

przewodnik
RZECZNICTWA,



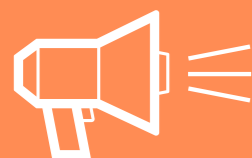
**czyli tego,
jak efektywnie działać
na rzecz praw człowieka**

**AMNESTY
INTERNATIONAL**



#PowiedzPrzyjaciółce

Wstęp



Amnesty International od początku swojego istnienia działa na rzecz praw człowieka, w tym także poprzez rzecznictwo (które zdefiniowaliśmy poniżej). Początkowo działania naszej organizacji skupiały się na obronie praw więźniów sumienia i osób skazanych na karę śmierci. W kolejnych latach zakres tej działalności poszerzył się i dziś obejmuje także obronę praw innych osób, które są dyskryminowane i marginalizowane, w tym osób, których prawa reprodukcyjne są łamane.



Przewodnik, który trzymasz w ręce, został stworzony dla potrzeb działań na rzecz praw reprodukcyjnych w Polsce. Chcemy w te działania szczególnie zaangażować kobiety i dziewczyny, dlatego ten przewodnik jest dedykowany kobietom i zwracamy się w nim do czytelników i czytelniczek w formie żeńskiej. Niezależnie od tego przewodnik i zawarte w nim informacje mogą okazać się przydatne dla wszystkich osób, bez względu na ich tożsamość płciową, które działają na rzecz praw człowieka, w tym praw reprodukcyjnych.

Czym jest rzecznictwo?

Rzecznictwo, czyli działanie na rzecz, to zestaw różnych działań, które pozwalają nam wpływać na decydentów - polityków, władze, a czasami biznes - w obszarze praw człowieka.

Te działania to m.in. wystąpienia kierowane do instytucji publicznych takich jak parlament, rząd, samorząd czy policja, a także do organizacji międzynarodowych, poprzez które Amnesty dąży do zmiany prawa bądź praktyki jego stosowania. Podejmujemy działania rzecznicze zarówno na poziomie krajowym, jak i międzynarodowym. Na poziomie krajowym dążymy do tego, by samo prawo i to, jak jest ono wykorzystywane, było zgodne ze standardami, które wynikają z Konstytucji i z prawa międzynarodowego. Na poziomie międzynarodowym wywieramy presję na państwa i organizacje międzynarodowe, takie jak ONZ czy Unia Europejska, by państwa członkowskie dotrzymywały swoich zobowiązań. Dodatkowo wpływamy na kierunek i treść nowo przyjmowanych regulacji prawnych, nowych gwarancji praw człowieka (np. odnoszących się do zastosowania sztucznej inteligencji) poprzez rekomendacje, opinie, raporty, spotkania. Rzecznictwo jest zatem istotnym narzędziem wykorzystywanym na rzecz praw człowieka.

W tym przewodniku chcemy przekazać naszą wiedzę dot. działań rzeczniczych na poziomie krajowym. To przewodnik dla niezależnych aktywistów i aktywistek działających na rzecz praw człowieka, także tych niezrzeszonych w organizacjach pozarządowych i innych obywatelskich inicjatywach. Mamy nadzieję, że wzmocni lokalne i oddolne rzecznictwo na gruncie polskim. Przekazujemy w nim wiedzę, jaką dysponuje Amnesty International w Polsce. Przekazujemy też garść porad i informacji co do tego, jak przygotowywać się na spotkania z osobami decyzyjnymi, by realnie wpływać na ich przyszłe decyzje oraz działania, tak by uwzględniały one standardy płynące z praw człowieka.

Twoje działania

Zmiana rodzi się tam, gdzie jest potrzebna i odczuwalna, czyli w lokalnych społecznościach. To właśnie Ty, Twoja przyjaciółka, sąsiadka, nauczycielka czy znajoma możecie wpłynąć na dokonanie się zmiany. Możemy działać na rzecz naszych praw – najlepiej wychodzi to wtedy, gdy robimy to ze świadomością naszych celów. Gdy w te działania zaangażowanych jest sporo osób, pojawia się perspektywa, że zmiana ta może być trwała. Bierzmy zatem sprawy w swoje ręce i działajmy! O tym, jak to właściwie robić, opowiemy w tej publikacji.



W przewodniku skupimy się na budowaniu relacji z politykami i polityczkami w trakcie spotkań i otwartych wydarzeń, do których w znacznej części przypadków dostęp mają wszyscy obywatele i obywatelki.

Mamy nadzieję, że przewodnik pomoże Ci w Twoich działaniach na rzecz praw człowieka, a w szczególności praw reprodukcyjnych kobiet. Wiesz sama doskonale, jak ważna jest to kwestia, a my jesteśmy tu, aby Ci pomóc. Pamiętaj, że nigdy nie jesteś w tym sama. Działając razem, jesteśmy silne!

1. Poznaj obecny stan prawny

Pierwszym krokiem jest zrozumienie zagadnienia praw reprodukcyjnych – zarówno na poziomie krajowym, jak i międzynarodowym. To jak nauka języka, którym warto operować podczas rozmów z politykami_czkami i prawnikami_czkami, pomagając im zrozumieć, gdzie są luki, którymi muszą się zająć.

1.1. PRAWA REPRODUKCYJNE

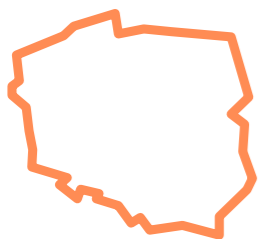
W Amnesty International mamy wypracowane stanowisko bazujące na międzynarodowych standardach praw człowieka. W związku z tym, na aborcję patrzemy jako na interwencję farmakologiczną lub zabieg medyczny, do którego powinna mieć dostęp każda kobieta, dziewczynka czy inna osoba mogąca zajść w ciążę. Z tego względu dążymy do dekryminalizacji aborcji i powszechnego dostępu do tego zabiegu i opieki pozabiegowej. Wspieramy także dostęp do rzetelnej wiedzy na ten temat, przekazywanej bez manipulacji, bez przekłamań, wzbudzania wstydu czy demonizowania.

Prawa reprodukcyjne są pojęciem szerszym niż sama aborcja i mają charakter systemowy. Standardy ich dotyczące wywodzą się z prawa międzynarodowego. Kluczowe w zakresie działań na rzecz praw reprodukcyjnych jest postawienie kobiet, dziewczyn i innych osób mogących zajść w ciążę w centrum debaty o dostępie do aborcji. Dzięki temu możliwe jest poszanowanie ogólnych zasad takich jak autonomia reprodukcyjna i seksualna, godność oraz prawo do prywatności.

1.2. DOSTĘP DO ABORCJI W POLSCE – STAN PRAWNY

Upolityczniony Trybunał Konstytucyjny w Polsce wydał 22 października 2020 r. orzeczenie, które w praktyce ogranicza dostęp do aborcji. Do tej pory kobiety w Polsce miały prawo do przerywania ciąży, jeśli ciąża była wynikiem przestępstwa, stanowiła zagrożenie dla życia lub zdrowia kobiety, lub jeśli występowało ciężkie i nieodwracalne upośledzenie płodu albo nieuleczalna choroba zagrażająca jego życiu (Art. 4a. ust. 1. Ustawy z dnia 7 stycznia 1993 r. o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży). Teraz ostatnia z tych przesłanek została unieważniona przez Trybunał, co zauważalnie ograniczyło dostęp do praw reprodukcyjnych kobiet w Polsce.

Takie ograniczenie realnie przełożyło się na jakość życia kobiet w Polsce. Organizacje pozarządowe takie jak Amnesty International, Centre for Reproductive Rights i Human Rights Watch twierdzą, że decyzja ta stanowi naruszenie praw człowieka, ponieważ stwarza ryzyko dla zdrowia i życia kobiet. Organizacje zauważają, że zamiast zapobiegać aborcjom, zakazy prawne najczęściej prowadzą do tego, że interwencje i zabiegi są wykonywane w warunkach niebezpiecznych dla zdrowia w ukryciu przed państwem lub zmuszają kobiety do podróżowania do innych krajów w celu uzyskania dostępu do świadczeń medycznych. Organizacje wskazały też, że decyzja ta ma szczególnie duże konsekwencje dla kobiet i dziewczyn z grup marginalizowanych, w szczególności ekonomicznie, które nie mają możliwości podróżowania do innych państw w celu skorzystania z zabiegu przerywania ciąży.



