

Co należy wiedzieć o przemoc

Co to jest przemoc w rodzinie?

Według definicji przyjętej w Ustawie z dnia 29 lipca 2005r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz. U. z 2021r., poz. 1249 z późn. zm.) przemoc domową należy rozumieć jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste osoby doznającej przemocy domowej, w szczególności:

- a. narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia,
- b. naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność, w tym seksualną,
- c. powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, wywołujące u tej osoby cierpienie lub krzywdę,
- d. ograniczające lub pozbawiające tę osobę dostępu do środków finansowych lub możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej,
- e. istotnie naruszające prywatność tej osoby lub wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udrczenia, w tym podejmowane za pomocą środków komunikacji elektronicznej;

Kliknij **WIĘCEJ**, aby zapoznać się ze szczegółami.

Przemoc w przeciwieństwie do agresji :

- jest długoterminowa,
- występuje relacja silniejszy-słabszy,
- skierowana jest wyłącznie na ludzi,
- sama się nie kończy,
- pozostawia u ofiary długoterminowe ślady w psychice,
- pozbawiona jest emocji.

Przemoc domowa może się objawiać w różnorodnych rodzajach i formach

Przemoc fizyczna - popychanie, odpychanie, obezwładnianie, przytrzymywanie, policzkowanie, kopanie, duszenie, parzenie, polewanie niebezpiecznymi substancjami, bicie ręką i przedmiotami, użycie broni lub innych niebezpiecznych narzędzi, porzucenie w niebezpiecznej okolicy, nieudzielenie koniecznej pomocy, i in.

Przemoc psychiczna - wyśmiewanie poglądów, religii, pochodzenia, narzucanie własnych poglądów, karanie przez odmowę uczuć, wmawianie choroby psychicznej, stała krytyka, izolacja społeczna, degradacja werbalna (poniżanie, wyzywanie, upokarzanie, zawstydzanie), stosowanie bezprawnych gróźb, ograniczanie snu i pożywienia, i in.

Przemoc seksualna - wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, sadystyczne formy współżycia seksualnego, demonstrowanie zazdrości, krytyka zachowań seksualnych kobiety, obśmiewanie, wymuszanie oglądania pornografii i powtarzanie zachowań tam stosowanych, patologiczna zazdrość o zachowania seksualne, których nie ma, i in.

Przemoc ekonomiczna - odbieranie pieniędzy, uniemożliwianie podjęcia pracy zarobkowej, niezaspokajanie podstawowych, materialnych potrzeb rodziny, i in.

Zaniedbywanie - niezaspokajanie podstawowych potrzeb dziecka, zarówno fizycznych (właściwe odżywianie, ubieranie, ochrona zdrowia, edukacja, itp...), jak i psychicznych (poczucie bezpieczeństwa, miłość rodzicielska, troska, i in.)

Fazy cyklu przemocy

W pierwszych latach rozwijania się zjawiska przemocy w rodzinie występuje specyficzny cykl, składający się z trzech powtarzających się faz:

I faza - narastania napięcia oraz agresji sprawcy. Każdy drobiazg wywołuje jego irytacje, prowokuje kłótnie, staje się coraz bardziej niebezpieczny. Osoba doznająca tego stanu stara się opanować sytuację i oddalić zagrożenie. Czasem, nie mogąc wytrzymać napięcia, sama prowokuje spięcie, by mieć to wreszcie za sobą.

II faza - gwałtownej przemocy. Z mało istotnych powodów dochodzi do ataku agresji i rozładowania złości. Osoba doświadczająca przemocy doznaje zranień fizycznych i psychicznych. Stara się uspokoić sprawcę i ochronić siebie. Odczuwa przerażenie, złość, bezradność, wstyd, traci ochotę do życia.

III faza - tzw. „miodowego miesiąca”. W tej fazie wszystko się zmienia. Sprawca przeprosza za swoje zachowanie, obiecuje poprawę. Bywa czuły, troskliwy, zapewnia o miłości, usprawiedliwia swoje zachowanie - kupuje prezenty, kwiaty. Dużo uwagi poświęca także dzieciom. Ofiara zaczyna wierzyć, że sprawca się zmienił, a przemoc była jedynie incydentem. Faza miodowego miesiąca zazwyczaj nie trwa długo, ale zatrzymuje ofiarę w cyklu przemocy, zapomina ona o pozostałych fazach. Po jakimś czasie napięcie powraca i cały cykl przemocy się powtarza. Miodowa faza demobilizuje ofiarę, a u sprawcy utrwala poczucie bezkarności i nadzieję, że następnym razem jakoś sobie poradzi i uzyska przebaczenie. Prawdziwym **zagrożeniem** jakie niesie ta faza jest fakt, że przemoc w następnym cyklu bywa jeszcze gwałtowniejsza. Najbardziej ukrywane są fazy I i II, III natomiast jest eksponowana na zewnątrz - tak, aby znajomi i rodzina widzieli jak „dobrze się dzieje w rodzinie.”

Cykle takie mogą trwać przez wiele lat. Zwykle fazy „miodowego miesiąca” się skracają, a fazy narastającego napięcia i gwałtownej przemocy wydłużają się i przebiegają bardziej dramatycznie.

To, co kiedyś w fazie „miodowego miesiąca” było przyjemnością, przekształca się w unikanie przykrości, bólu i cierpienia. Po pewnym czasie faza „miodowego miesiąca” zanika całkowicie i pozostają tylko dwie fazy. Cykliczność przemocy sprawia, że ofiarom trudno jest podjąć działania mające na celu zatrzymanie przemocy.

Jeżeli ofiara utrwalonej przemocy nie uzyska pomocy z zewnątrz, jej szanse na wyrwanie się z pułapki i uratowanie są niewielkie. Dlatego sprawą niezwyklej wagi jest prawidłowe działania różnych instytucji i organizacji zajmujących się udzielaniem pomocy, aby uniknąć wtórnych zranień osoby doświadczającej przemocy.

PAMIĘTAJ!

Przemoc to przestępstwo ścigane przez prawo!

Nie ma usprawiedliwienia dla przemocy!

Przemoc w rodzinie łamie Twoje podstawowe prawa!

Masz prawo szukać specjalistycznej pomocy!

Jeżeli Ty lub ktoś z Twoich bliskich jest ofiarą przemocy ze strony osoby najbliższej, nie wstydź się prosić o pomoc.

Na skutek wszczęcia procedury „Niebieskie Karty” informacja dotycząca Twojej sytuacji rodzinnej zostanie przekazana przewodniczącemu Zespołu Interdyscyplinarnego, który podejmie dalsze działania. Zawsze możesz wzywać Policję na interwencję, poinformować prokuraturę oraz zwrócić się o pomoc do podmiotu lub organizacji realizujących działania na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Możesz również poprosić dzielnicowego, aby przyszedł do Twojego domu i udzielił stosownej pomocy i niezbędnych informacji.

[Akty prawne dotyczące przemocy domowej](#)