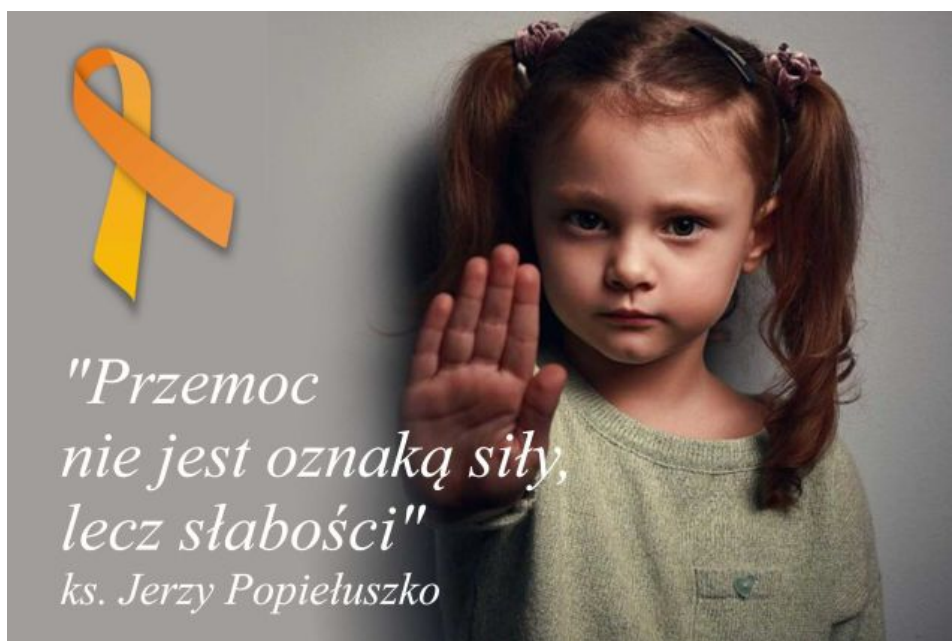


ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY

GMINNY ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY
ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
ul. Górnicza 21, 42-360 PORAJ
tel./ fax 34 3145629



STOP

PRZEMOCY!



Zespół Interdyscyplinarny Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Poraju

W dniu 10 października 2023 r. **Wójt Gminy Poraj** wydał **Zarządzenie Nr OR.0050.51.2023** w sprawie powołania nowego Zespołu Interdyscyplinarnego Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Poraju.

Przewodniczącym Zespołu Interdyscyplinarnego Przeciwdziałania Przemocy Domowej jest Pani Edyta Ząbkiewicz – zastępca kierownika Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Poraju, zastępcą przewodniczącego Pani Julitta Noszczyk – starszy pracownik socjalny w Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Poraju .

Siedzibą Zespołu jest Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Poraju ul. Górnicza 21, 42-360 Poraj. Obsługę organizacyjno – techniczną zapewniają pracownicy GOPS Poraj.

poniedziałek, środa, czwartek od godz. 7.00 do 15.00,
wtorek od godz. 7.00 do 16.00

piątek od godz. 7.00 do 14.00

Adres e-mail: gops@ugporaj.pl

Telefon: 34 3145629

Do zadań zespołu interdyscyplinarnego należy tworzenie warunków umożliwiających realizację zadań z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej oraz integrowanie i koordynowanie działań podmiotów, o których mowa w art. 9a ust. 3-5, w szczególności przez:

