



Podstawy zjawiska przemocy w rodzinie.

PRZEMOC może mieć różne formy i można jej doznawać w każdym miejscu:

– w domu, w szkole, w miejscu pracy, na ulicy, w urzędzie czy nawet w kościele.

PRZEMOC JEST PRZESTĘPSTWEM!

Prawo stoi po Twojej stronie!

Definicja przemocy w rodzinie

Zgodnie z ustawą o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie, pod pojęciem tym rozumie się jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste członków rodziny. Przemoc prowadzi do narażenia poddanych jej członków rodziny na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, narusza ich godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powoduje szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołuje cierpienia i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą.

Rodzaje przemocy

❖ Przemoc fizyczna.

To wszelkiego rodzaju działania, zachowania wobec Ciebie, powodujące nieprzypadkowe urazy. Mogą to być: popychanie, obezwładnianie, przytrzymywanie, policzkowanie, bolesne klapsy, ciosy w głowę, szczypanie, kopanie, duszenie, bicie otwartą dłonią i pięściami, bicie przedmiotami, rzucanie w Ciebie przedmiotami, parzenie, polewanie substancjami żrącymi bądź cuchnącymi, użycie noża lub broni, zamykanie w pomieszczeniach, porzucanie w niebezpiecznej okolicy, nieudzielenie koniecznej pomocy. Przemoc fizyczna może prowadzić do uszkodzenia ciała, urazów narządów wewnętrznych, kalectwa jak i urazów psychicznych oraz trudności w nauce i zaburzeń w społecznym rozwoju dzieci.

❖ Przemoc psychiczna.

To agresywne zachowania wobec Ciebie, które mają charakter poniżający lub budzący poczucie zagrożenia, lęku i wywołują emocjonalne cierpienie lub ból. Mogą to być: wyśmiewanie, wyzywanie, poniżanie, przekleństwa, bezpodstawne oskarżanie, wmawianie choroby psychicznej lub ułomności, stała krytyka, nadmierne kontrolowanie i ograniczanie kontaktów z innymi osobami, domaganie się posłuszeństwa, uległości, zawstydzanie, wyszydzanie wyglądu, oskarżanie, stosowanie gróźb, szantażowanie. Złość, która towarzyszy wszystkim formom przemocy jest uzależnieniem takim samym jak np. uzależnienie od narkotyków, czy alkoholu i należy ją leczyć.

Pamiętaj: złe słowa bardziej ranią od razów fizycznych i powodują bliźny emocjonalne na całe dalsze życie.

❖ **Przemoc seksualna.**

To różne działania hetero i homo seksualne względem Ciebie w tym: wymuszanie kontaktów erotycznych w różnych formach w ramach związku, gwałt małżeński, gwałt dokonywany przez obce osoby, molestowanie seksualne przez najbliższych, sąsiadów, współpracowników, w różnych formach fizycznych, psychicznych i słownych, wykorzystywanie seksualne dzieci, osób niepełnosprawnych intelektualnie i fizycznie; brutalne działania przeciwko integralności seksualnej; udostępnianie zdjęć i filmów pornograficznych.

Pamiętaj: bez względu na wiek i płeć jesteś jedynym właścicielem swojego ciała i swojej psychiki. Nikt, bez Twojej zgody, nie może Cię zaczepiać, niepokoić, dotykać.

❖ **Cyberprzemoc.**

Forma przemocy stosowanej za pomocą urządzeń i narzędzi elektronicznych – telefonów, aparatów fotograficznych, kamer, Internetu. Najczęstsze formy cyberprzemocy to: prześladowanie, grożenie, zastraszanie, nękanie, wyśmiewanie, głucho lub obraźliwe telefony, poniżanie poprzez wysyłanie złośliwych sms-ów lub maili, wykonywanie zdjęć bez zgody fotografowanego i ich przesyłanie, zamieszczanie ośmieszających zdjęć w Internecie, sporządzanie fałszywych witryn internetowych, podszywanie się na blogach pod inną osobę, kręcenie filmików telefonem komórkowym i rozsyłanie ich do osób trzecich, tworzenie kompromitujących i ośmieszających stron internetowych.

