

# **PRZEMOC W RODZINIE**

## **INFORMATOR POWIATOWY**



**Informator skierowany jest do wszystkich mieszkańców Powiatu Polickiego, a jego celem jest dostarczenie wiedzy na temat zjawiska przemocy oraz instytucji i form pomocy osobom uwikłanym w przemoc.**

## Mity i stereotypy na temat przemocy w rodzinie

Wiele stereotypów, również w imię dobrych intencji ochrony rodzin, sprzyja przemocy, usprawiedliwia ją i nawołuje do powstrzymania się od reakcji osób z zewnątrz.

W sprawy rodzinne  
nie należy  
się wtrącać

Prawdziwa miłość  
powinna wszystko  
wybaczyć

Brudy pierze się  
we własnym domu

Jeśli ktoś jest bity,  
to znaczy, że na  
to zasługuje

Wolność Tomku  
w swoim domku

Przemoc w rodzinie  
to problem marginesu  
społecznego



Niechby pił,  
niechby bił,  
byleby był

Nikt nikogo  
nie pobił, więc  
nie było przemocy

Nie ma śladów  
– nie ma przemocy

Widocznie go  
sprowokowała

Gwałt  
w małżeństwie  
nie istnieje

Wszystko przez to picie,  
poza tym to  
dobry mąż i ojciec





## Przemoc w rodzinie to:

Jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób, w szczególności narażające je na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na ich zdrowiu fizycznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą.

Przemoc w rodzinie jest przestępstwem ściganym przez prawo i podlega karze! Prawo zabrania stosowania przemocy i krzywdzenia swoich bliskich. Jeżeli Ty lub ktoś z Twoich bliskich jest ofiarą przemocy ze strony osoby najbliższej, nie wstydź się prosić o pomoc. Prawo stoi po Twojej stronie!

Przemoc w rodzinie występuje we wszystkich grupach społecznych, niezależnie od poziomu wykształcenia czy sytuacji materialnej! Zahamowanie przemocy w rodzinie jest możliwe - możesz z nią walczyć i uzyskać pomoc dla siebie i swoich bliskich.

Przemoc w rodzinie rzadko bywa jednorazowym incydentem - jeżeli nie zareagujesz, przemoc się powtórzy! Sprawca przemocy wobec bliskich, gdy czuje się bezkarny, prawdopodobnie nie zmieni się, będzie dalej stosował przemoc, bez względu na składane obietnice; następnym razem może być znacznie gorzej.

## JAK ROZPOZNAĆ PRZEMOC DOMOWĄ?

### Jest intencjonalna



Jest zamierzonym działaniem człowieka lub zaniechaniem i ma na celu kontrolowanie i podporządkowanie ofiary.

**Przykład:** dwie dorosłe osoby mieszkające ze sobą mają różne upodobania w zakresie spędzania wolnego czasu. Jedna lubi siedzieć w domu i oglądać telewizję, albo spędzać czas przed komputerem, druga lubi wychodzić, spotykać się z ludźmi i spędzać czas aktywnie poza domem. Ta „od domu i telewizji” uważa swoje upodobania za właściwe dla całej rodziny i stara się wpłynąć na drugą, by przyjęła taki właśnie model spędzania wolnego czasu. Prosi, tłumaczy, przekonuje, wpływa, wyśmiewa, ocenia, krytykuje, obraża się, szantażuje, czasem używa rąk ...



## Narusza prawa i dobra osobiste drugiego człowieka

Np. prawo do nietykalności fizycznej, godności, szacunku itd.

**Przykład:** *żona otwiera i czyta korespondencję adresowaną do męża. Na jego uwagę, że nie podoba mu się, że bez uzgodnienia to robi, odpowiada, że „ani myśli przestawać, bo małżeństwo to jedność i ma do tego prawo”. Nadal otwiera i czyta jego korespondencję, za nic ma jego kategorię przeciwną.*

## Utrudnia samoobronę z uwagi na wyraźną asymetrię sił

W relacji jedna ze stron ma przewagę nad drugą. Ofiara jest słabsza a sprawca silniejszy w różnych obszarach, np. przewaga siły - fizyczna, ekonomiczna.