- 1) diagnozowanie problemu przemocy domowej na poziomie lokalnym;
- 2) inicjowanie działań profilaktycznych, edukacyjnych i informacyjnych mających na celu przeciwdziałanie przemocy domowej i powierzanie ich wykonania właściwym podmiotom;
- 3) inicjowanie działań w stosunku do osób doznających przemocy domowej oraz osób stosujących przemoc domową;
- 4) opracowanie projektu gminnego programu przeciwdziałania przemocy domowej oraz ochrony osób doznających przemocy domowej;
- 5) rozpowszechnianie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielenia pomocy w środowisku lokalnym;
- 6) powoływanie grup diagnostyczno-pomocowych i bieżące monitorowanie realizowanych przez nie zadań;
- 7) monitorowanie procedury „Niebieskie Karty”;
- 8) przekazywanie informacji, o której mowa w art. 9e ust. 3, oraz dokumentacji, o której mowa w art. 9c ust. 5a;
- 9) kierowanie osoby stosującej przemoc domową do uczestnictwa w programie korekcyjno-edukacyjnym dla osób stosujących przemoc domową lub programie psychologiczno-terapeutycznym dla osób stosujących przemoc domową;
- 10) składanie, na wniosek grupy diagnostyczno-pomocowej, zawiadomienia o popełnieniu przez osobę stosującą przemoc domową wykroczenia, o którym mowa w art. 66c ustawy z dnia 20 maja 1971 r. – Kodeks wykroczeń (Dz. U.

z 2022 r. poz. 2151, 2311, 2581 i 2600 oraz z 2023 r. poz. 289 i 535)

Zespół Interdyscyplinarny tworzy grupy diagnostyczno-pomocowe, których zadaniem jest:

- 1) dokonanie, na podstawie procedury "Niebieskie Karty", oceny sytuacji domowej osób doznających przemocy domowej oraz osób stosujących przemoc domową;
- 2) realizacja procedury "Niebieskie Karty" w przypadku potwierdzenia podejrzenia wystąpienia przemocy domowej, zwłaszcza w sytuacji wystąpienia ryzyka zagrożenia życia lub zdrowia;
- 3) zawiadomienie osoby podejrzanej o stosowanie przemocy domowej o wszczęciu procedury "Niebieskie Karty" pod jej nieobecność;
- 4) realizacja działań w stosunku do osób doznających przemocy domowej oraz osób stosujących przemoc domową;
- 5) występowanie do zespołu interdyscyplinarnego z wnioskiem o skierowanie osoby stosującej przemoc domową do uczestnictwa w programach korekcyjno-edukacyjnych dla osób stosujących przemoc domową albo w programach psychologiczno-terapeutycznych dla osób stosujących przemoc domową;
- 6) występowanie do zespołu interdyscyplinarnego z wnioskiem o złożenie zawiadomienia o popełnieniu przez osobę stosującą przemoc domową wykroczenia, o którym mowa w art. 66c ustawy z dnia 20 maja 1971 r. - Kodeks wykroczeń;
- 7) monitorowanie sytuacji osób doznających przemocy domowej, a także zagrożonych wystąpieniem przemocy domowej, w tym również po zakończeniu procedury "Niebieskie Karty";
- 8) zakończenie procedury "Niebieskie Karty";
- 9) dokumentowanie podejmowanych działań, stanowiących podstawę:
 - a) uznania braku zasadności wszczęcia procedury "Niebieskie Karty",
 - b) wszczęcia procedury "Niebieskie Karty";
- 10) informowanie przewodniczącego zespołu interdyscyplinarnego o efektach podjętych działań w ramach procedury "Niebieskie Karty".

Przemoc domowa łamie Twoje podstawowe prawa!

Przemocy nic nie usprawiedliwia!

Przemoc to przestępstwo ścigane przez prawo!

Każda przemoc wymaga zdecydowanego przeciwstawienia się jej!

Jeśli tego nie zrobisz, będzie się rozwijała i wzmacniała!

Nie musisz tego znosić i sam/a radzić sobie z przemocą!

Przerwij milczenie i zwróć się o pomoc do instytucji, które wspierają ofiary przemocy!

Droga do życia bez przemocy jest trudna i będzie wymagać od Ciebie konsekwencji, cierpliwości i zaangażowania!

Nie zniechęcaj się!

Nie rezygnuj z tej decyzji!

Twoje życie jest w Twoich rękach i od Ciebie zależy, jak będzie ono dalej wyglądało.

Przemocy nie wolno akceptować!

POWIEDZ STOP PRZEMOCY !!!!

Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej – to zespół osób delegowanych ze środowisk profesjonalnych do koordynacji, standaryzacji, analiz i rozwiązywania lokalnych problemów przemocy w rodzinie.

Działania Zespołu zmierzają do poprawy sposobów udzielania pomocy osobom doświadczającym przemocy, ich najbliższemu otoczeniu poprzez kreowanie lokalnej polityki wobec problemu i wypracowaniu procedur oraz standardów.

Osobom dotkniętym przemocą w rodzinie udzielana jest bezpłatna pomoc, w szczególności w formie:

Poradnictwa psychologicznego, prawnego, medycznego, socjalnego, zawodowego i rodzinnego

Pomocy ze strony policji

Pomocy psychiatrycznej- terapii, poradnictwa, wsparcia

Interwencji kryzysowej i wsparcia dla kobiet doświadczających przemocy domowej

Ochrony przed dalszym krzywdzeniem, przez uniemożliwienie osobom stosującym przemoc korzystania ze wspólnie zajmowanego z innymi członkami rodziny mieszkania oraz zakazie kontaktowania się i zbliżania się do osoby pokrzywdzonej

Zapewnienie osobie dotkniętej przemocą w rodzinie bezpiecznego schronienia w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy domowej , w ośrodku interwencji kryzysowej

Badania lekarskiego w celu ustalenia przyczyn i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy domowej oraz wydania zaświadczenia lekarskiego w tym przedmiocie

Terapii dla członków rodzin alkoholowych doświadczających przemocy

Główne zadania powołanego Zespołu to: integrowanie i koordynowanie działań podmiotów, których przedstawiciele wchodzi w skład Zespołu, a także innych specjalistów w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej, w szczególności przez:

diagnozowanie problemu przemocy domowej;

podejmowanie działań w środowisku zagrożonym przemocą domową mających na celu przeciwdziałanie temu zjawisku;

inicjowanie interwencji w środowisku dotkniętym przemocą domową ;

rozpowszechnianie informacji o instytucjach, osobach i możliwościach udzielania pomocy w środowisku lokalnym;

inicjowanie działań w stosunku do osób stosujących przemoc w rodzinie.

Celem Zespołu Interdyscyplinarnego jest przeciwdziałanie następstwom zaistnienia problemu poprzez:

zmniejszenie skali zjawiska przemocy oraz stworzenie jednolitego, profesjonalnego systemu interwencji i wsparcia dla osób zagrożonych bądź uwikłanych w przemoc

usprawnienie systemu przepływu informacji oraz reagowania na zidentyfikowane problemy społeczne, w tym w szczególności przejaw bezradności w sprawach opiekuńczo-wychowawczych, przemocy domowej, demoralizacji nieletnich, zaniedbywania obowiązków rodzicielskich.

Adresatami działań, podejmowanych przez Zespół są przede wszystkim:

1. Rodziny, w których zdarzają się przypadki stosowania przemocy wobec dziecka/dzieci lub współmałżonka.
2. Rodziny, w których dzieci są zaniedbywane (niedożywienie, brak opieki lekarskiej, brak realizacji obowiązku szkolnego itp.).
3. Rodziny, w których nadużywa się alkoholu lub inne używki.
4. Rodziny, w których występują konflikty pomiędzy rodzicami, a dzieckiem, zaburzenia zachowania dzieci na tle konfliktów, ucieczki z domów itd.
5. Rodziny, w których są osoby niepełnosprawne.
6. Rodziny, w których matka lub ojciec zostali osadzeni w więzieniu.
7. Rodziny zastępcze i adopcyjne, które przeżywają problemy z wychowaniem powierzonych dzieci.
8. Rodziny, w których rodzice lub jedno z rodziców są nieletni.