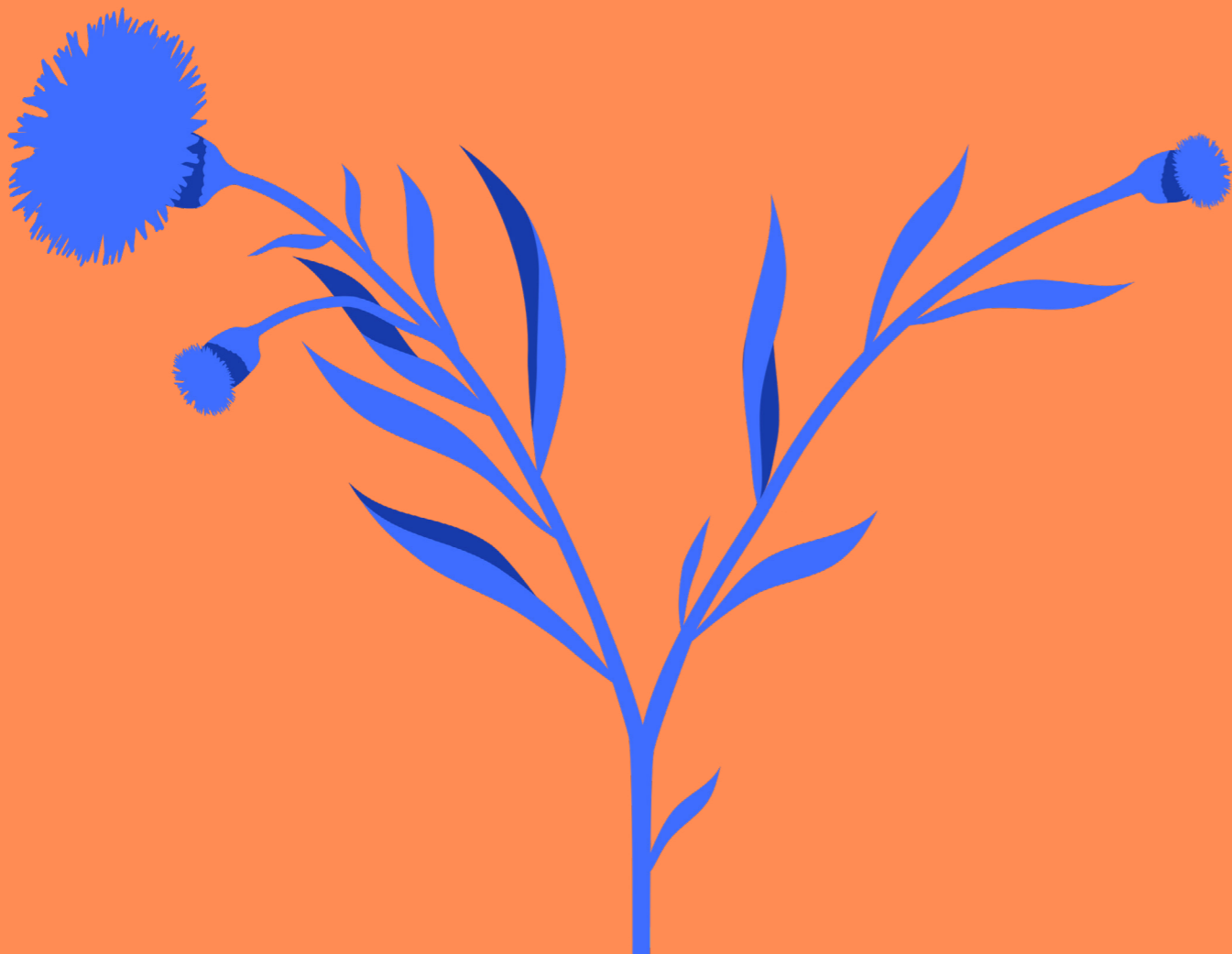
Polska ma obecnie jedno z najbardziej restrykcyjnych praw dotyczących aborcji w Europie i jest jednym z zaledwie dwóch krajów UE, które nie zezwalają na aborcję na żądanie lub z szeroko rozumianych powodów społecznych. Od czasu objęcia władzy w 2015 r. partia polityczna Prawo i Sprawiedliwość i organizacje społeczne sprzeciwiające się dostępowi do aborcji wielokrotnie podejmowały próby ograniczenia praw do zdrowia seksualnego i reprodukcyjnego. Takie kierunki zmian w prawie spotkały się z masowymi protestami społecznymi. Należy pamiętać o tym, że prawo dotyczące dostępności aborcji było uznawane za naruszające prawa człowieka przez Europejski Trybunał Praw Człowieka jeszcze przed 2020 r., gdy było mniej rygorystyczne, z racji na m. in. nierówności w dostępie do aborcji na terenie kraju.

