SPOLEČNĚ JAKO DOMA BEZ NÁSILÍ

Poradce pro osoby v pomáhajících profesích

aneb Co byste měli vědět o násilí na ženách,
pokud pracujete s ženami bez domova

Jako doma –
Homelike, o. p. s.
Praha 2016

Společně jako doma bez násilí
Poradce pro osoby v pomáhajících profesích
aneb Co byste měli vědět o násilí na ženách, pokud pracujete s ženami bez domova

Vydává: Jako doma – Homelike, o. p. s. v roce 2016
Editorka: Alexandra Doleželová

Autorský kolektiv: Soňa Bajerová, Jitka Čechová, Alexandra Doleželová, Jitka Kolářová, Lindis Sloan, Iveta Urbánková, Petra Vláčelová, Lenka Vrbová
Jazyková korektura: Kateřina Skokanová

ISBN: 978-80-905743-5-9

Projekt podpořila Nadace Open Society Fund Praha z programu Dejme (že)nám šanci, který je financován z Norských fondů. Prostřednictvím Norských fondů přispívá Norsko ke snižování sociálních a ekonomických rozdílů a posílení vzájemné spolupráce v Evropě. Podporuje především ochranu životního prostředí, výzkum a stipendia, rozvoj občanské společnosti, péči o zdraví, děti, rovnost žen a mužů či zkvalitnění justice. Program Dejme (že)nám šanci podporuje rovné příležitosti žen a mužů v pracovním i osobním životě a prevenci a pomoc obětem domácího násilí v České republice. Spravuje ho Nadace Open Society Fund Praha, která od roku 1992 rozvíjí hodnoty otevřené společnosti a demokracie v České republice.

Jako doma – Homelike, o. p. s.
Sídlo: Holečkova 63, 150 00 Praha 5
Česká republika
info@jakodoma.org
http://jakodoma.org

OBSAH

Úvod — 2

Násilí na ženách a trauma – úloha pracovnic a pracovníků v pomáhajících profesích — 4
Lindis Sloan

Dobrá praxe z Islandu: harm reduction a práce se ženami — 7
Alexandra Doleželová, Jitka Kolářová, Lenka Vrbová

Komunikace s osobou zažívající domácí a/nebo sexuální násilí — 10
Soňa Bajerová

Bezpečnostní plán a možnosti jeho využití — 14
Jitka Čechová, Petra Vláčelová

Svépomocná skupina pro oběti sexuálního násilí v Persefoně — 17
Jitka Čechová, Iveta Urbánková

Mužům vstup zakázán, anebo ne? — 20
Jitka Kolářová

Péče o osoby v pomáhajících profesích — 22
Alexandra Doleželová

Praktické cvičení „Andrea a Tomáš“: vyzkoušejte si, jaké to je odejít od násilného partnera — 24
Alexandra Doleželová

Praktické cvičení superhrdinky: každá z nás má superschopnosti — 30
Lenka Vrbová

Doporučujeme k přečtení — 31

ÚVOD

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

publikace, která se vám dostala do rukou, je určena pracovníkům a pracovnicím pomáhajícím lidem bez domova, pracovnicím a pracovníkům sociálních služeb, zaměstnavatelům a zaměstnavatelkám, kteří zaměstnávají ženy bez domova nebo s nimi spolupracují, a všem, kteří se ve své práci nebo v jiných životních souvislostech potkávají se ženami bez domova. Soustředíme se na problematiku násilí, protože z naší praxe a výzkumů vyplývá, že násilí ze strany mužů je s bezdomovectvím žen spojeno. Ať už jako spouštěč, nebo jako následek, často obojí. Násilí se stává normou v životě žen bez domova a traumata, která s ním souvisejí, ovlivňují jejich životy. My jako pracovnice a pracovníci v pomáhajících profesích bychom ve své práci měli zohledňovat specifickou situaci žen a snažit se jim v jejich životě co nejvíce pomoci. I k tomu slouží tato publikace, aby vám pomohla dobře reagovat v situacích, kdy se setkáte s násilím na ženách, a umožnila vám se něco nového dozvědět.

Věřte, že pokud se ve své práci setkáváte se ženami bez domova, setkáváte se se ženami, které zažívají násilí. I když o tom před vámi nemluví, je to tak. Často se možná bojíte zeptat nebo nevíte, jak zasáhnout či jak pomoci. Témata příspěvků jsme vybírali tak, abychom vám na vaše otázky odpověděli. Navazují na setkání tematické sítě projektu Společně jako doma bez násilí, kde jsme se potkávali se zástupkyněmi institucí a organizací zabývajících se násilím na ženách, násilím z nenávisti, se sociálním kurátorem a sociální kurátorkou, pracovnicemi a pracovníky sociálních služeb pro osoby bez přístřeší (terénními, ale i pracujícími v denních centrech, noclehárnách či azylových domech). Nechali jsme se inspirovat v zahraničí. Navíc všechny příspěvky vycházejí z naší každodenní spolupráce se ženami bez domova a ženami v sociální tísni a z jejich zapojení do fungování organizace Jako doma.

Vedle tématu násilí na ženách, jako specifického fenoménu genderové nerovnosti, vám představíme případovou studii, díky které si možná dokážete uvědomit, proč některé ženy neopouští své násilné partnery. Zastavíme se u toho, jestli mohou muži pracovat se ženami, které zažily násilí, a to z důvodů, že ženy, které mají zkušenost s násilím od mužů, při setkání s maskulinním typem muže mohou procházet sekundární traumatizací. Upozorňujeme, že pečovat je potřeba i o vás, pracovnice a pracovníky v pomáhajících profesích. Setkávat se každý den se ženami, které zažily násilí a stále jej zažívají, které nemají kde bydlet, které jsou traumatizovány a jejichž trauma se odráží v jejich psychickém a duševním zdraví, má vliv i na vás. Vaše práce je velmi náročná a i vy potřebujete péči. Věříme, že vám publikace nabídne podněty pro vaši další práci i argumenty pro lepší pracovní podmínky.

Přejeme vám příjemné a inspirativní čtení.

Za tým projektu
Společně jako doma bez násilí a organizaci Jako doma
aLEXAndra Doleželová, editorka publikace

Fakta

Reprezentativní výzkumy opakovaně potvrzují vysoký výskyt násilí ve vztazích. Mezinárodní výzkum v evropských zemích realizovaný FRA – European Union Agency for Fundamental Rights udává pro Českou republiku zjištění, že každá třetí žena, tzn. 32 % žen, zažila ze strany muže fyzické či sexuální násilí. Jiné reprezentativní šetření realizované v rámci mezinárodního výzkumu Akademií věd[1] uvádí, že 38 % žen má zkušenost s násilím všech forem ze strany svého druha, 37 % ze strany jiného muže. Praxe ukazuje, že mezi zvláště zranitelné oběti kromě žen patří také děti, senioři a zdravotně postižení. Mezi oběti vztahového násilí patří i muži, kteří z hlediska statistického výskytu tvoří skupinu 3–7 %.

1 – Pikálková, S. (ed.) Mezinárodní výzkum násilí na ženách – Česká republika/2003: příspěvek k sociologickému zkoumání násilí v rodině. Sociologický ústav Akademie věd České republiky, 2004.

Souvislosti

Pravděpodobnost, že se ve svém soukromém či pracovním životě setkáme s osobou zažívající násilí, s pachatelem, svědkem nebo osobou blízkou, je dost vysoká. Je tedy naprosto nezbytné ve vztahu k problematice domácího a sexuálního násilí zvyšovat senzitivitu na straně odborné i laické veřejnosti. Nešetrný přístup zvětšuje riziko sekundární traumatizace obětí. Naopak vnímavý a respektující přístup s jasnými hranicemi je pro lidi, kteří byli traumatizováni ve vztazích a ztratili důvěru v tyto vztahy, ozdravný.

Vypracovala: Jitka Čechová, Persefona

NÁSILÍ NA ŽENÁCH A TRAUMA: ÚLOHA PRACOVNIC A PRACOVNÍKŮ V POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍCH

Lindis Sloan, KUN – Centrum pro genderovou rovnost, Norsko

Ženy bez domova jsou jednou z nejzranitelnějších skupin obyvatel. Kombinace problémů, se kterými se setkávají, může osobám v pomáhajících profesích působit frustraci a zmatek. Tento text si klade za cíl poskytnout vám úvodní vhled do problematiky násilí na ženách.

Násilí na ženách bez domova

Profesorka Elise Riley s kolektivem (University of California, San Francisco, 2014) zjistila, že z 291 žen vyzpovídaných v amerických centrech pro ženy bez domova jich 97 % trpí psychickými problémy. Typy násilí, které je na nich pácháno, zahrnovaly násilí psychické, fyzické a sexuální. Četnost násilí od partnerů se pak zvyšovala s každou další psychiatrickou diagnózou a s vyšším stupněm sociální izolace. Riley se svým týmem také zjistila, že všech daných typů násilí se dopouštějí i partneři nebo známí či neznámí lidé, které ženy potkávají venku. Proto vyvozuje závěr, že zaměření se výhradně na domácí násilí v průzkumech zdravotnictví či sociálních služeb dost dobře nemůže zmapovat násilí u žen bez domova. Oproti některým předchozím studiím je zde zjištěná četnost násilí páchaného na lidech s prohloubenější sociální izolací.

Profesorka Jana L. Jasinski (University of Central Florida, Orlando, 2005) a její tým v rozsáhlém výzkumu pod záštitou federálního Ministerstva spravedlnosti USA zjišťovala zkušenosti s násilím u 800 žen bez domova žijících v jednom ze čtyř měst na Floridě a porovnávala tyto zkušenosti se vzorkem cca 100 mužů. Výrazné množství žen zažilo někdy v životě násilí a téměř čtvrtina z nich uvedla, že násilí bylo jedním, ne-li hlavním z důvodů, proč se ocitly bez domova. Skoro třetina dotazovaných žen pak uvedla, že utekla z domova už v dětství právě kvůli násilí. Čísla v oblasti sexuálního a fyzického násilí, ale i stalkingu (pronásledování) u tohoto vzorku byla mnohem vyšší než u celoamerického průzkumu o násilí na ženách (National Violence Against Women Survey), který používal stejnou metodu. Týkal se však bydlících žen.

Závěry analýzy poukazují na to, že zkušenosti s násilím v dětství zvýšily pravděpodobnost, že se žena stane obětí násilí i v dospělosti, a k tomu se nezřídka připojují další skutečnosti jako nadměrné užívání alkoholu, drog, častější období bez domova, deprese, nízké sebevědomí.

Násilí na ženách

Jmenované studie se zaměřují na fakt, že osobám, které zažívají násilí, je nutné pomoci dle jejich individuální situace a potřeby, bez ohledu na úhel pohledu. Je to žena sama, kdo definuje újmu, jíž byla vystavena, nezávisle na míře násilí a délce jeho trvání či opakování. Stejné násilné činy, ať už fyzické, či psychické, neznamenají automaticky stejné důsledky u různých osob jim vystavených.

Rozlišujeme čtyři druhy násilí:
— Fyzické násilí – užití fyzické síly – např. strkání, tahání za vlasy, bití, kopání apod.
— Psychické násilí – užití psychické síly – např. přímé či nepřímé vyhrožování, manipulativní jednání, slovní napadání a obtěžování, popř. naopak nezájem, přehlížení.
— Sexuální násilí – nucení provádět sexuální aktivity – znásilnění a další sexuální útoky.
— Materiální (hmotné) násilí – poškozování osobních věcí oběti, ničení majetku a ekonomické, zejména finanční vykořisťování.

Psychické reakce po prožitém násilí

Běžnou reakcí na prožité násilí jsou některé nebo všechny z následujících projevů: vztek, smutek, strach, úzkost, zapomětlivost či dokonce ztráta paměti, noční můry a vůbec poruchy spánku, izolace, snížená schopnost soustředění, přehnaná aktivita a neklid, deprese, pocity viny a hanby, emocionální otupělost, fyzická malátnost ad.