Jeśli zachowujesz się agresywnie wobec bliskich, a ponadto nadużywasz alkoholu, możesz zwrócić się do:

- infolinii AA: **801 033 242**
- Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (**PARPA**), tel. **(22) 250 63 25** gdzie możesz

uzyskać informacje o placówkach leczenia odwykowego

Pozostałe przydatne telefony i instytucje z terenu Twojej Gminy :

Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej 34 3145 629

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Poraju 34 3145 629, 343144852

Policja Kozięgłowy - **997** , Dzielnicowy rejonu Gminy Poraj **798032024**;

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych- **343 145251**

KARTA INFORMACYJNA DLA OSOBY BĘDĄCEJ OFIARĄ PRZEMOCY W RODZINIE

Twoje "Koło ratunkowe"

Pamiętaj! Każde rozwiązanie jest dobre, które zapewni Ci bezpieczeństwo.

To są podstawowe informacje bądź wskazówki, które mogą Ci się przydać:

- Porozmawiaj z kimś, komu ufasz, o ty, co dzieje się w Twoim domu. Nie masz powodu się wstydzić!
- W Twojej okolicy są instytucje, które powinny udzielić ci pomocy, takie jak: Ośrodek Pomocy Społecznej, Poradnia Odwykowa, Punkt Konsultacyjny, Ośrodek Interwencji Kryzysowej, Przychodnia Zdrowia.
- Poproś sąsiadów, aby reagowali na odgłosy awantur i wzywali policję.
- Jeśli chcesz, aby osoba stosująca przemoc została ukarana, złóż zawiadomienie o przestępstwie do prokuratury rejonowej. Przemoc w rodzinie jest przestępstwem ściganym z urzędu. Polega to na tym, że wystarczy złożyć zawiadomienie, by prokurator rozpoczął postępowanie przygotowawcze w tej sprawie.
- Jeśli jest to możliwe, wzywaj policję (tel. 997- połączenie bezpłatne) w sytuacji, gdy czujesz zagrożenie. Skuteczna interwencja polega na zatrzymaniu sprawcy, jeśli stwarza zagrożenie dla otoczenia. Domagaj się, aby policjanci wypełnili Niebieska Kartę (specjalna notatka służbowa). Policja powinna Cie poinformować, w jaki sposób może Ci pomóc oraz zostawić adresy instytucji pomagających ofiarom przemocy domowej.
- Jeśli zostałaś/zostałeś pobita/ty lub zgwałcona/ny, poproś lekarza, aby przeprowadził obdukcję. Obdukcja jest płatna, może ją wystawić tylko lekarz do tego uprawniony- lekarz sądowy.
- Możesz też zwrócić się do lekarza pierwszego kontaktu, aby wystawił Ci zaświadczenie, w którym opíše obrażenia, jakich doznałaś/eś.
- Jeśli zdecydujesz się na opuszczenie domu, zabierz ze sobą ważne dokumenty (dowód osobisty, książeczkę zdrowia, dokumenty sądowe itp.).

Przygotuj się na wypadek wystąpienia następnych aktów przemocy ze strony swojego partnera

KARTA INFORMACYJNA DLA OSOBY STOSUJĄCEJ PRZEMOC W RODZINIE

Przemoc w rodzinie- to wszystkie jednorazowe lub powtarzające się działania lub zaniechania jakich dopuszczasz się wobec osoby najbliższej, wspólnie zamieszkującej lub gospodarującej, zmuszające ją do zachowań wbrew jej woli, w szczególności narażające ją na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające jej godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na jej zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne.

Przemoc w rodzinie może przybrać różne formy, np.:

- **przemocy fizycznej**(np. gdy bijesz, popychasz, szarpiesz, kopiesz, dusisz osobę najbliższą),
- **przemocy psychicznej**(np. gdy obrażasz, wyzywasz, poniżasz w obecności innych osób, pozbawiasz kontaktu z bliskimi, kontrolujesz, ciągle krytykujesz),
- **przemocy seksualnej**(np. gdy zmuszasz osobę najbliższą do współżycia, do zachowań seksualnych przez nią nie akceptowanych).
- **przemoc ekonomiczna naruszenie własności.** Przemoc ekonomiczna wiąże się celowym niszczeniem czyjejs 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.
- **zaniedbania - 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.;

Ofiarą przemocy w rodzinie może być np.:

- dziecko,
- współmałżonek;
- partner, partnerka
- osoba niepełnosprawna;
- osoba starsza;

Stosowanie aktów przemocy wobec osób najbliższych nie tylko naraża Cię na rozpad związku i utratę rodziny, ale również na odpowiedzialność karną.

