

RODZIC

O KROK PRZED PROBLEMEM



**PRZEMOC
W RODZINIE**

 MAŁOPOLSKA

Z tej broszury dowiesz się:

- ▶ **Czym jest przemoc i czym charakteryzuje się przemoc w rodzinie**
- ▶ **Jakie są formy przemocy w rodzinie**
- ▶ **Jakie są fakty i mity związane z przemocą w rodzinie**
- ▶ **Jak funkcjonuje osoba, która może doświadczać przemocy**
- ▶ **Co robić, jeśli w Twoim domu jest przemoc**
- ▶ **O procedurze Niebieskiej Karty**
- ▶ **Gdzie szukać pomocy**

Czym różni się przemoc od agresji?

Aby zrozumieć, czym jest przemoc, warto wyjaśnić różnicę pomiędzy agresją i przemocą.

Agresja jest świadomym, zamierzonym zachowaniem, mającym na celu skrzywdzenie drugiej osoby.

Przemoc spełnia kryteria agresji, a dodatkowo:

- Jest to proces – zwykle nie jest to jednorazowa sytuacja,
- Zachowania są cykliczne – przeplatają się okresy spokoju i nasilenia się zachowań,
- Działania jednej osoby naruszają prawa i dobra drugiej osoby,
- Występują role sprawcy, ofiary i świadków,
- Sprawca ma widoczną przewagę nad ofiarą,
- Osoba, która jest ofiarą przemocy doznaje cierpienia i szkód.

Na czym polega przemoc w rodzinie?

Przemoc domowa lub przemoc w rodzinie najczęściej dotyczy działań agresywnych, lub zaniechań rodzica bądź rodziców wobec dziecka/ dzieci. Może występować również pomiędzy małżonkami lub pomiędzy rodzeństwem. Dotyczy sytuacji, w której osoba silniejsza, mająca władzę lub sprawująca kontrolę w domu, wykorzystuje tę przewagę i narusza prawa drugiej osoby, powodując cierpienie oraz szkody fizyczne i psychiczne. Są to działania intencjonalne, gdy rodzic, małżonek lub inny członek rodziny sądzi, że wie co jest dobre dla drugiej osoby, najczęściej pozostającej finansowo, prawnie lub emocjonalnie zależnej. Sprawca przemocy jest przekonany, że może decydować w imieniu drugiej osoby, a „ofiara przemocy” powinna mu się podporządkować. Często, wykorzystuje swoją przewagę, by wpłynąć na bliską mu osobę, tym samym naruszając jej prawa i powodując cierpienie.

O jakiej przewadze mówimy?

Przewaga sprawcy nad ofiarą w przypadku przemocy domowej może dotyczyć siły fizycznej, psychicznej, przewagi materialnej, zawodowej czy wynikającej z wieku.

Jakie są formy przemocy w rodzinie?

- **Fizyczna** – dotyczy naruszenia nietykalności fizycznej. Zalicza się tu bicie ręką, pięścią, bicie w twarz, kopanie, szarpanie, popychanie, klapsy, zamykanie w pomieszczeniach.
- **Psychiczna** – dotyczy naruszenia godności osobistej. Jest to np. wyśmiewanie, obrażanie, szydzenie, grożenie, zastraszanie, poniżanie, krzyczenie, oskarżanie.
- **Seksualna** – dotyczy naruszenia intymności. Zalicza się tu: molestowanie, podglądanie, obmacywanie, komentowanie wyglądu, zwłaszcza intymnych części ciała, zmuszanie do aktywności seksualnej, dokonywanie aktywności seksualnej wbrew woli osoby lub gdy nie jest ona tego świadoma.
- **Ekonomiczna** – w środowisku rodzinnym dotyczy ograniczania dostępu do pieniędzy, gdy osoba nie jest w stanie samodzielnie się utrzymać, zabierania pieniędzy samodzielnie zarobionych, okradania.
- **Zaniedbanie** – dotyczy niezaspokajania podstawowych potrzeb bytowych. Np. pozbawianie jedzenia, schronienia, ubrań, dostępu do leczenia.

FAKTY I MITY

Osoba doświadczająca przemocy często prosi o pomoc.

MIT. Przemoc jest procesem, w którym występuje nierównowaga sił. Ofiara jest więc słabsza fizycznie, psychicznie lub zależna materialnie od sprawcy. Ma niskie poczucie własnej wartości, czuje się bezsilna i bezradna. W związku z tym bardzo często brakuje jej „psychicznej siły” lub boi się poprosić o pomoc dla siebie.

Świadkowie przemocy nie powinni się wtrącać, bo mogą pogorszyć sytuację.

MIT. Aby zatrzymać przemoc w środowisku rodzinnym, należy ją zgłosić. Ofiara bardzo często może nie być w stanie samodzielnie poprosić o pomoc. Sprawcy z kolei nie zależy na zakończeniu tego stanu rzeczy – ma sporo korzyści z tej sytuacji. Bardzo pomocni są świadkowie – często tylko oni mogą zareagować na przemoc tak, by doprowadzić do jej zatrzymania.

