte na policii, abyste mohli podat svědectví, to je naprosto zásadní a napadenému tím pomůžete.

Manuál pro vrby

Svěřil se mi kamarád

Přišel za vámi kamarád, který se stal obětí násilí z nenávisti? To nejdůležitější, co pro něj můžete udělat, je zdánlivě prosté, někdy je ale těžké tak opravdu učinit: Musíte ho vyslechnout. Nechte jej mluvit tak dlouho, jak bude potřebovat a nesnažte se ho přerušovat a radit mu, ještě než dovypráví svůj hrozný zážitek. Umění naslouchat není jednoduché, ale když ho dokážete vyslechnout, už jen tím se mu uleví. Možná se bude trochu opakovat, jeho vyprávění může působit zmateně. Poslouchejte ho pozorně. Nechte ho říci opravdu všechno a teprve poté se ho ptejte. Pokládejte mu otázky tak, abyste si z jeho odpovědí dokázali situaci sami představit. Teprve až budete mít úplně jasnou představu o tom, co se stalo, a kamarád už nebude mít potřebu dál mluvit, můžete se začít bavit o tom, co by měl dělat. Ale pozor - do ničeho ho nenuťte. Všechno, co udělá, nebo neudělá, je jen jeho rozhodnutí a neměl by ho dělat pod nátlakem. A to ani pod nátlakem dobře míněným. Může se stát, že vám připadá situace jasná. Měl by jít okamžitě na policii. Nebo máte dojem, že by měl vyhledat pomoc psychologa. Možná to udělá, možná ne. Vy mu pomůžete už tím, že ho vyslechnete. Rozhodnutí musíte opravdu nechat na něm, ale můžete mu ukázat, jaké jsou možnosti.

1

Kam se může obrátit?

Přítel, který se stal obětí násilí z nenávisti, by měl podat trestní oznámení. Nabídněte mu, že jej na policii doprovodíte. Vysvětlete mu, že tam musí jasně říci, co mu agresor říkal. Jinak se totiž nepozná, že se jedná o násilí z nenávisti. Když nebude chtít o policii ani slyšet, řekněte mu o bezplatné lince, na kterou může zavolat. Je to linka organizace ROMEA (rozhodně není určena jen Romům):

800 307 307



Nebo můžete společně kontaktovat bezplatnou poradnu Justýna, a to buď telefonicky:

+420 773 177 636

e-mailem: poradna@in-ius.cz

nebo přímo pomocí online formuláře na internetu

<http://www.in-ius.cz/formular/>

Formulář můžete vyplnit společně, nebo můžete s jeho souhlasem zavolat místo něj a vše potřebné zjistit. Někdy se stává, že jsou oběti nerozhodné, jsou v šoku. Tím, že kontaktujete odborníky, kteří vám řeknou, zda se jedná o trestný čin, se k ničemu nezavazujete.

2

Kamarád se hroučí

Kamarád se vám svěřil o tom, že ho napadli, že se stal obětí násilí z nenávisti. Vy jste ho vyslechli, na policii jít nechtěl, na událost se už zdánlivě pozapomnělo. Vy ale vidíte, že se s kamarádem něco děje. Tyto projevy mohou mít různé podoby. Od nechutenství, nespavosti, změny nálady až po záchvaty agresivity, úzkosti a strach vycházet ven. Napadení, které je navíc z pohledu oběti bezdůvodné, působí těžká traumata. Oběť se často bojí, že se něco podobného stane znovu. Někdy ani čas, který tato traumata většinou dobře léčí, nepomůže, a oběť je poznamenaná svou zkušeností do té míry, že musí vyhledat odbornou psychologickou pomoc. V takovou chvíli není snadné kamarádovi pomoci. Můžete zkusit téma znovu otevřít, ale nenásilně. Může se vám podařit, že v rozhovoru sám dospěje k rozhodnutí, že by měl svůj stav řešit. Pokud uvidíte, že o tom mluvit nechce, stojíte před rozhodnutím, zda se neporadit s dalšími osobami, které ho mají rády. Obvykle není dobré jednat za někčími zády, ale někdy se situace vyvine tak, že je dobré se poradit s dalšími lidmi, kteří si možná také všimli, že něco není v pořádku. Víc hlav víc ví a společně třeba dokážete vymyslet, jak kamarádovi pomoci. zopakovat jeho slova vyšetřovateli a dohlédnout na to, aby je zapsal do protokolu.