Za znęcanie się nad osobą najbliższą grozi kara pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5. Nowe przepisy pozwalają Policji, prokuraturze i sądowi na szybką reakcję wobec sprawcy przemocy w rodzinie- **nie licz więc na uniknięcie odpowiedzialności.**

Stosując przemoc wobec osób najbliższych grozi Ci:

- interwencja Policji lub zatrzymanie połączone ze stosowaniem środków zapobiegawczych;
- zastosowanie licznych zakazów, w tym zbliżania się lub kontaktowania się z osobami pokrzywdzonymi;

- nakaz opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania, bez względu na to czyją jest własnością, na podstawie decyzji prokuratora lub orzeczenia sądu;
- zasądzenia odszkodowania, zadośćuczynienia bądź nawiązki na rzecz osoby pokrzywdzonej;
- ograniczenie bądź nawet pozbawienie władzy rodzicielskiej nad dziećmi i ograniczenie z nimi kontaktów, jeżeli przemoc była stosowana także wobec nich;
- w razie uprzedniego skazanie na karę z warunkowym zawieszeniem- natychmiastowe zarządzenie jej wykonania.

PAMIĘTAJ !!!!

Nie masz prawa stosować przemocy wobec najbliższych !!!

W sytuacji wszczęcia procedury " Niebieskiej Karty" współpracuj z zespołem interdyscyplinarnym lub grupą roboczą. Są tam osoby, które chcą pomóc Twojej rodzinie, w tym i Tobie. Przyjdź na wezwanie i zastosuj się do zaleceń wypracowanych przez zespół bądź grupę. Jednym z zaleceń może być Twój udział w oddziaływaniach korekcyjno-edukacyjnych, które są realizowane w ramach specjalnych bezpłatnych programów przeznaczonych dla osób stosujących przemoc w rodzinie. Pamiętaj jednak, że w razie rozpoznania uzależnienia, w pierwszej kolejności należy podjąć stosowną terapię.

Uczestnictwo w programach oddziaływań korekcyjno - edukacyjnych będzie wówczas jej uzupełnieniem.

Dla sprawców i ofiar przemocy program oddziaływań korekcyjno -edukacyjnych dla naszej gminy realizuje Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Myszkowie.

Pełen wykaz podmiotów realizujących programy oddziaływań korekcyjno- edukacyjnych dostępny jest na stronie internetowej www.ms.gov.pl oraz www.mpips.gov.pl

Jeśli zachowujesz się agresywnie wobec bliskich, a ponadto nadużywasz alkoholu, możesz zwrócić się do:

- infolinii **AA: 801 033 242**
- Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych (**PARPA**), **tel. (22) 250 63 25** gdzie możesz uzyskać informacje o placówkach leczenia odwykowego

Pozostałe przydatne telefony i instytucje z terenu Twojej Gminy :

Gminny Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie 34 3145 629

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Poraju 34 3145 629, 343144852

Policja Kozięgłowy - **997** , Dzielnicy rejonu Gminy Poraj **798032024**;

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych- **343 145251**

*Przewodniczący Gminnego Zespołu Interdyscyplinarnego
ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie*

Edyta Ząbkiewicz

gops

GMINNY ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY
ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
ul. Górnicza 21, 42-360 PORAJ
tel./ fax 34 3145629

Przemoc domowa - przyczyny, przemoc psychiczna, przemoc fizyczna, przemoc seksualna, przemoc w związku, skutki przemocy, syndrom stresu pourazowego, pomoc ofiarom przemocy

Dotychczasowa definicja „przemocy w rodzinie” zastąpiona zostanie „przemocą domową”, definiowaną jako *wszelkie akty fizycznej, seksualnej, psychologicznej lub ekonomicznej przemocy występujące w rodzinie lub gospodarstwie domowym lub pomiędzy byłymi lub obecnymi małżonkami lub partnerami, niezależnie od tego, czy sprawca i ofiara dzielą miejsce zamieszkania, czy też nie.*



Przemoc domowa jest wciąż tematem drażliwym w naszym społeczeństwie.