Pamiętaj: chociaż formy te, z pozoru wyglądają niewinnie, często prowadzą do prób samobójczych – w rzeczywistości stanowią cios psychiczny, który może ciągnąć się przez całe życie. Na tę formę przemocy szczególnie narażone są dzieci.

❖ **Przemoc ekonomiczna.**

To działania prowadzące do całkowitej zależności finansowej ofiary od sprawcy. Osoba stosująca tę formę przemocy nie zaspokaja podstawowych potrzeb materialnych rodziny, uniemożliwia podjęcie pracy, utrudnia aktywność zawodową, odbiera pieniądze, okrada, wylicza wydatki itp.

Pamiętaj: jeśli nie została zawarta intercyza w małżeństwie, to obowiązuje zasada wspólności majątkowej; dzieciom pozbawionym kieszonkowego i udziału w podejmowaniu decyzji o wydatkach w rodzinie, trudno będzie stać się dobrymi gospodarzami.

Oznaki przemocy

Istnieją pewne symptomy, wskazujące na to, że w rodzinie obecna jest przemoc.

Jeśli ktoś bliski, ktoś z rodziny:

- Zamienia drobne zajścia w wielkie kłótnie;
- Rani Cię swoim zachowaniem;
- Znieważa Cię, używa w stosunku do Ciebie obraźliwych słów, obelg, wyzwisk;
- Ma nagłe napady furii lub gniewu;
- Niszczy rzeczy, które są Twoją własnością;
- Odbiera Ci pieniądze lub nie chce dawać Ci środków na życie;
- Kontroluje wszystkie Twoje zachowania, nie pozwala Ci podejmować żadnych decyzji;
- Uniemożliwia Ci spotkanie, czy widywanie się ze znajomymi lub rodziną;
- Ośmiesza Cię, poniża, upokarza również w obecności innych;
- Nieustannie Cię krytykuje;

- Zastrasza Cię i manipuluje, by kontrolować Ciebie i innych członków rodziny;
- Grozi, że skrzywdzi Ciebie, Twoje dzieci lub innych członków rodziny;
- Bije Cię, popycha, szarpie, kopie, policzkuje, a następnie obiecuje, że to więcej się nie zdarzy;
- Wymaga od Ciebie, abys uprawiał/a seks na zawołanie, nawet jeśli nie masz na to ochoty.

Musisz rozważyć czy jesteś bezpieczna/y w swoim domu.

Jeśli w Twoim życiu występuje lub wystąpiła jedna, lub więcej z wymienionych powyżej oznak, istnieje duże prawdopodobieństwo, że doznajesz przemocy w rodzinie. Nie lekceważ tego i zwróć się po pomoc do jednej z instytucji niosących pomoc rodzinom znajdującym się w kryzysie.

Nadużywanie alkoholu a przemoc domowa

Przemoc w rodzinie często jest związana z nadużywaniem alkoholu. Osoby znajdujące się w stanie nietrzeźwości tracą samokontrolę i mogą zachować się w nieprzewidywalny sposób. Pod wpływem alkoholu zanikają, istniejące w człowieku hamulce, wewnętrzne zakazy, krępujące jego zachowanie. Częste nadużywanie alkoholu prowadzi do nasilenia się zachowań agresywnych. Nawet osoba uznawana za spokojną i opanowaną, w stanie upojenia alkoholowego, może stosować przemoc, niszcząc swoją rodzinę. Mimo, że pijany człowiek nie potrafi logicznie myśleć, rozumieć i oceniać swoich czynów oraz nie docierają do niego racjonalne argumenty, nie można w żaden sposób usprawiedliwiać jego agresywnych zachowań. Uzależnienie od alkoholu sprawcy przemocy nie jest okolicznością