Jak zajistit fungující centrum/azylový dům

V azylových domech pro ženy ve stejnou dobu většinou žije několik různých a různě traumatizovaných žen a dětí. Tyto musejí spolu sdílet společné prostory jako např. klubovnu nebo obývák, kuchyň, záchod, koupelnu atd. A přitom některé z nich jsou v azylovém domě již delší dobu, přičemž jiné sem naopak přibyly čerstvě, v akutní traumatické krizi.

Je důležité, aby pracovnice domu byly stále k dispozici k asistenci, aby vytvářely a iniciovaly společné skupinové aktivity ve společných prostorách. Takové aktivity mohou mít nejrůznější podobu, ať jsou to výtvarné, či řemeslné práce, společné vaření, či pečení, nebo třeba úklid ledničky. Smyslem je pobídnout ubytované, aby se přidaly ke společnému úsilí. Je rovněž na pracovnicích, resp. těch, co traumatizovaným osobám pomáhají, aby motivovaly nově příchozí a docílily, aby se zde tyto brzo cítily bezpečně a zbavily se ostychu přidat se ke společným skupinovým aktivitám.

Předpokladem pro takovou systematickou práci je, aby pracovnice měly k práci v daném domě stejný a hlavně společný přístup. To samo sebou neznamená, že by se musely chovat naprosto stejně a stejně intenzivně v různých situacích. Důraz by měl být kladen na utváření bezpečného prostředí. To může být složité, když zde máme ženy a děti v různých fázích traumatické krize, a situaci tak v horším případě dominuje chaos, v tom lepším různorodost. Během práce v komunitě její pracovnice musejí vědět, kdy lze od rezidentek něco vyžadovat – nějakou aktivitu, řád apod.

Vztah osob v pomáhajících profesích

Když je někdo vystaven, resp. když je žena vystavena opakovanému násilí, obyčejně to značně naruší schopnost navazovat a udržovat dobré vztahy. Když se vám tato schopnost naruší, uzdravovací proces musí probíhat pomocí nových zkušeností s přáteli, ale právě také s pracovníky v pomáhajících profesích, kteří s vámi zacházejí důstojně a s úctou. Interakce mezi obětí násilí a pracovníkem v pomáhající profesi musí být založena na vzájemné důvěře. Ta sílí, pokud pracovník projevuje k oběti náklonnost, je stále nablízku a dovede jí nejrůznějšími způsoby dávat najevo, jak jí přeje v životě už jen to dobré. A je právě na pracovníkovi tento vztah rozvíjet.

To, že na sebe bereme tuto odpovědnost, nám umožňuje v interakci s těmi, jimž se snažíme pomoci, využít nejrůznější strategické postupy. Pokud si ale nevíme rady a nedaří se nám získat si kýženou důvěru, musíme za každou cenu „odolat“ pokušení vinit z toho ženu, která naši službu využívá.

V komunikaci mezi ženou, která zažívá násilí, a pracovníkem v pomáhající profesi je to vždy sama osoba zažívající násilí, kdo je odbornicí na svůj život a zkušenosti v něm. Pokud ji tak budeme brát, potom bude spolupracovat a pomůže nám odhalit, s čím opravdu potřebuje pomoct, jaké má cíle a jaké priority. My jako ti, co se jí snaží pomoct, zas víme, co konkrétně by jí s těmito cíli a prioritami pomoci mohlo. Aby oběť násilí mohla přijmout pomoc, kterou jí nabízíme, musíme jí ji nabídnout tak, aby u každého kroku věděla a rozuměla tomu, kam vede.

Co když ženy pomoc odmítají

Traumatizovaní lidé v akutní fázi potřebují zejména stabilní prostředí a nalézt schopnost zvládat své reakce. Pro pracovníka v pomáhající profesi ovšem bude velice frustrující, když se žena, které pomáhá a podporuje ji, rozhodne vrátit do své nebezpečné životní situace (např. zpět k partnerovi, jenž jí ubližoval) bez ohledu na předchozí interakci s nabízenou pomocí. Třeba jste s touto ženou strávili opravdu hodně času a teď máte frustrující pocit, že to nebylo vůbec k ničemu. Také potom dost možná budete o danou ženu mít značný strach, že se vystavuje nebezpečí. Ten strach bude o to větší, pokud tato žena má děti.

V podobných situacích je důležité, abychom její postup neodsuzovali či jakkoliv kritizovali. Dostat se ze situace násilí je často velice zdlouhavý proces a naše snaha ženě pomoci je jen součástí tohoto procesu.

Důvody, proč se žena vrací do nebezpečné situace či ke svému násilníkovi, bývají rovněž velmi složité. Může to být třeba tak, že její strach z něj je tak velký, že ona se cítí bezpečněji s ním, jen když ví, kde je a co dělá. Její strach ji ovládá natolik, že se nedokáže ve své nové existenci vůbec orientovat, a bojí se, že násilník se znenadání zjeví a beztak ji odvede a v hněvu jí znovu ublíží. Spousta žen zas do svého vztahu s partnerem investovala spoustu času a lásky, a tak je pro ně těžké se tohoto vztahu nadobro vzdát. Ženy žijící v násilném vztahu se také mohou obávat, jak by se po rozchodu změnila jejich ekonomická situace. Jiné jsou zas přesvědčeny, že to vše musejí vydržet kvůli dětem. A pořád se utěšují nadějí, že se jejich muži změní, což je v tom vztahu dál udržuje. Některá z týraných žen může mít také pocit, že násilí, jež zažívá, ještě není nic proti tomu, jakému násilí by se vystavila coby žena-single v situaci bez domova, na ulici.

Když ženě zažívající násilí chceme pomoci a i když vidíme, že inklinuje k rozhodnutí, které pro ni není z našeho pohledu dobré, musíme se prostřednictvím dialogu snažit dopátrat skutečných důvodů, proč se chce vrátit k tomu, co ji k nám přivedlo. Jestliže se bude snažit násilí, jež zažívala, zlehčovat, trivializovat, je potřeba, abychom jí, jakkoliv to lze, ozřejmili, že právě to je něco, co zlehčovat nelze, a že se násilí může i stupňovat. Pokud se rozhodne vrátit k násilnému partnerovi, můžeme jí poradit, co dělat, když dojde k dalším útokům. Je také nanejvýš důležité její volbu akceptovat a ujistit ji, že u nás vždy najde útočiště a může se k nám bez studu vrátit, kdykoliv bude potřebovat.

A ještě důležité upozornění: Pokud se matka vrací ke svému násilníkovi i s dětmi, je potřeba zvážit i nebezpečí, jež hrozí dětem. Pokud existují vážné obavy o život či zdraví dítěte, je profesionál/profesionálka povinen/povinna hlásit případ příslušným orgánům/institucím činným v péči o děti.

Literatura

JASINSKI, Jana L., Jennifer K. Wesely, Elizabeth Mustaine, James D. Wright (2005): *The Experience of Violence in the Lives of Homeless Women: A Research Report*.

RILEY, Elise D., Jennifer COHEN, Kelly R. KNIGHT, Alyson DECKER, Kara MARSON, and Martha SHUMWAY (2014): Recent Violence in a Community-Based Sample of Homeless and Unstably Housed Women With High Levels of Psychiatric Comorbidity. *American Journal of Public Health*: September 2014, Vol. 104, No. 9, pp. 1657–1663.

The Secretariat of the Shelter Movement (2009): „The Role of the Helper".

DOBRÁ PRAXE Z ISLANDU: HARM REDUCTION A PRÁCE SE ŽENAMI

Alexandra Doleželová, Jitka Kolářová, Lenka Vrbová – Jako doma – Homelike, o. p. s.

Svala Jóhannesdóttir je terénní pracovnicí islandského Červeného kříže. Pracuje v sanitce, resp. terénním automobilu, který poskytuje základní pomoc (lékařskou péči, výměnu jehel, popovídání si) uživatelům a uživatelkám drog. Svala také vede noclehárnu pro ženy bez domova. Užívání drog je nejčastější příčinou bezdomovectví na Islandu. Lidé, kteří se dostali na ulici, protože si nemohli zaplatit bydlení, na Islandu nejsou. Se Svalou jsme si povídali převážně o principu „harm reduction“[1], pro tuto publikaci jsme vybrali části, které souvisejí s prací se ženami/uživatelkami drog.

„Harm reduction“ program začal v Reykjavíku v noclehárně pro ženy. Návštěvnice noclehárny musely před vstupem dovnitř odložit drogy a stříkačky ve speciální skříňce. Svala byla jednou z pracovnic, kterou napadlo, že by bylo vhodné nevracet ženám při odchodu „špinavé jehly“, ale dát jim čisté. To byl první krok k novému programu. Dnes již mají ženy v noclehárně speciální místo, kde si mohou drogu aplikovat.

Jak může být principu „harm reduction“, resp. eliminace rizik, využito při práci se ženami bez domova, se ženami poskytujícími sexuální služby za úplatu nebo jinou specifickou skupinou?

„Harm reduction“ je princip, který pomáhá lidem s „riskantním chováním“, které bývá většinou důsledkem kombinace různých faktorů a pozic, do nichž se lidé dostávají. Pokud je tedy užívání drog doprovázeno bezdomovectvím a/nebo prací v sexbyznyse, dá se očekávat, že možné zdravotní a psychické následky budou horší. Proto je princip „harm reduction“ důležitý, aby minimalizoval rizika, která z života na ulici, z užívání drog nebo z práce v sexbyznyse plynou. Při práci v sexbyznyse jde o poskytování kondomů, testů na sexuální choroby, zdravotní péči, poradenství v komunikaci s klienty a další. Jde o to zajistit bezpečí ženám, které nabízejí sexuální služby.[2]

Na Islandu moc nemáme tzv. prostituci v ulicích, sexbyznys (resp. domluva s klientem) funguje převážně přes internet. Z pohledu mojí práce je mnohdy potřeba pouze si s člověkem, který pracuje v sexbyznyse, popovídat – jaké byly její nebo jeho těžkosti, jak mu/jí můžeme pomoci – a ukázat, že jsme na stejné lodi. Zkušenosti lidí poskytujících sexuální služby za úplatu jsou takové, že s nimi ostatní lidé mluví nadřazeně a odsuzují je. Toho je potřeba se vyvarovat.

My v žádném případě nehodnotíme, jak člověk, který k nám přichází, žije. To není naše věc a každý člověk má jiný pohled na to, jak by chtěl žít. My poskytujeme podporu v oblastech, kde určitý životní styl může narušit bezpečí daného člověka.

Vidíte při své práci nějaká genderová specifika?

Samozřejmě, vidím je úplně ve všem. Bohužel většina lidí a speciálně mužů je nevidí. Neuvědomují si svoji privilegovanou roli.

Když mluvíme o ženách bez domova, které si aplikují drogy, tak jsou velmi izolované a marginalizované. Někdy si myslím, že jsou tak schované, že jsou někde pod zemí. Ale ony tu jsou a my jako terénní pracovníci a pracovnice se je musíme naučit najít.

Většina služeb pro lidi bez domova je využívána muži – u nás je to 80 až 90 % uživatelů služeb. Ale není to tak, že bychom neměli ženy bez domova, vůbec ne. Ony se ale necítí při využívání těchto služeb bezpečně. Někdy je to třeba proto, že zde mohou narazit na muže, kteří jim ubližují. I proto je potřeba mít služby pouze pro ženy.

1 – Harm reduction je přístup, v rámci kterého se snažíte minimalizovat škody, které užívání drog způsobuje. Tzn. nesnažíte se uživatele přemluvit, aby drogy nebral, ale utvoříte mu takové podmínky, aby aplikace byla co nejbezpečnější – čistá stříkačka a potřebné nádobí –, či mu poskytnete zdravotní a psychoterapeutickou péči.