**Przykład:** *żona nie pracuje, zajmuje się domem i dziećmi, a rodzinę utrzymuje mąż. Ma konto w banku, kartę kredytową do własnej tylko dyspozycji i kontrolę nad budżetem domowym. Mówi, że skoro on pracuje, to pieniądze są jego. Na bieżące potrzeby daje pieniądze w zależności od własnego uznania i zadowolenia z żony i dzieci. Nie ma zadowalających efektów, nie ma pieniędzy. Gorszy stopień dziecka, nieposprzątane mieszkanie, brak obiadu, niechęć żony do zbliżeń – powodów jest bez liku.*

*Wyłącznie od uznania męża zależy co rodzina je, w co się ubiera albo jak i gdzie spędzi wakacje. Mąż nieźle zarabia, ale bywa głodno i chłodno. Wykorzystuje fakt posiadania pieniędzy, by wychowywać żonę i dzieci.*

## Powoduje szkody fizyczne i psychiczne - cierpienie i ból

Sprawca naraża zdrowie i życie ofiary na poważne szkody. Doświadczanie bólu i cierpienia sprawia, że ofiara ma mniejszą zdolność do samoobrony.

**Przykład:** *Anna zgłosiła się do lekarza z powodu bezsenności i napadów lęku. W toku badań okazało się, że cierpi na zaburzenia żołądkowe, z tendencją do nudności i wymiotów. Po wykonaniu analiz i badań lekarz nie stwierdził żadnych przyczyn organicznych. Anna czuła wstyd, by powiedzieć lekarzowi, że mąż nieustannie ją krytykuje, jest z niej niezadowolony, wyśmiewa się z niej, że jest stara i brzydka, że jest z nią z litości. Wie jak bardzo Annę to boli, a mimo tego dodatkowo zaczął krytykować ją przy znajomych. Teraz Anna już się nie odzywa, czuje się brzydka, nic nie warta i głupia. No i jeszcze chora ...*





## PRZEMOC W RODZINIE MOŻE PRZYBRAĆ RÓŻNE FORMY

### **PRZEMOC FIZYCZNA - to naruszenie nietykalności fizycznej**

Zachowania: popychanie, odpychanie, obezwładnianie, przytrzymywanie, policzkowanie, szczypanie, kopanie, duszenie, bicie otwartą ręką i pięściami, bicie przedmiotami, ciskanie w kogoś przedmiotami, parzenie, polewanie substancjami żrącymi, użycie broni, porzucanie w niebezpiecznej okolicy, nieudzielenie koniecznej pomocy.

### **PRZEMOC PSYCHICZNA - to naruszenie godności osobistej**

Zachowania: wyśmiewanie - poglądów, religii, pochodzenia, narzucanie własnych poglądów, karanie przez odmowę uczuć, zainteresowania, szacunku, stała krytyka, wmawianie choroby psychicznej, izolacja społeczna (kontrolowanie i ograniczanie kontaktów z innymi osobami), domaganie się posłuszeństwa, ograniczanie snu i pożywienia, degradacja werbalna (wyzywanie, poniżanie, upokarzanie, zawstydzanie), stosowanie gróźb, itp.

### **PRZEMOC SEKSUALNA - to naruszenie intymności**

Zachowania: wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych pieszczot i praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, sadystyczne formy współżycia seksualnego, demonstrowanie zazdrości, krytyka zachowań seksualnych kobiety, komentowanie szczegółów anatomicznych, itp.

### **PRZEMOC EKONOMICZNA - to naruszenie własności**

Zachowania: przeglądanie dokumentów, korespondencji, dysponowanie czyjąś własnością, zaciąganie kredytów na wspólne konto, sprzedawanie osobistych lub wspólnych rzeczy bez uzgodnienia, zmuszanie do spłacania długów, odbieranie zarobionych pieniędzy, uniemożliwienie podjęcia pracy zarobkowej, niezaspokajanie podstawowych, materialnych potrzeb rodziny, itp.