W kontekście obecnego stanu prawnego warto dostrzec formalny aspekt zmiany prawnej, do której doszło w 2020 r. Zmiany tej – w obawie przed krytyką społeczną – nie dokonali sami politycy, ale zrobili to rękami upolitycznionego przez nich Trybunału Konstytucyjnego. Od dojścia do władzy w 2015 r. rząd PiS, czy szerzej Zjednoczonej Prawicy, podjął bowiem szereg działań, by podporządkować sobie Trybunał Konstytucyjny. Trybunał utracił swoją niezależność i przestał rzetelnie oceniać, czy polskie prawo jest zgodne z naszą Konstytucją. To właśnie ograniczenie niezależności Trybunału Konstytucyjnego umożliwiło wydanie orzeczenia dotyczącego aborcji w 2020 r. Europejski Trybunał Praw Człowieka w wyroku w sprawie Xero Flor w Polsce sp. z o.o. przeciwko Polsce stwierdził, że brak niezależności Trybunału narusza prawa człowieka. Także Komisja Europejska potępiła ingerowanie polskiego rządu w niezależność Trybunału. W swoim sprawozdaniu na temat realizacji standardów dotyczących praworządności z lipca 2023 r. Komisja Europejska wskazywała, że w dalszym ciągu „obawy dotyczące niezależności i legitymacji Trybunału Konstytucyjnego” pozostają nierozwiązane.

1.3. Co powinno się zdarzyć, aby dostęp do praw reprodukcyjnych był szerszy?

Myśląc o prawach reprodukcyjnych, powinniśmy i powinnyśmy nastawić się na długotrwałą walkę.. Ale może na końcu tej drogi uda nam się wypracować na poziomie europejskim jednolity standard, zgodnie z którym aborcja jako świadczenie medyczne nie będzie już nigdzie przestępstwem?

Dróg do uzyskania szerszego dostępu do praw reprodukcyjnych jest wiele. Ważne, by pamiętać o aspektach godnościowych i socjo-ekonomicznych. Jak wkrótce przeczytasz także w tym przewodniku, aborcja nie jest jedynie problemem dotyczącym wolnego wyboru osoby, która może zająć w ciąży. Brak dostępu do tego zabiegu pociąga za sobą znacznie szersze konsekwencje dla całych społeczeństw.



2. To maraton, nie sprint

Ubieganie się o pełnię praw reprodukcyjnych to maraton, nie sprint. Potencjał zmian w tej materii istnieje, ale nie można oczekiwać, że zmiany prawne wydarzą się od zaraz. By działać efektywnie, istotne jest, byś miała jasno określone cele i wiedziała, jakie możesz napotkać przeszkody na drodze do osiągnięcia tych celów. Ważne też, by zaplanować monitorowanie swoich postępów. To długotrwały proces, który może na początku wydawać się przytłaczający, ale w Amnesty International wierzymy, że wielka zmiana społeczna zaczyna się od małych kroków, które może podjąć każdy i każda z nas.

Przećwicz scenariusz swojego sukcesu w głowie. Jakie elementy mogą być mierzalne, gdy myślisz o rzecznictwie jako o projekcie? Jak wygląda Twoja idealna konfrontacja z politykiem_czką? Jak się odnajdujesz, jakie argumenty prezentujesz, jak radzisz sobie z trudnymi pytaniami? Wizualizacja może pomóc Ci poczuć się pewniej, gdy nadejdzie czas na rzeczywistą konfrontację. Do tej konfrontacji może dojść m.in. w trakcie spotkań otwartych organizowanych przez partie polityczne, podczas protestów czy w mediach, do których możesz zostać zaproszona z uwagi na Twoją działalność publiczną.

