

Co możesz zrobić, aby zapobiec napaści seksualnej?

Każdy z nas może zapobiegać napaściom seksualnym. Gdy widzisz kogoś w sytuacji zagrożenia, możesz interweniować na wiele sposobów. Prezentowane tutaj podejście do zapobiegania napaści seksualnej jest nazywane „interwencją osoby postronnej”.

W jaki sposób mogę zapobiec napaści seksualnej?

Aby zapewnić swoim znajomym bezpieczeństwo, musisz przede wszystkim nauczyć się interweniować w sposób adekwatny do sytuacji i na miarę swoich możliwości. Dzięki temu nabierzesz pewności siebie, aby podjąć działanie, kiedy dzieje się coś złego. Twoja interwencja może kogoś uratować, ale nigdy nie należy przy tym narażać siebie na niebezpieczeństwo.

Odwróć uwagę

Zrób, co możesz, aby przerwać sytuację. Odwrócenie uwagi może dać potencjalnej ofierze szansę na znalezienie bezpiecznego miejsca.

- Utnij rozmowę, kierując ją na inny tor, np. „Chodźmy coś zjeść, jestem głodny(-a)” albo „Ta impreza jest beznadziejna. Chodźmy gdzie indziej”.
- Zaoferuj jedzenie lub napoje wszystkim osobom na imprezie, łącznie z osobami, o które się martwisz.
- Zainicjuj wciągające zajęcie, np. grę, debatę, tańce.

Zadaj bezpośrednie pytanie

Porozmawiaj z osobą, której może coś zagrażać.

- Zadaj pytania typu: „Z kim przyszłaś/przyszedeś?” albo „Czy chcesz, żebym z tobą został(a)?”.

Zwróć się o pomoc do osoby z autorytetem

Czasem najbezpieczniej jest zwrócić się o pomoc do neutralnej osoby z autorytetem, na przykład ochroniarza w klubie albo akademiku.

- Porozmawiaj z ochroniarzem, barmanem albo innym pracownikiem lokalu o swoich spostrzeżeniach. W ich interesie leży zapewnienie bezpieczeństwa gościom, dlatego zwykle reagują oni na takie zgłoszenie.
- Nie wahaj się zadzwonić pod numer alarmowy, jeśli martwisz się o czyjeś bezpieczeństwo.

Poproś o pomoc innych

Czasami niełatwo jest interweniować w pojedynkę. Poszukaj wsparcia drugiej osoby.

- Poproś kogoś, by razem z Tobą podszedł do osoby, której coś grozi. Kiedy trzeba wyrazić zaniepokojenie, im więcej osób to zrobi, tym lepiej.
- Poproś kogoś innego, aby zainterweniował w Twoim imieniu. Na przykład możesz poprosić kogoś, kto zna osobę, której coś grozi, o zaprowadzenie jej do łazienki.
- Poproś o pomoc znajomego osoby, o którą się martwisz. „Twoja koleżanka chyba za dużo wypła. Możesz sprawdzić, czy wszystko z nią w porządku?”.

Twoja reakcja ma znaczenie

Niezależnie od tego, czy uda Ci się wpłynąć na rozwój sytuacji, interweniując, pomagasz zmienić podejście innych ludzi do ich roli w zapobieganiu napaściom seksualnym. Jeśli podejrzewasz, że znajoma osoba padła ofiarą napaści seksualnej, możesz podjąć pewne kroki, aby ją wesprzeć i okazać jej swoją troskę.