



Przemoc domowa, zwana też przemocą w rodzinie, to zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie skierowane przeciw członkowi rodziny, które narusza prawa i dobra osobiste powodując cierpienie i szkody.

---

Przemoc w rodzinie jest często problemem ukrytym. Badania przeprowadzone przez Centrum Badania Opinii Społecznej opublikowane w styczniu 1997 ujawniają, że przemoc fizyczna w małżeństwie nie należy do zjawisk marginalnych. W ciągu ostatnich trzech lat wzrosła liczba kobiet, które zdecydowały się mówić o przemocy domowej.

Przemocy w rodzinie doświadczają nie tylko kobiety, także dzieci, osoby starsze, chore i coraz częściej również mężczyźni.

Przemoc w rodzinie może mieć miejsce we wszystkich warunkach społecznych. Nie zależy ani od statusu społecznego, ani od poziomu wykształcenia, ani od kondycji materialnej domowników. Obserwuje się jednak, że w środowiskach o niższym statusie społecznym częściej spotykamy się z tak zwaną przemocą gorącą, przepełnioną wybuchami agresji, wściekłością, chamstwem i brutalnością, mającą bardzo gwałtowny przebieg. Natomiast w środowiskach o wysokim statusie społecznym częściej można spotkać tak zwaną przemoc chłodną, bardziej wyrafinowaną, nie pozostawiającą żadnych widocznych śladów, dokonywaną w "białych rękawiczkach".

### **MITY, STEREOTYPY O PRZEMOCY DOMOWEJ.**

Wiele społeczeństw aprobuje przemoc w domu. Świadczą o tym chociażby powszechnie panujące mity, stereotypy, przysłowia i porzekadła utrudniające prawidłowe reagowanie na akty brutalności czy okrucieństwa wobec bliskich. Wszystkie mity przekonują o słuszności braku reakcji ze strony świadków przemocy, ofiary zmuszają do milczenia, a sprawców utwierdzają w przekonaniu o bezkarności i słuszności czynów.

#### **Mity o przemocy w rodzinie:**

1. Przemoc w rodzinie to sprawa prywatna, nikt nie powinien się wtrącać.

Przemoc, wykorzystywanie, bicie, krzywdzenie osób bliskich jest przestępstwem, tak samo groźnym i podlegającym karze jak przemoc wobec obcych. Fakt zawarcia małżeństwa czy mieszkanie pod jednym dachem nie stanowi okoliczności zezwalającej na przemoc ani nie znosi odpowiedzialności za popełnianie czynów karanych przez prawo.

1. Przemoc zdarza się tylko w rodzinach z marginesu społecznego.

Przemoc w rodzinie występuje we wszystkich grupach społecznych, niezależnie od poziomu wykształcenia czy sytuacji materialnej.

1. Przemoc jest wtedy, gdy są widoczne ślady na ciele ofiar.

Przemoc to nie tylko działania pozostawiające siniaki, złamania czy oparzenia, to także poniżanie, obelgi, zmuszanie do określonych zachowań, grożenie, zastraszanie.

1. Ofiary przemocy w rodzinie akceptują przemoc.

Ofiary przemocy domowej zawsze próbują się bronić, ich działania są jednak mało skuteczne. Wypróbują różne, często nieracjonalne strategie obronne, które w konsekwencji powodują nasilenie przemocy.

1. To był jednorazowy incydent, który się nie powtórzy.

Przemoc domowa rzadko jest jednorazowym incydem. Jeżeli nie zostaną podjęte stanowcze działania wobec sprawcy, przemoc się powtórzy.

1. Gdyby naprawdę ofiara cierpiała odeszłaby od sprawcy.

Ofiary naprawdę cierpią, nikt nie lubi być bitym i poniżanym. To, że ofiary nie odchodzą od sprawcy wynika zwykle z ich zależności od sprawcy, z trudności mieszkaniowych, z przekonań odnośnie małżeństwa, z nacisków jakim są poddawane ofiary ze strony sprawcy, a także rodziny, kolegów, sąsiadów.