2 – Služby harm reduction pro ženy pracující v sexbyznyse poskytuje v České republice organizace ROZKOŠ bez RIZIKA.

V našem autě bylo krokem kupředu, že jsme zprovoznili telefonní linku. Ženy na ni mohly zavolat a my jsme přijeli za nimi. Nemusely tedy přijít na místo, kde pravidelně stáváme. Jsou to mladé ženy, které chtějí, abychom za nimi jezdily, protože např. nesmějí opustit místo přebývání, které mají za úkol hlídat.

Když jsme navštívily noclehárnu, zmínila jste, že je potřeba dávat pozor, abychom ženy znovu netraumatizovali. Můžete k tomu říct, prosím, něco více?

Všechny ženy, se kterými se potkávám, mají traumatickou minulost. Často se setkaly s násilím již v útlém dětství. Existuje důvod, proč jsou tam, kde jsou. Nikdo si neřekne, až budu dospělá, chci být závislá na drogách a nemít domov. Stane se to, protože jsme v životě něco prožily, něco, co ovlivnilo náš život. A když pracujete s lidmi závislými na drogách, a zvlášť se ženami, je potřeba předpokládat, že ve svém životě zažili nějaké trauma. Mnoho z nich bylo sexuálně zneužito, když byli dětmi. Proto, když provozujete sociální službu, musíte mít toto na paměti. Jakákoliv nadměrná agrese – zvýšený hlas, křik, povýšený postoj – je může odradit a vyděsit, může být spouštěčem retraumatizace. Jako příklad mohu uvést, když se potkáte s lidmi, kteří byli ve vězení. Nenecháte si viset klíče u pasu jako vězeňský hlídač, klíče znamenají moc – moc umět otevřít dveře, které vy otevřít nemůžete. A ještě větší moc – někde vás zamknout, odkud nemůžete ven. Pořád musíme myslet na to, jak se při své práci chováme.

V naší noclehárně se snažíme vytvořit co nejbezpečnější a harmonické prostředí a atmosféru. Všechny návštěvnice si přináší spoustu problémů z ulice, ale my chceme, aby na ně u nás mohly zapomenout.

KOMUNIKACE S OSOBOU ZAŽÍVAJÍCÍ DOMÁCÍ A/NEBO SEXUÁLNÍ NÁSILÍ

Soňa Bajerová – Persefona z. s.

Téma násilí je nepřehlédnutelnou realitou naší společnosti, přesto určitou nejistotu a pochybnosti o tom, jak se nejlépe k osobě[1] ohrožené nebo zažívající domácí a sexuální násilí chovat, mohou prožívat všichni, kteří se s ním setkávají pracovně i osobně.

Navázat dobrý vztah s osobou ohroženou násilím, umět s ní komunikovat je bezpodmínečně nutné a bez dobrého vztahu založeného na úctě a respektu není možné poskytnout této osobě jakoukoli účinnou intervenci. To, že budete ženě zažívající násilí naslouchat a zároveň i citlivě reagovat, jí pomůže obnovit důvěru v lidskou blízkost, která byla prožitým násilím otřesena.

Pro navázání vztahu s osobou ohroženou násilím, pro identifikaci problému, pro podporu a hledání řešení je možné využít následujících obecných zásad.

Obecné zásady pro jednání s obětí trestného činu

Oběť má právo být informována o svých právech, o průběhu trestního řízení ve všech stadiích a o možnosti následné dostupné péče a pomoci. Důležitý je důraz na obnovení pocitu bezpečí oběti násilí po faktické i psychologické stránce. Oběti by mělo být dáno najevo, že ona trestný čin nespáchala.

1 – V tomto, ale i v předchozích textech používáme, hovoříme-li o osobě ohrožené domácím a sexuálním násilím nebo jej zažívající, pro větší přehlednost generické femininum (užívání podstatných jmen rodu ženského pro souhrnné označení mužů i žen) – pokud nespecifikujme jinak, máme na mysli jak muže, tak ženy.

Zvažujte, jaké informace potřebujete vědět

Pro to, abyste poskytli účinnou pomoc, není nutné znát detaily, jejichž vyprávění může vést k retraumatizaci oběti. Nevyptávejte se na podrobnosti, jestliže o nich oběť sama nehovoří a není-li to nezbytné. Vždy s ní komunikujte o tom, jak se cítí a co potřebuje.

Nekritizujte, neobviňujte

Nekritizujte oběť za to, že byla v danou dobu na daném místě, nevyčítejte jí, že se víc nebránila či nekřičela, že o tom nezačala mluvit dříve… ani nic jiného. Napaden může být kdokoli a kdykoli bez ohledu na věk, pohlaví, vzhled, oblečení atd. Jakákoli kritika jednání oběti v průběhu útoku i po něm zvyšuje pocity viny, proto je nutné, aby vina zůstala tam, kde je její místo – tedy na osobě, která útok spáchala.

Obviňování oběti zažívající jakoukoli formu násilí je multifaktoriální jev, který má však pro oběť značné důsledky. Prožívání jakékoli formy násilí je velmi úzce spojeno s otázkou viny. Mýtus, že si žena za svou situaci může sama, se ukazuje ve výrocích typu: „Je blbá, jinak by od něj odešla.“, „Nosila příliš vyzývavé oblečení.“, „Pije.“ apod. Připisování viny oběti za násilí a faktory, které k tomu vedou, mají obrovský vliv, protože mohou ovlivňovat postoj, který okolí k oběti zaujme, ale také rozhodování v soudních řízeních.

Pochopte

Naslouchejte a pokuste se pochopit, proč nebyla tato osoba schopna zabránit tomu, co se stalo. Možná byla důvěřivá a vůbec to nečekala, byla paralyzována strachem, bylo jí vyhrožováno či byla fyzicky napadena a obávala se, že když bude vzdorovat, bude to ještě horší.

Vyslechněte si důvody

Pokud vám o tom osoba ohrožená násilím neřekla hned, vyslechněte si důvody proč. Možná měla strach z vašich reakcí, styděla se a bylo jí trapné vám to říct. Možná vás chtěla ochránit před touto informací, možná si to chtěla nejprve sama promyslet nebo se rozhodla sdělit to nejprve někomu, kdo v tom není osobně zainteresován. Nechte tedy oběť popsat jejím vlastním tempem, jak se cítí, a nespěchejte na ni.

Pomozte rozlišovat

Pomozte rozlišovat mezi přáním, aby se to nikdy nestalo, a přáním udělat v danou chvíli něco jiného (nebýt v danou dobu na daném místě, říci něco jiného). Litovat toho, že člověk neudělal, co měl udělat, vytváří dojem, že to, co se stalo, je jeho vina. To, co se oběti přihodilo, však nikdy není její vina!

Nezlehčujte

Nezlehčujte to, co se stalo, slovy jako „Není to tak zlé.“, „Zapomeňte na to.“ nebo např. „To nevadí.“. Ujistěte osobu, která si prošla násilím, že jste tu pro ni.

Ujistěte ji o tom, že má vaši podporu, že jste tu pro ni a že tu budete i v budoucnu. Nabídněte jí pomoc, pokud o to bude stát, ale dávejte pozor, abyste jí nenutil/nenutila do něčeho, na co není ještě připravena.

Nepřebírejte kontrolu

Lidé ohrožení násilím se cítí být zranitelní a mohou působit dojmem „že jsou tak trochu mimo sebe“. Je důležité, aby byli opět schopni činit vlastní rozhodnutí, získali zpět sebedůvěru a sílu a dostali tak své vlastní životy pod kontrolu. Ptejte se, jak oni sami chtějí, aby jim bylo pomáháno, tím jim pomůžete dostat jejich život opět pod kontrolu.

Nelekejte ji

Nechovejte se takovým způsobem, který by osobě ohrožené domácím či sexuálním násilím připomínal útok (např. nepřicházejte k ní zezadu, neočekávaně se jí nedotýkejte apod.).

Nepřenášejte hněv

Nepřenášejte na oběť hněv a frustraci, které na základě útoku pravděpodobně cítíte. Mohla by mít obavy z toho, že tím, co se jí stalo, zraňuje své nejbližší. Ujistěte ji, že víte, že to nebyla její vina, a pokud pociťujete hněv, že je namířen jen a pouze proti tomu, kdo útok spáchal, nikoli proti ní. Pamatujte, že prohlášením, že „vezmete zákon do vlastních rukou“, ničemu nepomůžete. Naopak můžete vzbudit ještě větší pocit nebezpečí a úzkosti z toho, že jste tak rozrušený/rozrušená, a oběť může prožívat starost o to, že vás dostane do nesnází nebo že budete zraněn/zraněna. Taky může získat pocit, že se jí to vymyká z rukou a že její potřeby jsou opět ignorovány.

Neobviňujte se

Neobviňujte se za to, co se stalo, protože jste nebyl/nebyla s ní, nemohl/nemohla ji ochránit atd. Zodpovědnost leží výhradně na tom, kdo útok spáchal.

Nemluvte za oběť

Nemluvte za ni, pokud si to vysloveně nepřeje. Když se jí budou přátelé, lékaři či policie ptát, jak se cítí, ať vždy mluví sama. Když bude muset mluvit s někým, kdo jí není úplně blízký, ujistěte ji, že pokud bude chtít, budete ji při setkání doprovázet.

Povzbuzujte k lékařské prohlídce

Pamatujte, že ať už se oběť rozhodne informovat o napadení policii, nebo ne, měla by absolvovat lékařskou prohlídku. V případě sexuálního násilí nebo znásilnění bude oběť potřebovat test na pohlavně přenosné choroby.

V případě, že je obětí žena, bude třeba i těhotenský test. Dávejte ale pozor, abyste na ni moc netlačil/netlačila.

Neočekávejte toho od sebe příliš

Osoba, která si prošla násilím, bude potřebovat různé typy pomoci od různých lidí. Jeden člověk na to obvykle nestačí. I vám pomůže vědomí, že jsou i jiní lidé, za kterými oběť může jít pro podporu. Někdy mohou dobří přátelé nebo kolegové pomoci způsobem, jakým vy nemůžete. Všechno nelze rázem zázračně zlepšit. Ale tím, že budete oběti důvěřovat bez obviňování a pomáhat jí dostat život zpět pod kontrolu pomocí naslouchání, respektování jejích pocitů a názorů a projevením péče, můžete způsobit velký pokrok a nastartovat proces změny.

Specifika komunikace s přeživší sexuálního násilí

Pro komunikaci s přeživší sexuálního násilí a znásilnění platí výše popsané obecné zásady komunikace jako s osobami ohroženými domácím násilím. Je však třeba postupovat se zvýšenou citlivostí a ještě více dbát na vytvoření atmosféry bezpečí a důvěry, která je založená na úctě a respektu.

Prvním nejdůležitějším úkolem je **obnovit pocit bezpečí**. Vyvarujte se vět typu „Uklidněte se!“, „To bude dobré.“, „Mohlo to být horší.“, „To muselo být strašné.“ apod. Naopak se snažte dát aktivně najevo akceptaci pocitů přeživší, které se mohou pohybovat od zoufalství, odporu a studu až po vztek a agresi.

Využijte i malé příležitosti k **ocenění** znásilněné osoby: „Je dobře, že o tom hovoříte.“ „Chápu, že se vám o takových věcech nemluví snadno – jste velmi statečná a je rozhodně dobře, že jste se rozhodla vyhledat pomoc.“ „Ne každý by v takové situaci nalezl dostatek odvahy jako vy.“

Pokud se vám podařilo navázat s přeživší přiměřený kontakt a nejste si jistí, zda došlo ke znásilnění (v případech přepadení), **nebojte se zeptat** a **nesnažte se vyhýbat slovu znásilnění**. Pro přeživší je mnohem jednodušší kývnout na otázku „Pokusil se vás znásilnit?“, než by to musela sama vyslovit. Stejně tak není vhodné, abyste úzkostlivě kroužili okolo tématu otázkami typu: „Kde všude se vás dotýkal? I tam dole? Pokusil se o něco?“ Tím, že použijete vhodně slovo znásilnění, zároveň dáte najevo, že jste si vědomi závažnosti toho, co se přeživší stalo.