Wyróżnia się kilka form przemocy, jak np.: fizyczną, psychiczną, ekonomiczną, seksualną.

Przemoc nad dzieckiem ma wpływ na prawidłowy jego rozwój.

Jak manifestuje się znęcanie się nad rodziną? Na czym polega przemoc psychiczna w rodzinie? Dlaczego kary cielesne to zła metoda wychowawcza?

Przemoc domowa

Przemoc w rodzinie to wszelkie działania, które mają na celu wykorzystywanie przewagi sił i skierowanie ich przeciw bliskiej osobie. Powoduje zmiany psychiczne i fizyczne u ofiary. Przeprowadzone badania wykazały, że to zjawisko nieustannie się nasila. **Przemoc nad dziećmi** może wpływać destruktywnie na całą rodzinę.

Przyczyny przemocy w rodzinie mają ścisły związek z nadużywaniem alkoholu i narkotyków. Pod wpływem tych

używek człowiek przestaje funkcjonować normalnie w świecie. Młodzież jest szczególnie podatna na poglądy, które są prezentowane w telewizji. Szuka sobie idolów i pragnie ich naśladować. W niektórych przypadkach **przemoc jest wyniesiona z domu rodzinnego**.

Wyróżnia się trzy grupy przyczyn przemocy w rodzinie:

- przyczyny wynikające z charakteru i temperamentu dziecka,
- przyczyny dotyczące rodziny, tj. brak wiedzy i umiejętności wychowawczych, brak odpowiedniego wykształcenia,
- przyczyny wynikające ze środowiska życia, tj. kłopoty małżeńskie, maltretowanie żony przez męża, znęcanie się nad dzieckiem. **Przyczyny przemocy w rodzinie** wpływają na dorosłe życie dziecka.

Przemoc psychiczna

Przemoc psychiczna polega na agresywnym zachowaniu, które budzi poczucie zagrożenia. Może mieć charakter wyśmiewania, wyzywania, groźby, kontrolowania, narzucania własnych racji. Przemoc psychiczna to również ograniczenie kontaktów z innymi. Nie zostawia śladów na ciele w postaci ran, lecz powoduje duże spustoszenie moralne i problemy emocjonalne.

Pastwienie się nad dzieckiem bez użycia przemocy fizycznej również wywołuje wiele negatywnych przeżyć – dziecko odczuwa lęk, poczucie niesprawiedliwości i bezsens – i wiele innych konsekwencji, takich jak: zaburzenia snu, przygnębienie i próby samobójcze. Dodatkowo, krzykzenie na dzieci i poniżanie powoduje negatywne skutki w życiu dorosłym. **Ofiary przemocy psychicznej** cierpią na zaburzenia osobowości, chorują na depresję, nerwice. Takie osoby izolują się od otoczenia.

Przemoc fizyczna

Przemoc fizyczna to wszystkie czynności skierowane przeciw ciału ofiary. Takie zachowania (np. klapsy, duszenie, używanie broni) mogą prowadzić do bólu i poważnych obrażeń fizycznych. **Przemoc fizyczna w rodzinie** jest często ukrywana latami. Rodzice uważają, że są bezkarni, ponieważ ich ofiara nie będzie zdolna do jakiegokolwiek obrony. **Ofiary przemocy w rodzinie** są bierne, nie mogą się poskarżyć nikomu, żyją w alienowanym świecie.

Kary zadawane dzieciom mają charakter: szczypania, wyrywania włosów, bicia butem. Fizycznymi skutkami bicia dzieci może być kalectwo oraz poważne obrażenia.

