

**Något av det jag ville förmedla ur Marshall B Rosenbergs böcker om NVC/Nonviolent Communication - först litet allmänt om NVC, sen mer specifikt om hur jag tänker att NVC kan införlivas i Svenska Freds arbete.**

- **Kommunikation** på djupet med empati  
Lyssna efter behov  
Tillfredsställa båda parter behov i konflikt
- **Frigöra sig** från gamla invanda mönster i att kommunicera våldsamt  
= undvika formuleringar som kritiserar eller dömer andra  
- därför att sådana formuleringar får som motreaktion att försvara sig, dra sig undan eller gå till motangrepp.

**I en "attack"** (Du är elak, du lyssnar aldrig, du gör fel!) försöka höra den andra personens **behov** där bakom (kanske av att bli förstådd, lyssnad på, få respekt eller uppskattning eller vad det kan vara) och inte själv gå till motattack

Det är en utmaning att försöka höra ett angrepp som en gåva från en medmänniska som vill dela med sig av sin djupa sårbarhet...

- **I fyra steg / komponenter uttrycka observation, känsla, behov, önskemål**

Grundidén synes enkel men i böckerna finns otaliga exempel, lätta att känna igen, på hur observationen i stället blir en tolkning, hur vi säger att vi känner utan att det är en känsla som uttrycks, hur vi i stället för att uttrycka våra behov uttrycker vad det är för fel på andra, och hur önskemålet visar sig vara ett krav när vi blir förbannade om den andra personen inte gör som vi önskar.

**Några exempel:**

**Tolkning** – Du gör aldrig det jag vill.

**Observation** - De senaste tre gångerna jag tagit initiativ till någon aktivitet har du sagt att du inte ville vara med.

**Inte en känsla** – Jag känner det som om jag bor ihop med en vägg.

**Känsla** – Jag känner mig ledsen, besviken, arg...

**Inte uttryckt behov** – Du jobbar för mycket.

**Uttryckt behov** – Jag behöver närhet, omtanke...

**Förtäckt krav** – Jag känner mig så ensam och skulle vilja att vi är tillsammans ikväll [om fortsättningen vid ett nekande svar blir:] Om du verkligen älskade mig skulle du

vara tillsammans med mig ikväll.

**Önskemål** = Visa empatisk förståelse för det som hindrar någon att göra det vi ber om. (Det betyder inte att vi ger upp, men att vi inte ägnar oss åt övertalning förrän vi gett empatisk förståelse för det som hindrade personen från att säga ja.)

**Otydligt önskemål** – Jag vill att du börjar visa litet ansvar (som kanske egentligen betyder: Jag vill att du utan tvekan gör allt jag ber dig om och samtidigt ser glad ut)

**Tydligt önskemål** = en konkret, specifik, utförbar handling

## Övningsuppgifter i Rosenbergs bok

- Observation eller tolkning, s. 45
- Att uttrycka känslor, s. 56
- Att uttrycka sina behov, s. 72
- Att uttrycka önskemål, s. 91
- Att skilja mellan att bemöta med empati och inte, s. 108

- **2 delar av NVC**

- **uttrycka** de 4 komponenterna
- **ta emot** via de 4 komponenterna

- **Risken** att det blir Formel/Teknik – att då försöka bara vara, inte göra så mycket, vara närvarande, tömma sitt sinne och lyssna med hela sitt väsen. NVC/Empatisk kommunikation handlar om Närvaro/Förhållningssätt.

- **Att bemöta med empati**

**Hur vanligt** det är att inte lyssna efter känslor, behov och önskemål, men i stället avbryta och komma med goda råd, peppa, undervisa, tillrättavisa...

**Och avbryta med "Men..."** i stället för att lyssna empatiskt...

"Never put your but in another persons face" ("but" kan också betyda ända).