Počítejte s tím, že osoba může prožívat **akutní šok**, který se může projevovat navenek tím, že její výpověď bude zmatená, místy si bude protiřečit a bude proměnlivá. Nikdy by vás tyto příznaky neměly vést ke zpochybňování jejího utrpení. Zmatenost, výpadky paměti, zkreslení a další kognitivní chyby jsou zcela normální reakcí na nenormální situaci znásilnění.

I v případě, že budete mít vážné pochyby o výpovědi přeživší, nikdy je v první fázi nedávejte najevo. Falešná výpověď není zdaleka tak častá, jak se někdy uvádí, a jejímu případnému odhalení by se věnovali později zkušení kriminalisté. Navíc nikdy nemůžete vědět, jaké události, stavy a situace vedly osobu k falešnému obvinění.

Nikdy ani náznakem **nenaznačujte, že by osoba měla cítit za své znásilnění spoluvinu**, naopak se snažte tento pocit odvrátit – např.: „Dobře, šla jste přes park, ale nikoliv proto, abyste byla znásilněna.“ Znásilněná osoba nenese žádnou spoluvinu! Mnoho lidí například v běžných životních situacích špatně odhadne nějakou situaci, avšak následky nesprávného úsudku či naivity nejsou tak katastrofické. Je zcela nepřípustné osobě říkat „Co jste čekala.“, „To vás mohlo napadnout.“ atd.

Jedním z přetrvávajících mýtů o znásilnění je představa, že většina znásilnění má charakter zákeřného přepadení neznámým pachatelem. Avšak v případě tzv. **date rape** platí výše uvedené ještě silněji: opilost, rozverná nálada, vyzývavé chování, flirt ani přijetí pozvání do bytu budoucího pachatele nikdy nemůže sloužit jako ospravedlnění pro znásilnění. **Každý má vždy právo pohlavní styk odmítnout**. Je důležité, abyste oběť právě v této myšlence podpořili. Může se stát, že přeživší bude pochybovat právě o tom, zda svým chováním znásilnění nevyvolala. Je důležité toto odmítnout a ujistit ji, že za žádných okolností nikdo neměl právo ji znásilnit.

Snažte se navodit pocit **znovuzískání kontroly**. Oběť je často dezorientovaná a má pocit, že není schopna si sama nad sebou zajistit kontrolu. Podpořte ji – např.: „Kontrolu jste neměla během napadení, teď už ji máte. Rozhodla jste se, že vyhledáte pomoc, a udělala jste to. Znovu máte kontrolu nad tím, co chcete udělat a co děláte.“

Ukazuje se jako účinné **přeformulovat některé části znásilnění z pohledu znásilněné osoby**. Můžete tak pomoci znásilněným získat jiný náhled a pocit, že se zachovali v dané situaci adekvátně: „Zdá se, že jste se zachovala velmi moudře, když jste se nehýbala a nemluvila, než abyste riskovala další zranění.“ Někdy doporučovaná taktika nekladení odporu může být velmi nebezpečná – je však nevhodné to po činu oběti vyčítat. Lze ale například říci: „Je velmi těžké se bránit, když se bojíte o svůj život.“

Neverbální komunikace oběti i pomáhajícího

Neverbální komunikace s obětí násilí je stejně důležitá jako ta verbální. Nechte proto vždy oběť, aby si sama určila, na jakou vzdálenost se jí s vámi dobře komunikuje – nebojte se jí na to zeptat. Pozor na projevy, které by mohly vyvolat dojem, že se oběti štítíte: odklánění, uhýbání.

Velmi obezřetně si proto hlídejte své **neverbální projevy**. I zdánlivé maličkosti mohou být pro znásilněnou osobu velmi nepříjemné. Když s ní například komunikujete shora – ona sedí a vy stojíte nad ní – tak pro ni může být v té chvíli traumatizující i to, že její oči se nacházejí ve výši vašeho rozkroku. Snažte se proto vždy komunikovat ve stejné úrovni s obětí, tj. v úrovni očí.

BEZPEČNOSTNÍ PLÁN A MOŽNOSTI JEHO VYUŽITÍ

Jitka Čechová, Petra Vláčelová – Persefona z. s.

Pokud se setkáte s osobou ohroženou nebo zažívající násilí v jakékoliv podobě, je důležité jí sdělit, že násilí není normální. Nikdo není povinen trpět. Oběť není na řešení sama. Nezaslouží si, aby se s ní takto zacházelo. Není její vina, že se toto děje, nikdo nemá právo jí ubližovat.

Oběť se násilí může bránit různými způsoby. Mezi účinnou formu pomoci řadíme i bezpečnostní plán. Tento plán je soubor několika doporučení, která mohou pomoci oběti například v bezpečném odchodu od násilné osoby. Pokud oběť zůstává nadále v jedné domácnosti s násilnou osobou, může obsahovat také užitečné informace pro zajištění ochrany sebe i dětí před agresorem a získání většího pocitu bezpečí. O krocích bezpečnostního plánu mluvte s obětí i opakovaně. Jen je-li to bezpečné, můžete je formulovat písemně. V případě ohrožení dochází často k zúžení vnímání a tehdy se velmi osvědčí předchozí „mentální trénink“ nutných kroků.

Důležitou součástí bezpečnostního plánu je tvorba bezpečnostního balíčku, ať už se oběť rozhoduje odejít, nebo zůstat. Tvorba bezpečnostního balíčku je individuální, může obsahovat například toto: peníze, klíče (od bytu, práce, auta); důležité dokumenty, od nich dle možností a nutné bezpečnosti pořiďte kopie (ověřené) nebo zajistěte přímo originály (např. rodné listy, oddací list, lékařské zprávy, policejní záznamy apod.); důležité kontakty; oblečení pro sebe a děti; hygienické potřeby, léky, hračky. Bezpečnostní balíček je důležité uložit na bezpečném místě.

Pokyny, které můžete dát návštěvnici vaší služby v rámci bezpečnostního plánu:

— U někoho, komu věříte, si uschovejte náhradní klíče, několik kusů oblečení, důležité dokumenty (rodné listy, pasy, občanské průkazy, kartičky pojištěnce, smlouvy aj.), léky, lékařské zprávy a nějaký finanční obnos.
— Uschovejte si jakýkoliv důkaz o násilí (roztrhané oblečení, fotografie modřin a zranění, rozbité střepy atp.).
— Naplánujte si nejbezpečnější dobu k případnému útěku, například když násilná osoba odchází na domluvenou schůzku, na pravidelné setkání s přáteli aj. Pokud to nejde, naplánujte si sama důvod, kvůli kterému musíte odejít, například potřebujete něco půjčit od sousedů, vynést odpadky, jít na poštu, úřad aj.
— Pamatujte si, kam se můžete obrátit pro pomoc, mějte vždy jasný plán, kde se chcete ukrýt. Řekněte někomu, co se s vámi děje. Noste s sebou telefonní čísla svých přátel, příbuzných, azylových domů, ubytoven a poradenských míst.
— Promyslete cestu, jak se dostanete na různá bezpečná místa a co k tomu budete potřebovat (např. drobný finanční obnos na autobus).
— Pokud jste v nebezpečí a potřebujete pomoc, zavolejte policii (tísňové volání 158, 156, 112).
— Pokud jste zraněna, jděte na pohotovost nebo k lékaři a oznamte, co se vám stalo. Požádejte, aby vaši návštěvu zaevidovali, případně vám napsali zprávu (číslo na RZS je 155).
— Domluvte si signál se sousedy, po kterém zavolají policii. Například můžete říct, že vám došel cukr, zhasínání a rozsvěcování světel aj.
— Pokud jste napadena během telefonování na policii, nechte telefon vyvěšený, hlasitě mluvte a křičte.
— Když přijede policie, jděte s ní do jiného pokoje, abyste mohla mluvit bez přerušování.
— Neodmítejte lékařské vyšetření.
— Po útoku neuklízejte ihned, důkazy (rozbité sklo, potrhané oblečení, vyrvané vlasy…) sesbírejte a předejte policii.
— Pokud je to možné, škody vyfotografujte a snímky nechte vyvolat i s datem.
— Zjistěte si údaje o policistech, kteří událost prošetřují, potvrďte jim, že přijdete svou výpověď doplnit na stanici. Zajistíte si tak, že ji opravdu zaevidují.

Bezpečnostní plán, pokud jsou ohroženy i děti:

— V případě, že chcete odejít s dětmi, nezapomeňte vzít i jejich oblíbenou hračku a školní záznamy.
— Poučte své děti o situaci, zahrňte je do únikového plánu a nacvičte jej s nimi. Určete jim bezpečné místo v bytě (pokoj, který lze zamknout) nebo v okolí (např. sousední dům), kam se mohou uchýlit, pokud jsou ohroženy a potřebují pomoc. Vysvětlete jim, jak poznají, že je situace vyhrocená, a jednotlivé kroky, co dělat, aby utekly na bezpečné místo. Dbejte na sdělení, že jejich úkolem je zůstat v bezpečí, a ne vás ochraňovat.
— Během útoku neberte děti do náruče. Mohou být zraněny.
— Utíkat s dětmi je obtížnější a vyžaduje to větší přípravu. Pokud nejste v ohrožení života, neodcházejte bez dětí. Může se však stát, že se vše seběhne tak rychle, že děti nemůžete vzít s sebou. V takové situaci se vraťte co nejdříve s policistou/policistkou a vezměte si děti k sobě. Násilná osoba jim může ublížit nebo je vzít jako rukojmí.
— Informujte orgán sociálně-právní ochrany dítěte (OSPOD) o důvodu opuštění bytu nebo domu. Navrhněte způsob komunikace s druhým rodičem.

Příklady aplikace bezpečnostního plánu:

1. Pokud se vám návštěvnice vaší služby svěří, že je k ní blízká osoba násilná, můžete spolu vymyslet, jak si zajistit bezpečí. Lze s klientkou domluvit, že důležité osobní věci (bezpečnostní balíček) nechá u osoby, které důvěřuje, a začne si hledat novou ubytovnu. Ve chvíli, kdy ji najde, si ve vhodnou chvíli věci u této osoby vyzvedne a odejde na bezpečné místo. Můžete jí pomoci vymyslet, co řekne násilné osobě, až se bude ptát, kde ty věci jsou. Například může říct, že je někdo ukradl, že jsou ztraceny, že si je ponechala sociální pracovnice či jiné menší či větší polopravdy. Pokud je násilná osoba neustále v přítomnosti klientky, můžete zkusit hledat záminky, pod jakými se dostane z domu. Může se jednat například o domluvené schůzky na úřadech, návštěvy lékaře aj.
2. Najděte s klientkou místa s nepřetržitým provozem v okolí jejího bydliště, například hasičské a policejní stanice, kde se jí dostane pomoci v naléhavé situaci. Pomozte klientce tato místa rozpoznat, zorientovat se v mapě, případně si i nacvičit cestu k nim, pokud je zde taková možnost. Vytvořte priority, aby se v krizové situaci klientka nemusela rozhodovat, kam se obrátí nejdříve. Ptejte se, jestli si klientka umí představit, že se na to místo obrátí, když jí půjde o život. Jsou lidé, kteří by ani v takové situaci nešli na policii, ale jsou schopni utéci ke kamarádce. Hledejte reálné možnosti.
3. Vymyslete s klientkou vaší služby znamení, podle kterého poznáte, že je ohrožena a máte přivolat policii. Je možné, že bude nutné daný signál sdělit v přítomnosti násilníka, je dobré tedy vybrat něco zdánlivě obyčejného, například se pracovnice zeptá, jak se má, a klientka odpoví, že dobře, ale rozbolel ji dnes zub, roztrhla si oblíbené ponožky, došla jí sůl apod. Je však vhodné vybrat něco takového, aby to pracovník pochopil i po delší době od této domluvy.
4. Pracujte s dětmi, pokud jsou do situace ženy ohrožené násilím nebo násilí zažívající zahrnuty. Velmi podrobně s nimi nacvičte útěk do bezpečí. Je třeba dětem vysvětlit, že když utečou, pomůžou tak mamince, budou jí moci zavolat pomoc. Svou přítomností nic moc nezmůžou, naopak mohou samotné přijít k úhoně. Několikrát si s nimi vyzkoušejte, jak zaklepou u sousedů na dveře, co jim řeknou a jak. Trénujte, jak během cesty zajistí svoje bezpečí: ohlédnou se, kdo jde za nimi, budou křičet, pokud budou ohrožení na veřejném prostoru, mohou dát kolemjdoucímu lístek se jménem, adresou a vzkazem, že jsou ohrožení a potřebují pomoc. Učte děti poznat příslušníky policie, jak by takového člověka oslovily, jak by mu řekly adresu (je třeba, aby ji děti znaly zpaměti) a popsaly, co se děje.