Osoba stosująca przemoc również potrzebuje pomocy.

FAKT. Sprawcy przemocy często trudno przychodzi radzenie sobie z emocjami. Nie jest to jednak osoba z góry skazana na porażkę. Gdy ktoś jej pomoże zauważyć i zrozumieć, że to co robi jest krzywdzące, będzie mieć szansę na naukę nowych, nieszkodzących innym członkom rodziny zachowań, metod wychowawczych czy budowania dobrej relacji małżeńskiej.

Ofiara w niektórych przypadkach „zasłużyła sobie” na przemoc.

MIT. Nikt nie ma prawa krzywdzić drugiej osoby. Jest to niezgodne z prawem. Przemoc nigdy nie jest „z winy” ofiary. Odpowiedzialność za przemoc zawsze leży po stronie sprawcy.

Jak funkcjonuje osoba doświadczająca przemocy?

Osobami doświadczającymi przemocy w rodzinie mogą być zarówno dzieci, partner/partnerka sprawcy, jak i osoby starsze, niepełnosprawne. Z uwagi na wspomnianą wcześniej przewagę sprawcy, ofiary mogą być zastraszone lub nie widzą możliwości uzyskania pomocy.

Gdy przemoc stosują najbliższe osoby, ofiara uruchamia różne strategie zaradcze, aby przetrwać w trudnych warunkach. Dotyczy to ukrywania doświadczanej przemocy i jej sprawców, co może zwiększać poczucie winy, lęku, wstydu oraz bezsilności. Zdarza się, że te emocje mieszają się z miłością do członka rodziny, który stosuje przemoc.

Osoba doświadczająca przemocy w wyniku długotrwałych, często traumatycznych zdarzeń i bezskutecznych prób zatrzymania sytuacji, wykształca tzw. syndrom **wyuczonej bezradności**. Staje się coraz bardziej bezsilna wobec sytuacji, traci nadzieję na jakąkolwiek zmianę. Biernie podporządkowuje się sprawcy i znosi wyrządzane przez niego krzywdy. Jednocześnie często wie, że doświadcza zachowań naruszających normy społeczne i prawne.

Przemoc rzadko przybiera jedną formę. Przemoc fizyczna współistnieje z psychiczną, często również z seksualną. Różnorodność tych form sprawia, że ofiara przemocy doświadcza zmiany obrazu samego/samej siebie. Uważa się za osobę bezwartościową, niezdolną do działania. Może przyjmować taki obraz sytuacji, jaki prezentuje sprawca – co często wiąże się z usprawiedliwianiem przemocy i deklarowaniem, że jest ona „zasłużona”.

Masz prawo, by dom był dla Ciebie i Twoich domowników bezpiecznym miejscem!

Jeśli w Twoim domu dochodzi do przemocy, powiedz komuś zaufanemu o tym, co się dzieje. Może to być ktoś z rodziny, przyjaciel, czy znajomy z pracy. Porozmawiajcie o tym, pozwól sobie na odreagowanie. Gdy poczujesz, że masz wsparcie bliskiej osoby, zaplanujcie razem dalsze kroki.

Nawet jeśli nie masz takich osób w otoczeniu, pamiętaj, że nie jesteś sam/a. Są osoby i instytucje, do których możesz zwrócić się o specjalistyczną pomoc.

Więcej o możliwości uzyskania pomocy, na następnych stronach.

Masz prawo do bezpłatnej pomocy ze strony służb i instytucji.

Obejmuje to:

- interwencję kryzysową i psychologiczne wsparcie w wyjściu z kryzysu;
- poradnictwo prawne, medyczne, zawodowe, rodzinne;
- badanie lekarskie, by ustalić uszkodzenia ciała związane z doświadczeniem przemocy oraz wydanie zaświadczenia;
- bezpieczne schronienie, by ochronić się przed dalszym krzywdzeniem oraz uniemożliwienie osobom stosującym przemoc kontaktowania się i/lub zbliżania;
- pomoc w uzyskaniu mieszkania socjalnego.

Jeśli sam/sama stosujesz przemoc wobec domowników, zgłoś się po pomoc!

Przemoc jest zachowaniem wyuczonym, można więc także oduczyć się jej stosowania. Temu służą programy korekcyjno-edukacyjne.

Co to jest procedura NIEBIESKIEJ KARTY?

Jest to skoordynowany system pomocy dla osób, które doznają przemocy domowej.

Wbrew powszechnej opinii nie jest to procedura karna wobec sprawcy! Sprawca nie ma sprawy w sądzie, ani nie jest zgłoszony do prokuratury (poza uzasadnionymi przypadkami, o czym dalej). Celem procedury jest doprowadzenie do zaprzestania przemocy ze strony sprawcy.

