**PRZEMOC WYNISZCZA RODZINĘ**opracowała: mgr Sylwia Michajłów

 *Przemoc w rodzinie to zamierzone, wykorzystujące przewagę sił działanie przeciw członkowi rodziny, naruszające prawa i dobra osobiste, powodujące cierpienie i szkody.*

***Przemoc w rodzinie charakteryzuje się tym że:***

* ***JEST INTENCJONALNA*** *Przemoc jest zamierzonym działaniem człowieka i mana celu kontrolowanie i podporządkowanie ofiary.*
* ***SIŁY SĄ NIERÓWNOMIERNE*** *W relacji jedna ze stron ma przewagę nad drugą. Ofiara jest słabsza a sprawca silniejszy.*
* ***NARUSZA PRAWA I DOBRA OSOBISTE*** *Sprawca wykorzystuje przewagę siły, narusza podstawowe prawa ofiary (np. prawo do nietykalności fizycznej, godności, szacunku itd.).*
* ***POWODUJE CIERPIENIE I BÓL*** *Sprawca naraża zdrowie i życie ofiary na poważne szkody. Doświadczanie bólu i cierpienia sprawia, że ofiara ma mniejszą zdolność do samoobrony.*

 *Badania wykazały, że związki, w których kobiety doznają przemocy fizycznej ze strony swoich partnerów, przechodzą przez trzy fazy powtarzającego się cyklu.*

***1. Faza narastania napięcia***

*W tej fazie partner jest napięty i stale poirytowany. Każdy drobiazg wywołuje jego złość, często robi awanturę, zaczyna więcej pić, przyjmować narkotyki lub inne substancje zmieniające świadomość. Może poniżać partnerkę, poprawiając swoje samopoczucie. Prowokuje kłótnie i staje się coraz bardziej niebezpieczny. Sprawia wrażenie, że nie panuje nad swoim gniewem. Kobieta stara się jakoś opanować sytuację - uspokaja go, spełnia wszystkie zachcianki, wywiązuje się ze wszystkich obowiązków. Często przeprasza sprawcę. Ciągle zastanawia się nad tym, co może zrobić, aby poprawić mu humor, uczynić go szczęśliwym i powstrzymać przed wyrządzeniem krzywdy. Niektóre kobiety w tej fazie mają różne dolegliwości fizyczne, jak bóle żołądka, bóle głowy, bezsenność, utratę apetytu. Inne wpadają w apatię, tracą energię do życia, lub stają się niespokojne i pobudliwe nerwowo. Jest to wynik narastania napięcia, które po pewnym czasie staje się nie do zniesienia. Zdarza się, że kobieta wywołuje w końcu awanturę, żeby "mieć to już za sobą".*

***2. Faza gwałtownej przemocy***

*W tej fazie partner staje się gwałtowny. Wpada w szał i wyładowuje się. Eksplozję wywołuje zazwyczaj jakiś drobiazg, np. lekkie opóźnienie posiłku. Skutki użytej przemocy mogą być różne podbite oko, połamane kości, obrażenia wewnętrzne, poronienie, śmierć. Kobieta stara się zrobić wszystko, żeby go uspokoić i ochronić siebie i dzieci. Zazwyczaj, niezależnie od tego jak bardzo się stara, wściekłość partnera narasta coraz bardziej. Czuje się bezradna, bo ani przekonywanie sprawcy, ani bycie miłą, ani unikanie , ani bierne poddawanie się mu nie pomaga i nie łagodzi jego gniewu. Po zakończeniu wybuchu przemocy, kobieta jest w stanie szoku. Nie może uwierzyć, że to się na prawdę stało. Odczuwa wstyd i przerażenie. Jest oszołomiona. Staje się apatyczna, traci ochotę do życia, odczuwa złość i bezradność.*