Je třeba zdůraznit, že tato doporučení jsou spíše obecného charakteru, při práci s obětí násilí je vždy potřeba, aby oběť bezpečnostnímu plánu věřila, že jí (a dětem) pomůže reálně zajistit bezpečí. Proto je důležité, abychom jako pracovníci byli především v roli průvodce, se kterým má klientka možnost diskutovat o krocích k zajištění bezpečí, které

jsou vždy velmi individuální. Kromě jedinečných okolností situace každé klientky záleží často mimo jiné například na uspořádání bytu nebo domu, kde se násilí odehrává.

Jako častý příklad z praxe můžeme uvést např. situaci, kdy se odehrává útok a oběť má ztíženou možnost zavolat policii nebo jinou pomoc, protože jí násilná osoba telefon zabaví nebo vyrazí z ruky. V takových chvílích klientkám pomohlo nosit mobil neustále u sebe a mít na telefonu pomocí funkce zrychlené volby předvolené číslo na policii. Je však důležité začít policii volat až ve chvíli, kdy klientky mají možnost sami (či s dětmi) zamknout se v nějakém pokoji, na toaletě nebo v koupelně, a teprve odtud policii zavolat a vyjít z toho konkrétního prostoru až ve chvíli, kdy přijede policie na místo. Nebo pokud by násilná osoba např. nechtěla policii otevřít a umožnit vstup, tak ještě do telefonu na tuto skutečnost upozornit, aby se policie mohla případně připravit, že si přístup do bytu zajistí sama (k čemuž má při podezření na ohrožení zdraví či života zákonné oprávnění).

SVÉPOMOCNÁ SKUPINA PRO OBĚTI SEXUÁLNÍHO NÁSILÍ V PERSEFONĚ

Jitka Čechová, Iveta Urbánková – Persefona z. s.

Současný systém služeb pro oběti sexuálního násilí je v českém prostředí založen především na individuální práci klientky s poradkyní, terapeutkou či jinou odbornicí. V tomto typu kontaktu jsou obtížněji dostupné jiné zdroje pomoci založené na svépomocných principech. Skupinová práce může být zdrojem podpůrné síly od osob s podobnou násilnou zkušeností. Může tak napomoci překonat asymetrii, která vzniká mezi profesionální poskytovatelkou pomoci a klientkou. Poskytuje možnost rozvoje pocitu sounáležitosti, sebeúcty, výměny informací a vzájemné pomoci, která nabízí bezpečný prostor pro změnu a integraci násilné zkušenosti do života.

Zejména z těchto důvodů jsme v naší organizaci považovali za důležité podpořit vznik tohoto typu svépomoci. Aktivitu svépomocné skupiny pro přeživší sexuálního násilí se v Persefoně podařilo začít realizovat od října 2014, kdy byla otevřena v rámci dvouletého projektu „Komplexní pomoc obětem domácího a sexuálního násilí a jejich blízkým“, podpořeného grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska v rámci EHP. Na základě zájmu členek skupiny probíhá setkávání svépomocné skupiny i po skončení projektu se záměrem udržet tuto aktivitu dlouhodoběji i do budoucna.

Skupina je otevřená pro průběžný vstup nových členek a schází se 1× za 14 dní. Délka trvání jedné skupiny je přibližně 1,5 hodiny. Kvůli lepší strukturovanosti a pocitu bezpečí členek skupiny je na setkáváních většinou přítomna sociální pracovnice organizace.

Skupina funguje na principu společně definovaných pravidel, která jsou v případě potřeby aktualizována vždy se vstupem nové členky. Členky skupiny postupně nacházejí témata, která se vztahují k násilné zkušenosti, na kterých při setkáních pracují. Mezi nejčastěji sdílená témata patří například reakce a předsudky okolí, negativní i pozitivní důsledky prožitého traumatu, změny v chování, prožívání a pocit jinakosti vůči druhým, co mi pomohlo nebo nepomohlo, jak o tématu sexuálního násilí komunikovat s partnery a blízkými lidmi, tělesný kontakt, prožívání pocitů viny, vzteku ať už k sobě, agresorovi, či okolí, téma sexuality a intimity, co znamená dobré zpracování traumatu a další.

Členky skupiny také spojilo zjištění, že každé z nich nějakým způsobem pomáhá vyjádřit a promítnout téma sexuálního násilí do umělecké tvorby. Na základě toho proběhly v rámci dvou netradičních skupin společné ukázky uměleckých výtvorů (obrazy, povídky, fotografie), jejichž sdílení a reflexe pomohly vyjádřit a pojmenovat i témata velmi závažných důsledků sexuálního násilí, která se do té doby na skupině dosud pojmenovat nepodařilo.

V průběžných reflexích, které členky uvádějí ohledně významu svépomocné skupiny, se často objevuje téma přijetí, důvěry, zažití pocitů opravdového pochopení a porozumění sdílenému i prožívanému, ale i radost z vytvoření společného „jazyka“, který jim mimo jiné umožňuje ventilaci emocí i díky specifickému humoru, který si v bezpečném prostoru skupiny mohou dovolit projevit.

Snažíme se členky podporovat v tom, aby podobu a směřování svépomocné skupiny utvářely co nejvíce ony samy. Do budoucna by uvítaly rozšíření skupiny, a proto se stávající členky snaží motivovat potenciální nové zájemkyně o zapojení se do svépomocných aktivit např. diskusemi na internetových fórech či článkem na webu – který navazuje na tento text apod.

I když se nové zájemkyně ozývají a informují se o fungování skupiny, je potřeba vzhledem k citlivosti

tématu sexuálního násilí počítat s tím, že se často nakonec do skupiny nezařadí.

Nižší počet členek skupiny má zase svou výhodu v tom, že se snadněji buduje ve skupině důvěrné a bezpečné prostředí, které členkám pomáhá otevírat intimnější a závažnější témata ohledně prožitého sexuálního násilí.

V neposlední řadě se díky vazbám vzniklým za dobu trvání svépomocné skupiny některé členky setkávají i mimo její rámec, navštěvují kulturní akce nebo se podporují např. v situaci hospitalizace návštěvami v nemocnici.

Svépomocná skupina pro oběti sexuálního násilí

KDO JSME

Jsme pohodová parta lidí, která se rozhodla společně čelit své minulosti, ve které se vyskytla násilná zkušenost se sexuálním podtextem. Na základě společného sdílení se snažíme naši situaci lépe pochopit a čerpat z ní. Funguje u nás specifický druh humoru, díky němuž panuje ve skupině pozitivní atmosféra. Naše svépomocná skupina vznikla v říjnu 2014 pod patronací organizace Persefona a úspěšně probíhá i nadále.

PRŮBĚH SETKÁNÍ

Naše jednotlivá setkání nemají pevně stanovenou strukturu, i když máme společně definovaná témata, na kterých průběžně pracujeme. Vždy záleží na aktuální situaci a naladění, se kterými přicházíme do skupiny v den konání. Pro každou z nás je v úvodu prostor, který je možné využít pro hodnocení minulých týdnů, naplňování osobních cílů, případně každá může nabídnout skupině vlastní téma. V průběhu skupiny se spolu bavíme a sdílíme své zážitky. Na konci skupiny je opět prostor pro reflexi společně stráveného času. Na setkáních skupiny je většinou přítomna i sociální pracovnice Persefony, není to však nutným pravidlem.

CÍLE

— Vzájemné sdílení zkušeností na principu pomoc poskytovat i přijímat;
— sdílení prostoru s lidmi, kteří prožili podobnou zkušenost, získat od nich zpětnou vazbu;
— rozvíjení sebevědomí, sebeúcty a pocitu sounáležitosti;
— hledání cesty, jak v bezpečném prostředí integrovat násilnou zkušenost do života, a tím jej změnit.

PRAVIDLA SVÉPOMOCNÉ SKUPINY

— Vstup do skupiny je podmíněn zkušeností se sexuálním násilím a minimálním věkem 18 let.
— Každý má právo, nikoli povinnost, vyjádřit se k probíranému tématu (není tedy ke komunikaci nucen, má právo se odmítnout vyjadřovat).
— Vše, co zazní v průběhu setkání skupiny, je důvěrné, členky se zavazují k mlčenlivosti.
— Stávající členky skupiny respektují nově příchozí členky, podporují je v přijetí a začlenění.
— Účast na skupině je dobrovolná, otevřená a bezplatná (lze pouze naslouchat).
— Zakázáno je jakékoli slovní, emocionální či fyzické napadání, ponižování či shazování členek skupiny.
— Členky skupiny si po vzájemné dohodě tykají (kromě odbornice, která se účastní skupiny) a oslovují se křestními jmény.
— Svépomocná skupina nenahrazuje lékařskou, psychoterapeutickou a další odbornou péči.
— Není dovoleno účastnit se skupiny pod vlivem alkoholu nebo drog.
— Členky skupiny respektují podněty zřizovatele skupiny, dodržují základní organizační pravidla (dochvilnost, nenarušování průběhu skupiny, omluva neúčasti apod.).
— Se souhlasem všech členek skupiny je možné tato pravidla doplňovat nebo měnit.

VYJÁDŘENÍ ČLENKY SKUPINY

Jesica

V minulosti se u mě objevila potřeba sdílení mého prožitku s dalšími, kteří si prošli podobnými traumaty. Unavovalo mne nepochopení okolí, jejich předsudky, údiv. Potřebovala jsem místo, kde si nebudu připadat jiná. Do svépomocné skupiny jsem šla také díky víře, že si lidé s podobnou zkušeností mohou být navzájem příkladem a podporou.

Svépomocná skupina plní mé očekávání. Pomáhá mi vědomí, že mohu sdílet prostor s lidmi, kterým nemusím složitě vykládat, jak se cítím. Velmi si vážím i zpětné vazby, která je pro mě důležitá. Vědomí toho, že svými prožitky a zkušenostmi mohu pomáhat druhým, zvyšuje mé sebevědomí a traumatu z minulosti dodává nový, pozitivní rozměr.

Vytvořily členky svépomocné skupiny Persefona

MUŽŮM VSTUP ZAKÁZÁN, ANEBO NE?

Jitka Kolářová – Jako doma – Homelike, o. p. s.

V následujícím textu hledám odpověď na otázku, zda mohou muži pracovat se ženami, které zažily násilí od mužů, nebo zda ženám s traumatickým zážitkem znovu trauma v nějaké podobě nevyvolávají.