Co zyskasz dzięki procedurze NIEBIESKIEJ KARTY?

- pomoc w zapewnieniu bezpieczeństwa;
- wsparcie w rozwiązaniu trudnej sytuacji (pomoc psychologiczna, prawna, ale też wsparcie w kwestiach materialnych, zawodowych, mieszkaniowych);
- monitoring zmieniającej się sytuacji;
- podejmowanie przez specjalistów działań mających na celu zmianę zachowania sprawcy, poczynając od uświadomienia sprawcy konsekwencji stosowania przemocy, działań edukacyjnych, zobowiązania do leczenia odwykowego, a nawet zakaz kontaktu czy zbliżania się.

Procedurę prowadzą przedstawiciele różnych instytucji tworząc razem Zespół Interdyscyplinarny. Osoba nieletnia może być reprezentowana przez rodzica/opiekuna (niekrzywdzącego i nieukrywającego przemoc), inną osobę dorosłą opiekującą się nastolatkiem, pedagoga szkolnego lub kuratora wyznaczonego przez sąd.

Kto wszczyna procedurę NIEBIESKIEJ KARTY?

Może to zrobić policjant, pracownik socjalny, pedagog szkolny, przedstawiciel ochrony zdrowia, członek gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych.

Kroki procedury NIEBIESKIEJ KARTY

1. Wszczęcie procedury – przez jedną z ww. osób, w sytuacji wiarygodnej informacji na temat przemocy domowej.
2. Opracowanie indywidualnego planu pomocy – na podstawie zebranych informacji oraz rozmów z osobą doświadczającą przemocy.
3. Oddziaływanie na sprawcę przemocy – wezwanie do zaprzestania zachowań krzywdzących rodzinę. W uzasadnionych przypadkach Zespół Interdyscyplinarny może wystąpić do prokuratury o zastosowanie środków zapobiegawczych, jak np. uczestnictwo w programie korekcyjno-edukacyjnym.
4. Realizacja indywidualnego planu pomocy – może obejmować np. pracę socjalną, konsultacje psychologiczne, udział w grupie wsparcia. Członkowie Grupy Roboczej monitorują sytuację.
5. Ewentualne interwencje na wypadek powtarzania się zachowania przemocowego.
6. Zakończenie procedury – najczęściej na skutek ustania przemocy.

MIEJSCA, DO KTÓRYCH MOŻESZ ZGŁOSIĆ SIĘ PO POMOC

► Ośrodek Interwencji Kryzysowej

Miejsce czynne całą dobę, do którego nie trzeba się umawiać. W każdej chwili można zadzwonić czy pojawić się tam osobiście. Nie jest konieczne podawanie swoich danych. W Ośrodku funkcjonuje hostel dla osób doświadczających przemocy w rodzinie.

Adres: ul. Radziwiłłowska 8 B, 31-026 Kraków

Telefon: 12 421 92 82

► Centrum Wspierania Rodzin przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Krakowie

Miejsce, w którym dyżurujący psycholog, mediator, pracownik socjalny, logopeda i pedagog świadczą bezpłatne porady i wsparcie w działaniu osobom doświadczającym przemocy rodzinie.

Adres: al. Słowackiego 20, 30-037 Kraków

Telefon: 12 634 42 66 wew. 412, 574, 570, 564

► Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

Instytucja koordynująca procedurę Niebieskiej Karty. Organizuje różne formy pomocy osobom doświadczającym przemocy i ją stosującą - grupy wsparcia, porady prawne, pomoc psychologiczną.

Adres: ul. Józefińska 14, 30-529 Kraków

Telefon: 12 616 54 27

Pomoc świadczy filia MOPS właściwa dla miejsca zamieszkania.

► Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

Jest to całodobowa infolinia, na którą można zadzwonić anonimowo i uzyskać wsparcie psychologiczne oraz informacje, gdzie szukać dalszej pomocy.

Telefon: 800 120 002

Adres e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info

Strona internetowa: www.niebieskalinia.info

► Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

Darmowe, całodobowe, anonimowe wsparcie dla młodych ludzi. Jest możliwość również kontaktu pisemnego.

Telefon: 116 111

Strona internetowa: www.116111.pl

► Małopolski Ośrodek Fundacji Praesterno

Miejsce, w którym młodzież może bezpłatnie porozmawiać z psychologiem i skorzystać ze wsparcia osób pracujących z młodzieżą.

Adres: Aleja Pokoju 7, 31-548 Kraków

Telefon: 12 418 08 11, 535 928 558

Adres e-mail: krakow@praesterno.pl

Strona internetowa: www.krakow.praesterno.pl

W sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowia nie wahaj się zadzwonić na numer alarmowy 997 lub 112.

 MAŁOPOLSKA



Opracowanie zespół Małopolskiego Ośrodka Fundacji Praesterno
Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego