



# #takekehke

rozhovory o vytrvalosti, sile, vzdore a odolnosti  
(a áno, aj o únave a toxických vzťahoch)  
s tými, ktorí chránia práva iných

2023 - 2024

zostavili

Ivana Klimentová, Magdaléna Musilová a Ida Želinská

*„... vlastne je to také moje dokola,  
hovorím si: „Už to skonči, nemá to význam.“  
A potom, keď už už som nalomená na zmenu, príde ďalší príbeh.  
Teda ďalší človek so svojím príbehom.  
Je to ako magnet.  
Znova sa do toho ponorím,  
začnem premýšľať,  
prečo veci u nás fungujú tak, ako fungujú  
- veď riešenia sú také jednoduché -  
vidím tie nedostatky  
a chcem, veľmi chcem, aby sa to menilo.  
A znova prejdú mesiace hľadania riešenia.  
S tými istými ľuďmi.  
Zrazu sú to roky v tej istej téme.“*

(KP 23)

*V marci 2023 sme v združení kolektív (vtedy ešte projekt) neon opatrne otvorili poradňu [1] pre ľudí z aktivizmu – pre tých a tie, ktorí chránia práva iných (obhajcov a obhajkyne ľudských práv).*

*Urobili sme to najskôr „na punk“ – jednoducho sme sa dohodli s psychologičkou Veronikou Kolejákovou, právničkou Janou Hreňovou, sociálnou poradkyňou a terapeutkou Ivou Klimentovou a ponúkli sme naše expertné služby. Doslova sme do iniciálneho e-mailu napísali: „Ak poznáte vo svojom okolí niekoho, komu by sme mohli byť užitočné, kto potrebuje bezpečný priestor, posuňte na nás kontakt.“*

*Väčšinou takéto správy vyzerajú opačne. „Počujte, mám klientku a potrebuje...“ Alebo: „Vnímate to, čo sa stalo, rovnako? Čo ideme robiť?“*

*Spustili sme ten projekt tak, ako to väčšinou mimovládne organizácie robievajú – bez peňazí, s odborným vkladom, predstavou dobrovoľníckej časovej investície. Vlastne „na skúšku“, či sa niečo také vôbec chytí.*

*Dôvodov začať niečo robiť pre ľudí, ktorí chránia práva iných, bolo niekoľko: vražda v bratislavskej Teplárni, naše súvisiace projekty pre iné organizácie, v ktorých sme sa stretávali s obhajcami a obhajkyňami ľudských práv na celom Slovensku a počúvali sme ich, útoky predstaviteľov politickej moci a nielen tej vrcholovej, ale aj na lokálnej úrovni na ich prácu, neustály hejt na sociálnych sieťach.*

*Rástol v nás pocit, že „v brandži“ stretávame veľa ľudí, ktorí začínajú mať strach. Ktorí sú unavení, neustále „v kole“, pracujú 50 a často aj viac hodín týždenne za neadekvátnych podmienok, riešia a zažívajú desivé situácie s klientkami či klientami (napríklad ženami, ktoré v situácii rodovo podmieneného násillia, či ľuďmi, utekajúcimi pred vojnou) ale aj administratívnymi autoritami, či*

s neznámymi ľudmi, ktorí na ich platformách sociálnych sietí komentujú ich aktivity. A ktorí často mesiace, nezriedka aj roky nevidia výsledky.

*To všetko môže vplývať na kvalitu života.*

Už predtým sme mali s podobnou reflexiou skúsenosť – z výskumu *Ako sa žije ľudskoprávnym aktivistom a aktivistkám*, ktorý viedla Veronika Valkovičová[2] a aj z výskumu o *asociačnej stigme*, ktorý viedol Marián Ondrejka[3]. Nezanedbateľným výstupom z nich bolo zistenia, že mnohí obhajcovia a obhajkyne ľudských práv (1) sa cítia vo svojich roliach nekomfortne, pod permanentným tlakom (okolia) a zároveň (2) nemajú dostatok prostriedkov na to, aby „samých seba“ ošetrili, aby si mohli dovoliť mesačne vynaložiť desiatky (sic!) eur na to, aby sa postarali o svoje duševné zdravie.

Rovnako sme v nich zachytili aj to, že (3) kolektívy, v ktorých obhajcovia a obhajkyne ľudských práv pracujú, sú veľmi často vyčerpané, vyprázdnené, nezriedka doslova s toxickými črtami. Že všetky dôvody, pre ktoré niekedy uprednostnili prácu v neziskovom segmente pred obdobnými inštitúciami v správe štátu, alebo v súkromnom sektore, sa v určitých obdobiach života organizácií strácajú, tímy sa – úplne rovnako ako kdekoľvek inde – dokážu zrútiť do seba a ľudia v nich – úplne rovnako ako kdekoľvek inde – prežívajú obdobia, v ktorých sú hlboko nešťastní, či nešťastné.

Okamžite s nami spojilo 16 ľudí [4].

Ich témy sa opakovali – veľa práce, málo peňazí, únava, „nevidím cieľ, strašne dlho tie procesy zmeny na Slovensku trvajú“, strach z útokov na sociálnych sieťach, neistota vo výsledku „strácam dôveru v to, čo robím, či to vôbec má význam“ a dlhé reakčné časy „jeden príbeh som začala riešiť pred desiatimi rokmi – desať rokov mám tú ženu pri sebe, komunikujem s ňou a žiadny

*posun, tento štát kašle na obeť*“, zásahy práce do súkromia, problémy s hranicami – za čo prebrať zodpovednosť a kde už dať „stopku“ a nedostať sa do role kontrolujúcich ľudí, pocity nepochopenia zo strany okolia a potreba nájsť spôsob, akým komunikovať s autoritami. Vyhorenie, alebo pocit, že sú k nemu blízko, znechutenie, permanentný proces (seba)revízie, či ich práca má zmysel „ja si uvedomujem, že sa „to“, tie „naše“ témy týkajú nesmierne málo ľudí“. Pocity, že (ako ochrancovia a ochrankyne ľudských práv) nerobia dosť a dalo by sa aj viac, len... chýbajú sily. Často sú pod tlakom – a ten vzniká aj z toho, že ľudia v ich okolí idealizujú – a tak žijú v mode „len nesklamať, len nesklamať“. Nezničiť vlastnou slabosťou tému. Ťažko hľadajú iný blízkych ľudí mimo bubliny, tak, ako ktokoľvek iný riešia traumy, úzkosť, nefunkčné vzťahy. Prežívajú a riešia toxické vzťahy: chýbajúce pravidlá, improvizáciu v náročných situáciách a väzby v organizáciách a často sa boja o tom hovoriť, aby nezničili tému, ktorú nesú.

Také drobnosti, s obrovským dopadom na odolnosť.

.

Lebo áno – v slovenskej spoločnosti (ale nielen v nej) sa už pred desaťročiami usídlil pocit, že hovoriť o slabosti, o zlých obdobiach v živote (človeka, či organizácie) je riziko. V skutočnosti je to práve naopak – príbeh, ktorý má svoje „ups and downs“, popisanie procesov, ten „pohľad cez plece“ môže byť silnou vzájomnou inšpiráciou v každom segmente.

*„Ako si to riešil?“ „Ako si tým mohla prejsť?“ „Čo ti pomohlo?“*

Nie je však jednoduché začať.

Tak veľmi odhalenie vlastných chýb, období slabosti, či strachu, kontrastuje s verejným obrazom ktorý o sebe ochrancovia a ochrankyne ľudských práv vytvárajú / alebo „sa“ vytvára a ktorý práve v kontexte témy predstavuje „to dobré“ či „to silné“ v spoločnosti – hodnoty, ktoré ju robia lepšou, posúvajú ju dopredu, prenášajú sa generáciami a stávajú sa univerzálnymi – že sa ich nositelia a nositeľky málokedy odhodlajú na „coming

out“. *Rovnosť, čestnosť, férovosť, práva pre všetkých*: akoby neboli kompatibilné s *neúspechmi, únavou, nedostatkom, problémami v tímoch*. Ale samozrejme - sú.

Inak by predsa nebolo možné v určitých momentoch vytvoriť práve prostredníctvom týchto ľudí – obhajcov a obhajkýň ľudských práv - hybnú silu, ktorá sa stáva potenciálom zmeny v komunitách, sídlach, vo verejných politikách.

Skúsili sme sa na tie fenomény a kontrasty pozrieť očami ich aktérov a aktérok.

(Až takto jednoducho vznikla filozofia tohto výskumu.)

Realizovali sme ho od 6/2023 do 3/2024 – komparáciou rozhovorov, aj analýzou vyjadrení ľudí vo verejných priestoroch.

## I.

### **O kom môžeme hovoriť ako o ľudskoprávnych aktivistoch\*tkách (v kontexte výskumu)**

Začnime s pojmami, s ktorými sme vo výskume pracovali a na základe ktorých sme vyberali naše komunikačné partnerky a partnerov.

Z rôznych definícií obhajcov a obhajkýň ľudských práv (napríklad z kvalitatívneho výskumu Slovenského národného strediska pre ľudské práva „*Ja samu seba vnímam ako obyčajného človeka.*“ Obhajcovia a obhajkyne ľudských práv na Slovensku [5]) je zrejmé, že pod týmto pojmom rozumieme tých ľudí, ktorí chránia ľudské práva mierovým spôsobom.

Organizácia spojených národov, vo svojich dokumentoch charakterizuje ochrancov a ochrankyne ľudských práv na základe troch charakteristík – že (1)

uznávajú univerzálnosť ľudských práv, že (2) pri určení toho, koho možno považovať za ochrancu či ochrankyňu ľudských práv nezáleží na tom, kto má pravdu alebo kto sa mýli (rozhodujúce je, či sa venujú ochrane určitého ľudského práva), a že (3) títo svoje požiadavky a aktivity vykonávajú pokojným spôsobom [6]. Takáto definícia uznáva, že ochrana práv nemusí mať nevyhnutne inštitucionálne zázemie - môžu ju robiť ľudia, ktorí nemajú formálne vzdelanie, alebo nie sú zamestnancami či zamestnankyňami: ľuďom pôsobiacim v akademickej sfére, v oblastiach práva, zdravotníctva, sociálnych vecí aj médií.

Na Slovensku o nich hovoríme najmä v kontexte práv určitých skupín (detí, LGBTQI+ ľudí, zdravotne znevýhodnených ľudí, utečencov a pod.), alebo tém (práva na vzdelanie, na zdravie, na bývanie, aj na životné prostredie) a činností, ktoré v prospech ich dodržiavania vykonávajú (od výskumov a monitoringov, realizácie konkrétnych projektov, obhajoby pred súdmi či inými administratívnymi autoritami, poskytovania psychologickkej, sociálnej, či terapeutickkej podpory, ale aj organizovania petícií, pochodov, zhromaždení, aj diskusii a prinášania tém do verejného priestoru).

Iste: je ťažké v slovenských podmienkach určiť „*koho*“ - ktorých ľudí, z ktorých organizácii - vlastne zaradiť medzi ochrankyne a ochrancov ľudských práv. Alebo skôr koho vyradiť s tým povestným: „*áno, robia to... ale, pomimo iných činností*“.

Segment ľudí, ktorí chránia práva iných, je totiž rozmanitý. Nedá sa uzavrieť do škatuliek, je to pružný mechanizmus, ktorý sa mení v čase a prispôsobuje sa podmienkam, vzniká reaktívne v kontexte nových fenoménov.