Mnohé z žen, s nimiž v Jako doma spolupracujeme, násilí ze strany partnera (nebo otce, otčíma…) zažily nebo stále zažívají. Ve výzkumu zaměřeném na násilí na ženách v kontextu bezdomovectví[1] se ženy dotkly právě i otázky kontaktu s muži (nejen) v pomáhajících a terapeutických profesích.

Odpovědi byly jednoznačně v neprospěch mužů. Ženy často vypovídaly, že mají strach, když vidí někoho podobného muži, který jim ublížil, někdy mají prostě strach ze všech mužů. Nechtějí proto třeba ani docházet do denních center nebo jiných služeb, kde jsou muži (i jako uživatelé služeb).

Nela: Holky se (tam) třeba po znásilnění nebudou cítit dobře, protože tam jsou chlapi.

Věra: Já bych to nedokázala. Bejt vůbec vedle chlapů. Dlouho jsem měla silně nabouranej vztah k chlapům.

Takové argumenty hrají ve prospěch nejen čistě ženského personálu, ale i služeb pouze pro ženy.

V *Bezdomovinách*[2] zase vyšel článek, kde se autorky ve výtkách k nastavení služeb v jedné pražské noclehárně vyjadřují přímo k naší otázce:

Moc mladý psycholog. Být starší žena, která zažila týrání a násilí, raději bych mluvila se starší paní než s tímhle právě vystudovaným klučinou.[3]

Když policie nepomáhá

V současné době je navíc naneštěstí systém vyšetřování násilných činů pro ženy velmi stresující. Ženy ve zmíněném výzkumu často popisovaly případy retraumatizace a sekundární viktimizace a k chování policie, ale i soudů a lékařů byly velmi kritické.

Věra: Já jsem potřebovala sedm let na to to zpracovat. Stresující je to napadení, další stres je u toho lékaře, nejsou jemní, jsou neempatičtí, netaktní, a pak ještě policie. Lidi na tebe koukají, na gynekologii na Bulovce, tam ty policajti. Převlíknout se můžeš až po vyšetření. A pak nic. (…) A pak u soudu musí znova vypovídat o tom, co ji traumatizuje. Ženská, když vidí, jak se k ní chovají, tak to nechá být (= nechce dál už věc řešit).

Nechceme tím naznačit, že vyšetřující policista nebo lékař je neempatický a netaktní, protože je muž, a že větší podíl žen u policie by problém necitlivosti k obětem vyřešil. Pokud ale týrané a znásilněné ženy pociťují přítomnost mužů jako ohrožující, bylo by dobré, aby tuhle skutečnost reflektovala i instituce, která si dala za cíl pomáhat a chránit. Navíc, pokud si ženy spojí, že ti, kdo se k nim při vyšetřování chovali hrubě, byli muži, budou pak dále asi těžko důvěřovat třeba psychologům a psychoterapeutům-mužům.

1 – Kolářová, Jitka, Lindovská, Eliška (eds.). 2016. *Stojíme na jejich straně! … Protože dvě jsou více než jedna*. Závěrečná výzkumná zpráva o ženském bezdomovectví a násilí. Praha: Jako doma – Homelike, o. p. s.

2 – Noviny, které píší ženy bez domova pro ženy bez domova. Vydává Jako doma – Homelike, o. p. s.

3 – Jako konzervy na běžícím páse. Poznámky z noclehu na Hermesu, *Bezdomoviny* 3 – prosinec 2015, strana 1. Praha: Jako doma – Homelike, o. p. s.

Respektovat a reflektovat

Proto je důležité, aby s ženami, které zažily násilí, pracovaly ženy – především při vyšetřování i při psychoterapii. Neznamená to ale, že samotné ženské pohlaví je zárukou zlepšení. Jde tu o citlivost, respekt k ženě, s níž pracujete, a průběžnou reflexi vlastního chování. A to samozřejmě nemusejí naplňovat ani všechny ženy, a ani ty, které vystudovaly psychologii.

V Jako doma, ačkoliv jsme organizace určená specificky ženám bez domova, z nichž mnohé zažily násilí od mužů, muži pracují, a to i v roli pomáhajících pracovníků. Je pro nás však velmi důležité, aby naši zaměstnanci vnímali svoji dominantní a zvýhodněnou pozici ve společnosti, aby byli citliví k otázce násilí na ženách. Jako takoví totiž mohou dát traumatizovaným ženám možnost zažít jinou maskulinitu než tu násilnou, dominující, zneužívající.

Důležitá je ale i reakce spolupracujících žen bez domova na přítomnost mužů-pracovníků a mít vždy k dispozici i ženy-pracovnice, na které se mohou obrátit ženy, které se v komunikaci s muži necítí bezpečně.

PÉČE O OSOBY V POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍCH

Alexandra Doleželová – Jako doma – Homelike, o. p. s.

Pokud pracujete se ženami, které zažily nebo zažívají násilí, je potřeba věnovat se i sama sobě. Vaše práce je práce stresující. Zvláště pokud používáte participační techniky spolupráce a s lidmi, pro které je vaše služba určená, máte osobní vztah nebo je máte rádi. Zabývat se násilím u osoby blízké nebo u spolupracovnice je traumatizující. Někdy ztrácíte naději. Po počátečním nadšení nastává zklamání, když vše nejde tím ideálním směrem. Nechápete, proč některé ženy, se kterými pracujete, nechtějí opustit svého násilného partnera, anebo se k němu dokonce vrátily. Je to pro vás frustrující.

Stres je každodenní součástí našeho života a potřebujeme ho. Z důvodu pravidelného kontaktu s lidmi, kteří zažívají násilí a jsou v těžké sociální situaci, ho ale zažíváte více. Pokud je dlouhodobý a působí úzkosti, začíná problém. Může se stát, že měníte pohled na sebe a na vaše vztahy. Svět se vám nezdá bezpečný a nechápete ho. Začínáte se ptát po smyslu vaší práce a cítíte se vinni, že nedokážete ve všech situacích pomoci. Nebo naopak ztrácíte soucit. Ironicky vtipkujete tam, kde to není vhodné, anebo nerozumíte vtipům ostatních. Přestáváte jíst, nebo naopak jíte velmi mnoho, nesoustředíte se, často brečíte, neperete si špinavé prádlo… Přichází úzkost a únava. Takto, ale i jinak se může projevovat syndrom vyhoření. Pojďme si říct, jak mu můžeme předejít.

Nesnažte se lidi zachraňovat. Vaše role je poskytnout podporu tam, kde je žádaná, a v takovém rozsahu, ve kterém je žádána, a/nebo v takovém, na který máte kapacitu. Každý máme jiný pohled na život. Nesnažte se hodnotit život ostatních z vašeho pohledu, ale z toho jejich. Nezachráníte svět a nejspíš ani většinu uživatelek a uživatelů vaší služby. To není vaším cílem – vaším cílem je pomoci tak, aby se jejich situace nezhoršovala a nebyli v ohrožení života. Věřte, že často pomůže, pokud si s člověkem v tísni popovídáte a/nebo jej/ji vyslechnete.

Ženy, se kterými pracujete, mohou mít (a pravděpodobně mají) jiný pohled na téma násilí, možná ho zažívají celý život, proto pro ně představuje menší zlo. Anebo nechtějí být samy, svého partnera milují, poskytuje jim podporu v jiných situacích. Důvodů je několik. **Nesnažte se ženu, která žije s násilným partnerem, přesvědčit, aby od něj odešla, a chápejte, pokud to neudělá.** Vytvořte jí nejlepší podmínky pro to, aby kdyby od něj odejít chtěla[1], byla v co nejmenším riziku ohrožení, a aby byla v co nejmenším riziku ohrožení, i když u něj zůstane. Rozhodnutí, zda odejde, musí udělat každá osoba sama. Může dojít i k tomu, že uživatelka vaší služby od svého partnera odejde, ale po čase se k němu vrátí. Nebuďte z toho zoufalí a nehodnoťte. Věřte, že nějaké důvody k tomuto rozhodnutí jsou, i když pro vás nepochopitelné.

Vzdělávejte se v oblasti násilí na ženách. Organizace, které se věnují problematice násilí na ženách, vytvářejí své pozice a přístupy více než dvě desítky let. Pochopení, jak se chovat k osobě, která se setkala s násilím, nepřijde jen tak. Navštěvujte kurzy, které realizují organizace zaměřené na násilí na ženách, a konzultujte své případy s těmito organizacemi. Vytvořte si databázi organizací, kam můžete ženu, která se na vás obrátí, odkázat, pokud jí nedokážete sama/sám pomoci.

Absolvujte kurz krizové intervence. Dozvíte se, jak řešit krizové situace. Ale i v jaké fázi krize se osoba, které poskytujete podporu, nachází. Každá fáze může potřebovat jinou podporu.

Choďte na pravidelné supervize. Váš zaměstnavatel by vám měl umožnit a zprostředkovat individuální supervizi jednou měsíčně. Zde můžete mluvit o případech, které zrovna řešíte. Případové supervize je nutné navštěvovat i jako celý tým. Zde si můžete navzájem poradit a sdílet své pohledy.

1 – Sestavte s ní bezpečnostní plán.

Podpora týmu a přátelské pracovní prostředí nesmí v sociálních službách nebo v pomáhajících profesích chybět. Pro svoji práci potřebujete možnost podělit se o ni s kolegyněmi a kolegy a naučit se říci ne, pokud máte příliš úkolů a odpovědností.

A hlavní věc! **Nezapomínejte na svůj volný čas.** Dělejte věci, které vás baví – sport, relaxace, meditace, četba, kultura. Setkávejte se s přáteli. Ale užívejte si i samoty a rozjímání. Vnímejte maličkosti a užívejte si je. Zajděte si na dobré jídlo, dejte si čaj, běžte na procházku. Díky volnu nabíráte síly na svoji práci a na to, abyste poskytovali pomoc. Neodpírejte si ho.

PRAKTICKÉ CVIČENÍ „ANDREA A TOMÁŠ“: VYZKOUŠEJTE SI, JAKÉ TO JE ODEJÍT OD NÁSILNÉHO PARTNERA

Alexandra Doleželová – Jako doma – Homelike, o. p. s.

Představujeme vám skotské cvičení „Andrea a Tomáš“. Jeho cílem je ukázat obtížnost situace, ve které jsou ženy odcházející od násilného partnera. Ve svém okolí často slýcháme otázku „Proč od něj neodejde?“. Každou ženu, která se rozhodne od svého partnera odejít, obdivujeme a gratulujeme jí. I proto jsme se cvičení rozhodli rozšířit o tipy a zmapování možností – kam se obrátit – pro ženu, která náhle odešla od svého partnera v českém prostředí.

Začínáme. Vystřihněte si názvy institucí a postav z přílohy, každá účastnice a účastník (vyjma dvou) si vylosují jednu nebo více institucí, které reprezentují a na které se Andrea obrátí, aby si mohla zajistit bezpečí pro sebe a své děti a nějaké peníze na živobytí. Tyto instituce budeme propojovat provázkem. Sedněte si do kruhu. Vyberte z účastnic a účastníků osoby, které budou představovat Andreu a Tomáše. Andrea si stoupne s provázkem doprostřed kruhu. Podle textu bude provázek podávat. Vždy vrátíme provázek Andree, aby se u ní propojil. Na konci uděláme podobnou cestu i pro Tomáše.

ZDE JE ANDREIN PŘÍBĚH:

Začněte číst.

Andree je 27 let a má tři děti – 6 let, 3 roky a 9 měsíců. Po té, co byla psychicky i sexuálně zneužívána svým partnerem, se včera večer rozhodla odejít a dnes ráno přišla ke své matce požádat o pomoc a azyl.