### **ZANIEDBANIE - to naruszenie obowiązku do opieki ze strony osób bliskich**

Zachowania: niedawanie środków na utrzymanie, pozbawianie jedzenia, ubrania, schronienia, brak pomocy w chorobie, nieudzielenie pomocy, uniemożliwienie dostępu do miejsc zaspokożenia podstawowych potrzeb, np. mieszkania, kuchni, łazienki, łóżka.



## CYKL PRZEMOCY W RODZINIE:

### FAZA NARASTAJĄCEGO NAPIĘCIA

Partner jest napięty i stale poirytowany. Każdy drobniak wywołuje jego złość. Często robi awanturę, może również więcej pić, lub przyjmować inne substancje zmieniające świadomość. Sprawia wrażenie, że nie panuje nad swoim gniewem. Reakcją partnerki jest najczęściej to, że stara się opanować sytuację: uspokaja partnera, spełnia jego zachcianki, wywiązuje się ze wszystkich obowiązków. Często przeprasza sprawcę. Ciągłe zastanawia się nad tym, co może jeszcze zrobić, aby poprawić mu humor, uczynić szczęśliwym i powstrzymać przed wyrządzeniem krzywdy. W tej fazie niektóre ofiary mają różne dolegliwości fizyczne, jak bóle żołądka, bóle głowy, bezsenność, utratę apetytu. Inne wpadają w apatię, tracą energię do życia, stają się niespokojne i pobudliwe nerwowo. Jest to wynik narastania napięcia, które po pewnym czasie staje się nie do zniesienia. Zdarza się, że ofiara sama wywołuje awanturę, żeby mieć to już za sobą.



### FAZA OSTREJ PRZEMOCY

W tej fazie partner staje się gwałtowny. Wpada w szał i wyładowuje się. Wybuch spowodowany jest zazwyczaj jakimś drobiazgiem. Skutki użytej przemocy mogą być różne: siniaki, otarcia, wybity ząb, obrażenia wewnętrzne itd. Ofiara stara się zrobić wszystko, żeby uspokoić partnera i ochronić siebie. Zazwyczaj niezależnie od tego, jak bardzo się stara, wściekłość partnera narasta coraz bardziej. Czuje się bezradna, bo na nic zdaje się przekonywanie sprawcy, ani bycie miłą, ani unikanie. Nic nie pomaga i nie łagodzi gniewu. Po zakończeniu przemocy ofiara jest w szoku. Nie może uwierzyć, w to co się stało. Odczuwa przerażenie, wstyd, złość i bezradność. Z czasem staje się bierna, nie ma chęci do życia. W tej fazie najczęściej dochodzi

do interwencji np. policji.





## FAZA MIODOWEGO MIESIĄCA

Faza w której wszystko się zmienia. Sprawca wie, że posunął się za daleko i nagle staje się inną osobą. Okazuje skruchę, przeprosza, obiecuje, że to już nigdy się nie powtórzy. Zaczyna okazywać ciepło i miłość i zachowywać się podobnie, jak na początku znajomości. Przynosi kwiaty, prezenty, zachowuje się tak, jakby przemoc nie miała w ogóle miejsca. Dba o ofiarę, spędza z nią czas, poświęca czas także dzieciom. Para zachowuje się jak świeżo zakochana. Osoba doświadczająca przemocy wierzy, że partner się zmienił i że przemoc była tylko incydentem, który już się nie powtórzy. Życie wydaje się piękne...



## Pamiętaj:

faza miodowego miesiąca przemija i znowu zaczyna się faza narastania napięcia – cykl jest błędnym kołem. Z czasem mamy do czynienia z miodowymi tygodniami, a później tylko z miodowymi dniami. Cykle te pozwalają na utrwalanie się przemocy w rodzinie, ponieważ, gdyby przemoc trwała ciągle, to ofiara najprawdopodobniej nie wytrzymałaby tego i szybko szukała skutecznej interwencji.





