

Obeť násilia nemá zostať sama: Potrebujeme aktívny štát, odbornú pomoc a všímavé komunity

29.6.2026 - | Fórum života

Tragédia, ktorá sa nemá skončiť iba otázkou, kto zlyhal.

Vražda učiteľky Zuzany z Gelnice znovu otvorila bolestivú otázku, **ako dokáže spoločnosť chrániť obeť násilia**. Po tragédii sa prirodzene pýtame, kde zlyhal systém, kto mal konať skôr a čo sa ešte dalo urobiť. Tieto otázky sú potrebné, no nemali by zaznievať iba po smrti človeka. Ak sa o ochrane obetí násilia rozprávame až po tragédii, prichádzame neskoro.

Obeť nemá byť koordinátorkou vlastnej záchrany

Základný problém spočíva v tom, že od obete sa často očakáva, že sama rozpozna riziko, správne vyhodnotí situáciu, nájde pomoc a opakovane vysvetľuje svoju skúsenosť rôznym inštitúciám. **Človek v kríze však väčšinou nemá kapacitu byť koordinátorom vlastnej ochrany**. Strach, vyčerpanie a dlhodobé násilie spôsobujú, že schopnosť konať sa výrazne oslabuje.

Ak má byť ochrana obetí násilia skutočne účinná, štát a jeho inštitúcie musia prejsť od pasívneho čakania na podnet k aktívnemu vyhodnocovaniu rizík a včasnému konaniu. Polícia, súdy, sociálne služby, zdravotníctvo, školy a samosprávy musia medzi sebou komunikovať a vedieť si vymieňať dôležité informácie tak, aby bolo možné zachytiť varovné signály ešte pred eskaláciou násilia. Tam, kde sa objavuje opakované násilie, vyhrážky, strach alebo predchádzajúce incidenty, nemôže systém čakať na ďalší krok obete. Musí vedieť konať preventívne a ponúknuť ochranu včas.

Ochrana pritom nemá byť len formálna. Mala by zahŕňať reálne bezpečnostné plánovanie, včasné informovanie obete o jej možnostiach, účinné ochranné opatrenia voči páchateľovi a jasnú koordináciu medzi všetkými zapojenými inštitúciami. **Obeť nesmie zostať sama** medzi rôznymi úradmi, právnymi postupmi a čakacími lehotami, ktoré jej situáciu ešte viac komplikujú.

Všímavosť okolia môže byť prvým krokom k záchrane

Ochrana obetí však nemôže byť iba vecou štátu, polície a súdov. Veľmi dôležitá je aj všímavosť okolia. Obeť násilia sa často najprv neobráti na políciu ani na súd. Niekedy sa zdôverí kolegyni, susedovi, lekárovi, učiteľke, kňazovi, pracovníčke obce, kamarátke alebo niekomu z komunity. Ich reakcia môže rozhodnúť o tom, či človek zostane izolovaný, alebo sa mu otvorí cesta k pomoci. Práve tento prvý kontakt môže byť rozhodujúci.

Nie je potrebné mať riešenie na celú situáciu. Dôležité je vedieť počúvať, nezlahčovať a neobviňovať. Niekedy práve jednoduché prijatie a veta „verím ti, poďme spolu nájsť pomoc“ môže byť prvým krokom k záchrane.

Sieť pomoci ako most medzi človekom v kríze a odborníkmi

Aj preto Fórum života dlhodobo rozvíja koncept **Siete pomoci**, ktorý má zabezpečiť, aby sa človek v kríze nestratil v systéme. Jeho cieľom je prepojiť odborné organizácie, sociálne a krízové služby,

školy, obce, cirkevné a komunitné aktivity aj ľudí prvého kontaktu tak, aby sa pomoc nestala neprehľadným labyrintom, ale dostupnou a zrozumiteľnou cestou. Sieť pomoci nie je náhradou odborníkov, ale mostom, ktorý k nim človeka v ťažkej situácii bezpečne dovedie.

Obet násilia nepotrebuje iba zoznam inštitúcií. Potrebuje človeka, ktorý ju vezme vážne a pomôže jej nájsť bezpečnú cestu ďalej. Práve na tejto úrovni má veľký význam aj práca organizácií, ktoré sú dlhodobo prítomné v teréne a pracujú s reálnymi príbehmi ľudí v kríze.

