

Ako ešte môžete pomôcť starším ľuďom, ak máte podozrenie na domáce násilie?

- Snažte sa v rozhovore dozvedieť čo najviac o ich situácii a o možnostiach pomoci, ktorú by potrebovali.
- Skúste klásť jednoduché otázky, napr.: Stalo sa vám, že sa vám niekto vyhrážal alebo že vás uderil? Cítite sa doma bezpečne? Kto vám nakupuje, keď niečo potrebujete? Máte svoje financie pod kontrolou? Máte čo jesť a piť?
- Snažte sa zachytiť dôležité nové udalosti: Stalo sa niečo vašim priateľom či priateľkám alebo ich príbuzným? Čo je nového (dobrého aj zlého) v rodine a okolí v poslednom čase?
- Ak majú známky zranení, ako ich vysvetľujú? Ak vidíte únavu, nervozitu či smútok – zavedte rozhovor na tú tému, napr.: Cítite sa unavení? Nemôžete dobre spať? Hovorili ste o tom s lekárkou?
- Povzbudzujte ich, aby o násilí hovorili. Ubezpečte ich, že sa to stáva mnohým ľuďom a že treba hľadať pomoc. Vyčkajte na situáciu, keď s nimi budete sami, nezabúdajte, že násilní môžu byť práve ich najbližší príbuzní.
- Nevstupujte do konfrontácie s ľuďmi, ktorí sú podozriví z páchania násilia, vaša bezpečnosť a bezpečnosť obeť su prvoradé.
- Presvedčte ich, že na násilí nenesú žiadnu vinu a že nie sú v nijakom prípade zodpovední za násilie, ktoré zažívajú. Násilie si nemožno ničím „zaslúžiť“, nemožno ho ničím vyprovokovať a ničím ospravedlniť.
- Povedzte im, že je nebezpečné ignorovať násilie a že násilie sa časom stupňuje.
- Verte im, keď vám rozprávajú, čo zažívajú – možno ste prví a jediní, komu sa zdôveria.
- Potvrďte im, že ich myšlienky, pocity a správanie sú pochopiteľné a normálne.
- Hovorte s nimi o rôznych možnostiach, ako zmeniť ich situáciu, ako aj o dôsledkoch týchto zmien.
- Pomôžte im, aby sa rozhodli, ale nenúťte ich k tomu.
- Povedzte im, že nikto nie je schopný zvládnuť sám problém násilia. Pomôžte im vyhľadať ďalšie dôveryhodné osoby z pomáhajúcich profesií, ktoré im pomôžu.
- Ponúknite im pomoc, dajte im niektoré z telefónnych čísel uvedených v tejto brožúrke.

Kde hľadať pomoc?

0903 519 550 Na tejto telefónnej linke sú vám k dispozícii špeciálne vyškolené pracovníčky a pracovníci Aliancie žien Slovenska, ktorá sa už 20 rokov venuje problematike násilia vo vzťahoch medzi blízkymi osobami.

0800 172 500 Bezplatná telefonická linka organizácie Fórum pre pomoc starším, kde vám sprostredkujú poradenstvo a pomoc, poradia, ako postupovať a poskytnú vám ďalšie kontakty na organizácie venujúce sa problematike násilia a zneužívania.

158, 155 Polícia môže vstúpiť do vášho bytu, ak je ohrozený váš život a zdravie, ak vám hrozí závažná škoda a vec neznesie odklad. Polícia môže vykázať alebo zaistiť osobu, ktorá ohrozuje váš život, zdravie alebo majetok.

112 Integrovaný záchranný systém, rýchla zdravotnícka služba

! Môžete sa obrátiť na miestny úrad – na odbor sociálnej starostlivosti, ktorý je najbližšie k miestu vášho bydliska.

Právna situácia ■ Jednotlivé formy domáceho násilia sa najčastejšie kvalifikujú podľa § 208 Trestného zákonníka ako trestný čin týrania blízkej a zverenej osoby. Za takúto osobu zákon považuje nielen priamu rodinu, ale aj ostatných príbuzných a osoby, ktoré žijú alebo žili s páchatelom v spoločnej domácnosti. Na stíhanie páchatela sa nevyžaduje súhlas obeť, pretože by ho mohla odoprieť z obavy pred ďalším násilím. Zákon umožňuje, aby bol v závažných prípadoch páchatel dočasne vykázaný z bytu alebo z domu, kde sa dopúšťal násilia, ako aj to, aby bol vydaný zákaz približovať sa k obeť.