Andreina matka bydlí v jednopokojovém bytě, dvě ulice od Andrey, která žije v sociálním bytě. Jí a manželovi ho poskytuje městský úřad Edinburgh. Hned ráno se před bytem matky objevil i Andrein manžel Tomáš, který na ni křičel, ať se okamžitě vrátí domů, vyhrožoval jí a snažil se dostat dovnitř.

Její matka zavolala policii. Přijíždějí ***policista 1 a 2*** (Předejte jim provázek a vraťte ho Andree. Takto postupujte u každé označené instituce.)*, Tomáš už ale na místě není. Policie žádá výpověď od její matky a dává Andree kontakty na možnou pomoc. Policie informuje* ***Speciální tým zaměřený na domácí násilí*** *a ten informuje* ***Úřad sociální péče****. Tomáše se policii nepodařilo zastihnout.*

Andreina matka jí řekla, že jí co nejvíce pomůže, ale že bydlet u ní nemůže, byt je pro ně dvě a tři děti příliš malý. Andrea má v kapse 84 centů a její matka jí dává dvě libry. Poradí jí, aby zavolala ***Linku pomoci ženám****.*

Po té, co mluvila s policií, odvádí Andrea své děti do školy a školky, kde mluví s ***vyučující****, protože se bojí, že se její manžel bude snažit děti ze školy odvézt. Již se tak stalo v minulosti. Potom jde na* ***Úřad práce*** *zjistit, jestli by mohla dostat nějaké peníze. Dostává tzv. půjčku v krizové situaci a podává si žádost o dávky.*

Mezitím co čeká na vyřízení, zavolá na ***Linku pomoci ženám*** *a mluví s* ***pracovnicí*** *o možnosti azylového ubytování. Nejsou jí ale schopni nalézt ubytování v okolí. Nabídnou jí účast v ženské skupině. S tím Andrea souhlasí. Domluví se, že si ohledně možností azylového ubytování zavolají ještě později ten samý den.*

Andrea se rozhodne navštívit místní kancelář poskytovatele sociálních bytů, aby zjistila, zda je možné, aby se z bytu vystěhoval Tomáš a ona s dětmi se mohla vrátit. ***Úředník bytového odboru****, se kterým hovoří, je velmi nápomocný, a když mu vyprávi svůj příběh, nabídne jí dočasné bydlení ve vybaveném bytě a poradí jí, aby vyhledala právní pomoc.*

Jak bylo dohodnuto, Andrea odpoledne znovu volá na ***Linku pomoci ženám****, kde se dozví, že je možné, aby šla do azylového ubytování, které je ovšem velmi daleko od školy a školky jejích dětí. Je navíc mimo město, takže tam Andrea nikoho nezná. Chtěla by zůstat poblíž své matky. Rozhodne se tedy pro dočasné ubytování od města Edinburgh,* ***Linka pomoci*** *jí nabídne, že se na ně i nadále může kdykoliv obrátit s žádostí o pomoc. Andrea jde na úřad poskytující ubytování, aby se dozvěděla podrobnosti. Dozví se, kde byt je, sice není blízko, ale není mimo město.* ***Pomocný pracovník bytového úřadu*** *vyplní s Andreou všechny potřebné papíry a odveze ji do bytu.*

V půl šesté večer jsou Andrea a její děti konečně v bytě. Celý den nejedla, šest hodin strávila na různých úřadech vyplňováním papírů. Děti jsou vystresované a hladové. Nestihla ani nic nakoupit, a tak rychle skočí pro Fish and Chips, nakoupí pleny a mléko pro miminko. Chce svým dětem zachovat pravidelnost, a proto plánuje zítřejší cestu do školy a školky, ale zjišťuje, že nemá pro děti žádné čisté oblečení a ani prášek na praní. Cítí se osamělá, unavená, zdrcená, izolovaná od světa. Děti pláčou, že v bytě není televize, že je špinavý a že se jim tam nelíbí. Chtějí jít domů.

V tu chvíli zazvoní telefon, volá Tomáš. Říká, že ji miluje, že se začne léčit, přestane pít, prosí ji, aby šla domů. Uznává, co mu alkohol způsobuje, slibuje, že se změní. Nabídne jí, že se pro ni zastaví.

POLOŽTE SI, PROSÍM, OTÁZKU. ŠLI BYSTE V TUTO CHVÍLI DOMŮ?

Nechte publikum chvíli se nad otázkou zamyslet, nechtějte po nich, aby vyslovovali odpověď nahlas. Každý si odpoví sám pro sebe.

DRUHÝ DEN

Andrea vstává v šest hodin ráno, bere děti do školy. Před tím se ale zastaví u mámy, aby si pro ně vzala nějaké čisté oblečení. Šestileté dítě odvede do školy, to mladší, tříleté, do školky. Jde ke svému lékaři, aby zaznamenal její zranění, které jí před dvěma dny způsobil Tomáš. Čeká, než ji lékař přijme. Andrea má problémy se spaním a záchvaty úzkosti. ***Lékař 1*** *jí doporučí navštěvovat psychoterapii.*

Když jde Andrea pro své dítě do školy, čeká tam manžel. Chce, aby s ním Andrea šla domů, a když Andrea odmítne, začíná být agresivní a uhodí ji do obličeje. Někdo zavolá policii. ***Policisté 3 a 4*** *přicházejí, Andrea je vystrašená a krvácí. Dvě z jejích dětí už jsou s ní a pláčou. Tomáš je zatčen. Policie volá speciální tým zaměřený na domácí násilí, který zavolá sociální odbor. Policie a sociální odbor se dohodnou, že Andrea bude pod dohledem* ***pracovnice sociálního odboru****.*

Policie odveze Andreu do blízké ***nemocnice na ošetření (pohotovost)****. Když čekají, udělají s Andreou výpověď. Ještě z nemocnice volá Andrea své matce, ale nedovolá se. Domluví se se svojí kamarádkou, aby vyzvedla její nejstarší dítě ze školy. Zavolá učitelce, aby její dítě mohlo s kamarádkou ze školy odejít.*

Andrea volá na ***Linku pomoci ženám*** *a mluví s* ***pracovnicí 2****, která jí poskytne psychickou podporu a domluví jí právní pomoc. V půli telefonu dojde Andree telefonní kredit. Vrátí se domů, kde ji navštíví* ***vyšetřovatel a sociální pracovnice****.*

ŠLI BYSTE ZPĚT DOMŮ TEĎ?

Opět nechte účastníky a účastnice odpovědět si pouze v duchu.

V NÁSLEDUJÍCÍCH DNECH

Andrea navštíví ***právního zástupce****, aby zjistila, zda se může vrátit do svého bytu. Dozvídá se, že musí podat žádost o vykázání. Rozhodla se, že se chce nastěhovat zpět, protože děti nezvládají všechny náhlé změny.*

V mezičase Andrea dostává SMS od Tomáše a ostatních členů jeho rodiny. Pohybují se od škemrání, aby se vrátila domů, až po výhružky dalším násilím. Každým dnem jsou SMS výhružnější. Po jedné noci, kdy obdržela několik opravdu náročných SMS od Tomáše a kdy se snažil několikrát volat, zatelefonuje Andrea na ***Skotskou linku pomoci v oblasti domácího násilí*** *pro pomoc. Řeknou jí, že se může s vyhrožujícími SMS a telefonáty obrátit na policii.*

Druhý den volá Tomáš, který jí říká, že ví, kde bydlí, a že bude chodit po okolí a do okolních obchodů, přijde do školy a školky a přesvědčí jí, aby se vrátila domů. Nemůže bez ní žít, raději by umřel. Andrea se bojí, již v minulosti Tomáš vyhrožoval ji i jejím dětem smrtí, rozhodne se, že nemůže zůstat bydlet tam, kde bydlí.

*Zavolá na linku pomoci ženám (**pracovnice linky 3**) a dostane místo v azylovém domě v jiné části města. Okamžitě tam s dětmi odejde. Navštíví **právníka** ohledně zákazu styku a mění si telefonní kartu v mobilu. Bojí se říci komukoliv, kde je a jaké má telefonní číslo, a to ji opět o něco více izoluje.*

Po čase se Andrea rozhodne, že nemá cenu snažit se vrátit domů, Tomáš jejich společný byt nikdy neopustí. Musí zůstat v azylovém domě a začít znovu bez věcí, které patří jí a dětem. Jezdí odsud jenom jeden autobus do místa, kam chodí děti do školy, což je náročné. Přemýšlí, že by děti přemístila do školy a školky někde poblíž, ale neví, jak dlouho vlastně v azylovém domě zůstane. Děti už nebyly ve škole a školce týden.

*Andreu kontaktuje **sociální pracovnice 2**, která přišla kvůli obavě, že dítě nechodí do školy. Žádá Andreu, aby navštívila sociální odbor a aby děti navrátila do jejich každodenního života.*

*Kvůli úzkostem a depresím navštěvuje Andrea v současném místě bydliště **nového doktora (lékař/lékařka 2)**. Je také v kontaktu s **krizovou pracovnicí pro přeživší sexuálního násilí**, se kterou mluví o sexuálním násilí ve svém manželství.*

*Později Andrea navštíví **občanskou poradnu** kvůli dluhům. Začíná soudní proces s Tomášem, a proto Andreu kontaktuje **pracovník poskytující informace a poradenství obětem při soudních procesech**.*

TOHLE JE ANDREIN PŘÍBĚH. PŘEDSTAVILI JSME VÁM HO PROTO, ABYSTE VĚDĚLI, S ČÍM SE MŮŽE ŽENA POTÝKAT, KDYŽ ODCHÁZÍ OD SVÉHO PARTNERA. POLOŽTE PROVÁZEK NA ZEM A PŘEČTEME SI TOMÁŠŮV PŘÍBĚH.

Po položení provázku můžete ohodnotit, kolik Andrea musela navštívit institucí. Provázek nechte ležet na zemi. Doprostřed si teď stoupne Tomáš, vezme si provázek jiné barvy a bude ho na základě následujícího příběhu propojovat stejně jako Andrea.

CO SE STALO TOMÁŠOVI?

*Poté co napadl Andreu před školkou, byl zatčen (**policistou 3 a 4**) a obviněn z napadení a z výtržnictví v oblasti bytu Andreiny matky a držen jednu noc ve vazbě. Hlášení bylo odesláno na federální policii. Ta ovšem rozhodla, že není dostatek důkazů pro držení Tomáše ve vazbě. Tomáše propustili bez kauce a doporučili mu, ať Andreu nekontaktuje a ani s ní nekomunikuje, dokud neproběhne soudní řízení. Tomáš byl v souvislosti se soudním řízením dvakrát u **advokáta**.*

PO DEVÍTI MĚSÍCÍCH

Tomáš je informován o datu soudního řízení, kam přijde, je uznán vinným a dostane pokutu 70 liber. Zůstává bydlet ve svém třípokojovém bytě.

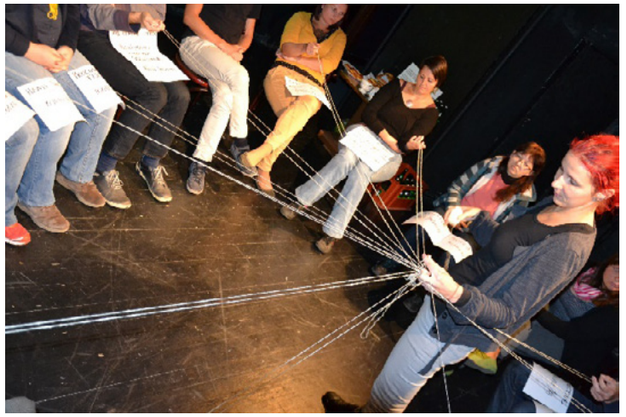
A TO JE TOMÁŠŮV PŘÍBĚH… VIDÍTE NĚJAKÝ ROZDÍL?

Pusťte provázky a porovnejte si, kolik institucí navštívil Tomáš a kolik Andrea. Povídejte si o tom, jak na vás příběh působil.