3. Rozmawiaj z politykami i polityczkami

Kiedy rozmawiasz z politykami_czkami, wyrażaj się jasno i konkretnie. Powiedz im, w czym tkwi problem, dlaczego ten problem jest ważny społecznie i co proponujesz jako rozwiązanie. Zawsze staraj się podpierać swoje argumenty danymi i dowodami - to pomoże Ci zbudować wiarygodność.

3.1. Przygotuj się

Pamiętaj!

Twój przekaz jest silniejszy, kiedy czujesz się pewna siebie w swoich działaniach - a więc i wtedy, gdy jesteś dobrze przygotowana. Zbierz jak najwięcej informacji o sytuacji kobiet w Polsce, zasięgnij porad lokalnych ekspertów_ek. Czy masz znajomą, która jest bardziej zaangażowana w działania na rzecz praw reprodukcyjnych? Czy może podzielić się z Tobą swoimi wiedzą i sposobem działania? Wiedza to siła, a to jest szczególnie prawdziwe w przypadku konfrontacji z politykami_czkami.

Zanim pójdziesz na spotkanie, zadбай o sprawdzenie poglądów polityka_polityczki, z którym_którą będziesz rozmawiać.



- Czy ma jakieś konkretne przekonania na temat praw reprodukcyjnych?
- Jakie są jego_jej priorytety polityczne?
- W jaki sposób wypowiadał_a się na temat dostępu do aborcji?
- Z którego ugrupowania się wywodzi?

To pomoże Ci zrozumieć, jakie argumenty mogą być dla niego_niej najbardziej przekonujące.

Bezpośredni kontakt jest bardzo istotny!

Zadbaj o to, by dotrzeć do polityka_polityczki nie tylko wirtualnie, ale i realnie ze swoim pytaniem. Nawiązanie dialogu w obecności kamer najczęściej przynosi realne efekty. W tym celu:



— Bądź widoczna.

Staraj się zająć miejsce, które jest dobrze widoczne, na przykład w pierwszych rzędach. Jeśli jest to możliwe, staraj się nawiązać kontakt wzrokowy z politykiem_czką.



— Podnieś rękę wysoko i pewnie.

Kiedy polityk_czka prosi o pytania z publiczności, bądź jedną z pierwszych, którzy podniosą rękę. Politycy i polityczki często szukają aktywnych osób na spotkaniu do udziału w dyskusji.



— Używaj klarownego języka.

Podczas zadawania pytania lub wyrażania Twojego stanowiska w sprawie, staraj się mówić wyraźnie i zrozumiale, prosto do mikrofonu. Unikaj złożonych sformułowań lub języka specjalistycznego. Twoim celem jest to, aby jak najwięcej osób mogło zrozumieć, o co Ci chodzi, a nie tylko sam polityk_czka. W ten sposób więcej osób może zaangażować się w działania rzecznicze.

3.2. Przećwicz wcześniej

Przygotuj krótkie, jasne punkty, które chcesz przekazać w trakcie spotkania. Pamiętaj, że politycy są zazwyczaj bardzo zajęci, więc musisz być w stanie szybko i skutecznie przekazać swoje argumenty.

Ćwiczenie czyni mistrzynią. Wykorzystaj możliwość trenowania swoich umiejętności prezentacji i argumentacji z przyjaciółkami, rodziną lub w lokalnych grupach wsparcia. Możesz również nagrać i odtworzyć swoje poprzednie wystąpienia, jeśli takie masz, aby zobaczyć, co możesz poprawić. Należy na to poświęcić trochę czasu, ale wiemy, że dopasowywanie przekazu do konkretnych sytuacji i osób jest efektywne.

3.3. Powołuj się na konkretne dane

Politycy i polityczki często powołują się na konkretne dane i dowody, więc przedstawiaj swoje argumenty oparte na faktach i badaniach. Może to obejmować statystyki dotyczące zdrowia reprodukcyjnego, informacje na temat skutków ograniczeń praw reprodukcyjnych, czy dowody z innych krajów, które podjęły podobne kroki.