Supported by a grant from Norway. Co-financed by the State Budget of The Slovak Republic. ■ Projekt je financovaný z grantu Nórskeho kráľovstva prostredníctvom Nórskeho Finančného mechanizmu. Spolufinancované zo štátneho rozpočtu Slovenskej republiky. ■ <http://eeagrants.org/> ■ Materiál vznikol v rámci projektu Poradenské služby pre obeť domáceho násilia s dôrazom na deti, mladých dospelých a znevýhodnené skupiny a prevencia (2014). Projekt bol podporený sumou 74 580 eur. ■ Vydala Aliancia žien Slovenska. ■ Na materiáli spolupracovali: Jana Cviková, Katarína Farkašová a Ľubica Gáliková. ■ Layout: Jana Sapáková, Layout JS. ■ Ilustrácia: Gabriel Kosmály. ■ A home must be a safe place for everybody. ■ Domov musí byť bezpečné miesto pre všetkých.

**zastavme
domáce násilie
na starších
ľuďoch**

Policiálne štatistiky hovoria o náraste násilia na starších ľuďoch – ľudia nad 60 rokov sú obeťami až 10 % všetkých násilných činov. Každý druhý prípad násilia na starších ľuďoch sa odohráva priamo v domácnostiach, najčastejšie ich týra vlastná rodina. No tieto prípady domáceho násilia sa do štatistík dostávajú len zriedkakedy.

Domáce násilie na starších ľuďoch je ťažké odhaliť z mnohých dôvodov. Odohráva sa za zavretými dverami v intímite domova. Starší ľudia sa často boja odporovať násiliu či sťažovať sa. Hanbia sa za násilie, ktoré zažívajú. Sami seba obviňujú za „zlú výchovu“ či „zlý príklad“, ktorý dali svojim deťom. Násilie vnímajú ako „trest“, ktorý si zaslúžia aj za svoju terajšiu situáciu, ktorou „ostatných obťažujú“ tým, že sú nútení ich žiadať o pomoc. Obávajú sa tiež, že si protestom vyslúžia ďalší „trest“, možno dokonca „odsun“ do sociálneho zariadenia.

Každé násilie spôsobuje človeku utrpenie, no od blízkeho človeka je násilie obzvlášť bolestivé.

Domáce násilie je zneužitím moci voči inému človeku za účelom jeho kontroly a ovládania a s úmyslom prinútiť ho správať sa tak, ako to vyhovuje násilníkovi. Domáce násilie je naučené správanie, a preto sa často tí, ktorí v živote získavajú pre seba výhody prostredníctvom násilia, stávajú v starobe sami obeťami násilia. Domáce násilie nie je jednorazový čin, opakuje sa, dlhodobo pretrváva a jeho intenzita sa časom stupňuje.

Formy násilia na starších ľuďoch

Psychické násilie znamená zneužívanie dôvery staršieho človeka a ničenie jeho sebaúcty, zahŕňa úmyselné spôsobovanie psychickej, resp. emocionálnej ujmy ponižovaním, zosmiešňovaním, spochybňovaním, ignorovaním, citovým vydieraním, hrozbami, zastrašovaním, vyhrážaním, nadávaním, ničením alebo odoberaním predmetov, na ktoré je starší človek citovo naviazaný.

Psychické násilie sprevádza všetky ostatné formy násilia.

Fyzické násilie zahŕňa úmyselné spôsobovanie bolesti a ubližovanie na zdraví, napr. facky, bitie, strkanie, sácanie, kopanie, popálenie, vystavovanie chladu a pod.

Ekonomické násilie znamená zneužívanie dôvery staršieho človeka pri disponovaní finančnými prostriedkami, napr. dôchodkom, vymáhanie neprimeraných platieb za služby ako sociálnu starostlivosť, bývanie, elektrinu, kúrenie. Násilie sa môže prejaviť aj donucovaním, aby starší človek spísal závet alebo inak daroval svoj majetok, ako aj zneužitím splnomocnenia. Ekonomickým násilím je aj zneužívanie a podvádzanie starších ľudí pri nevýhodných

predajoch, falošných výberoch peňazí, pozývaním na „zájazdy a kultúrne akcie“ s predajnými a marketingovými ponukami.