- **Metod som hjälpt mig** när jag upplevt att jag blivit kränkt eller fått höra ett **negativt meddelande** om mig själv:

För mig själv gå igenom alla fyra alternativen att ta emot ett negativt meddelande -

1. ta det personligt, lägga på sig själv skuld och skam och deppiga känslor
2. bli arg, gå till motangrepp och lägga skulden på den andra
3. försöka hitta sina egna känslor och behov och beskriva dem
4. försöka lyssna in den andras behov och fråga en gissande fråga om vi uppfattat känslan och behoven rätt

Exempel: Om jag upplevt en situation med en elev där vi tycker olika och jag får höra eleven säga eller med kroppsspråk uttrycka något negativt om mig; då har det hjälpt att reflektera enligt de fyra alternativen. 1. Ja, usch, vilken dålig lärare jag är, det är lika bra att ge upp... 2. Förbannade elever, bortskämda och lata...! 3. Jag känner mig osäker... (t.ex. i den här handledarrollen med elevdemokrati) och behöver... (t.ex. stöd och gemenskap) 4. Du kanske känner dig orolig/frustrerad/arg för att du ... och behöver...

Många gånger under NVC-kursen jag själv gått var det i dessa övningar en enorm

utmaning att försöka förstå forna ”fiender” med empati. Jag upptäckte att jag nästan inte ville det, att jag ville stanna kvar i en upplevelse av att vara ”förorättad”; ”dom där” skulle minsann inte få någon förståelse av mig! Men när jag lyckades ta mig igenom de här fyra stadierna var det en skön känsla avslappning som infann sig.

### **Speciellt intressant att ta upp i Svenska Freds:**

- **Angående ilska och våld**

att lära om tankesättet från ”Jag är arg för att *de...*” till ”Jag är arg för att *jag behöver...*”

Andra kan var **stimuli** till att jag blir arg, men **aldrig orsak** till min ilska. **Använda ilskan som väckarklocka, att behov inte är tillfredsställda.** Våld kommer från tron att andra människor orsakar vår smärta och därför förtjänar bestraffning.

- **Vad bidrar till våld på denna planet? Rosenberg:** ”Men” får jag frågan, ”finns det inte lägen då vrede är berättigad? Har vi inte rätt att vara arga när vi ser t.ex. hur vår miljö vårdslöst förstörs?” Mitt svar är att jag tror att så länge jag till någon grad stödjer tankesättet att det *finns* något sådant som ”en vårdslös handling” eller ett ”ansvarsfullt handlande”, en ”girig person” eller en ”moralisk person”, så bidrar jag till våldet på den här planeten. ... När vi dömer andra bidrar vi till våld.

- Att NVC, empatisk kommunikation, är användbart i medling i oroshärdar i världen. Rosenberg har medlat i över 35 år i olika typer av konflikter, både i privata relationer, på arbetsplatser, och i krigs- och oroshärdar över världen. Han har medlat mellan palestinier och israeler, serber och kroater, stridande grupper i Sierra Leone, Nigeria, Burundi, Sri Lanka, Rwanda.

- Hur svårt det är för människor i smärta att uttrycka behov i stället för att fälla omdömen, och att faktiskt höra vad den andra parten säger och återge det.

Exemplet (i ”Vi kan reda ut det”) från medlingen mellan två folkgrupper i Nigeria: Rosenberg ber parterna beskriva sina behov men ingen kan det. Den ena parten säger till den andra ”Ni är mördare...” o.s.v. R. försöker tolka det till behov och översätter, ”Hövding, har ni ett behov av trygghet och av att vara säkra på att vilka konflikter som än händer så kommer de att lösas med andra medel än med våld?” Ledaren svarade omedelbart, ”Naturligtvis, naturligtvis, det är just det jag säger!” ... Och när R. bad den andra parten återge den första partens behov kunde han inte det utan ställde i stället en fråga i mycket fientlig ton, ”Varför dödade du då min son?” Ofta får R. upprepa 2-3 ggr. inför parterna vad parterna faktiskt har sagt innan de hör samma sak. (Hela medlingssituationen, sid. 16-19)

- Avslöja maktstrukturer / Hur är det egentligen?

Den frågeställningen, om maktstrukturer i samhället är en avdelning i MOD

(Mångfald och dialog). Den finns i NVC-tänkandet också. Det är de här tankarna kring ordens makt – att samhället under århundraden format språket till att bli våldsamt och att det uttrycker kämpande om makt mellan parter. I Rosenbergs bok s. 35-36, står detta om det här våldsamma språkets djupa filosofiska och politiska rötter, och att en sådan kommunikation stödjer hierarkiska samhällen eller dominanssystem; att man blir tränad att titta utanför sig själv [på auktoriteten] om vad som är rätt och fel, bra och dåligt. ”När vi är i kontakt med våra känslor och behov är vi inte längre goda slavar.” Senare i boken skriver han också om makt i skolan; att elever ofta tränats i att tänka ”på rätt sätt”, definierat av dem som har makt, att vi tränats fundera på vad andra tycker vi ska säga och göra i stället för att tränas i att vara i kontakt med oss själva, uttrycka känslor och behov. I en separat artikel, ”Ilska och system av domination” [www.nonviolentcommunication.se/artiklar.html](http://www.nonviolentcommunication.se/artiklar.html), skriver Rosenberg:

”Dominationssystem kräver: 1. Förnekande av sitt värde 2. Moraliska bedömningar 3. Språk som förnekar valfrihet (Amstsprache – detta uttryck användes av nazi-officerare för att beskriva ett byråkratiskt språk, som förnekar ett val, med ord som borde, måste, ska.) 4. Det viktiga och centrala konceptet; ”att förtjäna” ... Man måste [i dessa dominationssystem] få människor att tycka illa om (eller t.o.m. hata) sig själva och att de ångrar sig. Hela idén är att man måste få människor att inse att de är onda. Därför behöver man ett språk som tydliggör detta. Man behöver moraliska bedömningar som antyder det onda eller dåliga genom ord som bra, dålig, rätt, fel, onormal, inkompetent, och så vidare. Alla möjliga ord som gör dig fel. Det finns hela kulturer som inte har valt den vägen – kulturer där våld nästan inte förekommer. --- Vid den tid då flest barn i USA tittar på TV, mellan klockan 19 och 21, antingen dödar eller misshandlar hjälten någon annan i 75 procent av alla program. När barn är 15 år, har de i genomsnitt sett trettio tusen slagsmål och mord, genomförda av ”den goda sidan”. Vad gör det här med vårt medvetande? Och när händer dessa slagsmål och mord? I programmets klimax – vi får en orgasm av glädje för våldet. Och det är inte bara på TV. Enligt Walter Wink [teolog, författare] har det pågått under 5000 års tid.”

(Angående makt finns det också övningar i NVC-kursen kring att ”återerövra sin personliga kraft/makt”. Men där handlar det mer om att fundera kring hur man själv har utplånat sin makt över sina egna val genom att t.ex. göra saker för att bli omtyckt o.s.v.)

När vi inte är i kontakt med våra egna och andras känslor och behov utan mer fokuserade på det här dömande sättet att kommunicera blir det som att vi lägger allt ansvar utanför oss själva, vi blir som slavar i vårt sätt att tänka och agera, och det passar väl för ett diktatoriskt samhälle att ha sådana människor att styra över.

Andra funderingar som jag har:

Den här sortens kommunikation leder lätt till polariseringar, en svart-vit skildring av världen i stället för att se nyanser och att det kan finnas någonting hos ”fienden” som är värt att lyssna till.

Efter att ha kommit in i detta NVC-tänkande har jag blivit konfunderad över konflikten mellan å ena sidan politiska slagord och paroller och å andra sidan politiska krav i en kamp för en vettigare värld; hur man ska uttrycka sig tydligt, kunna protestera mot orättvisor utan att dem man protesterar mot ska känna det här med krav och att de är utpekade som några det är fel på och bli aggressiva tillbaka; hur vi ska undvika

polarisering men ändå kunna ställa krav på ett bra sätt.

Jag har försökt använda NVC i Svenska Freds-sammanhang efter det att jag gått kurs i NVC, t.ex. i **motionskrivande, i insändare, i formuleringar i politiska aktioner.**

- **Motionskrivande**

När jag fick tillbaka CS förslag till avslag av min motion om ökad satsning på fredlig konflikthantering kände jag mig arg och satte mig ned och bearbetade det negativa meddelandet enligt 4-stegsmodellen (1. ta det personligt, lägga på sig själv skuld och skam och deppiga känslor 2. bli arg, gå till motangrepp och lägga skulden på den andra 3. försöka hitta sina egna känslor och behov och beskriva dem 4. försöka lyssna in den andras behov och fråga en gissande fråga om vi uppfattat känslan och behoven rätt) Det hjälpte mig att förbereda mig inför kongressen och jag tror att jag lyckades ganska bra att formulera min oro och mina behov kring motionen. Det som jag märkt att jag själv har svårt för är att formulera önskemålet som en konkret utförbar handling. Min att-sats med mitt önskemål i motionen var ganska vag, och motionen gick inte igenom. Jag hade dock lyckats uppnå en förståelse för min oro och mina behov så pass att när någon annan på kongressen lyckades uttrycka en konkret utförbar handling i min motions anda gick det förslaget igenom, och min motion fick således bifall genom hjälp utifrån.

Vi skulle i KIV-gruppen kunna hjälpa varandra att formulera motioner i NVC-anda.

- **Insändare** (lägger texten i slutet av detta dokument)

Jag skrev en insändare i frågan om utländska militärövningar i Norrland där jag dels fick stor hjälp i formuleringen av de politiska kraven genom kontakt med Frida Blom, dels hjälp med synpunkter på huruvida jag lyckats med NVC-formuleringar eller inte av mina lärare från NVC-kursen. I kontakten med NVC-lärarna blev jag igen varse mina svårigheter att formulera mina önskemål som konkret utförbara handlingar; jag hade avslutat insändaren med något vagt i stil med ”jag tycker att vi alla ska hjälpas åt att påverka våra politiker att säga nej till Leiflands förslag” men jag fick en helt annan energi när jag kom på att jag kunde sätta igång en **konkret vykorts kampanj** och föreslå människor att delta med den **utförbara handlingen** att skicka ett förberett färdigformulerat vykort direkt till försvarsministern.

- **Egen vykorts kampanj** (lägger texten i slutet av detta dokument)

I vykorts kampanjen hade jag förberett och ansträngt mig att formulera mig enligt NVC för att förhoppningsvis nå fram med budskapet bättre. Jag försökte beskriva mina observationer, känslor, behov och önskemål, och försökte undvika dömande formuleringar.

- **Omformulering av Ris-kort, mer i NVC-anda** (lägger texten i slutet av detta dokument)

När den senaste kampanjen med ris- och roskort damp ned i brevlådan blev riskortet liggande för jag tänkte att det fanns ganska många dömande formuleringar i texten och jag ville uttrycka mig mer enligt NVC för att kanske nå Foreign Secretary Jack Straw.

När jag sökte formuleringar föll blicken på ros-kortet som var avsett för en svensk politiker; det var mycket mer uttryckt enligt NVC, med känslor av oro o.s.v. och jag lånade flera formuleringar därifrån och översatte till engelska.

Vi i KIV-gruppen skulle kunna hjälpas åt att granska Svenska Freds texter i t.ex. riskorten och hjälpa till med formuleringar så att de blir mer enligt NVC.

Mer som vi gjorde på kursen:

### **”Övning för att klargöra grundantaganden och nyckelprinciper bakom NVC”**

Den praktiska övningen som vi gjorde kommer att finnas i **Liv Larssons kommande bok ”Nonviolent Communication i praktiken**. (Den var beräknad att ta ca 2 timmar, men vår erfarenhet under kurslördagen var att den lätt tar dubbelt så lång tid; synpunkten är framförd till författaren.)

### **Känslor- och behovslistor**

Känslor- och behovslistor och en del andra dokument finns att hämta hem på [www.nonviolentcommunication.se](http://www.nonviolentcommunication.se)

Jag avslutade kursdagen med ett citat ur **Arun Gandhis förord till Rosenbergs bok:**

”Fred kan inte byggas med fruktan som grundval. Icekvåld betyder att låta det positiva i dig stiga fram... Den här världen är vad vi gjort den till. Om den är skoningslös idag så är den det därför att vi har gjort den skoningslös genom vår inställning. Om vi ändrar på oss själva kan vi förändra världen, och förändringen av oss själva börjar med en förändring av vårt språk och vårt sätt att kommunicera...”

---

På söndagens KIV-möte pratade vi litet grann om rädslan hos en del i Svenska Freds att bli förknippade med icekvåld. Hemkommen från kurs- och möteshelgen kom jag att tänka på en övning jag fick göra när jag gick NVC-kursen. Efter ett antal färdigformulerade exempel fick vi skriva ett eget exempel som jag då tog ur en tänkt Svenska Freds-verklighet. Övningen var formulerad så här:

### **Översätt vanemässigt språk till empati och självempati**

Föreställ dig att följande repliker **sägs till dig**. Skriv ner vad du **vanemässigt** skulle **svara**. Skriv sedan **känslorna och behoven** bakom svaret. **Gissa** sedan vad **personen som sa detta till dig känner och behöver**. Det sista exemplet är lämnat tomt så att du kan fylla i en egen situation som du vill träna på.

Ett exempel:

**Din partner säger till dig: “Du bryr dig aldrig om vad jag vill.”**

**Vanemässigt svar:** Det gör jag väl visst!

**Självempati:** Jag känner mig besviken för att jag behöver uppskattning för mina ansträngningar att försöka förstå vad du vill.

**Gissning med empati: Den här personen kanske känner sig besviken för att den skulle behöva bli mer lyssnad till.**

**MITT EGET EXEMPEL:**

En Svenska Fredsmedlem **säger till dig** ”Ta bort det där ur ditt förslag till verksamhet. Vi ska inte hålla på med ickevåldsarbete i Svenska Freds, det är en fråga för Kristna Freds eller Plogbillsrörelsen. Såna där oseriösa nässköljande indier hör inte hemma i Svenska Freds.”

**Vanemässigt svar:** Alltså, hör du hur du låter?!?!? Vad tusan är det som är så farligt med ickevåld?!? Jag har aldrig hört så mycket misstänksamhet någonstans mot ickevåld som i den här jäkla styrelsen! Det är som att det skulle vara farligare än våld!!! Jag känner mig hela tiden motarbetad!!!

**Självempati: Jag känner mig arg för att jag behöver** respekt för min åsikt.

**Jag känner mig besviken för att jag behöver** bli hörd och få förståelse för min seriösa avsikt med verksamhetsförslaget.

**Jag känner mig beklämd för att jag behöver** hopp om ickevåldets förankring i fredsrörelsen.

**Gissning med empati: Den här personen kanske känner sig rädd för att den skulle behöva** kontroll och tillförlitlighet, kunna lita till att ickevåld inte primärt måste handla om laglöshet.

---

Den här typen av övningar tror jag att jag behöver jag hålla på mycket med för att försöka förstå och få empatisk kontakt med människor som inte tycker som jag själv...

Oktober -04

Anne-Kari "Akka" Gudmundson

---

Här kommer mina försök till NVC-texter:

**Insändartext:**

Insändare, oktober -04:

VAD BEHÖVER VI SOM BOR I NORRLAND, SVERIGE, VÄRLDEN ?

Den statliga utredningen av Karl Leifland, "Snö, mörker och kyla" (SOU 2004:77) föreslår att de nordliga länen ska säljas som test- och övningsområden för utländska militärmakter.

Utredaren försöker lösa frågan om var man ska dra gränsen för vilka som ska få öva här genom att hänvisa till att det bör vara samma länder som får köpa svenska vapen. Det innebär att USA inför ett anfall, såsom mot Irak, först kan träna sina soldater och sitt stridsflyg i Norrland inför ett folkrättsvidrigt krig – det känns chockerande för mig! Det finns andra länder som allvarligt kränker mänskliga rättigheter som enligt samma princip skulle få träna sin militär här vilket också gör mig förskräckt. Trots att Sverige har riktlinjer som säger att vi inte får exportera vapen till länder som kränker mänskliga rättigheter eller ligger i krig, så har

Sverige ändå alltför ofta gjort just detta. Leiflands utredning ger ingen garanti för att inte samma sak skulle hända vad gäller utländska militärövningar i Sverige.

Jag känner mig både missnöjd och djupt orolig över detta förslag; orolig därför att jag behöver kunna lita på att Sverige inte samarbetar med länder som ligger i krig eller kränker mänskliga rättigheter, och missnöjd därför att jag behöver hopp om att det finns projekt som på ett annat sätt kan utveckla Norrlandslänet. Jag önskar sysselsättning till länet – men inte till vilket pris som helst. Jag tänker också på hur miljön påverkas negativt. Jag vill att militären, i Sverige och i andra länder, lägger om sin verksamhet till förebyggande arbete för att trappa ned konflikter i stället för att utveckla ännu fler vapen som bidrar till miljöförstöring och till att trappa upp konflikter, för jag skulle vilja känna mig trygg med att värden som fred och miljö hade större prioritet.