Keď na každodennú slovenskú realitu pozrieme pod „*lupou*“, keď začneme hľadať jednotlivé príbehy, zisťujeme, že sa okolo nás deje množstvo situácií, ktoré narážajú na hranu ľudských práv.

Príklady?

O LGBTQI+ ľuďoch nemusíme veľa písať – opakované pokusy politikov a političiek o zastavenie tranzícií, nemožnosť uzatvárať registrované partnerstvá, dokonca strata štátneho občianstva pri takto uzavretých partnerstvách v zahraničí, neexistencia možnosti formálne byť legitímne „*blízky*“ človekom vlastných detí a podobne. A sú tu aj iné skupiny ľudí – deti v zariadeniach štátu (napr. v reedukačných centrách), u ktorých sa nedodržiavajú stanovené postupy ich (sociálno právnej) ochrany, deti, ktoré štátne školy neprijímajú do inkluzívneho vzdelávania. A potom nezákonne sterilizované ženy na rasovom a statusovom (majetkovom) princípe. Seniori, ktorí boli súdom (teda štátom) zbavovaní svojprávnosti a následne okrádaní (často miestnymi autoritami) o svoj majetok.

**Za tými všetkými ublíženými, doničenými osudmi a ich nápravou - zverejnením, pomocou, podporou - stoja obhajkyne a obhajcovia ľudských práv.**

Ako niekto, kto – pre mnohých z nejasných dôvodov – chce urobiť niečo, čo zlepší ich život.

Preto obhacovia a obhajkyne veľmi často čelia spochybňovaniu vlastných motívácií. V mainstreamovej spoločnosti prevláda názor, že za každým ľudským konaním musí byť určitý úmysel a určitý benefit, najmä ak si uvedomíme, akú výraznú rolu zohrávajú ochrancovia a ochrankyne ľudských práv zohrávajú pri formovaní občianskej spoločnosti, pri posilňovaní demokracie.

Veď prečo, z akého dôvodu by niekto chcel dlhodobu – roky, žiť v konflikte s mocou – v neistote a pod tlakom?

*“Niečo za tým musí byť.”*



## **A tak sme začali skúmať, čo prežívajú ochrancovia a ochrankyne, keď bránia práva iných**

Iniciačné rozhovory a prvé stretnutia okolo realizácie nášho výskumu začali v júni 2023 s cieľom operacionalizovať kľúčové témy a následne ich zužovať a vytvoriť logickú štruktúru skúmania sociálneho sveta ľudí, pre ktorých sa *ochrana práv iných* stala povolaním. Chceli sme, aby výstupy tohto výskumu bolo možné validizovať s focusom na ich prežívanie.

Vychádzali sme z niekoľkých predpokladov, ktoré boli dôležité pre neskoršiu regrutáciu komunikačných partneriek a partnerov a tvorbu rámcových scenárov rozhovorov. Prvým rámcom bolo ohraničenie ich výberu. Pýtali sme sa: akú majú skúsenosť s ochranou ľudských práv? Koľko tá skúsenosť trvá? Je pracovná, alebo dobrovoľnícka? Aká je podstata ich práce? Druhým rámcom bola samotné prežívanie: pracovná záťaž, výdrž v konflikte a zdroje odolnosti, naopak slabosť, zvládanie prenosov a pod. Tretím rámcom bolo sociálne okolie, jeho otvorenosť, priepustnosť.

### **II.a**

#### **Regrutácia komunikačných partnerov a partneriek a popis získanej vzorky**

Do regrutačného procesu sme vstupovali s viacerými výskumnými predpokladmi, ktoré súviseli na jednej strane s už realizovanými empirickými výskumami Veroniky Valkovičovej [2] a Mariána Ondrejku [3], (teda predpokladmi z teórie), na druhej strane s pôsobením členiek výskumného tímu v oblasti slovenského aktivizmu a v ľudskoprávnej oblasti a vytváraním

databázy neformálnych rozhovorov s ľuďmi, ktorí sa venujú pomoci iným ľuďom (teda empirickými predpokladmi).

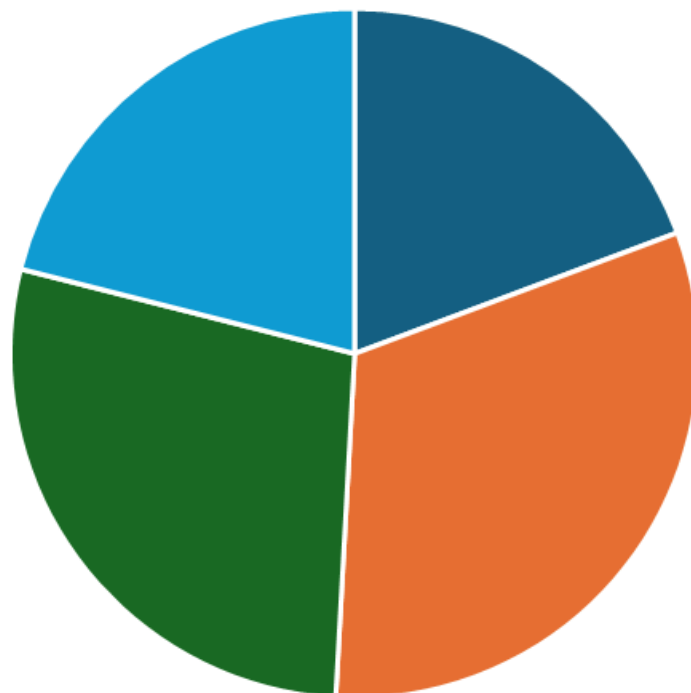
Zoznam potencionálnych komunikačných partneriek a partnerov sme dizajnovali nasledovne, cit.: *„Hľadali sme ľudí, ktorí zakladali stále fungujúce mimovládne organizácie, alebo v nich pôsobia viac, než približne 20 rokov [5] a ľudí, ktorí pracujú / resp. spolupracujú s organizáciami, ktoré v ľudskoprávnej oblasti pôsobia viac než 20 rokov, oni a ony sami však v nich majú menej než 10 ročnú prax.“*

Zaujímal nás potencionálny kontrast v prežívaní, taktikách a stratégiách „staršej“ a „mladšej“ generácie ochrancov a ochrankýň ľudských práv, to či sa budú zásadným spôsobom líšiť ich reflexie napríklad z 90-tych rokov, z prelomu milénia alebo „tu a teraz“.

Chceli sme skúmať vývoj v jednotlivých rámcoch na časovej osi.

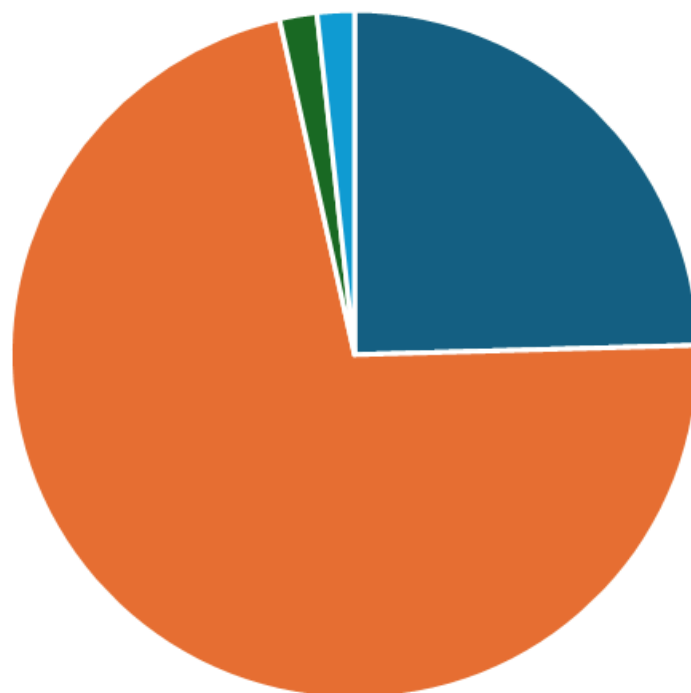
Vzorka ľudí, ktorú sa nám podarilo osloviť a viesť s nimi rozhovor v r. 2023 – 2024 mala vo finále veľkosť 57 ľudí a nasledujúcu vnútornú štruktúru:

ad 1) veková štruktúra



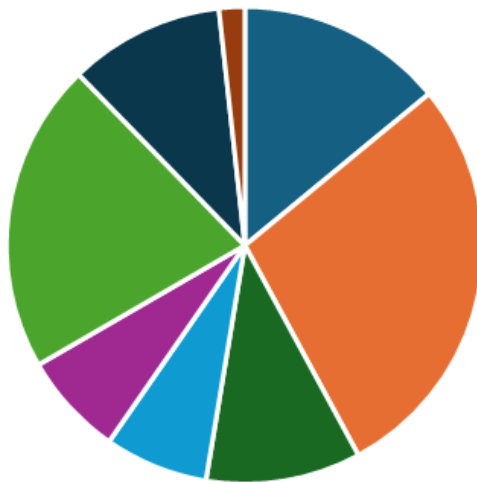
■ do 35 rokov ■ do 45 rokov ■ do 55 rokov ■ viac ako 55 rokov

ad 2) pohlavie / rod



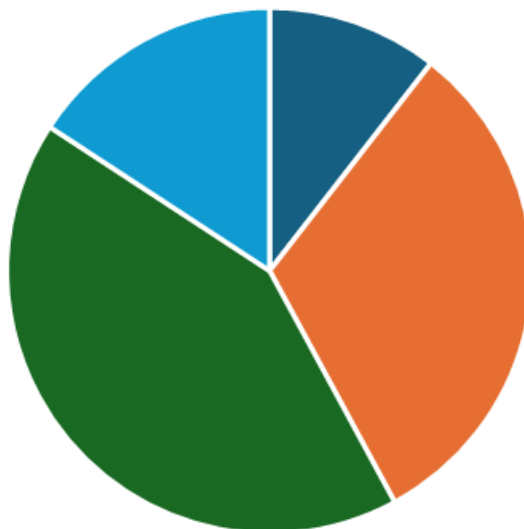
■ muži ■ ženy ■ iné ■ neuvedené

ad 3) oblasť ľudských práv, ktorým sa komunikační partneri\*ky venujú / zameranie organizácie



