

BROTAPOLA-VÆN NÁLGUN



Á Stígamótum leggjum við áherslu á að líta ekki á þau sem beitt hafa verið kynferðisofbeldi sem varnarlaus fórnarlömb eða sjúka einstaklinga heldur einstaklinga sem hafa lifað af ógnandi ofbeldi og búa þess vegna yfir miklum styrk. Jafnframt lítum við svo á að fjölbreytt og misjöfn viðbrögð einstaklinga við kynferðisofbeldi séu eðlileg viðbrögð við óeðlilegum aðstæðum. Vinnan á Stígamótum felst því í að gera einstaklinga meðvitaða um eigin styrk, aðstoða þá við að nota styrkinn til að bæta eigið líf og að sjá ofbeldið í félagslegu samhengi en ekki sem persónulega vankanta. Fólk sem leitar til Stígamóta ræður sjálft ferðinni, hve mikinn stuðning það vill og í hve langan tíma.

Markmið með starfsemi okkar er bætt líðan þeirra sem leita til okkar:

1. Að upplifa sig ekki sem fórnarlamb heldur sem manneskju sem lifði atburðinn af
2. Að geta hugsað um atburðinn án þess að missa stjórn á tilfinningum sínum
3. Að staðsetja sökina og skömmina hjá þeim sem beitti ofbeldi
4. Í stað sjálfsásakana komi sjálfstraust og sjálfsvirðing

Við leggjum ávallt áherslu á að þjónusta Stígamóta sé á forsendum þeirra brotþola sem nýta hana; að hún sé brotþola væn.

Hvað felst m.a. í brotþola vænni nálgun og umræðu?

1. Að trúa brotþolum
2. Að bera virðingu fyrir reynslu brotþola
3. Að taka ekki stjórnina af brotþolum
4. Að taka mið af þeirri þekkingu sem hefur skapast um kynferðisofbeldi og afleiðingar þess
5. Að takast á við nauðgunar- og gerendamenningu

Með ofangreint í huga, að forðast til dæmis að:

- Draga ofbeldið og afleiðingarnar í efa
- Taka völdin af brotþolanum
- Framkalla eða ýta undir þolandaskömm
- Segja öðrum sem þér „finnst að eigi“ að heyra af þessu, án samþykkis
- Leita hefndar fyrir hönd brotþolans
- Forðast að gera hluti sem brotþolinn kærir sig ekki um og getur haft neikvæðar afleiðingar sem brotþolinn þarf að lifa með eða takast á við

Við styðjum við brotþola á ýmsa vegu, meðal annars með eftirfarandi viðbrögðum:

- „Ég trúi þér“
- „Ég stend með þér“
- „Ég ætla að hjálpa þér“
- „Þú þarft ekki að gera neitt sem þú vilt ekki gera“
- Hlusta, ekki biðja um frekari smáatriði, ekki spyrja hvernig viðkomandi kom sér í þessar aðstæður (victim-blaming)
- Koma viðkomandi í tengsl við fagaðila

Þetta er einfalt:

Hlusta, segjast trúa þeim og finna/þjóða frekari stuðning

Hvað getum við gert sem einstaklingar til að styðja við brotapolana?

1. Miklu máli skiptir fyrir brotapolana að geta snúið sér til þeirra sem hann treystir með reynslu sína.
2. Leyfðu brotapolanum að ráða ferðinni.
3. Ekki vera hrædd(ur) við það sem brotapolinn hefur að segja.
4. Mikilvægt er að koma því til skila til brotapola að þú trúir honum.
5. Mundu að hlutverk þitt er ekki að yfirheyra heldur að styðja og hjálpa brotapolana að tjá tilfinningar sínar í tengslum við ofbeldið.
6. Ekki gefa falskar vonir eða loforð sem þú getur ekki staðið við.
7. Flýttu þér hægt og gerðu ekkert í fljótfærni.
8. Hafðu brotapolann alltaf með í ráðum um framgang málsins, þannig að framhaldið verði sem átakaminnst fyrir brotapolann.
9. Ekki taka völdin af brotapolanum.
10. Styddu brotapolann til að leita sér aðstoðar, á sínum forsendum og ekki af því að þér finnst að viðkomandi ætti að gera það.
11. Leitaðu sjálf(ur) stuðnings hjá einhverjum sem þú treystir.
12. Leitaðu upplýsinga um kynferðisofbeldi og afleiðingar þess.
13. Hafðu samband við fagaðila ef þú ert með spurningar sem þú þarfnast svars við.

Hvað getum við gert sem samfélag til að styðja við brotapolana?

1. Veita ókeypis og aðgengilega þjónustu fyrir brotapolana
2. Tryggja umræðu og vitundarvakningu um kynferðisofbeldi og kynbundið ofbeldi meðal almennings, innan stofnana og meðal fagfólks
3. Styðja við og þróa rannsóknir um kynferðisofbeldi og afleiðingar þess
4. Þróa lagaramma og reglugerðir í samræmi við rannsóknir og þekkingu á málaflokknum
5. Vinna að, fjármagna og fylgja eftir ofbeldisvarnaráætlunum
6. Nálgast kynferðisofbeldi og kynbundið ofbeldi sem hluta af heildarmynd með þá vitneskju að kynferðisofbeldi er ein alvarlegasta birtingarmynd kynjamisréttis og skilgetið afkvæmi feðraveldisins
7. Samþykkja ekki nauðgunarmenningu og gerendameðvirkni
8. Tryggja vitneskju um margþætta mismunun byggð á kyni, kynhneigð, aldri og uppruna
9. Fræða um tengsl skaðlegra karlmennsku hugmynda og kynferðisofbeldis
10. Tryggja kyn- og kynjafræðslu á öllum skólastigum, til að takast á við áhrif og útbreiðslu klámmenningar og fræða um mörk og samþykki
11. Þróa margþætt forvarnar og fræðslu verkefni

Hvað getum við gert sem karlar til að styðja við brotþola?

1. Stutt við brotþola í okkar umhverfi
2. Hlustað og ekki farið í vörn, talað um kynhlutleysi eða klifað á: „ekki allir karlar”
3. Verið meðvitaður um og ræða tengsl karlmennskuhugmynda og kynferðisofbeldis
4. Velt fyrir okku hversu margar konur sem við þekkjum hafa sagt frá kynferðislegu áreitni og ofbeldi
5. Styrkt samtök sem vinna með brotþolum og annað feminískt starf
6. Skoðað á gagnrýnann máta hugmyndir um kynlíf, mörk, samþykki, klám og vændi
7. Skoðað eigin hegðun
8. Skoðað eigin hugmyndir og samskipti við konur, hinsegin og kynsegin einstaklinga
9. Skilið sem karlmaður að líklega áttu aldrei eftir að skilja fullkomlega hvað konur upplifa daglega
10. Hjálpað gerendum að taka ábyrgð og leita sér aðstoðar



Æfing – Að mæta brotapolum



1. Horfðu á fyrstu tvo þætti í Netflix þáttaröðinni *Unbelievable*
2. Berðu þættina saman og hafðu eftirfarandi í huga:
 - a. Hvað finnst þér ólíkt við þessa tvo þætti?

 - b. Er munur á hvernig er unnið með brotapolum í þeim tveim málum sem koma fram í þessum þáttum?

 - c. Ef það er munur, hvernig myndir þú lýsa þeim muni?