Przemoc seksualna

Przemoc w rodzinie o charakterze seksualnym powoduje poważne następstwa. Przemoc seksualna jest to wymuszanie pożycia seksualnego. Takie czynności mogą mieć postać zachowań ekshibicjonistycznych, uwodzenia.

Ofiarami przemocy w rodzinie padają najczęściej małe dzieci, kobiety, rzadziej mężczyźni. Niewątpliwie osobami szczególnie poszkodowanymi w tym procesie są dzieci. **Przemoc w Polsce** jest karalna, nie należy jej ukrywać przed najbliższymi, sąsiadami. Jeśli jesteśmy świadkami przemocy, powinniśmy zgłosić to na policję i nie stać obojętnie wobec krzywdy innych.

Przemoc w związku

Głęboka relacja dwojga ludzi jest pięknym elementem życia każdego z nas. Uczucia, jakie wypełniają serca partnerów, cementują związek i stają się dla nich prawdziwym szczęściem.

Związek powinien opierać się na zaufaniu, zrozumieniu i poczuciu bezpieczeństwa. Jednak nie zawsze tak jest. W niektórych związkach do głosu dochodzi agresja, przemoc i brak poszanowania drugiej osoby. Niestety, to zjawisko jest dość powszechne. W większości przypadków osobą krzywdzącą jest mężczyzna, a krzywdzoną – kobieta.

W naszej kulturze płcie mają przypisane odpowiednie role. Mężczyzna jest głową rodziny, ma ochraniać swoją kobietę i dzieci, stać na straży ich majątku oraz dbać o zaspokojenie potrzeb innych członków rodziny. Kobieta tradycyjnie jest matką i panią domu. Powinna zajmować się wychowaniem dzieci i dbaniem o ognisko domowe. Mężczyzna ma być obrońcą. Niejednokrotnie osoba, która powinna chronić przed zagrożeniem zewnętrznym, staje się oprawcą.

Przemoc w rodzinie jest bardzo niebezpiecznym zjawiskiem. Wpływa na **zachowanie ofiar przemocy** oraz na biernych obserwatorów przemocy. U osób doświadczających przemocy zmieniają się zachowania, myślenie oraz postrzeganie rzeczywistości. Przemoc wpływa na **funkcjonowanie ofiary**.

Przemoc można zdefiniować jako **wykorzystywanie swojej przewagi fizycznej**, psychicznej, materialnej itp. do narzucania swojej woli oraz władzy innym osobom. Wykorzystywanie swojej przewagi w celu wymuszenia określonych działań u innych osób jest przemocą.

Bardzo bolesnym dla ofiary **rodzajem przemocy jest przemoc domowa**. Nadal pozostaje ona dla wielu osób tematem tabu. Mężczyźni uważają, że ich partnerki powinny się ich „słuchać”, a kiedy kobiety nie podzielają tego zdania, partnerzy wymuszają na nich posłuch i pożądane działania. Należy dodać, że przemoc to nie tylko wykorzystanie siły fizycznej, to również działania w sferze psychicznej, ekonomicznej oraz seksualnej.

Skutki przemocy

W ofierze rodzi się wiele trudnych emocji, z którymi stara się żyć i radzić sobie. Pojawiają się poczucie zagrożenia, niepewność, lęk. Osoba zastraszona uczy się, jak żyć pod ciągłą presją, bojąc się, co przyniosą następne minuty, godziny, dni. Do tego dochodzi poczucie winy, wstyd, ból i cierpienie, a także złość i gniew.

Skutkiem przemocy jest chwiejność emocjonalna, która zakłóca normalny proces decyzyjny - ofiara raz chce złożyć skargę, za chwilę już tego nie chce robić. Jest to pewien rodzaj przystosowania się do sytuacji, w jakiej znalazła się ofiara. Ciężko jest wyrwać się z takiego życia i szukać pomocy, ponieważ w psychice ofiary przemocy w rodzinie zachodzi szereg zmian, które mają na celu przystosowanie się do trudnej sytuacji.