1. Przyczyną przemocy w rodzinie jest alkohol.

Nawet uzależnienie od alkoholu nie zwalnia od odpowiedzialności za czyny dokonywane pod jego wpływem. Alkohol jedynie ułatwia stosowanie przemocy, sprawcy często piją po to by znęcać się i bić swoich bliskich, a stanem nietrzeźwości próbują usprawiedliwić swoje zachowania, by uniknąć odpowiedzialności

1. Osoby używające przemocy muszą być chore psychicznie.

Nie ma bezpośredniego związku między przemocą a chorobą psychiczną. Przemoc jest demonstracją siły i chęcią przejęcia całkowitej kontroli i władzy nad drugą osobą.

### **CECHY CHARAKTERYSTYCZNE PRZEMOCY DOMOWEJ**

Przemoc domowa nie jest czynem jednorazowym. Często ma długą, nawet kilkunastoletnią historię. Przemoc domowa zwykle powtarza się według zauważalnej prawidłowości. Cykl przemocy składa się z trzech następujących po sobie faz:

1. Faza narastania napięcia - początkiem cyklu jest zwykle wyczuwalny wzrost napięcia, narastają sytuacje konfliktowe. Przyczyny napięcia mogą tkwić poza rodziną, czasem są to błażostki, drobne nieporozumienia powodujące wzrost napięcia, zaczyna pojawiać się agresja.

2. Faza ostrej przemocy - następuje wybuch agresji, sprawca z normalnego człowieka przemienia się w kata, może dokonać strasznych czynów, nie zwracając uwagi na krzywdę innych. W tej fazie najczęściej ofiary decydują się wzywać pomocy i skarżyć się.

3. Faza miodowego miesiąca - faza skruchy i okazywania miłości, sprawca jakby na nowo uwodzi ofiarę. Sprawca zaczyna dostrzegać to co się wydarzyło. Próbuje załagodzić sytuację, przeprosza, obiecuje poprawę, staje się uczynny i miły. Przekonuje ofiarę, że teraz będzie inaczej, że sytuacja więcej się nie powtórzy. Ofiary mu wierzą, bo wbrew zdrowemu rozsądkowi, w głębi serca tego właśnie pragną. I nawet jeśli przed chwilą były gotowe uciec, zostają. Sprawca nie jest w stanie długo wytrzymać w takiej roli. Z jakiegoś powodu znowu narasta napięcie i wszystko zaczyna się od nowa.

Cykle takie mogą trwać przez wiele lat.

Przemoc z czasem nasila się, za każdym razem jest coraz gorzej. Sprawca zwykle zaczyna od uszczypliwej uwagi, lekkiego popchnięcia, siarczystego przekleństwa, by po jakimś czasie dopuścić się ciężkiego uszkodzenia ciała, wymyślnych psychicznych tortur, trwałego okaleczenia czy zabójstwa.

Bardzo ważnym zjawiskiem jest brak świadków przemocy w rodzinie. Sprawca skutecznie potrafi odizolować ofiary od źródeł pomocy, skutecznie nakłonić je do milczenia, a jeśli ktoś się dowie albo się domyśla i chce interweniować, zostaje skutecznie zastraszone.

### **ZACHOWANIE OFIAR PRZEMOCY DOMOWEJ.**

Zachowanie ofiar bywa niezrozumiałe, irytujące, zniechęcające do pomagania. Ofiary przemocy domowej cierpią na różnego rodzaju zaburzenia natury psychologicznej: często popadają w depresję, niepokój, niekontrolowane wybuchy płaczu, śmiechu, agresji, częste niezrozumiałe zmiany decyzji, niepewność, nieuzasadnione reakcje lękowe, ciągłe poczucie zagrożenia. Trudno od nich oczekiwać racjonalnych zachowań i konsekwencji, ponieważ ich umysłem cały czas rządzi strach przed sprawcą.

Wszyscy, którzy pomagają ofiarą przemocy w rodzinie powinni pamiętać, że są one rozchwiane emocjonalnie a ich zachowania to huśtawka: chcę pomocy - nie chcę pomocy; składam wnioski o rozwód - wycofuję; oskarżam sprawcę - staję w jego obronie.

