

Quins recursos de suport coneixem?

Si tu o alguna persona que coneixes esteu patint angoixa com a resultat de la infiltració policial, pot ser útil parlar amb qui creguis que no sigui del teu cercle més íntim. Anar a teràpia o rebre acompanyament psicològic pot ser útil. No obstant això, pot resultar complicat trobar ajuda acudint a serveis i recursos més convencionals, a qui pot resultar-los difícil comprendre les teves circumstàncies o entendre el teu nivell de compromís en l'activisme.

En un espai terapèutic no s'hauria de caure en el judici i hauria de ser una eina capaç d'ajudar-te independentment del teu context. Tanmateix, això no sempre passa.

Des d'Heura Negra coneixem algunes organitzacions i professionals de confiança que poden donar suport terapèutic i emocional si ho necessites, tant individualment com col·lectiu (alguns d'aquests recursos solen tenir un cost econòmic, la qual cosa sabem que pot ser una limitació que s'ha de tenir en compte). Podem ajudar-te posant-vos en contacte.

Aquesta proposta també va dirigida a les persones que donen suport a les persones afectades més directament. És important cuidar a les que cuiden. Així que, si això t'interpel·la, no dubtis a escriure'ns si també ho necessites.

Pots contactar per correu electrònic, escrivint a heuranegra@riseup.net

Cuidem-nos entre nosaltres tot el que mai ho farà l'estat.



**POLICIES
INFILTRATS**

**LA PITJOR
DE LES TRAÏCIONS**

**Un text d'Activist Trauma Support
traduït i adaptat per Heura Negra**

***Activist Trauma *Support**

Va ser un col·lectiu del Regne Unit que va estar en actiu des de 2004 fins a 2014. Van abordar temes com l'ansietat i el trauma ocasionades per l'activisme i la repressió.

Durant aquest període de temps, van fomentar pràctiques com els "Wellbeing *Spaces" (espais còmodes) en algunes mobilitzacions massives com els cims del G8 i els Climate Camps. També van facilitar assemblees i reunions, van impartir tallers i formacions. A més, van oferir suport de manera presencial i telefònica a activistes que ho necessitessin. Van fer una gran labor de producció de textos, com el que compartim en aquest fanzin.

Us animem a tafanejar el material que ofereixen en el seu web:
<https://www.activist-trauma.net/>

Heura Negra, Assemblea Llibertària de Vallcarca

Neix públicament al novembre del 2012 com a col·lectiu de llibertari de referència en el barri, hereva de diferents grups i plataformes ja dissoltes. Treballem per a difondre i fer accessibles a tot el món les idees i pràctiques llibertàries. Optem per una crítica antiautoritària, global i d'arrel al capitalisme, que dia darrere dia es mostra més cruel amb les classes populars. Volem dotar el barri d'eines per a l'emancipació i l'autonomia, com l'autoorganització horitzontal i el suport mutu. També intentem enfortir els llaços amb el moviment llibertari i l'anticapitalisme català, per a sumar i potenciar la nostra força.



Si coneixes a gent que s'hagi vist afectada per la infiltració policial, intenta entendre que pot estar experimentant qualsevol de les emocions enumerades anteriorment i dona-li espai perquè s'expressi i comparteixi els seus sentiments. Pregunta-li què necessita i respecta els seus desitjos pel que fa a qualsevol acció legal, política o mediàtica que desitgi emprendre. Probablement no hi ha una única resposta correcta sobre com respondre en aquests casos, però és important no aïllar-nos encara més, encara que no estiguem d'acord amb les tàctiques o maneres de fer de la resta. Hem de trobar l'equilibri entre tenir un debat obert i arribar a acords col·lectius sobre com donar una resposta al que ha passat i permetre la privacitat a qui la necessiti. Una cosa difícil d'aconseguir quan es tracta d'un tema tan emotiu i que afecta persones de tot el món.

La realitat és que la policia persegueix els moviments polítics i dissidents. Això suposa un risc per a la nostra pròpia seguretat, tant en el present com de cara al futur. No obstant això, és valuós sospesar els riscos i els beneficis de les mesures de seguretat que prenguem. Això també depèn del que estiguem fent i de la naturalesa del grup del qual formem part o la tasca que estiguem realitzant. La majoria de les persones amb les quals ens creuem no són espies de la policia. Una cultura de la sospita pot tenir un impacte més negatiu en els nostres moviments que el fet que la policia tingui informació privilegiada.



Què podem fer?

Els sentiments que experimentem són normals: és important acceptar-los i ser amables amb nosaltres mateixos. Això pot significar prendre's un temps de descans o buscar temps per a relaxar-se. Igual que davant de qualsevol mena de situació estressant, és important mantenir pràctiques saludables: fer exercici, alimentar-se adequadament i intentar dormir prou. Si notes que t'està costant confiar en la gent, ves amb compte: pots arribar a aïllar-te. Pensa si pots trobar l'espai amb qui puguis parlar de com et sents. És possible que altres persones estiguin sentint el mateix que tu en algunes ocasions. Intenta passar temps en companyia, potser realitzant activitats neutrals. Sobretot, permet-te cridar i plorar quan ho necessitis.

