

O násilí, šikane... a ako proti nim bojovať (doma, v škole, na webe, v práci, v obchode a službách)

(text-verzia, 03/2011)

Doma

O domácom násilí hovoríme, keď medzi ľuďmi, ktorí spolu žijú, dochádza k násiliu. Nie je to iba o tom, že niekto toho druhého bije. Násilie môže byť tiež psychické (neustále nadávky, ponižovanie), môže ísť o obmedzovanie osobnej slobody (neprimerané zákazy niekam chodiť, stretávať sa s ďalšími ľuďmi či príbuznými), obmedzovanie v peniazoch, v ubližovaní domácim zvieratám atď. Násilníkom je zvyčajne opakovane tá istá osoba, ostatní sa jej zväčša boja. Mal/mala by si vedieť, že za násilie je zodpovedný iba ten, kto sa ho dopúšťa.

Môžeš sa pre pomoc obrátiť na dôveryhodného človeka v blízkosti (oblúbený učiteľ, rodič tvojho kamaráta, lekár), alebo môžeš zavolať na linku pomoci pre deti/mládež či pre obeť domáceho násillia - spoločne nájdeme najlepšiu cestu k riešeniu situácie. Môžeš vystupovať bez udania svojho mena, anonymne, nemusíš sa báť, že to niekto tvojim blízkym hneď povie.

Keď sa násiliu nik nepostaví, samo od seba nezmižne, často sa skôr zhoršuje. Nech má už tvoje trápenie akékoľvek meno a môže zaň ktokoľvek, nezostávaj s ním sám/sama. Pomoc existuje.

V škole

Homofóbne šikanovanie môže mladých gejev, lesby, bi a trans ľudí do viesť k záškoláctvu, k zhoršenému prospechu, k predčasnému ukončeniu školy, k samotárstvu, môže podlomiť ich sebahodnotenie či ublížiť im fyzicky.

Ak si šikanový/šikanovaná, vedz, že nikto nemá právo ti ubližovať. Možno si iný/iná než ostatní, ale to nesmie byť dôvodom k ubližovaniu. Odporúčame:

- Povedz o tom nejakému dospelému, komu dôveruješ (rodič, učiteľ, vedúci krúžku, vychovávateľ atď.). Požiadať o pomoc nie je slabosťou. Ak neveríš žiadnemu dospelému v okolí, zavolaj či napíš na linku dôvery či ozvi sa nám. Nenechávaj si to pre seba, netráp sa.
- Vyhľadaj ďalších LGBT-spolužiakov, ktorí sú tak ako ty cieľom šikany. Možno ti budú vedieť poradiť, spoločne možno budete vedieť najst' lepšie cesty ako sa brániť, navyše možno získaš dobrých priateľov.
- Nahlás nám to cez formulár online!

[Odporúčané materiály pre mladých:](#)

Leták ICM "Je normálne byť iný" na stiahnutie:
http://icm.sk/subory/ICM_je_normalne_byt_iny.pdf

Brožúra ICM "Coming out" na stiahnutie:
http://icm.sk/subory/ICM_coming_out.pdf

Česká webstránka GaTe, neformálna skupina mladých LGBT-ľudí:

www.gejt.cz

Odporúčaný materiál pre učiteľov a vychovávateľov:

Príručka “Homofobie v žakovských kolektívech”: <http://www.stud.cz/homofobie-v-zakovskych-kolektivech/>

Debaty na školách pro studenty a studentky: <http://lgbt.poradna-prava.cz/debaty-na-skolach.html>

Internet

Internet pozmenil spôsob našej komunikácie a uľahčuje spoznávanie ľudí, pre priateľstvo, sex čivzťahy. Je bezpečnejší v porovnaní s osobnými stretnutiami, ale taktiež môže viesť ľudí k väčšiemu zdôverovaniu sa o svojom súkromí, či k výraznejšiemu vyjadrovaniu sa, alebo k vytváraniu si “druhej osobnosti”. Treba mať na pamäti:

- Predtým, než sa s niekým stretneš, čatuj s ním/ňou či emailuj a vymeňte si telefónne čísla. Zatelefonujte si predtým, než sa stretnete, porozprávajte sa o tom, čo vás baví, čo chcete spolu robiť.

- Nechaj doma zaznačené kam ideš a všetky dostupné údaje o osobe, s ktorou sa chystáš stretnúť (meno profilu, telefón, meno, ...), a ak je to možné, povedz o tom aj nejakému kamarátovi/kamarátke, ktorému/ktorej dôveruješ

- Svoju adresu nedávaj nikomu; predtým, než si novú známosť dovedieš domov, stretnite sa a strávte nejaký čas niekde na verejnom mieste, medzi ľuďmi.

- Nestretávaj sa s nikým, kto ti neukáže fotku svojej tváre, nedá ti svoj telefón alebo iné bežné info. Ak pri stretnutí osoba nezodpovedá údajom, ktoré ti predtým poskytla, nepokračuj
- nemôžeš tejto osobe dôverovať. Ukonči stretnutie.

- Ak niekto zneužíva tvoje fotky na internete, vyhráža sa ti alebo ťa uráža, oznám to. Nahlásiť to môžeš cez náš formulár online, polícii či ďalším inštitúciám.

V práci

Takzvaný “mobbing” môžeme popísať ako situáciu na pracovisku, v ktorej jedna či viaceré osoby psychicky týrajú, systematicky a dlhodobo, inú osobu alebo skupinu osôb, s cieľom zničiť sociálne väzby obeť/obetí, narušovať výkon jej/ich práce a napokon dosiahnuť to, že obeť sa vzdá pracovného miesta.

Čo robiť?

Svoje sebavedomie si môžeme chrániť napríklad opakovaním toho, že kto nám škodí takýmto spôsobom, ten s nami v skutočnosti už prehral. Kto sa k takémuto správaniu sa znižuje, nemôže byť ani silný ani sebavedomý.

Kolektívnou obranou sú rôzne výzvy a petície proti neľudským pomerom v práci.

Obranou proti mobbingu je včasná prevencia a informovanosť. Obeť sa musí začať brániť hneď od začiatku. Ak samoobrana nepomáha, je vhodné kontaktovať odborníka či občianske

združenie. Pomôcť by (teoreticky) mohol aj Úrad práce či odbory. Ďalšou z možností je i žaloba a súdny spor.

Viac o mobbingu: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Mobbing>,
<http://cunderlikovamgr.blog.sme.sk/c/238620/Mobbing-psychicky-teror.html>

V obchode a službách

Slovenská republika sa cez Antidiskriminačný zákon č. 365/2004 Z.z., prihlásila k potieraniu diskriminácie. Tento zákon zakazuje okrem iného aj diskrimináciu v oblasti prístupu a poskytovania tovarov a služieb vrátane bývania, ktoré sú poskytované verejnosti právnickými osobami a fyzickými osobami-podnikateľmi.

Ku konkrétnemu riešeniu diskriminácie možno použiť nasledujúce prostriedky:

- zmiernie riešenie sporu (mimosúdne vyjednávanie, mediácia)
- podnety kontrolným orgánom
- medializácia
- súdna ochrana/žaloba

Vypracované v 03/2011 v:



Web:

