

## **Przemoc w rodzinie: rodzaje i fazy przemocy w rodzinie**

**Przemoc w rodzinie** to nie tylko znęcanie się fizyczne nad członkiem rodziny, ale także dręczenie psychiczne, wykorzystywanie seksualne i ekonomiczne. Ofiary przemocy w rodzinie stanowią przede wszystkim kobiety, które wstyd oraz wyuczona bezradność często powstrzymują przed zerwaniem toksycznej relacji.

### **Jak wygląda mechanizm przemocy domowej i gdzie ofiary mogą szukać pomocy?**

**Przemoc w rodzinie** zachodzi wówczas, gdy mąż, żona lub inny członek rodziny wyrządza krzywdę fizyczną lub psychiczną najbliższemu, z którym mieszka pod jednym dachem. Sprawca przemocy domowej, wykorzystując swoją przewagę nad ofiarą, próbuje ją zdominować, zastraszyć, poniżyć i wymusić na niej określone zachowania. Jeśli osoba doświadczająca przemocy domowej w porę nie zareaguje i nie uwolni się od tyranii partnera, z czasem będzie jej coraz trudniej przerwać błędny krąg przemocy. Miesiące, a czasem nawet całe lata upokorzeń zmieniają u ofiary postrzeganie samej siebie – zaczyna ona stopniowo przejmować taki obraz własnej osoby, jaki wmawia jej oprawca. Wówczas jedynym wyjściem jest zwrócenie się do instytucji, które dysponują środkami prawnymi pomagającymi karać sprawców przemocy.

### **Ogólnopolski numer telefonu dla ofiar przemocy w rodzinie: 800 12 00 02**

#### **Przemoc w rodzinie: kiedy ma miejsce?**

O przemocy domowej można mówić wówczas, gdy spełnia następujące cechy:

- ma charakter intencjonalny co oznacza, że działania sprawcy są świadome i zamierzone;
- jest rodzajem relacji, w której jedna ze stron podporządkowana jest drugiej – sprawca wykorzystuje swoją przewagę fizyczną, psychiczną, ekonomiczną lub społeczną, aby zdominować ofiarę;
- jest relacją, w której sprawca podejmując działania lub zaniechując ich narusza prawa i dobra osobiste ofiary;
- powoduje szkody fizyczne i psychiczne oraz wywołuje cierpienie u osoby, która doznaje przemocy.

## Rodzaje przemocy

**Fizyczna** - naruszenie nietykalności fizycznej.

**Psychiczna** - naruszenie godności osobistej.

**Seksualna** - naruszenie intymności.

**Ekonomiczna** - naruszenie własności.

**Zaniechanie** - naruszenie obowiązku do opieki ze strony osób bliskich.

**Fizyczna - naruszenie nietykalności fizycznej.** Przemoc fizyczna jest intencjonalnym zachowaniem powodującym uszkodzenie ciała lub niosącym takie ryzyko, np.: popychanie, szarpanie, ciągnięcie, szturchanie, klepanie, klapsy, ciągnięcie za uszy, włosy, szczypanie, kopanie, bicie ręką, pięścią, uderzenie w twarz - tzw. "policzek", przypalanie papierosem, duszenie, krępowanie ruchów, itp.;

**Psychiczna - naruszenie godności osobistej.** Przemoc psychiczna zawiera przymus i groźby np.: obrażanie, wyzywanie, osądzanie, ocenianie, krytykowanie, straszenie, szantażowanie, groźenie, nieliczenie się z uczuciami, krzyczenie, oskarżanie, obwinianie, oczernianie, krzywdzenie zwierząt, czytanie osobistej korespondencji, ujawnianie tajemnic, sekretów, wyśmiewanie, lekceważenie, itp.;

Przemoc psychiczna jest najczęstszą formą przemocy i jest trudna do udowodnienia.

**Seksualna - naruszenie intymności.** Przemoc seksualna polega na zmuszanie osoby do aktywności seksualnej wbrew jej woli, kontynuowaniu aktywności seksualnej, gdy osoba nie jest w pełni świadoma, bez pytania jej o zgodę lub gdy na skutek zaistniałych warunków obawia się odmówić. Przymus może polegać na bezpośrednim użyciu siły lub emocjonalnym szantażu. Np.: wymuszanie pożycia, obmacywanie, gwałt, zmuszanie do niechcianych praktyk seksualnych, nieliczenie się z życzeniami partnerki/partnera, komentowanie szczegółów anatomicznych, ocenianie sprawności seksualnej, wyglądu, itp.;