Sytuację ofiary przemocy w rodzinie coraz częściej porównuje się z sytuacją ofiar zamachów terrorystycznych. Prześledzenie tego co się dzieje z psychiką, z zachowaniami zakładników, jak niszczące dla człowieka może być nawet kilkugodzinne czy kilkudniowe przebywanie w stanie bezpośredniego zagrożenia życia, pozwala zrozumieć irracjonalne zachowanie ofiar.

Ofiara przemocy domowej przebywa w sytuacji takiego zagrożenia przez kilka, a często kilkanaście lat, a sprawcą nie jest jakiś obcy bandyta, ale człowiek od którego oczekuje się wsparcia, szacunku i miłości. Ofiara jest ze sprawcą związana różnymi więzami zależności- np. uczuciem, ślubem, dziećmi, wspólnym mieszkaniem, dorobkiem życia.

W psychice zakładników, często dorosłych i poważnych ludzi zdanych na łaskę i niełaskę terrorystów, zachodzą zdumiewające zmiany, bardziej szokujące niż tragizm sytuacji.

Zaobserwowano przypadki, gdy nawet po uwolnieniu ofiary pozostawały w dziwnym niezrozumiałym związku emocjonalnym ze swoimi oprawcami. Związek ten odbiera im zdolność racjonalnej oceny zdarzeń, obrony i domagania się surowych kar dla terrorystów. Uwolnione ofiary zamachów terrorystycznych zaczynają angażować się w akcje mające na celu uniewinnienie terrorystów, organizują zbiórki pieniędzy na najlepszych adwokatów. Zapominają jakiego doznali poniżenia, gdy uzyskana nad nimi kontrola i umiejętna manipulacja zagrożeniem życia, uczyniła z nich małe, bezradne dzieci, wdzięczne za każdy grymas uśmiechu czy jedno trochę mniej groźne spojrzenie, za rzadsze bicie czy celowanie z pistoletu. I gdzie tu konsekwencja? Oczekuje się od nich zwykle gniewu, chęci odwetu, jednoznacznego oskarżenia.

### **5.ZESPÓŁ ZABURZEŃ STRESU POURAZOWEGO.**

Zaburzenia psychiczne, na które cierpią ofiary terrorystów, ofiary przemocy domowej, ofiary innych groźnych dla życia i zdrowia przestępstw są rozpoznawane jako zespół zaburzeń stresu pourazowego PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder).

Pojęcie to zostało oficjalnie wprowadzone do słownictwa profesjonalnego służby zdrowia w 1980 roku przez Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne. Nie znaczy to jednak, że dopiero od tego roku zaczęto rozpoznawać syndromy zaburzeń występujące u ludzi, którzy przeżyli szczególnie ciężkie wydarzenie zagrażające ich życiu lub życiu ich bliskich.

Powstaniu tego zaburzenia sprzyjają sytuacje zewnętrzne, w których człowiek narażony jest na utratę życia lub zdrowia lub gdy obserwuje zranienie, zagrożenie życia czy nagłą śmierć bliskich osób. Źródłem takich sytuacji mogą być klęski żywiołowe, wojna, wypadki drogowe, przestępstwa kryminalne, przemoc fizyczna, nadużycia seksualne i inne formy przemocy zagrażające życiu lub zdrowiu.

W przypadku przemocy wystarczy sama groźba jej użycia, by wywołać wstrząs u ofiar-np. przestępca nie musi strzelać do ofiar, by poczuły się realnie zagrożone, wystarczy sama jego obecność i demonstracja wrogich zamiarów. Często sprawcy przemocy wobec bliskich są w stanie gestem, słowem, spojrzeniem, charakterystycznym zachowaniem, wywołać u swoich ofiar paraliżujący lęk i uległość. Wystarczy, że są przekonane o grożącym niebezpieczeństwie.

Na wystąpienie PTSD narażone są nie tylko ofiary, ale także świadkowie i funkcjonariusze służb ratowniczych. Może on wystąpić nawet u osób, które zostały starannie dobrane do

ciężkich, ekstremalnych sytuacjach, przeszły odpowiednie badania lekarskie i psychiatryczne, zostały odpowiednio przeszkolone.