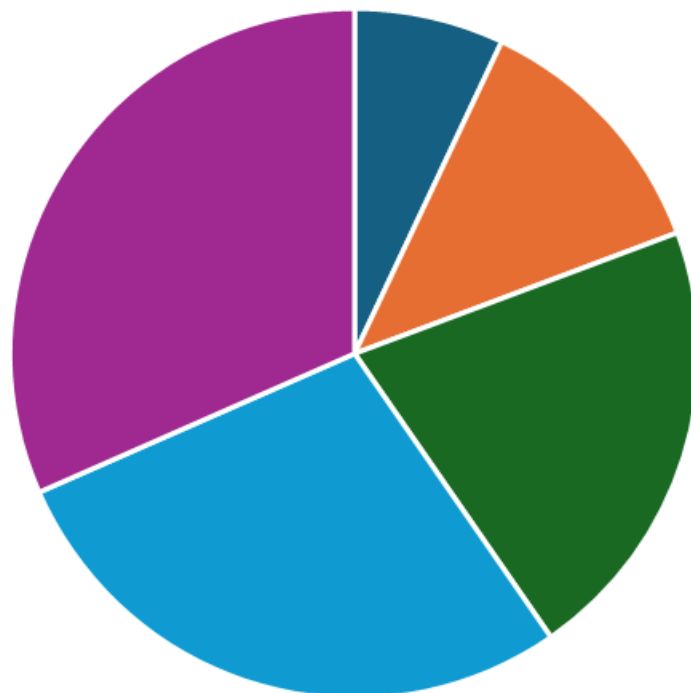
- práva detí
- práva žien (najmä v súvislosti s násilím, páchaným na ženách)
- práva LGBTQI+ ľudí
- práva ľudí na úteku (utečencov a utečenkýň)
- práva ľudí na životné prostredie
- práva etnických menšín
- práva zdravotne znevýhodnených ľudí
- práva seniorov

ad 4) prevažujúci spôsob práce



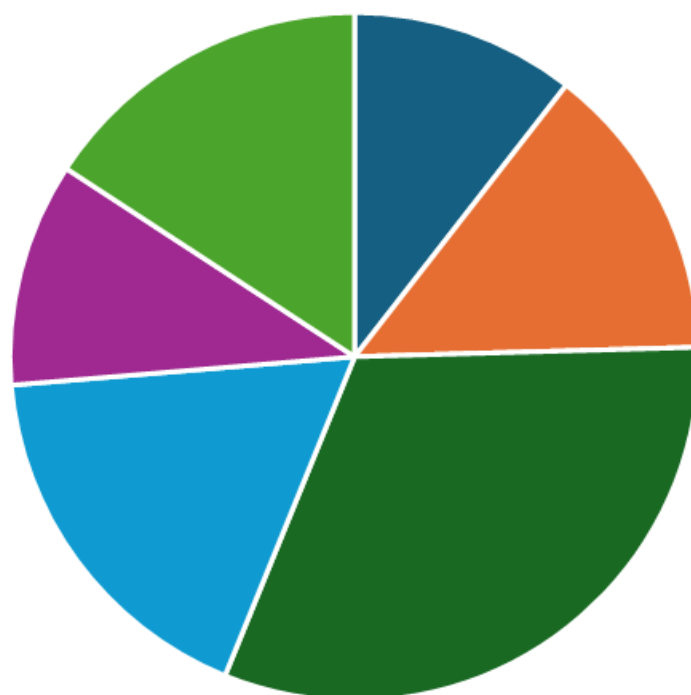
- výskumy a monitorovanie práv
- obhajoba pred súdmi a administratívnymi autoritami
- psychologická, sociálna alebo terapeutická podpora
- organizovanie petícií, pochodov, zhromaždení a diskusií

ad 5) dĺžka pôsobenia v oblasti obhajoby ľudských práv



■ do 5 rokov ■ do 10 rokov ■ do 15 rokov ■ do 20 rokov ■ viac ako 20 rokov

ad 7) sídlo / lokalita pôsobenia



■ bratislavský ■ banskobystrický ■ košický ■ prešovský ■ nitriansky ■ žilinský

*Kódovanie pre orientáciu v texte*

<i>kód</i>	<i>vek</i>	<i>lokalita</i>	<i>oblasť</i>	<i>prevažujúca činnosť</i>
<i>KP01</i>	<i>27</i>	<i>KE</i>	<i>práva detí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP02</i>	<i>52</i>	<i>BA</i>	<i>práva žien</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP03</i>	<i>42</i>	<i>PO</i>	<i>práva LGBTQI+ ľudí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP04</i>	<i>36</i>	<i>ZA</i>	<i>práva LGBTQI+ ľudí</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP05</i>	<i>49</i>	<i>PO</i>	<i>práva utečencov*kýň</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP06</i>	<i>71</i>	<i>NR</i>	<i>práva utečencov*kýň</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP07</i>	<i>31</i>	<i>KE</i>	<i>práva detí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP08</i>	<i>34</i>	<i>KE</i>	<i>práva žien</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP09</i>	<i>57</i>	<i>BA</i>	<i>práva LGBTQI+ ľudí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP10</i>	<i>39</i>	<i>NR</i>	<i>práva detí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP11</i>	<i>41</i>	<i>ZA</i>	<i>práva na živ. prostred.</i>	<i>organiz. P/P/A</i>
<i>KP12</i>	<i>51</i>	<i>NR</i>	<i>práva ľudí s ŤZP</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP13</i>	<i>29</i>	<i>ZA</i>	<i>práva ľudí s ŤZP</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP14</i>	<i>61</i>	<i>KE</i>	<i>práva LGBTQI+ ľudí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP15</i>	<i>48</i>	<i>ZA</i>	<i>práva žien</i>	<i>obhajoba záujmov</i>

KP16	42	KE	práva LGBTQI+ ľudí	obhajoba záujmov
KP17	36	ZA	práva ľudí s ŤZP	P/S/T podpora
KP18	51	PO	práva utečencov*kýň	výskum
KP19	31	ZA	práva na živ. prostred.	organiz. P/P/A
KP20	34	KE	práva ľudí s ŤZP	obhajoba záujmov
KP21	51	NR	práva žien	P/S/T podpora
KP22	44	BA	práva LGBTQI+ ľudí	obhajoba záujmov
KP23	59	KE	práva detí	organiz. P/P/A
KP24	29	ZA	práva ľudí s ŤZP	obhajoba záujmov
KP25	36	PO	práva žien	P/S/T podpora
KP26	58	PO	práva etnických menších	obhajoba záujmov
KP27	37	ZA	práva detí	P/S/T podpora
KP28	27	KE	práva na živ. prostred.	výskum
KP29	43	KE	práva žien	P/S/T podpora
KP30	54	BB	práva etnických menších	obhajoba záujmov
KP31	47	NR	práva žien	P/S/T podpora

KP32	30	BB	práva etnických menších	obhajoba záujmov
KP33	26	KE	práva utečencov*kýň	výskum
KP34	55	BA	práva detí	P/S/T podpora
KP35	43	BB	práva žien	obhajoba záujmov
KP36	62	KE	práva etnických menších	obhajoba záujmov
KP37	46	PO	práva žien	P/S/T podpora
KP38	37	BB	práva žien	P/S/T podpora
KP39	59	KE	práva etnických menších	organiz. P/P/A
KP40	48	NR	práva detí	výskum
KP41	41	BB	práva na živ. prostred.	organiz. P/P/A
KP42	54	PO	práva etnických menších	organiz. P/P/A
KP43	34	BB	práva žien	P/S/T podpora
KP44	71	KE	práva etnických menších	obhajoba záujmov
KP45	51	BA	práva etnických	organiz. P/P/A



			<i>menšín</i>	
<i>KP46</i>	<i>61</i>	<i>KE</i>	<i>práva detí</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP47</i>	<i>45</i>	<i>BB</i>	<i>práva žien</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP48</i>	<i>66</i>	<i>KE</i>	<i>práva etnických menšín</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP49</i>	<i>46</i>	<i>KE</i>	<i>práva etnických menšín</i>	<i>výskum</i>
<i>KP50</i>	<i>39</i>	<i>KE</i>	<i>práva žien</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP51</i>	<i>44</i>	<i>PO</i>	<i>práva etnických menšín</i>	<i>organiz. P/P/A</i>
<i>KP52</i>	<i>38</i>	<i>BB</i>	<i>práva ľudí s ŤZP</i>	<i>organiz. P/P/A</i>
<i>KP53</i>	<i>57</i>	<i>PO</i>	<i>práva žien</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP54</i>	<i>54</i>	<i>ZA</i>	<i>práva seniorov</i>	<i>výskum</i>
<i>KP55</i>	<i>40</i>	<i>KE</i>	<i>práva žien</i>	<i>P/S/T podpora</i>
<i>KP56</i>	<i>46</i>	<i>BA</i>	<i>práva etnických menšín</i>	<i>obhajoba záujmov</i>
<i>KP57</i>	<i>58</i>	<i>PO</i>	<i>práva žien</i>	<i>P/S/T podpora</i>

Primárne ciele regrutácie komunikačných partnerov a partneriek sa nám v prípade tohto výskumu podarilo naplniť, resp. prekročiť. Podarilo sa to najmä preto, že s nami komunikovali ľudia, ktorí využili poradenské služby #také krehké, ktorú realizujeme a boli ochotní zdieľať svoje prežívanie.

S výberom komunikačných partnerov a partneriek bola spojená otázka anonymizácie rozhovorov – časť z nich nemala problém so zverejnením svojej identity (17 ľudí), druhá časť (40) však po ukončení rozhovoru požiadala o jej skrytie. Aj v prvej skupine sa však v rozhovoroch vyskytli situácie, ktoré komunikační partneri a partnerky žiadali utajiť, cit. „*toto tam radšej nedávajte*“, alebo „*v tomto by sa mohla spoznať*“. Úplnou anonymizáciou rozhovorov sme dosiahli práva na ich plné sprístupnenie.

## II.b

### Dizajn scenára rozhovorov

Vo výskume sme (tak, ako v predchádzajúcich prácach) používali pološtruktúrované rozhovory – ktoré sú štandardne používané práve v kvalitatívnom sociálno-vednom výskume s pevne stanovenými cieľmi, no pri zachovaní možnosti otvárať čiastkové témy a získať tzv. indukčné kategórie. (Boyatzis, 1998).

Tematické oblasti boli obsiahnuté v scenári, ktorý mala každá z výskumníček k dispozícii a otázky mali nasledovnú rámcovú logiku:

- *Aká je vaša motivácia, venovať sa obhajobe ľudských práv?*
- *Je vaša práca spojená s vašimi osobnými hodnotami?*
- *Ako sa z vášho uhla pohľadu premieňa „vaša téma“ v spoločnosti?*
- *Zažívate vo svojej práci nebezpečné / nekomfortné situácie (aj tie v online priestore)? Z čoho pramenia?*

- *Prišli ste / prichádzate do konfliktu s administratívnymi autoritami?*
- *Vidíte (v kontexte časovej osi 1989 – 2023) „tu a teraz“ nejaké nebezpečenstvo pre ľudské práva na Slovensku?*
- *Čo by – z vášho uhla pohľadu – naša spoločnosť mala zmeniť v nastavení voči ľudským právam a ich obhajcom a obhajkyňiam?*
- *Ako sa vaša práca / činnosť odzrkadľuje na vašich vzťahoch s vašimi blízkymi ľuďmi a na vašom duševnom zdraví?*
- *Čo vám vaša práca dáva?*

