

Noční život

Zeptali jsme se čtyř zkušených, jak na diskotékách vzniká násilí, a poradíme Vám, jak se před ním můžete chránit.

Důvodů k násilí se vždy najde dost, může to být hádka o parkovací místo, nebo o to, jak elegantní byl Váš předjížděcí manévr. Ale fakt je jeden – šance dostat se do rvačky pro každého muže roste s tím, jak zapadá slunce. Většina problémů přichází v noci, ať už si vezmete příklady z médií nebo jen vyprávění známých. Řečeno zkrátka a prostě, návštěva velké diskotéky je mnohem nebezpečnější než odpolední procházka po městě. Existují souvislosti, které byste měli vědět, protože pouze ten, kdo zná motivaci agresorů, se před nimi může chránit. A v ideálním případě tak, že sám nemusí sáhnout k síle.

Proč padají rány

Ať už je útok plánovaný nebo spontánní, v jeho pozadí se většinou skrývá to samé. Jde o to, aby agresor ukázal svou sílu před kamarády, své postavení ve skupině nebo aby si jen dokázal svoji sílu. Může si svoji oběť cíleně vybírat, nebo jednat impulsivně. Možná se i cítí provokován, když se na něj pár sekund díváte. Nebo na jeho holku. Kombinace alkoholu a žárlivosti může během několika sekund explodovat.

A bývá v tom alkohol

Nejen kvůli kamarádům se chodí do společnosti, chodí se tam i kvůli pití. A alkohol je spouští k problémům pro agresora ale i pro oběť. Útočník ztrácí zábrany, nechá se rychle unést a nemyslí na důsledky svého jednání. Nicméně i oběť je často pod vlivem alkoholu a tím snižuje své šance, že se z nebez-

pečné situace dostane. Může to být kvůli hrdosti, nebo prostě jen pro to, že svým opileckým jednáním situaci jen vyostřuje. Sami jistě víte, do jaké kategorie se můžete zařadit.

Bývá to většinou stejné

“Na co čumíš, pitomče?” Každý, kdo už slyšel podobnou větu, se ocitl na poli rituálního boje. A je jedno jestli jste o rituálním boji slyšeli jen z knih profesora Kernspechta a nebo v něm byli na živo, přímo na místě. To už je jen o Vás. Během tréninku se naučíte, co po takové větě většinou následuje.

Agresor přichází blíž, strčí do Vás a pak už přijde rána. Ale z druhé strany, přece víte, co udělá – přijde, strčí do Vás a dá Vám ránu. A když to víte, tak ho přece můžete porazit. A tak BlitzDefence funguje.

Přemýšleli jste někdy o tom, jak dlouho to celé trvá od chvíle, kdy si někdo myslí, že ho provokujete? Třicet sekund? Dvacet? Pravda je podstatně kratší a může být i bolestivější. Je tu vysoká šance, že do deseti sekund budete ležet na zemi. Samozřejmě, neexistuje žádný universální zákon, který říká, jak dlouho se někomu cizímu můžete dívat do očí. Ale zkuste si někdy ve výťahu někomu koukat přímo do očí jen pět vteřin, už během toho by Vám to mělo být nepříjemné. A pokud ne, pak už víte, proč se často dostáváte do problémů. Ale nejen délka pohledu je rozhodující, i směr pohledu a postoj těla rozhodnou, jak celá situace bude vnímána. Pojdme si říct několik tipů, jak se zachovat správně. Jste na diskotéce. Jakmile si uvědomíte, že se na

Vás někdo zaměřuje, nedejte na sobě nic znát. Obzvlášť, pokud je dostatečně daleko, dělejte, jako byste si ho ani nevšimli. Možná tím totiž vůbec nic nemyslel. Po několika vteřinách se ověřte, jestli se pořád nebo znovu dívá na Vás. Pokud je tomu tak, měli byste mu odpovědět pohledem. Ale je krátce, nejvyš dvě vteřiny. Pak se podívejte do strany, nikdy ne dolů – to je symbol slabosti.

A pak přichází Váš výstup. Vypnout hrudník, udělat se velkým, hlavu nahoru, nasadit pokrovou tvaň.

Zní to sice velmi hloupě, ale rituální boj, při kterém se dva muži chovají jako velké opice, není žádný test IQ. A musíte si při tom uvědomit, že agresor nehledá protivníka, ale jen a jen oběť. Pokud jste vypadal sebevědomě, jsou Vaše šance vysoké, že si najde někoho jiného, komu bude dělat problémy.

Proto je také důležité, aby na Vás bylo vidět sebevědomí. Pokud si všimne, že to jen hrajete, asi ho to neodradí. Možná Vás někdy zajímalo, proč se někteří lidé nikdy do takových problémů nedostanou.

Je to v tom, jak moc důvěryhodně působí. Zprv z nich vyzařuje sebevědomí a za druhé mají díky tréninku a zkušenostem jakýsi vrozený radar, který je chrání. Už od začátku vědí, jak moc nebezpečná situace bude a volí odpovídající odpověď. A pokud to ještě neumíte, měl byste dále trénovat sebeobranu, protože s jistotou ve Vašich technikách roste i jistota ve Vašem projevu. Čím tvrdší je Váš úder, tím méně často ho budete potřebovat.

Pokud jste splnil svoje domácí úkoly, cvičili a umíte působit sebevědomě, můžeme v našem scénáři pokročit dál takhle: Opětoval jste pohled, chvíli postál a pak obešel

diskotéku dokola. Teď je to Vaše diskotéka, kde se můžete v klidu bavit. Anebo se v klidu posadit. Jakkoli budete chtít, a bez ztráty tváře. Tak jako při pokeru.

Rituální boj: Tohle Vám hrozí



1. Krok: Oční kontakt
Prohlíží si Vás.



2. Krok: Komunikace
Mluví na Vás a zkracuje vzdálenost



3. Krok: Kontakt
Zastrašuje Vás



4. Krok: K.O.
Zničeno nic přichází dřívá rána



5. Krok: Kopání
A svou oběť dokope

Zkušení vyprávějí o svých zážitcích všedního dne

Norbert Schmitz (53)



Majitel restaurace, Mnichov

Když už se před dveřmi vytvoří fronta, nevěnuji primárně se tomu, co se děje za dveřmi, ale před nimi. Samozřejmě je těžké poznat na někom, kdo se právě postavil do fronty, jestli je agresivní nebo bude za chvíli působit

problémy. Nicméně platí, že čím větší je skupina, která přišla, tím menší nebezpečí před Vámi stojí, protože ve velké skupině je většinou také někdo se zdravým rozumem, kdo bude problémy svých kamarádů rovnou uklidňovat. Pokud ale přichází zhruba tříčlenná skupinka, je to jiné. Tam je to často tak, že musíte toho nejsilnějšího, nebo v nejhorším případě všechny tři vyhodit.

Dělám tuhle práci již od 35 let a do přímého konfliktu jsem se dostal dvakrát. S bojovými uměními nemám co dočinění. Nejvíc pomáhá s lidmi prostě mluvit a uklidňovat tak situaci. Člověk by vůbec neměl reagovat na slovní urážky. Jedním uchem dovnitř a druhým ven. Všiml jsem si, že často jsou to členové ochranky, kdo působí problémy. Obzvláště pokud nejsou jen ochrankou ale i vyhazovači. Ti jsou totiž něčím zcela jiným, možná kvůli jejich výcviku nebo vzdělání. Často mám pocit, že jsou to právě oni, kdo provokují agresivní chování, a to i ve chvílích, kdy se jinak nic neděje. Už nejsem nejmladší a tak to můžu ze zkušenosti říct, že se chování lidí během let nezměnilo. Děti jsou stejné jako jejich rodiče. Ti nejhorší jsou okolo osmnácti, jsou hrubí a mluví nesmysly. Ale i skupina mezi 30 a 35-ti lety často dělá potíže. Už mají dostudováno, slušně vydělavají a těžko se pak vyrovnají s tím, že je nechcete pustit dovnitř.

Rene Bluschke (39)



Člen ochranky na Oktoberfestu

I když Oktoberfest je v mnoha ohledech specifická situace, panují tam stejné zvyklosti jako na kterémkoli jiném festivalu kdekoli jinde. Na to-

kových festivalech jsou jen dva typy agresivních lidí. Ta první je jasná – opilci. Ty lehce poznáte už z dálky. V závislosti na promile v krvi jsou buď smířliví, nebo pěkně agresivní. Racionální argumentace většinou nefunguje. Já vždy zůstávám přátelský a zdvořilý, ale zároveň jim dávám najevo, že není ani nejmenší šance, aby se dostali do pivního stanu. U nás může do stanu každý, kdo se umí chovat. Nikdy nereaguji na provokace, bez ohledu na to, co se mi přitom honí hlavou. Jsem v klidu, jednám s nimi s rozumem. Nejvíce pomáhá nechat naštvanou agresi, aby se minula účinkem. Rysem takových lidí, a na to si vždy dávám pozor, jsou jejich oči. Čím více toho vypili, tím více je to očích

vidět, případně to odráží i jiné věci, které měli. Jsme velmi opatrní a občas i stojíme troch stranou, aby se agresivita nepřenesla i na ostatní, kteří stojí okolo. Druhou skupinou jsou lidé, kteří si myslí, že si mohou dovolit všechno. Všechno ve stylu „já jsem tady ten, kdo má peníze, tak si budu dělat, co budu chtít“. Tady, podle mé zkušenosti, jsou velké rozdíly podle národnosti. Většinou jde o to, že cestují celé dny, aby se dostali do pivních stanů. A když to nejde, začnou šílet. A nejsou to jen cizinci, i Němci se stávají velmi agresivními, když jim po šestihodinové cestě vlakem řeknete, že je plno. Dělám tuhle práci již od roku 2006 a musím říct, že to je rok od roku horší. Náchylnost k násilí je v kombinaci s alkoholem vyšší a vyšší. Jen během prvního týdne letošního Oktoberfestu jsme měli více problémů, než za celý minulý. Často používají ihned pěsti, hodně jich hází lahve a püllitry, nebo se chovají k ženám velmi nezdvořile. Takoví lidé skončí brzy venku před festivalem.

BlitzDefence: Tohle hrozí útočníkům

**1. Krok: Oční kontakt**

Buďte ve střehu. Ruce nahoře, dokud se nepřiblíží

**2. Krok: Komunikace**

Nenechte se rozhodit. Je-li to nutné, udělejte krok dozadu, aby bylo všem jasné, že Vy konflikt nechcete.

**3. Krok: Kontakt**

Uhýbáte úderu a vracíte mu jej plnou silou

**4. Krok: K.O.**

Pokud byla rána provedena správně plnou vahou těla, jsou velké šance, že boj skončil. Pokud, přichází další rány.

5. Krok:

Rychlý odchod z místa, případně přivolání pomoci.

Viktor Hacker (47)**Vyhazovač, Hamburk**

Na dveřích musím vždy být schopný vidět dopředu, kdo je agresivní nebo kdo bude dělat problémy. Je totiž mnohem snazší někoho zastavit před vstupem, než ho potom vyvádět ven. Pochybné lidi poznávám podle jejich oblečení a podle držení těla.

Lidé jsou buď nervózní, protože se chtějí za každou cenu dostat do klubu, nebo proto, že hledají konflikt. Ale jsou takoví, obzvláště zkušení rváči, kteří na sobě nedají nic znát. A pak jsou to samozřejmě opilci a ti, kteří v sobě mají bůhvíco. To poznáte z obličejů, tam je všechno, mimika a ovšem i oči, které rychle tikají ze strany na stranu. Takoví lidé se dovnitř nedostanou. Je vždy důležité, aby si lidé rychle uvědomili, že nemá smysl se se mnou hádat. Je to klíčové, protože někteří prostě jen hledají záminku k útoku. Chtějí to celé jen eskalovat tak, aby jim nakonec připadalo, že neměli jinou možnost, než zaútočit. Často ani pořádně nevědí, co vlastně dělají, přesto se snažím jim nabídnout nějakou možnost se z té situace dostat dřív, než to

skončí špatně. Protože cíl je jeden, celé to ukončit bez použití násilí. Jasně, že ne vždy to tak vyjde a mnozí skončí tak, že je vytáhneme za nohy. Přijde mi, že s ta agresivita často šíří a jakoby přeskakuje na ostatní a v každém případě to pak úplně mění náladu v celém podniku. Lidé bývají podráždění, ale obecně bych řekl, že nehledají boj, spíš jen hádky. Ale často si také troufají na ty, na které by neměli, třeba na mě. Někdo do mě strčí a říká: „Koukej, co děláš!“ A já si jen pomyslí: „Podívej se na mě. Stojím na dveřích, pořád mám všechny zuby, na nose skobu taky nemám. Opravdu si myslíš, že je chytré to, co děláš?“ A co je ještě divnější, většinou jde jen o nějakou nedůležitou maličkost.

Frank Künster (46)**Vyhazovač, Berlín**

Pokud jde o situace na dveřích, řeším je většinou intuitivně. Je to tím, že tuhle práci dělám už od jednadvaceti let a tedy vím, co dělám.

K mému štěstí musím říct, že tam, kde pracuji, lidé nejsou až tak moc agresivní. Jsou většinou docela rozumní a rychle pochopí, o co jde, když je nechci pustit dovnitř. Ale pokud už opravdu k něčemu má dojít, tak je nejlepší nejdřív zůstat úplně v klidu. Zklidním hlas, nechám ruce v klidu, dlaně dopředu. Je to přátelské gesto, ze kterého není cítit ohrožení. Je to jednoduché,

ale funguje to. Kromě toho udělám krok dozadu, dá mi to víc místa, uklidní to situaci. Samozřejmě nevyjde to pokaždé, ale za celou tu dobu, kdy dělám tuhle práci, jsem musel použít pěsti asi jen šestkrát. Tak na tom asi něco je. Také dokážu lidem naslouchat. Jsem v takové pozici, že mi je samotnému velmi nepříjemné, když to musí skončit silou. Proti nadávkám jsem imunní, prostě se ode mě odrážejí. Už mi říkali snad všemi možnými jmény, ale je mi jasné, že to není nic osobního, je to mířené na toho chlápka, co hlídá dveře. Ať si klidně nadávají, když se jim uleví. Pak se uklidní a i já mám klid. Aspoň jednou týdně slyším větu: „Vrátím se a uvidíš“, ale zatím se ještě nikdo nevrátil.