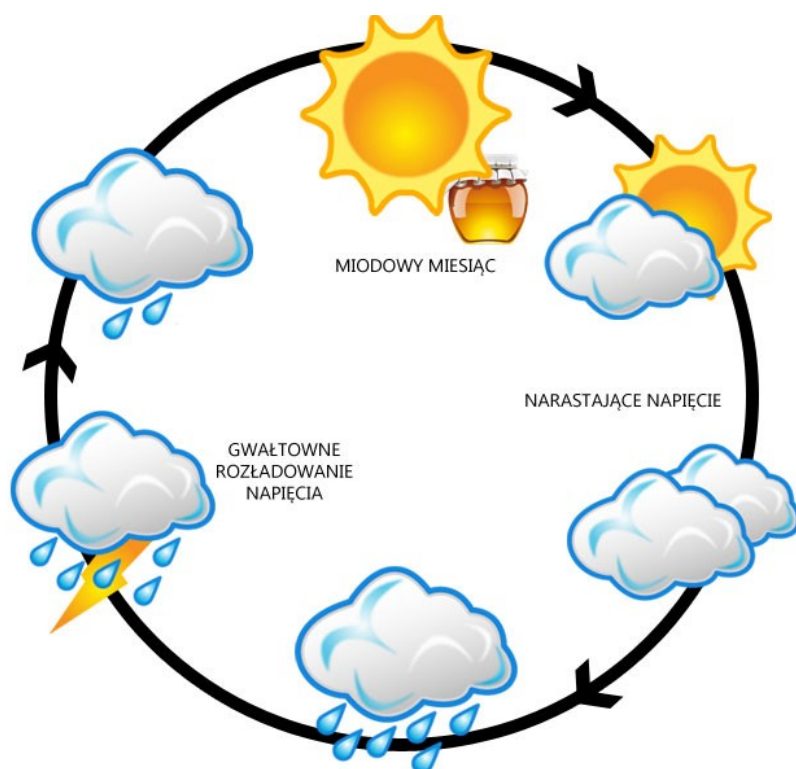
łagodząca. To sam sprawca, wprowadzając się w stan nietrzeźwości, jest w pełni odpowiedzialny za swoje czyny.

Musisz pamiętać, że uzależnienie od alkoholu wywiera zły wpływ nie tylko na osobę, która pije, ale stanowi poważne zagrożenie dla innych członków rodziny. Życie z alkoholikiem może doprowadzić do współuzależnienia. Stan taki jest bardzo niebezpieczny, ponieważ podtrzymuje picie i utrudnia wyjście z nałogu. Zarówno osoby uzależnione jak i współuzależnione wymagają specjalistycznej pomocy terapeutycznej. Nie jest łatwo przyznać się do tego, że w rodzinie występuje problem alkoholu i przemocy. Wstyd, że w rodzinie ma się kogoś, kto pije i terroryzuje swoich bliskich, obawa przed reakcją otoczenia, strach przed zemstą, dręczyciela czy nieracjonalne poczucie bycia współwinnym, przeszkadza w zwróceniu się po pomoc.

Cykl przemocy domowej.

PRZEMOC DOMOWA NIE JEST JEDNORAZOWYM INCYDENTEM !!!

Często ma długą, nawet kilkunastoletnią historię i zwykle powtarza się według kolejno następujących po sobie faz:



1. Faza narastania napięcia

W tej fazie partner jest napięty i stale poirytowany. Każdy drobiazg wywołuje jego złość, często robi awanturę, zaczyna więcej pić, przyjmować narkotyki lub inne substancje zmieniające świadomość. Może poniżać partnerkę, poprawiając swoje samopoczucie. Prowokuje kłótnie i staje się coraz bardziej niebezpieczny. Sprawia wrażenie, że nie panuje nad swoim gniewem. Kobieta stara się jakoś opanować sytuację – uspokaja go, spełnia wszystkie zachcianki, wywiązuje się ze wszystkich obowiązków. Często przeprasza sprawcę. Ciągłe zastanawia się nad tym, co może zrobić, aby poprawić mu humor, uczynić go szczęśliwym i powstrzymać przed wyrządzeniem krzywdy. Niektóre kobiety w tej fazie mają różne dolegliwości fizyczne, jak bóle żołądka, bóle głowy, bezsenność, utratę apetytu. Inne wpadają w apatię, tracą energię do życia lub stają się niespokojne i pobudliwe. Jest to wynik narastania napięcia, które po