**Ekonomiczna - naruszenie własności.** Przemoc ekonomiczna wiąże się celowym niszczeniem czyjejś własności, pozbawianiem środków lub stwarzaniem warunków, w których nie są zaspokajane niezbędne dla przeżycia potrzeby. Np.: niszczenie rzeczy, włamanie do zamkniętego osobistego pomieszczenia, kradzież, używanie rzeczy bez pozwolenia, zabieranie pieniędzy, przeglądanie dokumentów, korespondencji, dysponowanie czyjąś własnością, zaciąganie pożyczek "na wspólne konto", sprzedawanie osobistych lub wspólnych rzeczy bez uzgodnienia, zmuszanie do spłacania długów, itp.

**Zaniechanie - naruszenie obowiązku do opieki ze strony osób bliskich.** Jest formą przemocy ekonomicznej i oznacza np.: nie dawanie środków na utrzymanie, pozbawianie jedzenia, ubrania, schronienia, brak pomocy w chorobie, nie udzielenie pomocy, uniemożliwianie dostępu do miejsc zaspokojenia podstawowych potrzeb: mieszkania, kuchni, łazienki, łóżka, itp.;

## FORMY I SKUTKI PRZEMOCY W RODZINIE

Rodzaje przemocy	Formy przemocy	Skutki przemocy
<b>PRZEMOC FIZYCZNA</b>	szarpanie, kopanie, popychanie, obezwładnianie, duszenie, urazy, rany, złamania, stłuczenia, odpychanie, przytrzymywanie, zadrapania, siniaki, poparzenia; policzkowanie, szczypanie, bicie następujące skutki: choroby w otwartą ręką, pięściami, różnymi przedmiotami, przypalanie papierosem, topienie, polewanie substancjami żrącymi, użycie broni, pozostawienie niebezpiecznym miejscu, udzielenie niebezpiecznym miejscu, niebezpiecznym miejscu, niebezpiecznym miejscu, itp.	bezpośrednie: uszkodzenia ciała - choroby w wyniku powikłań i stresu, zespół stresu pourazowego, życie w chronicznym stresie, poczucie zagrożenia, strachu, lęku, napady wpaniki, bezsenność, zaburzenia psychosomatyczne, itp.;
<b>PRZEMOC PSYCHICZNA</b>	wyśmiewanie opinii, poglądów, przekonań, religii, pochodzenia, poglądów, stałe ocenianie, krytyka, wmawianie choroby psychicznej, izolowanie, kontrolowanie, ograniczanie kontaktów z innymi ludźmi, wymuszanie posłuszeństwa, podporządkowania, ograniczanie wyzywanie, używanie wulgarnych epitetów, poniżanie, upokarzanie, stosowanie szantażowanie, itp.	zniszczenie poczucia mocy ofiary, jej poczucia wartości i godności, uniemożliwienie podjęcia działań jakichkolwiek z zasadą posłuszeństwa, osłabienie psychicznych i fizycznych i fizycznych stawiania oporu oraz przekonania o daremności jego stawiania, odizolowanie od zewnętrznych źródeł wsparcia, całkowite uzależnienie ofiary od przemocowca, stały strach i utrata nadziei, choroby psychosomatyczne, ciągły stres, zaburzenia snu, itp.
<b>PRZEMOC SEKSUALNA</b>	gwałt, wymuszanie pożycia, obrażenia fizyczne, ból i cierpienie, obniżona samoocena i poczucie atrakcyjności i godności, zaburzenia seksualne, wyśmiewanie wyglądu, ciała i oziębłość, krytyka zachowań seksualnych, itp.	zaburzenia seksualne, zamknięcie się /lęk, unikanie seksu/, uogólniona niechęć i obawa do przedstawicieli płci sprawcy przemocy, itp.
<b>PRZEMOC EKONOMICZNA</b>	Okradanie, zabieranie pieniędzy, nie łożenie na utrzymanie, uniemożliwienie podjęcia pracy zarobkowej, niezaspokajanie potrzeb podstawowych, materialnych, szantażowanie, zaciąganie długów i kredytów, itp.	całkowita zależność finansowa od partnera, niezaspokojenie potrzeb życiowych, bieda, zniszczenie poczucia własnej godności i wartości, znalezienie się bez środków do życia.

zmuszanie do pożyczek,  
uniemożliwianie korzystania z  
pomieszczeń niezbędnych do  
zaspakajania potrzeb (kuchnia,  
łazienka) itp.

**opracował: Zespół Stowarzyszenia "Niebieska Linia"**