Radikalpacifisten i mig säger nej till militarism över huvud taget. Men verklighetsanpassaren i mig undrar om det på vägen till en vapenfri värld kanske behövs fredsbevarande FN-styrkor, som då måste träna någonstans. Om Sverige ska kunna bidra till sådana FN-insatser behöver vi samöva med andra länder, och andra länder bör också kunna öva för FN-tjänstgöring. Om detta ska ske i Sverige eller utomlands är då inte det väsentliga. Därför tycker jag att det är svårt att säga generellt nej till utländska övningar. Men jag vill att ett strikt kriterium för det ska vara att det sker med demokratiska länder som respekterar mänskliga rättigheter och som inte är krigförande, att övningen i så fall syftar till att öva inför internationella fredsbevarande FN-insatser, och att allmänheten ges total insyn i alla övningar. Eftersom Leiflands förslag inte innebär någon garanti för det är jag mycket bestört över hans utredning. Jag behöver tillförlitlighet i politiken och önskar att Leifland omarbetar sitt förslag.

Det är frustrerande att tänka sig att de nordliga länen i Sverige skulle bidra till att världen blir ännu mer militariserad. Jag tror inte att det är det som Norrland, eller Sverige, eller världen behöver. Jag tror vi behöver arbete som skapar rättvisa och en fredlig utveckling. Kanske känner du dig arg eller bekymrad över förslaget? Delta i Svenska Freds vykortskampanj med önskemål till försvarsminister Leni Björklund om att säga nej till Leiflands förslag i dess nuvarande form!

Anna-Kari Gudmundson  
Ordförande för Svenska Freds i Luleå

### **Vykortstext:**

Hej Leni!

Karl Leifland föreslår att de nordliga länen ska säljas som test- och övningsområden för utländska militärmakter. Utredaren menar att det bör vara de länder som får köpa svenska vapen som ska få öva här. Trots att Sverige har riktlinjer som säger att vi inte får exportera vapen till länder som kränker mänskliga rättigheter eller ligger i krig, så har Sverige ändå alltför ofta gjort just detta. Jag känner mig bestört när Leiflands utredning inte ger någon garanti för att inte samma sak skulle hända vad gäller utländska militärövningar i Sverige. Jag behöver tillförlitlighet i politiken.

Jag vill att ett strikt kriterium för eventuella utländska militärövningar ska vara att det handlar om demokratiska länder som respekterar mänskliga rättigheter och som inte är krigförande, att övningen i så fall syftar till att öva inför internationella fredsbevarande FN-insatser, och att

allmänheten ges total insyn i alla övningar. Leiflands förslag innebär inte någon garanti för det. Jag vill att du säger nej till Leiflands förslag i dess nuvarande form och ber honom att omarbeta det.

Jag känner mig djupt orolig och behöver hopp om att det finns projekt som på ett annat sätt kan utveckla Norrlandslänen och världen över huvud taget. Jag vill att du arbetar för att resurser satsas på att lägga om militärens verksamhet till förebyggande arbete för att trappa ned konflikter i stället för att utveckla ännu fler vapen som bidrar till miljöförstöring och till att trappa upp konflikter. Jag skulle vilja känna mig trygg med att värden som fred och miljö hade större prioritet.

Hälsningar

### **Min omformulerade Riskortstext i ett försök att formulera mig mer enligt NVC:**

Foreign Secretary Jack Straw,

I was shocked at the terrorist attack of a school in Beslan. I am convinced that a political solution of the conflict in Chechnya is of urgent necessity. I am afraid that Putins military strategy will make the situation worse, and I feel worried when I hear your recent statements that Putin can handle the crisis in Chechnya himself. I need to have hopes of leaders worldwide to solve conflicts peacefully. I wish that the international community stops treating the war in Chechnya as an internal Russian affair and that you tell Putin that you wish him to work for nonviolent conflict solutions.

Regards,

Anna-Kari Gudmundson  
Backgatan 8  
97242 Luleå

### **Ursprunglig Riskortstext:**

Foreign Secretary Jack Straw,

The recent terrorist attack of a school in Beslan, Russia, is a horrible crime that must be condemned. At the same time, the recent increase in terrorist attacks in Russia tells us that the Russian government has failed in solving the conflict in Chechnya. It is obvious that Putin's military strategy is just making the situation worse.

I am therefore very critical of your recent statements, in which you say that you are confident that Putin can handle the crisis in Chechnya himself. The risk of statements such as yours is that Putin will go on violating human rights in Chechnya. The international community must now stop treating the war in Chechnya as an internal Russian affair.

Regards,