***3. Faza miodowego miesiąca***

*Gdy sprawca wyładował już swoją złość i wie że posunął się za daleko nagle staje się inną osobą. Szczerze żałuje za to, co zrobił, okazuje skruchę i obiecuje, że to się nigdy nie powtórzy. Stara się znaleźć jakieś wytłumaczenie dla tego, co zrobił i przekonuje ofiarę, że to był jednorazowy, wyjątkowy incydent, który już się nigdy nie zdarzy. Sprawca okazuje ciepło i miłość. Staje się znowu podobny do tego, jaki był na początku znajomości. Przynosi kwiaty, prezenty, zachowuje się jakby przemoc nigdy nie miała miejsca. Rozmawia z ofiarą, dzieli się swoimi przeżyciami, obiecuje, że nigdy już jej nie skrzywdzi. Dba o ofiarę, spędza z nią czas i utrzymuje bardzo satysfakcjonujące kontakty seksualne. Sprawca i ofiara zachowują się jak świeżo zakochana para. Ofiara zaczyna wierzyć w to, że partner się zmienił i że przemoc była jedynie incydentem. Czuje się kochana, myśli, że jest dla niego ważna i znowu go kocha. Spełniają się jej marzenia o cudownej miłości, odczuwa bliskość i zespolenie z partnerem. Życie we dwoje wydaje się piękne i pełne nadziei. Ale faza miodowego miesiąca przemijają i znowu rozpoczyna się faza narastania napięci. Zatrzymuje ona ofiarę w cyklu przemocy, bo łatwo pod jej wpływem zapomnieć o koszmarze pozostałych dwóch faz. Prawdziwe zagrożenie, jakie niesie ze sobą faza miodowego miesiąca jest związane z tym, ze przemoc w*

*następnym cyklu jest zazwyczaj gwałtowniejsza.*



***Cechy wspólne przypadków przemocy w domu***

*-Destruktywna krytyka i słowne ubliżanie: np. krzyki, drwiny, oskarżanie, wyzwiska, werbalne groźby;*

*-Taktyka nacisków: dąsanie się, grożenie ( nie dawaniem pieniędzy, wyłączaniem telefonu,*

 *zabraniem samochodu, popełnieniem samobójstwa, zabraniem dzieci, złożeniem na skargi do instytucji socjalnych);*

*-Brak szacunku: ustawiczne upokarzanie ofiary przy innych, nieodpowiadanie na pytania ofiary, zabieranie pieniędzy bez pytania, odmowa pomocy przy dzieciach czy pracach domowych;*

*-Nadużycie zaufania: kłamstwa, okazywanie zazdrości, zdradzanie, niedotrzymywanie obietnic i wspólnych uzgodnień;*

*-Izolowanie: podsłuchiwanie lub blokowanie rozmów telefonicznych, mówienie, dokąd wolno i dokąd nie wolno chodzić ofierze, uniemożliwianie jej kontaktów z przyjaciółmi czy rodziną;*

*-Nękanie: śledzenie i sprawdzanie ofiary, otwieranie listów, ustawiczne sprawdzanie, z kim ofiara się*

 *kontaktuje, zawstydzanie ofiary przed innymi;*

*-Groźby: agresywna gestykulacja, wykorzystywanie przewagi fizycznej do zastraszania ofiary, niszczenie rzeczy ofiary, tłuczenie przedmiotów, walenie w ściany, grożenie zabiciem lub skrzywdzeniem ofiary albo dzieci;*

*-Przemoc seksualna: gwałcenie (zmuszanie siłą i groźbą czy zastraszaniem do współżycia płciowego,*

*współżycie wtedy, gdy ofiara tego nie chce), upokarzające traktowanie z powodu orientacji seksualnej;*

*-Przemoc fizyczna;*

*-Wypieranie się: zaprzeczanie zarzutom złego*

 *traktowania, wmawianie ofierze, że sama ponosi winę za złe traktowanie, okazywanie przy innych dobroci i cierpliwości, płacz i błaganie ofiary o przebaczenie, przyrzekanie, że to się już więcej nie zdarzy.* 

***Z uwagi na to, że osoby dopuszczające się przemocy zwykle zachowują się na zewnątrz******inaczej, niż na osobności, większość ludzi najczęściej nie zdaje sobie z niej sprawy.***

***Czasem trudno jest uwierzyć, że ktoś, kto zachowuje się publicznie przyzwoicie, może******nieludzko traktować swoją rodzinę. Obawa, że inni nie uwierzą, może dodatkowo******utrudnić decyzję o zwróceniu się o pomoc.***

**INSTYTUCJE POMOCOWE:**

[www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl/) tel. 0 - 801 - 1200 - 02.

komendy policji 997

BIBLIOGRAFIA

1. Irena Pospiszyl „Razem Przeciw Przemocy”,

2. Richard K. James, Burl E. Gilliland „ Strategie Interwencji Kryzysowej”

3. Hanna Dorota Sasal „ Przewodnik do procedury interwencji wobec przemocy w rodzinie”

4. E.Aronson „Człowiek – istota społeczna” PWN 1987