V širšom kontexte sme sa pýtali:

ad 1) v úvode

*Čo bolo podnetom k práci v neziskovom sektore a prečo je v centre vášho záujmu ochrana ľudských práv? Vedeli by ste mi, prosím, porozprávať „váš príbeh“ – čo bolo prvotným impulzom – začať sa zaoberať ochranou práv iných ľudí? Čo ste robili predtým, než ste začali riešiť túto tému? Ako sa na začiatok vášho profesionálneho záujmu pozerali vaši najbližší ľudia? Ako by ste definovali obsah toho, čo robíte, najlepšie na časovej osi? Kto sú vaše profesionálne vzory?*

ad 2) cieľové skupiny

*Kto sú ľudia, ktorých práva obhajujete? Ako by ste popísali váš vzájomný vzťah? Akými spôsobmi a prostriedkami s nimi spolupracujete? Čo máte spoločné? Čo vás zaujíma na ich príbehu? Existujú nejaké bariéry, ktoré musíte pri obhajobe ich práv sami v sebe prekračovať? Ako by ste definovali (opäť na časovej osi) základné okruhy problémov, ktoré pri práci s nimi riešite? Prekvapilo vás niečo pri obhajobe ich práv? Ako si staviate osobné hranice?*

ad 3) tímy

*Charakterizujte svoj tím, v ktorom pracujete. Skúste načrtnúť jeho vývoj v čase. Popíšte svoje postavenie v ňom. Ako sa v ňom cítite – skúste odpoveď škálovať. Čo sú jeho najsilnejšie a naopak najslabšie stránky? Aké sú vo vašom tíme medziľudské vzťahy? Ako máte nastavené metódy riešenia konfliktov a čo je ich najčastejšou témou?*

ad 4) blízke sociálne okolie

*Čo hovoria ľudia z vášho blízkeho okolia na vašu prácu? Máte vo svojom okolí ľudí, ktorí sú vašim zrkadlom, s ktorými zdieľate svoju prácu? Sú vo vašej blízkosti ľudia, ktorí otvorene nesúhlasia s vašou prácou, nezdieľajú vaše hodnoty?*

ad 5) vlastné duševné zdravie a wellbeing

*Je podľa vás obhajoba cudzích práv náročná na psychiku obhajcov / obhajkýň? Aké dopady má na vaše mentálne zdravie a fyzické zdravie? Dotýka sa aj kvality vzťahov v rodine? Ako sa vyrovnávate / aké taktiky volíte na zvládnutie negatívnych reakcií?*

ad 6) spoločnosť – známi a neznámi ľudia (vrátane sociálnych sietí)

*Máte negatívnu skúsenosť zo strany spoločnosti voči vašej práci? Stali ste sa terčom hejtu na sociálnych sieťach, či nenávisťných prejavov? Čo znamenali vaše skúsenosti pre váš vzťah k téme?*

ad 7) administratívne authority

*V akých podobách máte skúsenosť s negatívnymi reakciami, ktoré sa spájajú s vašou prácou? V akých kontextoch sa diali najčastejšie? Kto boli nositelia týchto negatívnych prejavov?*

Všetky výskumné rozhovory boli následne prepísané a zápisy v elektronickej podobe boli ďalej podrobené manuálnej kvalitatívnej analýze popri vytýčení setu deduktívnych a induktívnych kódov. S cieľom analyzovať rozhovory s komunikačnými partnermi a partnerkami sme zvolili tzv. obsahovú analýzu s elementami analýzy sentimentov (použitej pre detailnejší pohľad na dôležitosť a emocionálne podfarbenie vybraných opakujúcich sa tém a kategórií na škále pozitívny - neutrálny - negatívny emocionálny náboj) a s tzv. anekdotálnym dokazovaním.

### III.

#### Výsledky výskumu

Jednou z našich ambícií v súvislosti s týmto výskumom bolo odhaliť menej viditeľné súčasti ekosytému v ktorom žijú a pracujú ľudia z mimovládnych organizácií. Ukázať rozmanitosť rolí, ktoré sa prelievajú činnosťami, tú každodennosť a najmä taktiky zvládania záťaže.

To bola (a je) koniec koncov naša primárna úloha - výskum slúži ako podklad pre vybudovanie poradenského centra #takekrehke, špecializované na situácie, keď pomoc potrebujú ľudia, ktorí chránia práva iných.

#### III. 1

#### Akí ľudia „robia“ ochranu ľudských práv?

Chrániť práva iných – to je často spájané s otázkou: „Prečo to robíš?“ Alebo (ako povedala KP 26) „Naši boli apriori proti tomu, aby som pracovala v mimovládnom sektore. Možno je to generačne, oni jednoducho nechápali, čo ma

*na tom priťahuje. Mama je tiež právnička a často o mojej organizácii hovorila: „Vy ste taký apendix.“ Jednoducho jej to hlava nebrala, prečo robím za plat, keď by som mohla jednoduchšie zarobiť trojnásobok.“ KP 07 to vnímal podobne: „Vieš, čo mi hovorili naši? Načo sa hrabeš v tej špine?“*

Mnoho ľudí v spoločnosti si nespája ochranu ľudských práv v jej rozmanitosti a rôznych formách so „zamestnaním“, s „kariérou“. Vnímajú ju často ako reaktívnu aktivitu: ako použitie schopností v konkrétnom prípade, alebo situácii. Často si ochranu práv zamieňajú s občasným či jednorazovým „aktivizmom“.

Preto sme s našimi komunikačnými partnermi a partnerkami rekonštruovali ich profesionálnu cestu na časovej osi a v sociálnych kontextoch.

*KP 04 nám hovoril: „Ja patríam k tým ľuďom, dalo by sa povedať, že moja práca je mojou obhajobou... toho ako žijem. Veľmi dlho som sa bránila, hovorila som si: „preskočí ti z toho – budeš stále na tom istom mieste. Postupne som prešla viac organizácii, ale toto čo robím sa mi zdá najzmysluplnejšie.“*

*KP 48 vo svojej výpovedi povedala: „Ani sa mi nespínalo, že by sa toto moje nešťastie mohlo stať mojou prácou. Vieš, ja pochádzam z takých pomerov... nerada o tom hovorím... to je zvláštne. O cudzích osudoch, aj krivdách, to sa bijem do krvi. Ale svoj vlastný, ten nedokážem popísať. Ani tebe a koľko ťa poznám! Ja som zažila veľa násilia, veľa. Rozumiem tým ženám, čo robia a ako sa cítia.“*

*KP 02 zdieľa: „Ja som bola úplne stratená po rozvode. Bolo to toxické, pre mňa, pre deti. Naozaj som mala problém sa sústrediť na niečo iné, ako na svoje vlastné pocity. A potom som na internete našla skupinu žien, ktorým sa stalo niečo podobné. A začalo sa to nabaľovať, ako snehová guľa.“*

*KP 06 hovorí: „Všetci sa ma pýtajú, kde je ten moment, že som sa rozhodol. Ale on žiadny významný moment nebol: jednoducho som vyrástol v*

*normálnej, príjemnej rodine, dodnes je taká. Vyštudoval som a toto - tá práca pre druhých - ma zaujala. Ako úprimne ti poviem. Keby som nemal byť po mojej ome, tak by som si to nemohol dovoliť. Aj to sú také dôležité maličkosti, ktoré rozhodnú, čo budeš a čo nebudeš robiť. Teraz sa mi to rozsvietilo."*

Z hľadiska času životných príbehov a časovej osi viacerí aktéri (komunikační partneri a partnerky) - ochrancovia a ochrankyne ľudských práv - hovorili o svojej motivácii nasledovne:

*· našli ju v podporujúcej rodine*

*KP 57 hovorí: „Nikdy ma nenapadlo robiť niečo iné. Pochádzam z dlhej plejády žien, ktoré sa stále do niečoho miešali - a potom sme si to odovzdávali cez generácie. Tú skúsenosť. Ako sa dajú meniť komunity. Vieš, moja babička bola jednou z prvých českých učiteliek, čo prišli na Slovensko, v 30-tych rokoch. Vieš, aké príhody mi rozprávala? Toto je nič, čo robím ja. Ona varila pre chudobné deti, učila ich hygiene... Mama bola tiež učiteľka, vedela som, že ju to baví, ale vieš, neskorý socializmus. Mala som pocit, že nechce, aby som to robila. Toto, čo robím je taký balans - úplne hopujem v tej istej organizácii, ale z projektu do projektu. Ale princípy ostali tie isté.*

*KP 51 hovorí: „Vieš, ako volali môjho deda? Že cigánky farár - a to bolo ešte pred druhou svetovou vojnou. Tak sa nečuduj, že môžem pracovať s kýmkoľvek."*

*KP 22 hovorí: „Vieš, ja to mám tak. O teplých ľuďoch som čítavala - lenže vtedy, v deväťdesiatkach to bola taká senzácia... všetko onálepkované. Čítala som a hovorila som si: „Toto predsa nie som ja.“ A tak som hľadala cestu, ako. A mama ma podporovala, dala mi peniaze, aby som mohla vycestovať, v Londýne som videla prvý PRIDE aj komunitu, ako sa to robí. Nie úplne všetko mi vyšlo, ale ten základ, keď sa teraz pozerám dozadu, tak ten mám v rodine. V tej podpore - aj vieš, u nás môj coming out prebehol*

*tak, že neprebehol, všetkým bolo všetko jasné. V tomto sme boli, vlastne mama a babka boli, priekopníčky. Mne sa potom ľahko vošlo do mimovládiek.“*

*· zažili zlomovú situáciu v živote*

*KP 34 hovorí: „Zlomom bola manželkina havária. Všetko o čom som dovtedy čítal, vlastne ani nečítal, načo? Zrazu som bol v tom. Keď potom zomrela, tak som hľadal zmysel života, najskôr som bol dobrovoľníkom, potom potrebovali účtovníka a teraz píšem projekty. Napĺňa ma to.“*

*KP 24 hovorí: „Narodila sa nám dcéra. A viete čo nám povedali v nemocnici: „Ona bude taká zaostalá.“ Chápete? Mala pár hodín a už za inými „zaostávala“. A potom to išlo jedno za druhým. Zlá sieť, málo odborníkov, lietali sme kade tade... všetko na čo si spomeniete chýbali – informácie, podpora, všetko sme hľadali sami a sami si aj vymysleli s inými rodičmi. Myslím, že založenie organizácie bolo logickým vyústením toho, čo sme v skutočnosti žili.*

*KP 02 hovorí: „Otec bíjal mamu, nemala kúsok vlastného sveta. Keď som raz prišla domov a mala zasa ruku v sádre, vedela som čo to je, sto krát to predtým urobil, zavrel jej prsty do zásuvky, bolo rozhodnuté, že musím odísť aj čo budem robiť – že moja cesta povedie do pomáhajúcich organizácii. A tak aj bolo. Myslela som si, že to tak lepšie pochopím. Ale... nie je to také priamočiare.“*

*· téma ľudských práv je súčasťou ich identity*

*KP 05 hovorí: „Sama som ako dieťa prišla s rodičmi z ešte viac komunistickej krajiny ako bolo vtedy Československo. Ale ten pocit vykorenenia si nesiem zo sebou. Keď prišla možnosť pomáhať utečencom, neváhala som ani nanosekundu.“*



KP 30 hovorí: „Ja som Rómka a považujem to za svoju povinnosť sa nejako vymedzovať, vieš ako to myslím. Voči tomu, čo sa nám deje.“

KP 44 hovorí: „Ja som právnik a tak sa aj správam. Nie som ničím viac. Vieš, toto je súčasť môjho sebaobrazu. Študoval som na X a tam som sa naučil, že je správne venovať 10% svojho času, alebo svojich peňazí správnym veciam. Úprimne: nevedel by som to robiť full time, ale to že som členom tohto tímu... hm. Má to zmysel.“

· pracovali v inej oblasti a hľadali niečo zmysluplné

KP 17 hovorí: „Úprimne, bol som vyhorený. Teda nie že by som teraz nemal také obdobia, ale na rozdiel – vtedy som nevidel žiadny význam v tom čo robím. Púť do Santiaga, na bicykloch v Mexiku, potápanie v Ázii.... už som bol v takom stave, že som bol pomaly viac na dovolenke, než v práci. Nič nepomáhalo. Vieš, keď mám také horšie obdobie teraz, tak je to únava. Vtedy to bolo bezcieľne.“

KP 27 hovorí: „Mala som prácu, ktorá mi dávala dosť peňazí... ale úprimne, bola som s titulom JUDr. taká sekretárka. Tak som začala študovať pedagogiku a psychológiu. A potom som našla toto združenie a mohla som sa začať realizovať.“

· ovplyvnili ich iní ľudia

KP 11 hovorí: „Prišiel som sem na stáž – a som tu už dvadsať rokov. Myslím, že keby tu nebola A., tak by to tak nebolo. Ona ma nadchla – začal som sa úplne inak pozeráť na systémy. Úprimne: myslel som si že skončím v laboratóriu, nie v teréne. Mal som namierené robiť vedu, ale toto sa mi zdá oveľa zmysluplnejšie. A ako hovorím: A. bola pre mňa podstatná. Do detailov dokázala o tom, čo chránime, hovoriť s takým nadšením, že sa stala mojím životným vzorom.“

Plynutie času v kontexte životnej histórie zasahuje do vnímania komunikačných partnerov a partneriek – prináša reflexiu a pocity „spokojnosti – nespokojnosti“. Výrazne sa odráža na aktuálnom prežívaní, na odolnosti a má priamy dopad na má priamy dopad na intenzitu (ťaživosť), podoby a aj konkrétne prejavy vo verejnom priestore.