Warto byś poczytała o takich kampaniach i wydarzeniach jak: uchwalenie Ustawy o przerywaniu ciąży w Indiach w 1971 r., referendum w Irlandii z 2018 r. czy orzeczenie Sądu Najwyższego w Meksyku z 2021 r., w którym sąd uznał, że kryminalizacja aborcji jest niezgodna z konstytucją tego kraju.

Więcej informacji na temat dostępu do aborcji i powiązania jej z prawami człowieka znajdziesz na naszej stronie internetowej:

<https://www.amnesty.org.pl/aborcja-najwazniejsze-fakty/>



3.4. Język korzyści bywa kluczem

Staraj się mówić o prawach reprodukcyjnych w kontekście korzyści, które mogą przynieść zarówno jednostkom, jak i społeczeństwu jako całości. Nie wszystkie argumenty mogą być na samym początku oczywiste. Mogą one obejmować aspekty zdrowia publicznego, ekonomiczne, społeczne czy prawne, takie jak:

— prawa kobiet:

każdej osobie powinno przysługiwać prawo do decydowania o swoim ciele i swoim zdrowiu. W przypadku niechcianej ciąży, dostęp do aborcji pozwala na podjęcie indywidualnej decyzji o terminacji lub donoszeniu ciąży.

— zdrowie publiczne:

niedostępność lub kryminalizacja aborcji najczęściej nie powoduje zmniejszenia ogólnej liczby zabiegów, lecz jedynie prowadzi do przeprowadzania większej liczby zabiegów w niebezpiecznych warunkach, bez opieki lekarskiej.

— zapobieganie wykluczeniu społecznemu:

kobiety, które mają dostęp do aborcji, mają większą kontrolę nad swoją przyszłością, w tym nad swoją karierą zawodową i edukacją.

— przeciwdziałanie dyskryminacji i niesprawiedliwości społecznej:

zapewnienie powszechnego dostępu do aborcji to kwestia sprawiedliwości społecznej. Brak dostępu do legalnej i bezpiecznej aborcji dyskryminuje kobiety z niższymi dochodami lub kobiety żyjące w obszarach, gdzie dostęp do opieki zdrowotnej jest ograniczony.

— ograniczenie tzw. „podziemia” aborcyjnego:

gdy aborcja jest nielegalna, powstaje czarny rynek, tzw. „podziemie” aborcyjne – aborcja nie znika w przypadku zmian prawnych.

— zdrowie psychiczne kobiet:

kobiety, które wbrew swoim wcześniejszym planom zachodzą w ciążę lub dowiadują się o ciężkich i nieodwracalnych wadach płodu, nie mając dostępu do legalnej aborcji są szczególnie narażone na kryzysy zdrowia psychicznego.

3.5. Buduj działania w oparciu o szacunek i empatię

Bez względu na poglądy polityka_czki, staraj się zawsze pokazywać empatię i szacunek. Nawet jeśli nie zgadzasz się z ich stanowiskiem, szanuj ich jako osoby i jako wybrane przedstawicielki i przedstawicieli społeczności.

Psychologiczne schematy obronne osób, kiedy poznają nowy światopogląd, sprawiają, że przyjmowanie nowej wizji świata łączy się z wrogością. Niekiedy należy dostosować przekaz, by ten dotarł do jego adresata_tki - niektóre osoby bardziej przekonają przytoczenie twardych danych, a inne usłyszenie indywidualnej historii. Poszukaj nowych sposobów opowiedzenia o problemie. Praca rzecznicza bywa nierzadko pracą mrówczą.

3.6. Metoda małych kroków

Zmiana narracji rzadko przychodzi od razu, więc budowanie zmiany systemowej może być trudne i przynosić wiele rozczarowań. Jeżeli nie możesz od razu osiągnąć wszystkiego, co chciałabyś, zastanów się, co jest dla Ciebie najważniejsze i na co możesz zgodzić się w pierwszej kolejności. Ustal swoje priorytety.

3.7. Proponuj konkretne działania

Kiedy rozmawiasz z politykami_czkami, zawsze proponuj konkretne rozwiązania, które mogą podjąć. To może obejmować zmiany w prawie, interwencje polityczne, czy poparcie dla konkretnej inicjatywy lub projektu.

Pamiętaj, że politycy i polityczki przede wszystkim są ludźmi i każda osoba jest inna. To, co przekonano jedną osobę, może nie być skuteczne w przypadku

innych osób. Dlatego istotne jest, aby zawsze być elastyczną i dostosowywać swoje argumenty i strategie do konkretnego kontekstu i osoby, w zależności od ich środowiska kulturowego i światopoglądowego.

3.8. Zaplanuj dalsze kroki (follow-up)

Jeśli nie otrzymasz satysfakcjonującej odpowiedzi podczas wydarzenia od polityka lub polityczki, pomyśl o kontynuowaniu rozmowy. Możesz na przykład napisać list czy maila do polityka z dalszymi pytaniami lub prośbami o wyjaśnienia czy ustosunkowanie się do niektórych kwestii. Możesz także poprosić o spotkanie z danym politykiem lub polityczką w jego_jej biurze.

4. Zaangażuj inne osoby

Kampanie społeczne to inny niż rzecznictwo, ale równie istotny sposób, aby zwiększyć świadomość społeczną na temat praw reprodukcyjnych. Zwiększenie świadomości społecznej może ułatwić Ci dalsze działania rzecznicze. W ramach kampanii możesz sięgnąć po takie narzędzia jak: plakaty, posty informacyjne publikowane w mediach społecznościowych, wydarzenia czy rozmowy z dziennikarzami. Pamiętaj, że przekonanie nawet jednej osoby jest kolejnym krokiem do tego, by osiągnąć sukces w swoich działaniach.

Rola sieci wsparcia: znajdź grupę osób, które wspierają Twoje działania i mogą Cię podnieść na duchu, gdy poczujesz, że aktywizm staje się dla Ciebie trudny. To może być grupa innych aktywistek, przyjaciółek, rodziny lub menterek.

5. Pamiętaj o długoterminowej perspektywie

Nie zniechęcaj się, jeśli zmiany nie przychodzą od razu. Każda wielka walka wymaga czasu i cierpliwości. Pamiętaj o swoim celu. Przydatnym może być spisanie wszystkich celów na początku działań - tak, by móc wracać do nich w trakcie pracy nad kolejnymi akcjami rzeczniczymi czy kampanijnymi. Podobnie przydatnym może być ustalenie wcześniej momentów, w których znajdziesz czas na okresową ewaluację swoich działań i refleksję nad kolejnymi podejmowanymi krokami.



6. Dbaj w tym wszystkim o siebie

Zmiana świata nie powinna kosztować Cię zdrowia, także zdrowia psychicznego. Zadbaj o swoje potrzeby, znajdź czas na odpoczynek, korzystaj ze wsparcia społeczności. Tylko wtedy będziesz mogła skutecznie dążyć do swojego celu.



— Lęk przed konfrontacją z osobą u władzy to normalna sprawa.

można go jednak przekuć w siłę. Próbuj zidentyfikować, co wywołuje u Ciebie trudne emocje i spróbuj to zrozumieć. Czy to strach przed negatywną oceną? Strach przed konsekwencjami? Strach przed nieznanym? Identyfikacja źródła lęku jest pierwszym krokiem do jego przezwyciężenia.

— A co, jeśli się nie uda?

Pamiętaj, że każdy początek jest trudny. Nawet najbardziej doświadczeni działacze doświadczali lęku i niepewności na początku swojej drogi. Bądź cierpliwa i wytrwała. W końcu, kiedy zobaczysz efekty swojej pracy, poczujesz ogromną satysfakcję.

7. Próbuj ewaluować swoje działania

Regularnie staraj się zerkać w bliską przeszłość, by sprawdzić, czy to, co robisz, przynosi oczekiwane efekty. Jeżeli któraś składowa nie przynosi wystarczających rezultatów, nie obawiaj się zmieniać swojego podejścia. Nie zapominaj, że to jest nauka - zarówno o sobie, jak i o świecie. Na prowadzenie rzecznictwa nie ma jednej właściwej instrukcji.

Działając rzeczniczo, stajesz się częścią składową globalnej społeczności walczącej o prawa reprodukcyjne. Będzie to wymagało wiele odwagi, determinacji i nieustającej pracy, ale jest to walka, która ma ogromne znaczenie dla praw i godności ludzi w Polsce i na całym świecie.



AMNESTY
INTERNATIONAL



#PowiedzPrzyjaciółce