Sociálne násilie je také správanie, ktoré má za následok prekazenie kontaktov s okolím, priateľmi či ostatnými členmi rodiny až po faktické obmedzenie osobnej slobody.

Sexualizované násilie zahŕňa všetky sexuálne aktivity, ktoré sú staršiemu človeku nanútené a s ktorými nesúhlasí.

Zanedbávanie opatery, či už zámerné, alebo neúmyselné, je nedodržiavanie predpísaných liečebných postupov, nedostatočný prísun stravy a tekutín, neposkytovanie zdravotných pomôcok, neudržiavanie osobnej hygieny a pod.

Inštitucionalizované násilie je násilie, ktoré sa odohráva v sociálnych zariadeniach.

Pojem **ageismus** (od angl. slova *age* = vek) označuje diskrimináciu na základe veku. V prípade starších ľudí ide o situáciu, keď ich iní vnímajú ako ľudí hlúpejších a menej schopných, do ktorých spoločnosť musí neefektívne investovať a o ktorých sa treba starať. Takýto postoj väčšinovej verejnej mienky je podporovaný aj výchovou a médiami. Dovoľuje mladším generáciám vidieť starších ľudí ako odlišných od nich samých, a bráni im, aby sa so staršími ľuďmi identifikovali ako s ľudskými bytosťami.

! **Diskriminácia na základe veku je skutočným dôvodom násilia na starších ľuďoch.**

Svoj podiel viny na situácii starších ľudí má aj slabá inštitucionalizovaná pomoc a podpora v prípade odkázanosti na dlhšiu či dlhotrvajúcu opateru, samozrejmosť, s akou sa starostlivosť ponecháva na rodinných príslušníkoch, najmä na ženách, a to aj v prípade, že sú rodiny či opatrujúce osoby v takejto situácii preťažené. Nízke dôchodky tiež významne znižujú samostatnosť starších ľudí. V prípade, že sa tak či onak ťažká situácia vyhrtie do násilia, treba určite vyhľadať pomoc.

Ako rozpoznať násilie

Násilie často zanecháva aj viditeľné znaky, ktoré si vždy treba pozorne všímať, najmä ak sa vyskytujú opakovane a ich pôvod nie je dostatočne vysvetliteľný.

Znaky fyzického násilia sú poranenia, modriny – najmä viacfarebné (čo znamená pribúdanie nových, keďže časom menia farbu) a vyskytujú sa najmä na ramenách, stehnách a chrbte.

Znaky ekonomického násilia sú napr., ak dôchodok pravidelne preberá niekto iný. Ak sa zjaví dokumenty so zvláštnymi textami, napr. testament, plná moc a iné, niekedy aj s pochybnými podpismi. Ak životná situácia staršieho človeka nie je primeraná veľkosti majetku, ak chýbajú osobné veci, šperky a pod.

Znaky psychického násilia môžu byť pasivita, hanblivosť a vyhýbanie sa očnému kontaktu, celkovo vyhýbavé správanie, problémy so spánkom, depresia, pocity beznádeje, nástojčivo sa opakujúca téma „odchodu zo sveta“, samovraždy či eutanázie. Náhlý úbytok alebo nárast hmotnosti. Neobvyklé telesné prejavy, ktoré sú často pripisované demencii, trasenie, chúlénie sa, zmätenosť.

Znaky sexualizovaného násilia sú poranenia v oblasti genitálií, sexuálne prenosné choroby a infekcie, krvavá spodná bielizeň. Neobvyklé alebo nevhodné sexuálne správanie.

Znaky zanedbávania zahŕňajú nedostatok osobnej hygieny, celkovú zanedbanosť (aj oblečenia), podvýživu a dehydratáciu, zhoršenie zdravotného stavu a chronické zdravotné problémy, napr. preležaniny, absenciu pomôcok (okuliare, zubná protéza, načúvací prístroj, barla, palica, a pod.).

! **Aj vo vašom okolí sa môžu vyskytovať starší ľudia, ktorí zažívajú násilie. Môžete zavolať na políciu 158 alebo 112 a môžete to oznámiť (aj anonymne) na ktorúkoľvek prokuratúru alebo súd.**