Viacero komunikačných partnerov a partneriek sa v rozhovoroch sústreďovalo na spôsob, akým sa do segmentu dostali. Bolo pre nich dôležité spájať či už prežívanie „tu a teraz“ alebo dôležitých míľnikov s tým, čo alebo kto a najmä za akých okolností ich k činnosti priviedlo.

Pomenovali štyri základné trendy, ktoré mali / resp. majú vplyv na to, akú má ich prežívanie kvalitu.

- podľa viacerých komunikačných partnerov a partneriek je ich spôsob, akým pracujú závislý od ich intímneho, súkromného prostredia a ľudí v ňom – na ich podpore (KP 29 napríklad hovorí: *„Keby som nemal to zázemie, tak by som nemohol túto prácu robiť. Už aj teraz, keď toho bolo kvôli Ukrajine (KP bol v sieti pomáhajúcich organizácii – pozn.) tak som cítil, že to je tá hrana, ktorú ešte moji blízki znesú, ale ani o milimeter viac. Mám doma takú herňu tomu hovorím, tam som sa doslova skrýval s knihami a seriálmi. Úplne sme si s dcérami prestali rozumieť, oni že: „cudzím pomáhaš, aj my sme tu“. Oni nechápali, čo s tými ľuďmi zažívam, aké je to silné. Možno som to vtedy prepálil, keď som začal všetkých poučať, aké máme šťastie.“*)

- len málo z komunikačných partnerov a partneriek svoje problémy – spojené so záťažou a odolnosťou rieši s pomocou expertov a expertiek (dotýkali sme sa tej témy – a nehovoríme o nej s dešpektom: naopak, je to možnosť - mnohí ľudia z oblasti ochrany ľudských práv hovoria o tom, že nenašli expertku či experta, ktorý by im rozumel, cit. KP 34 *„... ako jasné, ja chodievam na supervíze, ale tam je to o mojich klientkach. Vlastnú*

*terapiu som niekoľkokrát začala, ale vydržala som po ten bod, kým to začalo byť nepríjemné. Potom som vždy ušla – a niekedy, znie to smiešne. Strašne? To bolo z nedostatku peňazí, ale hlavne, ja som mala pocit, že tým čo robím, som o dve hlavy ďalej od všetkých ostatných. Že mi nerozumejú.“)*

· Pre viacerých (na časovej osi) je práca zároveň substitúciou, niekedy dokonca náhradou fungujúcich vzťahov, čo prináša v zlomových okamihoch pocity napätia, frustrácie, nespracovaných prenosov a ohrozenia kvality poskytovaných služieb, cit. KP 02: *„je mi lepšie, keď vidím, že druhí sú na tom horšie, au čo som to povedala!“* alebo cit. KP : *„Veľmi sa zrkadlím v ich príbehoch. Dávam si na to veľký pozor.“*

### III. 2

#### Čie práva chránite?

Dôležitými okruhmi v rozhovoroch boli charakteristiky klientov a klientiek organizácii – resp. prijímateľov a prijímateľiek rôznych foriem pomoci. Na nich stojí a padá agenda ochrancov a ochrankýň ľudských práv. V prvej vrstve bola postojová zhoda k nim zo strany komunikačných partneriek a partnerov jednoznačná, postavená na hodnotách ako akceptácia, úcta, rešpekt, cit. KP 10 *„Veľa sa od nich učím. Sú to moji malí hrdinovia.“*, alebo KP 17, cit.: *„Pre mňa sú príbehy našich klientov o sile, vytrvalosti a odolnosti – že to nevzdali. Sú veľkou inšpiráciou.“*

Postupne však vo výskume presakovali aj ďalšie (nečakané) informácie, spojené s únavou pri výkone práce a pochybnosťami či , cit. KP 08: *„Vidím, ako zneužívajú ten systém, ale čo s tým? Neviem, ako sa k tomu mám postaviť, nestanovili sme si žiadne vylučujúce pravidlá, ktoré by kohokoľvek vylučovali vopred. To len keď sa to ukáže v behu spolupráce, tak si vzdychnem, že koľko spoločného času sme stratili.“*

Pritom reflexia obsahu je prirodzenou súčasťou práce ochrancov a ochrankýň ľudských práv a má vysokú hodnotu.

Kontrast vyjadrení a ich okamžité revidovanie (takmer vždy po vyslovení, napr. KP 47, cit.: *„Keď sa na to pozerám, tak je – až som sa zahanbila teraz – je dôležité to, že sa v nich zrkadlím.“* Alebo KP 57, cit.: *„Podľa mňa im tie práva patria, aj keď sú akí sú. Ach, čo som to povedala! Teraz si o mne budete myslieť... no, že to robím len pre prácu.“*) boli základným ukazovateľom, na ktorom sme mohli vidieť, ako veľmi je dôležitý morálny / etický koncept ich práce.

Je dôležité povedať, že obsiahlejšie vyjadrenia k cieľovým skupinám sme našli najmä u ochrankýň práv žien a detí, ktoré zároveň prevádzkovali ambulantné sociálne / psychologické a / alebo právne poradne či rezidenčné zariadenia, a aj u tých ktorí a ktoré chránia práva seniorov a ľudí s ŤZP.

Napriek očakávaniu sa objavovali minimálne pri obhajobe práv utečencov a utečenkýň a etnických menšín (cit. KP 36: *„Toto bola veľká selekcia u nás, v organizácii – ako nestigmatizovať, neškatuľkovať tých, ktorým pomáhame.“*, alebo cit. KP 49: *„Viem, bola som necitlivá, voči tímu. Za z môjho pohľadu znevažujúce, spochybňujúce vyjadrenia som vyhadzovala ľudí. Bolo to ľahké, všetci sme boli na živnosti. Stačilo, aby niekto povedal, že „oni si nevážia pomoc“ alebo „čo si majú čo vyberať“. Keď sa na to pozriem teraz, novou optikou – asi by som viac energie investovala do tímu, do dohody s tými ľuďmi. Už dnes viem, že aj pre mňa také samozrejmé veci sa rodia strašne ťažko.“* Či cit. KP 50: *„Ja tomu nerozumiem, prečo sa o tom, ako sa máme správať k ľuďom, čo žijú ako vedľa a veľmi ťažko s minimálnymi zdrojmi, správať.“*).

Z hľadiska vzťahu komunikačných partnerov a partneriek k cieľovým skupinám boli pre nás dôležité ich reflexie k oblastiam (uvedené zostupne

podľa početnosti), ktoré vznikli selekciou z rozhovorov.

- otázka vďačnosti
- hnev na administratívne autority a systém
- otázka hraníc a prenosov v procesoch, ktoré pri ochrane práv vedú
- nespokojnosť s výsledkom
- prenos vlastných hodnôt a otázka sklamaní
- predsudky okolia voči práci ochrancov a ochrankýň ľudských práv
- únava

Bližšie by sa tieto okruhy dali charakterizovať nasledovne:

- *otázka vďačnosti*

*KP 47 hovorí: „Nebudem zastierať, že sa niekedy pozerám na klientku a som veľmi na rozpakoch a hovorím si v duchu: „Prečo by som mala zaoberať práve tebou, veď sa pozri, čo si narobila! Ako nechcem povedať, že je to úplne jej chyba, ale tie naše protokoly ma veľmi zväzujú. Napríklad, že neskúmame, kde je pravda. Je to veľmi zložité, udržať si určitú úroveň komunikácie. Valcuje to, fakt. Väčšina mi ani nepoďakuje.“*

*KP 34 hovorí: „Potrebujú ma. Ale keď dostanú, čo chcú, tak ma nepoznajú.“*

*KP 46 hovorí: „Niekedy si našu pomoc nezaslúžia. Ale to nie je o nás – vieš, z dvadsiatich ľudí to má význam pre jednu.“*

*KP 49 hovorí: „Ja som veľmi sklamaná z nevďačnosti. Nevieť to dať, vlastne nesmiem to dať najavo, ale som. Strašne veľa dostanú, strašne málo dajú späť.“*

*KP 36 hovorí: „Robila som aj komerčné poradenstvo, viem porovnávať – tieto bezplatné klientky sú... niekedy strašné. Domáhajúce sa, otravné, žiadne pravidlá pre ne neplatia.“*

KP 43 hovorí: „V našom centre by všetky chceli vysnívané klientky, ale to jednoducho nejde, obeť sú oprsklé, drzé, nevďačné.“

KP 27 hovorí: „Bývali vďačnejší, neviem, čím to je – ja som si tak lietala, keď som nejaké dieťa vytiahla zo zlej situácie, teraz je to také, že chcú viac a viac a ja si hovorím, bože ženy! Nemôžete mať všetko, ale oni v tom vedia chodiť.“

· hnev na administratívne autority a systém

KP 44 hovorí: „Boli to moji spolužiaci a ja som si nikdy neuvedomila, o koľko to majú v živote ťažšie. Lútosť, to je to správne slovo.“

KP 30 hovorí: „Ešteže tie práva sú také, ako by som ti to povedal, anonymné, predstavujem si ľudí, ktorých zastupujem, ako bábkky vo filme – že hovoria len to, čo im napíšem. Lenže to tak nie je práve preto, že ich ten systém pohltí, zamotajú sa v ňom. Veľmi ma to frustruje.“

KP 10 hovorí: „Pracovala som v štátnej poradni a to bol bordel. Keď som prišla sem, tak konečne – protokoly, metodiky, systém. Mohla som sa ísť pozrieť do zahraničia. Toto je vlastne môj splnený sen, napriek všetkému. Že viem, že sa to dá.“

· otázka hraníc a prenosov v procesoch, ktoré pri ochrane práv vedú

KP 27 hovorí: „Mňa práca v mimovládke úplne uvoľnila, predtým som pracovala v detskom domove a tam to bolo veľmi o emóciách: nesmeli sme mať citové vzťahy s deťmi, tu je to normálne, mať sa vzájomne radi – teda, ako cudzí ľudia, ja na nejaké to objímanie nie som ani v súkromí, ale vedia, že sa na mňa môžu spoľahnúť.“

KP 25 hovorí: „Niekedy mám pocit, že od nás chcú priveľa, že na nás upínajú. A ich situácia je tak strašná, že vytvárajú tlak, akoby sme boli jediní, ktorí môžu pomôcť.“

