

#### **JEZELI KTOS:**

- wykorzystuje swoją przewagę (np. fizyczna, ekonomiczna, psychiczną),
- osiąga swoje cele (nawet jeśli ma dobre intencje np. chce, żeby dziecko było posłuszne, aby inne osoby dostosowały się do niego),
- narusza czyjeś prawa i dobra osobiste (np. prawo do nieetykalności cielesnej, szacunku, prawo do własności osobistej itp.),
- sprawia, że druga osoba cierpi (np.: boi się, ma obrażenia ciała, czuje się „do niczego“)

#### **TO OZNACZA, ŻE TA OSOBA PRAWDOPODOBNIESTOSUJE PRZEMOC W RODZINIE**

#### **Rodzaje i formy przemocy:**

#### **FIZYCZNA.....**

szarpanie, kopanie, popychanie, obezwładnianie, duszenie, przytrzymywanie, bicie (np.: dłonią, pięścią, przedmiotami), szczypanie, przypalanie, ciągnięcie za włosy, pozostawienie w niebezpiecznym miejscu itp.

#### **P.SYCHICZNA.....**

wysmiewanie opinii, poglądów, przekonań i wyznania, obrażanie i wyzywanie z użyciem słów powszechnie uważanych za obełzliwe, narzucanie swojego zdania i poglądów, wmnawianie chorób psychicznej, kontrolowanie, ograniczanie kontaktu z innymi ludźmi, wymuszanie posłuszeństwa i podporządkowania, grożenie, poniżanie, zawstydzanie, szantażowanie itp.

#### **SEKSUALNA.....**

wymuszanie pozycji seksualnego, nieakceptowanych pieszczoł i praktyk seksualnych, wysmiewanie wyglądu, ciała i krytyka wyglądu, krytyka zachowań seksualnych, podglądanie, zmuszanie do oglądania stosunku seksualnego lub pornografii itp.

#### **EKONOMICZNA.....**

okradanie, zabieranie pieniędzy, niezaspokajanie podstawowych potrzeb materialnych rodziny, nielożenie na utrzymanie, uniemożliwienie podjęcia pracy zarobkowej, zaciąganie długów i kredytów bez zgody współmałżonka/współmałżonki, zmuszanie do zaciągania pożyczek i kredytów, uniemożliwienie korzystania z pomieszczeń we własnym domu, niszczenie rzeczy osobistych, czyjejs własności itp.

#### **ZANIEDBANIE.....**

niezapewnianie jedzenia, odpowiedniego ubioru, przyborów szkolnych, opieki medycznej, pozostawianie bez opieki osoby, która jej wymaga (np. dzieci, osób starszych, chorych, osób z niepełnosprawnością) itp.

Przemoc w rodzinie jest zjawiskiem powszechnym: może dotknąć każdego, niezależnie od wieku, wykształcenia, pochodzenia, wyznania itp.

Przemoc nieprzerwana eskaluje, co oznacza, że staje się coraz bardziej bolesna i dotkliwa dla osoby jej doświadczającej.

To, co utrzymuje przemoc w rodzinie, to tzw. „tajemnica czterech ścian”, dlatego też warto reagować, by przetrwać milczenie i pomóc osobom krzywdzonym.

**Jeśli widzisz sytuację, w której dochodzi do przemocy lub podejrzewasz, że w jakiejś rodzinie może do niej dochodzić**

**ZAREAGUJ!!!**

#### **W sytuacji na „tu i teraz”**

kiedy widzisz i/lub słyszysz, że dochodzi do przemocy, (np.: kiedy na ulicy lub w sklepie widzisz, że jedna osoba popycha, szarpie, poniża, wyzywa drugą osobę, czy kiedy za ścianą słyszysz głośne krzyki, wrzaski) możesz:

- zwrócić uwagę, powiedzieć m. in. „proszę przestać”, „proszę tego nie robić”, „nie można tak robić”. Najważniejszy jest sam fakt zareagowania;
- poinformować inne osoby lub służby, np.: ochronę w sklepie, straż miejską, policję.

**W sytuacji, gdy podejrzewasz, że w jakiejś rodzinie dochodzi do przemocy, ale nie dochodzi do niej „tu i teraz”, a więc nie jesteś bezpośrednim świadkiem przemocy, możesz:**

- porozmawiać z osobą, która może doznawać przemocy, np. możesz powiedzieć jej, że niepokoisz się sytuacją w jej rodzinie, jej bezpieczeństwem;
- poinformować przedstawiciela instytucji zajmującej się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie (Policji, Ośrodka Pomocy Społecznej, Wydziału Rodzinnego i Nieletnich Sądu Rejonowego oraz organizacji pozarządowych. Możesz też zadzwonić na infolinię Ogólnopolskiego Pogotowia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” – 801 120 002).

Jeśli w rodzinie jest dziecko, możesz poinformować również szkołę lub przedszkole, do którego uczęszcza.

#### **W kontakcie z osobą doznającą przemocy warto powiedzieć, że:**

- naturalne jest to, że się boi;
- przemoc sama nie zniknie, stąd niezbędne jest podjęcie działań na rzecz jej zatrzymania;
- osoba doznająca przemocy nie jest winna, że w jej rodzinie dochodzi do przemocy;
- nic nie usprawiedliwia stosowania przemocy – za jej stosowanie odpowiedzialna jest tylko i wyłącznie osoba, która ją stosuje;
- przemoc występuje w wielu rodzinach;
- osoba krzywdzona ma prawo szukać pomocy i korzystać z niej, dbać o bezpieczeństwo swoje i bliskich sobie osób;
- są miejsca, w których może szukać pomocy, m.in. psychologicznej, prawnej, socjalnej.

#### **Jeśli jesteś gotowy/a bardziej zaangażować się w pomoc osobie krzywdzonej, to warto ją zapytać, jakiej pomocy oczekiwałaby od Ciebie.**

Czasem zdarza się tak, że osoba doznająca przemocy nie chce pomocy bądź nie potwierdza faktu przemocy. Taka reakcja osoby krzywdzonej może wiązać się z lękiem oraz innymi mechanizmami uwikłania, które towarzyszą przemocy.

#### **ROLA ŚWIADKA NIE JEST ŁATWA.**

**MOŻE WYWOŁYWAĆ WĄTPLIWOŚCI (DZIAŁAĆ CZY NIE!), TROSKĘ O WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO. TOWARZYSZYĆ JEJ MOGĄ OBAWY I NIEPEWNOŚĆ „JAK ZOSTANIE PRZYJĘTE MOJE WTRĄCENIE SIĘ W SPRAWY RODZINNE”.**

**PROSZĘ JEDNAK PAMIĘTAĆ, ŻE ŚWIADEK CZĘSTO MA OGROMNY WPŁYW I MOŻE STWORZYĆ SZANSĘ NA ZMIANĘ SYTUACJI I OCHRONĘ OSÓB KRZYWDZONYCH.**