A jaká by byla situace v našich podmínkách? Můžete si rozdělit účastnice a účastníky cvičení na malé skupinky, ať zkusí převést situaci do podmínek u nás.

Zde si můžete přečíst tipy, které vyšly z našeho sezení s osobami pracujícími v pomáhajících profesích:

— V případě napadení partnerem zavolejte policii. Policie může využít tzv. **institutu vykázání**, kdy váš partner bude muset na několik dní opustit vaše společné obydlí. V Brně a Ostravě dokonce funguje speciální jednotka zabývající se případy domácího násilí. Policie vám



Příloha č. 1

Vystřihněte si tyto lístečky:

Policista/policistka 1	Vyšetřovatel/vyšetřovatelka
Policista/policistka 2	Sociální pracovník/pracovnice
Vyučující	Právní zástupce/zástupkyně
Úředník/úřednice – úřad práce	Skotská linka pomoci v oblasti domácího násilí
Pracovnice na Lince pomoci ženám	Pracovnice Linky pomoci ženám 3
Úředník/úřednice bytového odboru	Právník/právnička
Pomocný pracovník/pracovnice bytového úřadu	Sociální pracovník/pracovnice 2
Lékař/lékařka 1	Lékař/lékařka 2
Policista/policistka 3	Krizová pracovnice pro přeživší sexuálního násilí
Policista/policistka 4	Pracovnice/pracovník občanské poradny
Pohotovost	Pracovník/pracovnice podávající informace a poradenství obětem při soudních procesech
Pracovnice Linky pomoci ženám 2	Advokát/advokátka

v případě vykázání musí předat kontakt na **Intervenční centrum**, kde vám poradí co dál. V případě, že máte děti, musí kontaktovat **OSPOD** (Orgán sociálně-právní ochrany dětí).

— Pro radu se můžete obrátit na **linku důvěry** – existuje např. Linka bezpečí, Dona linka, svoje linky mají také organizace Acorus, Bílý kruh bezpečí a Profem.

— Krizová lůžka naleznete např. v organizacích Acorus (s dětmi i bez dětí – nepřetržitý provoz), Proxima Sociale (pro ženy i muže), Kolpingův dům (pro ženy s dětmi). Většinou bývají na pět pracovních dní.

— Z krizových lůžek je možno v případě dostatečné kapacity přejít na azylový dům. Azylové domy provozuje také Centrum sociálních služeb Praha, Acorus nebo organizace ROSA a další.

— Na sociálním odboru si můžete zkusit zažádat o dávku mimořádné okamžité pomoci.

— **Doporučujeme pro získání všech potřebných informací navštívit sociálního kurátora nebo sociální kurátorku v místě vašeho bydliště.**[1]

1 – Další služby můžete najít v Mapě služeb pro ženy bez domova.

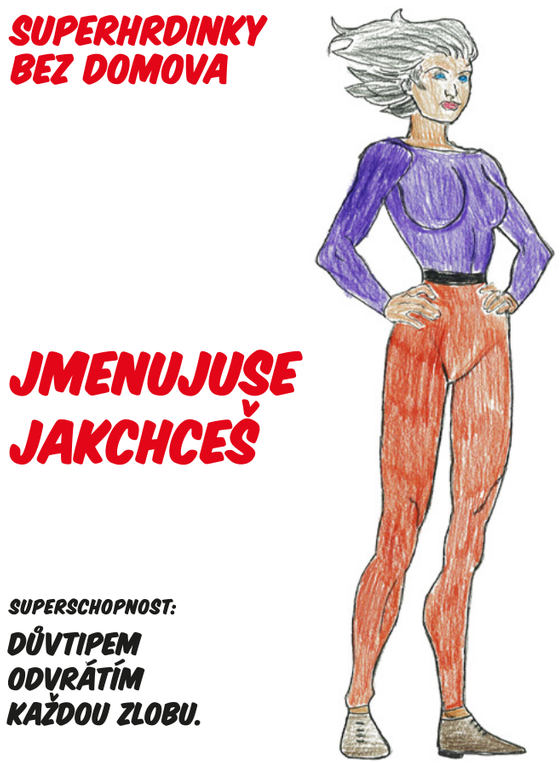
PRAKTICKÉ CVIČENÍ SUPERHRDINKY: KAŽDÁ Z NÁS MÁ SUPERSCHOPNOSTI

Lenka Vrbová – Jako doma – Homelike, o. p. s.

Ženy bez domova jsou neviditelnými superhrdinkami dnešní doby. Často jsou nahlíženy pouze skrze to, co jim chybí – bydlení. Jsou to ale ženy, které mají svůj životní příběh, často až neuvěřitelné zkušenosti, sny, touhy a dovednosti. Samotné žití a přežití bezdomovectví vyžaduje notnou dávku zvláštních schopností.

S tímto konceptem jsme si začaly pohrávat v létě 2014, kdy jsme uspořádaly akci Superhrdinky bez domova, kde ženy bez domova prezentovaly na veřejnosti své dovednosti. Později při různých workshopech – i ve spolupráci s komiksovou kreslířkou Toy_box – jsme s ženami bez domova ztvárňovaly a vyjádřily posilující identitu superhrdinky – ženy bez domova. Právě tyto workshopy mohou přispět k jejich sebevědomí, které je velmi křehké.

Samozřejmě skoro každý má obavu, že neumí kreslit. Ale o to ani při superhrdinském workshopu nejde. Proto jsme připravily různé siluety superhrdinek, které si ženy mohly vybrat a dále dokreslovat. Zadání je jednoduché – nakreslete superhrdinku bez domova, jak vypadá, jaké by měla mít schopnosti, případně nástroje, co je její hlavní superschopnost. Ženy se zčásti identifikují s postavou, kterou kreslí, což posiluje jejich identitu jako silných a schopných. Ve zvláštních schopnostech superhrdinek se pak často odrážejí jejich skutečné vlastnosti (především péče o druhé a pomoc druhým, solidarita), ale také to, co další ženy jako ony potřebují a čeho si váží – bezpečí, podpora, rada, síla, radost, kamarádství...



DOPORUČUJEME K PŘEČTENÍ

Nemám domov, ale mám svůj hlas

Publikace představuje výstupy společných setkávání lidí bez domova s lidmi, kteří pracují v oblasti sociální práce, ale nahlíží kriticky na současný systém, ať už sociální práce, nebo nastavení hodnot společnosti. Publikace obsahuje tyto příspěvky: Nemám kde bydlet, ale nejsem „bezdomovec“; Ke kořenům sociální práce; Jak překročit práh azylového domu; Poprvé venku: mladí lidé bez domova a squatting; Bydlení je právo! Jak si ho vymoci?

Stojíme na jejich straně! ... protože dvě jsou více než jedna

Závěrečná zpráva z výzkumu zaměřeného na podoby násilí, které zažívají ženy v souvislosti s bezdomovectvím. Kvalitativní výzkum realizovaný organizacemi Jako doma – Homelike a ASLIDO ve dvou městech ČR ukazuje, že ženy se ztrátou bydlení dostávají do nejisté a nebezpečné situace, s níž je násilí na ženách výrazně spojeno. Násilí na ženách v sociální tísni přichází jak ze strany partnera či jiných blízkých lidí, ale také od institucí (bezpečnostních agentur, policie, zdravotnického personálu, úřadů), ale i veřejnosti. Některé ženy, které odešly z domova kvůli násilnému partnerovi, se tak paradoxně vystavily ještě většímu násilí a od více aktérů. Případy násilí na ženách navíc v bezdomovectví zůstávají skryty, protože je přehluší jiné, aktuálnější existenční problémy jako nocleh a jídlo.

Cílem výzkumu, který je unikátní svou participativní metodologií, kdy do sběru a analýzy dat zapojil samotné účastnice výzkumu – ženy se zkušeností násilí a bezdomovectví –, je ukázat tyto ženy jako aktivní hybatelky vlastního života. Proto se výzkum zaměřil i na strategie, které ženy tváří v tvář násilí volí, a na to, co by potřebovaly pro zlepšení své situace.

Spravedlnost na ulici

Případová analýza organizace In IUSTITIA se věnuje identifikaci základních problémů, které mají ženy v tíživé sociální situaci se zkušeností s násilím. Analýza nabídne čtenáři výčet typologií problémů těchto žen, případná řešení těchto problémů a možné bariéry v jejich přístupu ke spravedlnosti. Data pro analýzu byla shromážděna během roku a půl v rámci projektu Společně jako doma bez násilí.

NA TVORBĚ PUBLIKACE SE SPOLUPODÍLELY TYTO ORGANIZACE:

Jako doma – Homelike, o. p. s.

Nezisková organizace, která se věnuje ženskému bezdomovectví. Naším cílem je společnost, kde každý má možnost důstojně bydlet a kde nejsou sociální a genderové nerovnosti. Našimi prostředky jsou partnerství a participace, empowerment (posílení), vytváření bezpečného prostředí, genderová citlivost a spolupráce lidí s domovem a bez domova.

Na čem dlouhodobě pracujeme?
— Odstraňování nerovností, s nimiž se potýkají ženy se zkušeností s bezdomovectvím.
— Vytváření podmínek pro využití potenciálu žen se zkušeností s bezdomovectvím.
— Zvyšování kvality života žen se zkušeností s bezdomovectvím.
— Rozvoj občanské angažovanosti žen se zkušeností s bezdomovectvím.
— Zapojování žen se zkušeností s bezdomovectvím.
— Rozvoj poznání v oblasti ženského bezdomovectví, včetně participativních přístupů.
— Podpora solidarity ve společnosti, a specificky mezi znevýhodněnými lidmi.
— Destigmatizace bezdomovectví.
— Prevence bezdomovectví.
— Prevence genderově podmíněného násilí a pomoc v případech, kdy k němu dochází.

KUN – centrum pro genderovou rovnost

Norská organizace fungující od roku 1991 prosazující genderovou rovnost a věnující se problematice násilí na ženách.

Persefona z. s. – řešíme problematiku domácího a sexuálního násilí

Činnost Persefony je tvořena třemi pilíři: První zakládá pomoc obětem domácího a sexuálního násilí, jejich blízkým a těm, kteří se uvedeného násilí dopouští a usilují o změnu svého jednání. Druhý pilíř směřuje k informování a vzdělávání odborné a laické veřejnosti v dané problematice (včetně akreditovaných kurzů) a třetí pilíř zakládá expertní činnosti směřující k systémovému řešení definovaných problémů.

Historie služeb organizace Persefona sahá do roku 1999, kdy pomoc obětem domácího a sexuálního násilí byla v České republice v počátcích. V Jihomoravském kraji jsme byli dlouhou dobu jediní, kdo poskytoval komplexní pomoc odborného poradenství v podobě bezplatných právních, psychologických a sociálních konzultací. Od roku 2007 s novým uspořádáním a pod názvem Persefona poskytujeme služby obětem domácího a sexuálního násilí a jejich blízkým podle zákona o sociálních službách spolu s dalšími spolupracujícími organizacemi. Na poli pomoci obětem sexuálního násilí v rámci specializovaných služeb zůstáváme spíše sami. V roce 2010 jsme rozšířili komplexní služby o práci s osobami, které mají potíže se zvládáním agrese ve vztazích.

Posláním služby odborného sociálního poradenství organizace Persefona je poskytnutí pomoci v podobě podpory a předání informací, které jsou podstatné pro řešení obtížných životních situací spojených s násilím, osobám starším 18 let. Organizace nabízí bezplatnou a důvěrnou pomoc v podobě právního, psychologického a sociálního poradenství s ohledem na osobní možnosti, zájmy a bezpečnost klienta. Služba reaguje na aktuální situaci klienta a směřuje k zajištění dostupného a efektivního řešení a návratu k běžnému způsobu života.

Jako doma –
Homelike, o. p. s.
Praha 2016