*KP 02 hovorí: „Vidím, ako sa naučili používať ten systém, ale čo s tým? Nemôžem odmietnuť ďalšiu pomoc.“*

*KP 08 hovorí: „Je to také krehké. Desiatky krát som si uvedomila, že keby som niekde urobila chybu, bola by som v ich koži. Úplne. Milimetre ma delia.“*

*KP 27 hovorí: „Veľmi často pretiahnem strunu.“*

*KP 09 hovorí: „Ja nemám žiadne osobné hranice. Pracujem veľmi intuitívne a to ma na tom baví.“*

*KP 38 hovorí: „Mne sa osvedčilo mať taký vzťah, ako rozhovor – čo najprirodzenejší. Čím dlhšie trvá, tým je ten výsledok, keď vidím tú ženu, že sa pohne, že sa mení... proste lepší. Ale je fakt, že keď o tom hovorím, tak ma kolegyne upozorňujú na hranice.“*

*KP 37 hovorí: „Niekedy veľmi myslím na to, prečo som sa ocitla práve tu, ale myslím, že to má základ v tom mojom zlom detstve.“*

*KP 50 hovorí: „Niekedy sa čudujem, ako to dokázali. Porovnávam sa s nimi a priznám sa, vôbec z toho nevychádzam dobre. Som slabšia, mám menej obranných mechanizmov, tak sa potom pýtam, čo im ja vlastne môžem ponúknuť.“*

*· nespokojnosť s výsledkom*

*KP 43 hovorí: „Aby som dosiahla výsledok, musím si s klientkou cinknúť, musíme si rozumieť. Inak to nefunguje a ja som frustrovaná, neviem ju zastupovať.“*

*· predsudky okolia voči práci ochrancov a ochrankýň ľudských práv*

*KP 46 hovorí: „Milujem ich, takých akí sú. Nerobím rozdiely, aj keď viem, že to nie je čierno-biele, ich život. Ale je fakt, že ma niekedy zaskočia, hlavne ľudia*

*zvonka aj blízki otázkami, ktoré potom dlho dešifrujem a pýtam sa sama seba, či nežijem v nejakej divnej bubline. Ale takto fungujú predsudky.“*

*KP 39 hovorí: „Toto je jedna veľká téma, ako vyzerajú ľudia, ktorých práva chránim. Veľmi by som chcel stretnúť Rosu Parksovú.“*

*KP 39 hovorí: „Aj keď niečo organizujeme, tak mi došlo, aká je to veľká téma, vysvetliť verejnosti, prečo ľudské práva patria každému, každému človeku. Valcuje ma to, toto najviac – tlak a pocit, že roky hovorím to isté.“*

*KP 51 hovorí: „To šialenstvo okolo mňa je strašne vyčerpávajúce. Ja to vidím, keď idem niekde do prírody alebo tak a zrazu sa ľudia bavia o iných banálnych veciach a ja ani iné témy ako ľudskoprávne nemám. A ešte mi hovoria, že - daj si pohov, nehorí.“*

*· únava*

*KP 07 hovorí: „Niekedy počúvam a už vopred viem, čo bude nasledovať – tými rokmi som si vybudovala akési vzorce. A pritom som si vedomá, že to má byť naopak. Že sa mám sústrediť na každý jeden rozhovor. Ale nevládzem.“*

*KP 12 hovorí: „Máme to nastavené tak, že sme ľuďom k dispozícii 24/7. Ono nie že by volali stále, ale je dobré, že majú tú možnosť. A to aj napriek tomu, že som strašne unavená.“*

Prežívanie obhajoby ľudských práv u konkrétnych ľudí prinieslo do výskumu široký register pocitov – od obdivu až k hnevu. Možnosť hovoriť v skrytej identite, v bezpečnom priestore otvorila aj otázky neistoty, či sa pomáha tým „správnym“ ľuďom, pochybnosti a neistoty neistoty, či permanentnú revíziu vlastného etického kódexu (hovorí KP 04: *"Viem potrovnávať a viem, že tu - medzi nami je veľmi vysoko nastavená latka, ako hovoriť. Nie je to autocenzúra, myslím si, že práve tie jasné ľudskoprávne*



*mantinely napríklad v našej organizácii vyplavia ľudí, ktorí tápajú v predsudkoch. Nehovorím, že takí nenastúpia, ale veľmi rýchlo utekajú preč."*

Zaujímavé bolo vekové rozloženie komunikačných partnerov a partneriek v kategóriách výrokov – pocity hnevu, či frustrácie, nespokojnosti z toho, že cieľová skupina sa nespráva podľa ich očakávaní, zdieľali výrazne viac ľudia s dlhšou pracovnou skúsenosťou a naopak – aj ľudia s veľmi krátkou skúsenosťou.

Viacero komunikačných partnerov a partneriek nám dalo spätnú väzbu, že so svojimi neistotami sa v situácii, najmä keď súčasne čelia zastrašovaniu z vonkajšieho prostredia (na sociálnych sieťach, zo strany politikov, lokálnych autorít a pod.), necítia bezpečne a majú málo priestoru na to, aby mohli ich vo vzťahu k cieľovej skupine mohli komunikovať navonok - ku kolegom a kolegyniami – skôr majú pocity viny, ak sa pokúsia negatívne skúsenosti pomenovať. (Hovorí KP 12: *„Ja viem, že je to anekdotické, lebo veľká väčšina naše služby naozaj, bytostne potrebuje a našom kraji sme jediným uzlom. Ale stále mám strach, že keď príde jedna, pri ktorej urobíme chybu, že nám dokážu, že o násilí klamala, tak stiahne so sebou celú tému. A tu je to citlivé, vieš.“* alebo KP 05: *"Prišla som zo štátnej sféry. Tam sme bežne klientov kritizovali, úplne som si na to zvykla. Tu to jednoducho nesmiem - máme jednoducho také pravidlá. V princípe je to aj v poriadku. Lenže niekedy sa to preklopí do stavu: "nesmieš nič povedať" - a to veľmi brzdí.)*

Často tak ochrancovia a ochrankyne ľudských práv pracujú s autocenzúrou, revidujú, čo môžu a čo naopak „nesmú“ pustiť na verejnosť. Viaceré komunikačné partnerky, najmä z oblasti pomoci ženám (zažívajúcim násilie) – v ktorej sa téma neistôt *„komu vlastne pomáhame“* skloňovala v najväčšej početnosti hovorilo o únave témy, o zmene štruktúry cieľovej skupiny (Hovorí KP 38: *„Možno by sme mali premýšľať, ako vysvetliť, že nielen ochrana je dôležitá, ale aj pomenovanie dôvodov, pre ktoré sú tie ženy*

*obeťami a prečo im systémy im nepomáhajú - preto je tak dôležitý lobbying, lebo zo zlými zákonmi dobrú ochranu neurobíte.")*

### III. 3

#### Čo sa deje vo vašich tímoch?

Súčasťou života ochrancov a ochrankýň ľudských práv je ich pôsobenie v profesionálnych kolektívoch. V našej vzorke sa najčastejšie vyskytovali kolektívy vo veľkosti 3 - 5 kmeňových zamestnancov / zamestnankýň organizácii (hovorí KP 17, cit.: *"Keď celý život robíš s ľuďmi, s ktorými sa zároveň priateľíš, je to taká včelia pasca. Zvykneš si na otvorené vzťahy, na obrovskú súdržnosť, a potom, keď si okolnosťami donútený robiť niečo iné, ťa prekvapuje, že inde to tak nie je."*, ktorých obklopujú ďalšie a ďalší ľudia, pracujúci ako dodávatelia služieb, na autorské zmluvy, či v obdobných pracovných pomeroch (dohoda o vykonaní práce) a najmä dobrovoľníci a dobrovoľníčky.

Komunikačné partnerky a partneri vo svojich výpovediach akcentovali najmä neistotu v zamestnaní (KP 07 hovorí: *„V našej oblasti nevieme - ja neviem, možno to nerobíme úplne dobre - získať „voľné“ finančné prostriedky - tak, aby sme aspoň nejaký čas neboli viazaní na presné rozpočty z projektov, respektíve, aby sme dokázali pokrývať tie časy, keď ideme z projektu do projektu, lebo vieš, ako to je... Často stojíme aj štyri päť mesiacov, medzi tým, kým podpíšeme zmluvu a kým nabehnú peniaze na účet, ktoré samozrejme nemôžeme čerpať späťne.“*), vratkú podstatu pracovných pomerov (KP 11 hovorí: *„My sme vlastne rezignovali na zamestnanecké istoty. Ani by ma nenapadlo od organizácie pýtať nejaké odmeny alebo odstupné - keď skončíme tak skončíme. U nás nie sú ani gastrolístky.“*). Tým, že sú tímy malé, často sa role v nich prekrývajú (KP 23 hovorí: *„Veľmi by som chcela robiť iba*

*poradenstvo, ale jednoducho musím písať projekty, nikto to za mňa neurobí. Koľko získam, toľko máme.“).*

Podarilo sa nám z výpovedí kódovať niekoľko základných problémov, ktorým čelia ochrancovia a ochrankyne ľudských práv nasledovne:

- fenomén projektového cyklu
- finančná neistota
- minimum formálnych benefitov
- prekrývanie rolí
- závislosť na štátnych schémach
- toxické kolektívy
- únava

Bližšie by sa tieto okruhy dali popísať nasledovne:

*· fenomén projektového cyklu*

KP 28 hovorí: *„Som veľmi unavený z projektového cyklu. Vlastne som safe sedem – osem mesiacov v roku, potom to začína znova.“*

KP 31 hovorí: *„Veľmi málo vieme predvídať, aké témy štát vyberie – tak sa aj často menia naše priority v organizácii, že niektoré nové projekty ťahajú tie, ktoré vieme, že chceme robiť, ale už sa nezmestíme do schém. Z toho potom vzniká chaos a únava.“*

KP 28 hovorí: *„Teraz to bolo dva roky dobré, mali sme nórsky finančný mechanizmus. Ale to skončilo, dve "naše" schémy, čo sme z nich pravidelne niečo dostávali, po voľbách bez udania dôvodu skončili, zmluvy sa nepodpísali a už pol roka čakáme na vypísanie ďalších schém. Ideme zo zásob, ale to vydrží ešte tak dva mesiace, potom musím niečo urobiť. Niečo je, že idem robiť inde. Lenže - keď sa to pohne, tak zas budem vyzeráť ako idiot, že po pár mesiacoch dám výpoveď a vrátim sa sem.“*

KP 19 hovorí: „Roky sme sa nezväčšili. Držíme to v trojici – ekonómka a my dve. Len občas s niekým spolupracujeme, pár mesiacov.“

· finančná neistota

KP 17 hovorí: „Aby som to mohla robiť, zvykla som si mať dve zamestnania. Jednoducho mám ešte part time job, tam mi idú odvody a tak. Už štvrtstoročie.“

KP 12 hovorí: „Teraz, v posledných rokoch je to o niečo lepšie. Ale bývalo to naozaj zlé, aj niekoľko mesiacov to ťahali naši, keď sme nemali príjem. Bola som vlastne večné dieťa. Tu som sa bila, aby ľudia mali čo najviac peňazí, ja som mala ani nie životné minimum.“