Molta gent va ser enganyada per Marc, Dani, Ramon... i altres policies infiltrats. Hem d'entendre que no és culpa nostra. Eren persones amb un entrenament professional que portaven una doble vida i van treballar durament per a enganyar i guanyar-se la confiança de la gent. Ves amb compte amb els pensaments del tipus "havia", "caldria" o "hauria": "hauria d'haver-me adonat", "hauria d'haver-ho sabut", "hagués calgut..." o "hauria fet falta aixecar sospites". Intenta tractar-te de manera justa. Què li diries a una persona a la qual estimes si pensés així?

Per a alguns de nosaltres, no és la primera vegada que s'ha infringit la nostra confiança. La notícia pot ser especialment difícil d'assimilar si et recorda a experiències difícils del passat o si hi ha altres moments de la teva vida en els quals hagi sentit amenaça. Si això t'està posant les coses especialment difícils, intenta trobar amb qui parlar d'això.

La notícia de què persones a les quals coneixíem, en qui confiàvem, amb qui treballàvem conjuntament i a qui hem apreciat, no són qui creïem que eren, ha commocionat molta gent del nostre entorn.

Això significa que, per a algunes persones, algunes de les seves relacions íntimes no eren el que semblaven, fet que suposa una enorme traïció personal.

Hi ha qui no coneixia als policies infiltrats tan de prop o qui ni tan sols han tingut el mínim contacte amb ells. Però la notícia pot continuar tenint un gran impacte: en l'àmbit personal, grupal i quant a moviment.

Aquest text pretén posar en relleu l'àmplia gamma d'impactes que pot tenir la descoberta de l'existència de policies infiltrats en els nostres entorns. És evident que cada un de nosaltres hem pogut tenir diferents relacions amb els talps policials. A més, també tenim les nostres pròpies històries de vida particulars, antecedents i personalitats diverses. Això implica que les notícies també ens poden afectar de manera diferent.

No pretenem vendre solucions fàcils sobre quina resposta s'ha de donar, però sí aportar informació bàsica per a reconèixer les formes en què ens podem sentir després d'un succés com aquest. També volem oferir el nostre reconeixement, validació i suport a les persones afectades.

També agrairíem qualsevol comentari sobre com podem oferir un millor suport sobre aquest tema.

Quines repercussions pot tenir per a nosaltres el descobriment de policies infiltrats?

Pot afectar-nos de diverses maneres. Per a moltes persones, la notícia representa una pèrdua (de fe, de confiança, d'amistat...). Igual que amb altres formes de pèrdua, com un dol, la fi d'una relació, la dissolució d'un col·lectiu o quan s'acaba un projecte, podem passar per una sèrie d'etapes. En aquest sentit, els nostres sentiments canviaran a mesura que passi el temps, transitant diferents estats emocionals.

Podrem identificar:

- Sentir tristesa, ganes de plorar
- Sentir buit, entumiment, apatia
- No creure realment el que ha ocorregut
- Sentir empipament, amb els infiltrats, amb tu, o amb les teves amistats per no haver sospitat. O, si vas sospitar o vas sospitar, per no haver fet res sobre aquest tema.
- Sentir una càrrega de responsabilitat, qüestionar-se a si mateix i les nostres accions, o responsabilitzar-se del que ha passat a altres persones.
- Sentir vergonya o culpa.
- Sentir ansietat o por pel futur. O preocupació pel que pugui saber ara la policia sobre tu.

Amb la notícia d'aquestes traïcions generalitzades i la consciència que, probablement, hi ha més policies encoberts en els nostres moviments, també pot ser difícil generar confiança amb en la resta de la gent. És possible que desconfiem les unes dels altres i, sobretot, de les persones noves que arriben als nostres espais. Pot ser que tendim a tancar-nos en les nostres pròpies organitzacions o, fins i tot, que ens hàgim allunyat per complet de l'activitat política.

També podem sentir-nos disconformes amb la manera en què algunes persones estiguin abordant el que ha succeït. Per exemple, parlant amb els mitjans de comunicació i emprenent accions legals; o altrament per no estar fent aquest tipus de coses. Això pot generar-nos encara més divisió. Hem d'entendre que aquestes respostes ens afectaran de forma diferent i que les companyis que estaven en l'entorn més pròxim dels infiltrats poden tenir necessitats i desitjos diferents d'aquelles persones que els coneixien menys.

També poden envair-nos altres sentiments més positius, que també són normals i són genials. Per exemple, pots alegrar-te de què s'hagi aconseguit descobrir als infiltrats, que la notícia hagi transcendit als mitjans de comunicació o que s'hagin fet públiques les tàctiques de la policia.