Áno pre život: viac ako 25 rokov konkrétnej pomoci

Príkladom je organizácia Áno pre život, n.o., ktorá už viac ako 25 rokov prakticky pomáha ženám v núdzi, matkám s deťmi, rodinám v kríze a obetiam násilia. Ich práca stojí na každodennom kontakte s konkrétnymi ľuďmi, ktorí potrebujú bezpečie, sprevádzanie a odborné poradenstvo. Skúsenosť ich tímu ukazuje, že účinná pomoc musí byť nielen odborná, ale aj stabilná a dostupná, inak stráca svoju reálnu hodnotu.

Pomoc často stojí na projektoch, nie na stabilnom systéme

Na Slovensku však zostáva problémom, že pomoc obetiam násilia je často viazaná na krátkodobé projekty a dočasné financovanie. Služby vznikajú a fungujú podľa toho, či je práve dostupná podpora z grantov alebo eurofondov. Keď projekt skončí, dostupnosť pomoci sa oslabí. Takto však verejná služba, ktorá má chrániť životy a bezpečie, fungovať nemôže.

Ochrana obetí násilia musí byť stabilnou súčasťou verejného systému, nie dočasným riešením závislým od náhody financovania. Štát má mať jasnú zodpovednosť za to, aby odborná pomoc nebola náhodná, dočasná a regionálne nerovnomerná. Zároveň má vedieť spolupracovať s mimovládnyimi organizáciami, ktoré majú dôveru ľudí a dlhoročnú skúsenosť z terénu. Namiesto spochybňovania ich práce potrebujeme ich stabilné zapojenie do systému ochrany.

Aj verejná diskusia, vrátane iniciatívy „Už ani jedna!“, ktorá je stále otvorená pre podporu verejnosti, poukazuje na systémové zlyhania ochrany obetí a potrebu konkrétnych preventívnych opatrení.

Čo sa môžeme naučiť od Rakúska

Inšpiráciou môže byť Rakúsko, ktoré už dlhé roky stavia ochranu obetí domáceho násilia na jednoduchom princípe: násilník odchádza, obeť zostáva v bezpečí. Ak polícia vyhodnotí riziko, môže ohrozujúcu osobu vykázať z obydlija a zakázať jej návrat alebo priblíženie. Obeť tak nemusí v kríze utekať z vlastného domova a hľadať si bezpečie sama.

Dôležité však nie je iba samotné vykázanie. Rakúsky model ukazuje, že ochrana obete musí byť prepojená s odbornou pomocou. V jednotlivých spolkových krajinách fungujú centrá ochrany pred násilím, ktoré ohrozeným osobám poskytujú poradenstvo, sprevádzanie a podporu pri ďalších krokoch. Práve toto prepojenie rýchleho zásahu polície, právnej ochrany a odbornej pomoci je veľmi dôležité.

Potrebuje aktívny štát, odborné služby a všímavé komunity

Ak chceme, aby sa situácia skutočne zmenila, potrebujeme, aby sa stretli tri roviny. Potrebujeme aktívny štát, ktorý vie včas identifikovať riziko a konať ešte pred eskaláciou násilia. Potrebujeme odborné a stabilné služby, ktoré budú dostupné bez ohľadu na región či projektové cykly. A zároveň potrebujeme všímavé komunity, ktoré nebudú mlčať, zľahčovať ani prehliadať signály, ale pomôžu človeku dostať sa k odbornej pomoci.

Ani jedna z týchto rovín nestačí sama. Ochrana obetí násilia vzniká len tam, kde sa stretne funkčný štát, odborná pomoc a ľudia, ktorí sa neodvracajú. Bez tejto kombinácie zostane pomoc vždy oneskorená.

Kde hľadať pomoc

Ak zažívate násilie, necítite sa doma bezpečne alebo poznáte niekoho, kto potrebuje pomoc, obráťte sa na odborníkov.

Áno pre život, n.o. – kontakty pomoci

- Vedenie Áno pre život: 0903 534 894, 0909 250 498, apz.vedenie@anoprezivot.sk
- Bezplatná Linka pomoci: **0800 12 00 24**
- pracovné dni 8:00 – 16:00
- Psychologické poradenstvo: psycholog@anoprezivot.sk
- Ambulantné špecializované sociálne poradenstvo: 0911 756 029, poradna@anoprezivot.sk
- Terénna sociálna práca krízovej intervencie: 0910 852 105, teren@anoprezivot.sk
- Právne poradenstvo: 0909 266 211 pravnik@anoprezivot.sk

Viac informácií: www.anoprezivot.sk

V bezprostrednom ohrození života volajte políciu na čísle **158** alebo tiesňovú linku **112**.

<https://forumzivota.sk/obed-nasilia-nema-zostat-sama-potrebujeme-aktivny-stat-odbornu-pomoc-a-vsi-mave-komunity>