KP 03 hovorí: „O dva roky mám šesťdesiat. A už pár rokov doháňam a nikdy nedožením to, čo majú ľudia, čo robili na úradoch. Pobabrala som to - teraz sa strašne bojím seniorského veku. Veď nemám ani vlastný byt. Iní naháňali hypotéky, ja aspoň aspoň základné práva pre LGBTI ľudí. Nemám, proste nemám z čoho, strašne sa bojím, že na starobu budem niekde v Snine, alebo v Ruskej Voli lebo inde nebudem mať na bývanie.“

· minimum formálnych benefitov

KP 14 hovorí: „U nás máme perfektný wellbeing, ale žiadne formálne istoty. Pracovné zmluvy prekrývame dohodami, niektoré mesiace tlmíme činnosť, aby sme potom v iných ťahalo šesťnástky.“

KP 22 hovorí: „Roky som nemala dovolenku - ale zasa keď poviem, že niekam chcem ísť, tak sa ani raz nestalo, že by sa nedalo. Nepočítame to.“

KP 01 hovorí: „Pozri - ja mám skúsenosť aj zo štátneho detského domova. Nedá sa to porovnať. Nedá. Toto, že smiem pracovať v súlade so svojou

*morálkou, to nevyrovnajú žiadne benefity. Ale to samozrejme platí do momentu, kým neochoriem."*

KP 26 hovorí: *„Mala som onkologickú epizódu. A v tej chvíli som vedela, čo som odovzdala aktivizmu. Veľmi ma to prebralo."*

· prekrývanie rolí

KP 12 hovorí: *„Toto je zasadné. Všetci robíme všetko. Na jednej strane ťa to naučí byť flexibilným, ale zároveň vieš, že strácaš vo svojej odbornosti."*

KP 34 hovorí: *"Ako robila som kdekoľvek, ale upratovačku sme mali všade. Tu robíme všetko sami."*

KP 18 hovorí: *"Musím ovládať sedem, alebo lepšie 17 remesiel."*

KP 31 hovorí: *"Často bývam unavená a zmätená. Lebo skáčem z témy do témy. Ono to potom nerobí dobre ani v hierarchii, lebo niekto niekedy musí veliť."*

KP 09 hovorí: *„Najhoršie to je vtedy, keď ma niečím poverí a potom sio spomenie, že aha - ja som riaditeľka organizácie a skúša riadiť. Je smiešne, aby organizácia, ktorá má tri zamestnankyne a dvadsať dobrovoľníčok mala hierarchické vedenie."*

· závislosť na štátnych schémach

KP 24 hovorí: *"Sme veľmi závislí od toho, kto je pri moci - či mu ľudské práva niečo hovoria, či tie peniaze len nerozdá blízkym ľuďom. Lebo to sú naše platy, naša istota, že keď napíšeme dobrý projekt, smieme aspoň chvíľu fungovať."*

KP 32 hovorí: *„Ľudskoprávne témy sa nedajú robiť odtrhnuté od štátu. Lenže oni nás považujú za takých krikľúňov a nechápu, že sú viazaní... alebo takto - že sme ich zrkadlom."*

KP 09 hovorí: „Viem, že sa tá autocenzúra u mňa začala. Vyjadrujem sa opatrnejšie, oveľa opatrnejšie.“

· toxické kolektívy

KP 08 hovorí: „Ák si myslíš, že nezažívame tlak a bossing, tak sa mýliš. Je to ako všade. Časom sme sa unavili, vyhoreli sme. Snažíme sa vzájomne podporovať, ale niekedy to uletí a potom to trvá mesiace. Pre mňa sú najhoršie nočné telefonáty.“

KP 21 hovorí: „Zažili sme to - roky sme boli priatelia, roky dobrovoľníčenia a zrazu prišli fakt veľké projekty. A všetko sa skončilo. Mali sme strach, žili sme v neustálom napätí - museli sme si požičiavať a tak. Ja som sa odmietla na tom podieľať a zrazu som videla, ako si, chápeš, v kolektíve troch ľudí dve šuškejú - bola som mimo. Zadávali mi divné úlohy.“

KP 28 hovorí: „Náš šéf je typom človeka, ktorý ide 24/7/365. Nie že by povedal, že to chce aj od nás, ale my sme tak na to nabehli.“

KP 11 hovorí: "Často na seba kričíme"

KP 19 hovorí: „Ani som si nevšimla a riadila som vlastne všetko. Samozrejme, za ten istý plat.“

KP 16 hovorí: "Nastúpil k nám 26 ročný človek. Za dva týždne rozložil organizáciu. A to som si myslela, že sme silné ženy. Ale nie je to tak. Tak ako všade inde, aj tu sa bojuje o moc."

KP 28 hovorí: "Vytelefonovala hodiny, hodiny ma zaťažovala svojimi víziami. Neostalo na tie moje."

KP 31 hovorí: "Vyvolali zbytočný konflikt - a rozbili celú organizáciu."

· únava

KP 13 hovorí: „V určitom období sa stalo, že sme sa začali nafukovať. Prichádzali noví ľudia, ale my sme boli akoby zrútené do seba. Všetko nás zaťažovalo, zdalo sa mi, že nám nerozumejú, a tak sa začali okolo nás len točiť.“

KP 16 hovorí: „Ideme spolu 20 rokov. To asi hovorí za všetko. A zďaleka nekončíme, lebo veď ani téma nekončí.“

KP 22 hovorí: „Práve teraz narastáme a tá únava je strašná.“

KP 26 hovorí: „Ja som robila dvadsať rokov s P. – a stále na faktúry. A teraz konečne mám stabilné financovanie a chcela som tým babám dať normálne platy – ale chápeš? Vôbec to nevedia oceniť. Strašne som z toho nešťastná.“

KP 14 hovorí „Zmenili sme sa z úplne prestarnutého tímu na úplne dynamický. Ja len tak sedím a pozerám a úplne ma prešla tá hrozná únava.“

KP 36 hovorí „Je to veľmi o hodnotách. Len kvôli nim ostávam. Ale zároveň mám strach, že to ja sa vidím taká fresh, že inak je to zlé.“

KP 30 hovorí: „Myslím, že je čas sa posunúť – že tu nemám kam rásť. Snívam o tom, že by som išla, keby ma chceli do niektorého z medzinárodných tímov - ale pozri, moj liek na únavi je znova práca.“

KP 29 hovorí: „Myslíš, že sa nám to vyhlo? Toxicita? Nech sa páči, príď k nám na mesiac robiť. Je to tu úplne také isté ako na hociktorom úrade.“

KP 16 hovorí: „Najhoršie je, že sme zároveň priateľky – hranice neexistujú a navyše zdieľame súkromie. Som z toho všetkého nesmierne unavená.“

KP 24 hovorí: „Myslím, že nemáme víziu. Že sa už roky len tak vezieme na tej značke.“

KP 05 hovorí „Môžem byť strašne veľa so svojimi deťmi – a to v tejto chvíli potrebujem. Takže to je moja kompenzácia únavy.“

*KP „Vieš, hovorím si, že nemám žiadne cvikačky – že som veľa v teréne, že mám veľa voľného času, nemáme to pevne určené. Keď to treba urobiť, tak sa to urobí. Ale hej, keď to zrátam, tak v konečnom dôsledku to je viac hodín, ako keby som pracovala 8.“*

Finančná neistota a únava sú jednými z určujúcich problémov ľudí, ktorí chránia práva iných – organizácie fungujú bez dlhodobej strategickej podpory štátu, síce diverzifikujú svoje zdroje, ale len málo z nich (najmä ak sa zameriame na menšie sídla) dokáže reálne pokryť svoju činnosť. Často niektoré činnosti vykonávajú akoby „*pomimo*“, iných projektových činností. Jedna z komunikačných partneriek to vyjadrila nasledovne, KP 06 hovorí: *„Mala by som študovať, vzdelávať sa, tvoriť materiály – to všetko chce čas. Ale my sme v posledných piatich rokoch dostali projekty s takými podmienkami, že sa sami čudujeme, že sme to zvládli. Plníme plány počtov... a na to, čo je podstatné, na to nám neostáva čas.“*

Neexistencia priaznivého ekosystému finančnej podpory je základným predpokladom pre zdravé fungovanie organizácii a pri prirodzený rozvoj. Tam, kde organizácie vytvorili priestor pre sociálne služby cieľovej skupine sa tímy stabilizovali - práve využitím pravidelných dotačných schém, ktoré sú naviazané nielen na ústredné orgány štátnej správy, ale aj na vyššie územné celky či mestá a obce. Dokážu fungovať predvídateľnejšie, budovať základňu zamestnancov a zamestnankýň v trvalých pracovných pomeroch, ktorí generovanie ľudskoprávnych tém prirodzene zlučujú s inými činnosťami v pracovnom čase. Inak je to v tímoch, ktoré nedokážu poskytnúť svojim spolupracovníkom a spolupracovníčkam kontinuálne zázemie - vtedy tímy pracujú ad hoc, často len reaktívne.



## Ako vás vidia vaši blízki?

Pozreli sme sa na to, ako ochrancovia a ochrankyne ľudských práv prežívajú aj svoje blízke vzťahy. Najdôležitejším signálom pre stanovenie kvality vzťahov bolo kódovanie spolupráce (hovorí KP 32, cit.: *"Nemohla by som to robiť, keby som sa nemohla spoľahnúť na svojich chalanov - mojich troch synov a môjho muža. Tí sú neuveriteľnou oporou a zrkadlom."*), O blízkych vzťahoch komunikační partneri a partnerky hovorili ako o podporných, prajúcich, dôležitých. Len málokedy sa vyskytli vo výpovediach odkazy na blokovanie, či neporozumenie. Skôr iné fenomény - strach (najmä pri témach ochrany práv utečencov a utečenkýň, (KP 42 hovorí cit.: *"Mama má o mňa strach, neskutočný. Dokonca si dohodla stretnutie u nás... ale myslím, že chápe, prečo to robím."*), zasahovanie práce do rodinného života (KP 21 hovorí, cit.: *"Manžel je lekár a rozumie tomu, že keď mne zazvoní telefón, tak sa jednoducho oblečiem a idem - vôbec o tom nediskutujeme. Ale viem, že kolegyne, ktoré majú mužov, čo robia 8 - 16 toto ťažko zvládajú."*)

Komunikačné partnerky a partneri vo svojich výpovediach akcentovali najmä blízkosť a porozumenie (KP 15 hovorí: *"My sme sa aj stretli v treťom sektore a tú tému sme nikdy nepustili."*), ale v nezanedbateľnej miere aj finančnú podporu (KP 16 hovorí: *"Ona ťahá domácnosť - ja... bez môjho príspevku by sme prežili, keby to malo byť postavené len na ňom, tak nemáme ani byt."*). Tým, že téma ľudských práv (resp. súvisiace témy) sú u väčšiny komunikačných partneriek a partnerov nosnými aj v bežnej komunikácii, pracovní partneri sa stávajú aj súčasťou voľného času, hovorí KP 41: *"Keď sa teraz, ako s tebou hovorím pozerám späť, ja vlastne nemám iných priateľov, ako v tejto oblasti. Zaplnilo to celý môj priestor."*

Podarilo sa nám z výpovedí kódovať niekoľko základných problémov, ktorým čelia ochrancovia a ochrankyne ľudských práv vo svojom súkromí

nasledovne:

- téma ľudských práv je nosnou aj v súkromí
- pomoc konkrétnym ľuďom je predsunutá pred rytmus rodiny / partnerstva, často zasahuje do plánovaného programu
- únava sa prenáša do rodín, vyvoláva nespokojnosť, žiarlivosť
- konflikt v hodnotovej sfére sa kumuluje

Téma istoty, blízkosti a porozumenia v tých najbližších vzťahoch je tým najintenzívnejším bodom v živote ochrancov a ochrankýň ľudských práv – aspoň tak ju na škále definovali v našom výskume. Blízki ľudia, ich podpora (aj keď nie vždy porozumenie, ako hovorí KP 44, cit.: *„Je dôležité vedieť sa nejako zachovať aj keď tí najbližší nerozumejú tak úplne prečo to robíš – respektíve rozumejú čo robíš, ale nie tej intenzite.“*) sa stali ústrednou témou.