Kryteria rozpoznania PTSD: - wystąpienie silnie urazowego wydarzenia, - powracające przeżywanie urazu we wspomnieniach, snach, uczuciach, sytuacjach przypominających wydarzenie

- niewrażliwość na otoczenie, specyficzne odrętwienie emocjonalne, skłonność do izolacji, poczucie wyobcowania, unikanie wszystkiego co może przypominać przeżyty wstrząs,

- nadmierne pobudzenie, lęk, przewrażliwienie, trudności z koncentracją, niekontrolowane wybuchy złości.

Zespół może wystąpić natychmiast po urazie lub po jakimś czasie. Zaobserwowano wystąpienie objawów PTSD nawet po upływie kilkudziesięciu lat od urazu.

W przypadku gdy przyczyną pojawienia się krytycznej sytuacji są siły natury np. powódź , człowiek jest w stanie wytłumaczyć sobie za jakiś czas, że to zrządzenie losu. Znacznie bardziej zagrażająca dla psychiki człowieka jest sytuacja wywołana przez działania innych ludzi. Ulega wtedy zniszczeniu poczucie bezpieczeństwa i zaufania do innych, a towarzyszący temu wstrząs może zmienić całą osobowość człowieka.

Intensywność objawów PTSD zależna jest od rodzaju zdarzenia, intensywności przeżytego urazu, od indywidualnej podatności, od tego czy uraz był jednorazowy czy długotrwały, rozciągnięty w czasie.

W znacznej części przypadków ofiary przemocy w rodzinie doznają poważnych psychicznych uszkodzeń na skutek długotrwałego terroru domowego.

### **ZACHOWANIE SPRAWCÓW PRZEMOCY DOMOWEJ**

Sprawcy przemocy domowej potrafią skutecznie kamuflować swoje prawdziwe oblicze i manipulować nie tylko swoimi ofiarami, ale także otoczeniem czy osobami próbującymi interweniować.

Sprawca wykorzystuje różne strategie do zmniejszenia wagi popełnionych czynów. Dotyczą one głównie sposobów osłabiania lęku i zmniejszania poczucia winy przed popełnieniem czynu zabronionego przez prawo, nagannego moralnie, czy osłabiania, a czasem nawet całkowitego

wyeliminowania wyrzutów sumienia.

Sprawca przemocy musi, także przed samym sobą, usprawiedliwić swoje postępowanie. Tak jest za pierwszym, drugim i dziesiątym razem. Z czasem zaczyna wierzyć w wymyślone przez siebie motywy postępowania, a gdy sprawa wyjdzie na jaw zaczyna również przekonywać innych. Powstanie silnie umotywowanych zachowań może stać się nieomal przymusem.

Sprawca przemocy wobec osób bliskich ma wiele usprawiedliwień dla swojego zachowania.

Kwestionowanie odpowiedzialności- sprawca przekonuje siebie i próbuje przekonać innych, że ulega jakimś siłom zewnętrznym, nad którymi nie panuje. Próbuje wmówić, że to był wypadek, a więc działanie przypadkowe, nie zamierzone, że ma ciężkie życie, że przez ten wieczny brak pieniędzy to traci już nerwy itd.

Kwestionowanie szkody- sprawca nie kwestionuje odpowiedzialności, nie zaprzecza, że to on zrobił, ale próbuje przekonać siebie i innych, że nic wielkiego się nie stało

Kwestionowanie ofiary- sprawca nie neguje ani odpowiedzialności, ani szkody, odbiera natomiast ludziom, którzy ucierpieli, prawa do nazywania siebie ofiarami jego czynów. Swoje zachowanie przedstawia jako akt słusznej zemsty, kary, odpłaty.

Potępienie potępiających- sprawca odbiera potencjalnym osobom oceniającym jego czyn prawo do oceniania w ogóle. W tej strategii chodzi o odwrócenie uwagi od tego co on zrobił i skierowanie jej na motywy czy zachowania osób, które mogą go ocenić, potępić, osądzić.

Odwoływanie się do wyższych racji- sprawca uznaje konieczność poświęcenia jednego dobra w imię drugiego, jakby działał w stanie wyższej konieczności.