pewnym czasie staje się nie do zniesienia. Zdarza się, że kobieta wywołuje w końcu awanturę, żeby „mieć to już za sobą”.

2. Faza ostrej przemocy

W tej fazie partner staje się gwałtowny. Wpada w szal i wyładowuje się. Eksplozję wywołuje zazwyczaj jakiś drobiazg, np. lekkie opóźnienie posiłku. Skutki użytej przemocy mogą być różne – podbite oko, połamane kości, obrażenia wewnętrzne, poronienie, śmierć. Kobieta stara się zrobić wszystko, żeby go uspokoić i chronić siebie. Zazwyczaj, niezależnie od tego, jak bardzo się stara, wściekłość partnera narasta coraz bardziej. Czuje się bezradna, bo ani przekonywanie sprawcy, ani bycie miłą, ani unikanie, ani bierne poddawanie się mu nie pomaga i nie łagodzi jego gniewu. Po zakończeniu wybuchu przemocy, kobieta jest w stanie szoku. Nie może uwierzyć, że to się naprawdę stało. Odczuwa wstyd i przerażenie. Jest oszołomiona. Staje się apatyczna, traci ochotę do życia, odczuwa złość i bezradność.

3. Faza miodowego miesiąca

Gdy sprawca wyładował już swoją złość i wie, że posunął się za daleko, nagle staje się inną osobą. Szczerze żałuje tego co zrobił, okazuje skruchę i obiecuje, że to się nigdy nie powtórzy. Stara się znaleźć jakieś wytłumaczenie dla tego, co zrobił i przekonuje ofiarę, że to był jednorazowy, wyjątkowy incydent, który już się nigdy nie zdarzy. Sprawca okazuje ciepło i miłość. Staje się znowu podobny do tego, jakim był na początku znajomości. Przynosi kwiaty, prezenty.

Jeżeli jesteś świadkiem przemocy wobec dziecka, zauważysz, że:

- dziecko cierpi;

- ma kłopoty w szkole, trudności z nauką, koncentracją uwagi, skupieniem się;
- jest nerwowe;
- jest agresywne, wulgarne, wszczyna bójki;
- jest ciche, wycofane, nie odzywa się;
- boi się wszystkiego, często płacze;
- ma kłopoty w kontaktach z rówieśnikami;
- obwinia się o to, co się dzieje w domu;
- jest pobudzone seksualnie i okazuje to w sposób nietypowy dla swojego wieku;

Jest bardzo możliwe, że doznaje Ono krzywdy.

Co możesz zrobić by pomóc dziecku i zapewnić mu bezpieczeństwo?

- Ważne, że się nad tym zastanawiasz!
- Porozmawiaj o wszystkim z osobą, do której masz zaufanie - to często "rozjaśnia" wiele spraw i dodaje sił, ponieważ możesz zyskać sojusznika i doradcę.
- Zawiadom którąś z działających w pobliżu instytucji (mają one obowiązek zareagować): Policję, Ośrodek Pomocy Społecznej, Sąd, Ośrodek Interwencji Kryzysowej, placówkę zajmującą się pomocą ofiarom przemocy w rodzinie (samorządową lub pozarządową) itp.
- Kodeks Karny, Prawo Rodzinne, Konwencja o Prawach Dziecka, Konstytucja, instytucje, organizacje samorządowe i pozarządowe są po to, żeby chronić dzieci i ich prawa oraz wspierać osoby chcące pomagać.

Pedagog: Małgorzata Zubrzycka