Chęć zmiany swojego życia słabnie wraz z przebywaniem z oprawcą. Ofiara stara się unikać wzbudzania agresji u domowego kata. W wyniku działań sprawcy ofiara może przejawiać szereg zaburzeń psychicznych. Może się u niej rozwinąć depresja, zaburzenia lękowe oraz PTSD, czyli syndrom stresu pourazowego.

Depresja oraz zaburzenia nerwicowe mogą rozwijać się u takiej osoby na skutek problemów psychicznych, na jakie jest narażona. Przemoc pozbawia ofiarę podstawowych potrzeb - bezpieczeństwa, stabilizacji oraz godności.

Ofiary cierpią w milczeniu i starają się żyć tak, by jak najmniej wzbudzać agresję sprawcy. Objawy depresyjne u takich osób to przede wszystkim obniżenie nastroju, ciągły smutek i przygnębienie, negatywne myśli, złe samopoczucie, pojawienie się różnych dolegliwości fizycznych bez konkretnej przyczyny, osłabienie i spadek energii, wycofanie się z życia społecznego, bierność oraz zaburzenia snu i zaburzenia apetytu.

Charakterystyczne są również takie objawy, jak obniżona samoocena, poczucie beznadziejności, bardzo duże

poczucie winy, brak poczucia własnej wartości oraz pogłębianie się negatywnego myślenia, które prowadzi do myśli samobójczych.

Syndrom stresu pourazowego

PTSD jest to syndrom stresu pourazowego. Rozwija się u ludzi, którzy przeżyli bardzo silne i traumatyczne przeżycia, np. wypadek, śmierć bliskiej osoby itp. Jest to zaburzenie lękowe, które przejawia się bardzo charakterystycznymi objawami. Występuje u około 25% osób doświadczających przemocy. Osoby z tym syndromem nie szukają pomocy i bardzo trudno jest do nich dotrzeć.

Doświadczanie przemocy w rodzinie jest bardzo silnie stresującym przeżyciem, dlatego u tak wielu ofiar przemocy rozwija się PTSD. Do jego głównych objawów należą: ponowne przeżywanie traumy (poprzez halucynacje, iluzje, tzw. flashbacki), natrętne myśli związane z przemocą, koszmary senne.

Osoby takie cierpią na zaburzenia snu, mają problemy z koncentracją i kontrolą trudnych emocji (np. mają wybuchy gniewu), są rozdrażnione i przeczulone (również na czynniki zewnętrzne związane z agresją i przemocą), czują się zagubione, nierozumiane, oszołomione.

Rozwinięcie się tych zaburzeń u osoby doświadczającej przemocy jest podwójnym obciążeniem - musi radzić sobie z narastającym pogorszeniem stanu psychicznego oraz traci w znacznym zakresie możliwości obrony przed sprawcą. Zmniejsza się zdolność do racjonalnej oceny sytuacji. Niektóre osoby zaczynają bagatelizować zagrożenie i stawać się obojętne na to, co może im się przydarzyć. Inne natomiast stają się przeczulone, zdają się przeceniać możliwości sprawcy i stwarzane przez niego zagrożenie.

Względem sprawcy odnoszą się z lękiem oraz pokorą. Boją się podjąć decyzję o zmianie życia, ponieważ obawiają się konsekwencji ze strony **sprawcy przemocy w rodzinie**. Stają się bezbronne i bierne. Również problemy z koncentracją uwagi oraz obniżonym samopoczuciem stanowią barierę. Osoba, która chciałaby się wyzwolić, nie jest w stanie przebrnąć przez przepisy prawa. Dlatego wiele ofiar przemocy znosi działania sprawcy w milczeniu.

Opracowała

Edyta Ząbkiewicz

G ZI PORAJ

Przewodnicząca Gminnego Zespołu

ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej

w Poraju

Edyta Ząbkiewicz

Poraj, dnia 14.02.2024r.