Dôležitou otázkou sa stalo prerastanie do súkromného života, ako hovorí KP 29, cit.: *„Ja súbežne riešim na supervízii seba nie vo výkone, ako to napríklad rieši moja sestra, ktorá robí v korporácii, ale hlbokom ponore do prenosov, protiprenosov, vzorcov, ktoré som si priniesla z rodiny. Potom sa deje to, že vlastne všetko viem, všetkému rozumiem a ten intímny priestor s mužom... tam sa mi vlastne nechce toto opäť otvárať. Čo samozrejme neprispieva, prerastá to vzťahom.“*

### III. 5

#### Cítite sa v bezpečí?

Jednou z kľúčových životných tém ochrancov a ochrankýň ľudských práv je precitovanie bezpečia – ako kľúčového bodu v živote, čo sa odrážalo vo výskumných rozhovoroch. Zatiaľ čo komunikační partneri a partnerky mali v zásade len anekdotické skúsenosti skúsenosti s priamym stretom s násilím, či jeho náznakmi – aj tieto sa stali ohrozujúcimi a zasahovali do ďalších oblastí prežívania (hovorí KP 51, cit.: *„Tak teraz je to všetkým jasné, čo sa vlastne deje a boja sa o mňa ešte viac. Súvisí to s politikou, naozaj súvisí. Ako hrubne ten jazyk, tak dostávam viac a viac nálepiek, slniečkár, blázon... poznáš to. Aj od veľmi veľmi blízkych ľudí.“* Alebo KP 44, cit.: *„Veľmi nás zasahuje pocit, že môžeme byť znova bez príjmu, v kolotoči kontrol. Nevieme to dať dokopy.“*).

Vo výpovediach sa objavilo viacero skúseností, kedy ich bezpečie či pocit bezpečia bol narušený. Téma sa týkala rovnako osobných priestorov aj online priestorov. Najčastejšie o pocite bezpečia hovorili vo väzbe na administratívne authority (KP 23, cit.: *„Veľmi veľmi sa ma to dotýka, keď politici hovoria o nás vulgárne, ako že niečo ovládame... my, hej? Lenže vieš, takto sa rodia tie nebezpečné veci v spoločnosti. Ja mám zahraničnú skúsenosť, viem ako sú spojené slová a činy a moja agenda je bezpečná len zdanlivo. Veď čo, deti! Pokiaľ nepichneme do rozhodovacích procesov, pokiaľ neukazujeme na ich netransparentnosť. Keby som to robila ako X, pekne by som organizovala koncerty a zbierky pre deti – oblečenie, jedlo a tak, nie kričala, že nemajú práva, bála by som sa menej.“*

Vo výskumných rozhovoroch sa objavovali aj úvahy o tom, ako sa dá chrániť potenciálnym násilím – tá téma bola veľmi silná. Komunikační partneri a partnerky ju reflektovali skôr skepticky. Je možné, že to spôsobila práve ich skúsenosť s limitmi ochrany, ktoré zažili so svojou cieľovou skupinou. Určite sa medzi nimi masívne objavovala otázka prístupu k spravodlivosti – napr. nedostatočná právna ochrana (hovorí KP 20, cit.: *„Ako vieš, ja viem, čo mám robiť – bojujem za iných. Ale vo svojom súkromnom živote si nie som istá. Keď sa mi dialo to vyhrážanie, tak som išla na políciu a s plačom som išla späť.“* Silne sa

objavuje nedôvera k polícii (najviac u komunikačných partnerov a partneriek, ktoré chránia práva LGBTI+ ľudí, cit.: *„Ako chceš mi povedať, že tí, čo nevyšetrili jeden útok u nás v Y a že ich bolo sa teraz budú zaoberať tým, že mi niekto píše a želá smrť a hovorí ako to zabezpečí. Vieš, čo mi povedali? Že to sú také reči. Že do toho nemám pichať, lebo ich len vydráždim. No, toto ma dostáva do ešte väčšej vývrtky.“*).

Časť komunikačných partnerov a partneriek zdôrazňovala potrebu byť chránení pred násilím či obťažovaním a zároveň absenciu aktívnych stratégií ochrany. Jedna z komunikačných partneriek KP 22 na otázku, týkajúcu sa bezpečia odpovedala nasledovne: *„Už ani neviem, kedy som sa cítila bezpečne. Toto, ako to prežívam, to vytesnenie nebezpečenstva nie je riešenie..“* Pritom viacerí v rozhovoroch akcentovali zvyšujúcu sa hrozbu násilím, zosurovenie rétoriky politických predstaviteľov voči mimovládny organizáciám ako sektoru, viac voči tým, ktorí sa prekrývajú s tvorbou zákonov (právam LGBTI+ ľudí, či právam menších). Práve takáto rétorika môže podľa viacerých v budúcnosti viesť k násiliu aj voči ich blízkym (napr. členom a členkám rodiny), ich mimovládny organizáciám a kolegom či kolegyniam alebo voči ich klientom a klientkam, resp. cieľovým skupinám. Hovorí KP 29, cit.: *„Zhoršuje sa to. Ale čím viac kričím a upozorňujem na to... je to horšie. Efekt snehovej gule.“*

Samostatnou témou rozhovorov sa preto stala obava nielen o vlastné bezpečie, ale aj o bezpečie organizácie (kolegov a kolegýň). Veľké obavy mali tí a tie, ktorí zároveň prevádzkovali aktivity pre klientov. Samostatnou otázkou stratégií bola potreba chrániť svoje deti – limitovať ich viditeľnosť a prístup cudzích ľudí k nim, hovorí KP 9, cit: *„Až potom mi došlo, čo to vlastne robím, že vláčim tie decká na stretká a že to ide aj proti nim. Ved' sú to deti! Nemôžem ich vystavovať nebezpečenstvu. Úplne sa zotrela čiara medzi vlastným a cudzím.“*

#### IV.

## Na záver...

Rozprávali sme sa s tridsiatimi siedmymi obhajkyňami a obhajcami ľudských práv – tými, pre ktorých sa táto téma stala súčasťou profesie. Chceli sme vedieť jednoducho: „Ako sa vám žije?“ A zisťovali sme, aký má dopad na ich každodenné prežívanie, na ich psychiku a blízke vzťahy.

Chceli sme vedieť, aké majú možnosti a nástroje na to, aby sa udržali „fit“, zvládali nápor tém a ich intenzitu.

Tá situácia na Slovensku jednoducho nie je dobrá.

Zrkadlí stav spoločnosti a najmä formálnych autorít, pre ktoré sú ľudia z občianskeho sektora ako tak akceptovaní, najmä ak ich pôsobenie zároveň kryje sociálne služby – teda dopĺňajú alebo dokonca nahrádzajú činnosť štátu, už menej však, ak je obhajoba ľudských práv ústrednou témou a viaže sa na konkrétne case.

Mapovali sme teda ich život vo finančnej neistote, slabých benefitoch, v konfliktoch s administratívnymi autoritami a v sile či slabosti pomáhajúceho okolia, dôverných ľudí.

Neistota a s ňou spojené problémy v prežívaní sa však neviazala len na finančnú neistotu: komunikační partneri a partnerky popisovali naopak ako oveľa zaťažujúcejšiu negatívny postoj autorít k ich práci.

Chceli sme vedieť, či riešia „iné“ problémy, než ľudia v iných profesiách.

To sa čiastočne podarilo identifikovať.

Kľúčovým slovom sa stal „konflikt“. Mnohí ho spomínali v súvislosti s presadzovaním chýbajúcej legislatívy (cit. „Som v neustálom konflikte.“), ale aj v postojových otázkach v blázkom a dôvernom okolí, cit. „Hovorila mi, prečo stále

vyhladávaš konflikt?“). Konflikt sa netýka len spôsobu práce, používaných metód, zasahuje samotnú podstatu témy, jej obsah.

Podobne ako vo výskume Kataríny Medelovej a Radky Vicenovej z Slovenského národného strediska pre ľudské práva s názvom *„Ja samu seba vnímam ako obyčajného človeka“* Obhajcovia a obhajkyne ľudských práv na Slovensku (2023) veľká časť komunikačných partneriek a partnerov používala vo vzťahu k sebe pojem bez výlučnosti, cit.: *„Necítim sa nejako lepšia... len to robím slobodnejšie.“* Alebo, cit.: *„Som úplne obyčajná žena v neobyčajnej práci.“*

Svoje pôsobenie v ľudskoprávných organizáciách viazali na potreby iných ľudí, ktoré vo výlučnej väčšine predsúvali pred ich vlastné – pred ich wellbeingom podľa popisu stávala aktuálna situácia, neodkladné úkony, či len jednoducho pocit, že niekto iný je na tom horšie, cit.: *„Zrazu som si všimla, že tí, čo sa o seba a svoje súkromie starajú viac, vôbec nie sú našimi klientami považovaní za horších – a tak som sa začala učiť stanovovať hranice.“*

Potreba zmeniť systém predsudkov v spoločnosti aj za cenu vlastného nepohodlia silne akcentovala v celej vzorke komunikačných partnerov a partneriek. Dôležitým zistením bolo, že empatizácia s cieľovou skupinou nerozlišovala či títo pracovali ako sebaobhajcovia (napr. v prípade obhajoby práv ľudí so zdravotným znevýhodnením alebo LGBTQI+ ľudí) alebo chránili práva iných ľudí s minimálnou väzbou na svoj vlastný osud (to sa vyskytovalo výlučne v skupine ochrankýň práv žien, špeciálne pred partnerským násilím).

Samotnú situáciu na Slovensku vnímali (s výnimkou obhajcov a obhajkýň práv ľudí so zdravotným znevýhodnením) ako vysoko frustrujúcu a to najmä vo väzbe na zvyšujúcu sa tenziu v spoločnosti, ktorú popisujú napr. ako nenávistné komentáre na sociálnych sieťach svojich organizácii so znakmi dehumanizácie, útoky, obmedzenie prístupu k participatívnej tvorbe zákonov a pod.

Na záver je dôležité uviesť, že vo výskume sme pracovali najmä s negatívnymi prejavmi a ich dopadmi. Malo to zásadný dôvod: na jeho pôdoryse sme postavili dnes už fungujúcu poradňu #také krehké, špecializovanú práve na pomoc pri stavoch úzkosti, strachu a pod.

Dnes poradňa funguje a poskytuje psychologické, právne a sociálne poradenstvo.

**Spolufinancované Európskou úniou v rámci projektu č.101091634 – Impact Acceleration of Slovak CSOs. Vyjadrené názory a stanoviská sú názormi a stanoviskami autora/-ov a nemusia nevyhnutne odrážať názory Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry prevzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani Európska výkonná agentúra pre vzdelávanie a kultúru za ne nezodpovedá.**



**Spolufinancovaný  
Európskou úniou**



 **impact lab**