## **PAMIĘTAJ!!!**

### **Jeśli jesteś osobą doznającą przemocy w rodzinie:**

Jeśli sądzisz, że zamieszczony opis przemocy dotyczy Ciebie, nie zwlekaj. Nigdy nie jest za późno, aby poprosić o pomoc. Nie wstydź się poprosić o wsparcie. Pomoc z zewnątrz daje dużą szansę zatrzymania i wyjścia z sytuacji przemocy.

### **To nie Ty musisz się wyprowadzać z domu!**

To osoba stosująca przemoc w rodzinie musi się liczyć z tym, że będzie musiała sama opuścić mieszkanie.

**Masz prawo żądać od policji, prokuratury lub sądu ochrony i zapewnienia Ci bezpieczeństwa, w szczególności poprzez izolację osoby stosującej przemoc.**

Możesz zażądać:

- zatrzymania osoby stosującej przemoc przez policję,
- nałożenia na nią przez prokuratora lub sąd obowiązku opuszczenia dotychczas zamieszkiwanego z Tobą lokalu,
- nałożenia na nią przez sąd zakazu kontaktowania się z Tobą lub zbliżenia do Ciebie na określoną odległość.

**Masz prawo do żądania wszczęcia procedury „Niebieskiej Karty”** przez przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnych komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, policji, oświaty lub ochrony zdrowia.

Masz także prawo złożyć w sądzie cywilnym wniosek o zobowiązanie sprawcy przemocy w rodzinie do opuszczenia zajmowanego wspólnie z Tobą mieszkania, nawet wtedy, gdy nie zdecydowałaś/eś się jeszcze na zawiadomienie policji.



**Tu otrzymasz całodobowe schronienie:**

**Dom dla Matek z Małoletnimi Dziećmi i Kobiet w Cięży**

Karwowo 12

72-005 Przecław

Tel. 91 311 77 70

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**

**Dział Poradnictwa Specjalistycznego i Interwencji Kryzysowej**

ul. Szkolna 2

72-010 Police

Tel. 91 317 02 28 91 424 07 00

Tel. całodobowy 603 083 020

**Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie  
przy Ośrodku Wspierania Rodziny „DOM POD ŚWIERKIEM”**

ul. Grunwaldzka 4

978 - 200 Białogard

Tel. 94 312 22 57

**Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie**

ul. Dąbrowskiego 4

72-600 Świnoujście

Tel. 91 32 25 477 lub 91 32 25 481

Tel. 797 403 553



**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Policach**

[www.pcpr.police.pl](http://www.pcpr.police.pl) e-mail: [interwencja@pcpr.police.pl](mailto:interwencja@pcpr.police.pl)

**Tu otrzymasz wsparcie psychologiczne:**

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**

**Dział Poradnictwa Specjalistycznego i Interwencji Kryzysowej**

ul. Szkolna 2

72-010 Police

Tel. 91 317 02 28

Tel. całodobowy 603 083 020

**Ośrodek Pomocy Społecznej**

ul. Siedlecka 2a

72-010 Police

Tel. 91 424 38 40

**Gminny Ośrodek Wsparcia Rodziny**

Przeclaw 27

72-005 Przeclaw

Tel. 663 603 609

**Gminny Ośrodek Wsparcia Rodziny**

ul. Daniela 32

72-002 Dołuje

Tel. 91 433 68 97 , 695 264 651

**Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna**

ul. Korczaka 27

72-010 Police

Tel. 91 317 67 29





**Tu otrzymasz wsparcie prawne:**

**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie**

**Dział Poradnictwa Specjalistycznego i Interwencji Kryzysowej**

ul. Szkolna 2

72-010 Police

Tel. 91 317 02 28 91 424 07 00

Tel. całodobowy: 603 083 020

**Ośrodek Pomocy Społecznej**

ul. Siedlecka 2a

72-010 Police

Tel. 91 424 38 40

**Gminny Ośrodek Wsparcia Rodziny**

Przeclaw 27

72-005 Przeclaw

Tel. 663 603 609

**Gminny Ośrodek Wsparcia Rodziny**

ul. Daniela 32

72-002 Dołuje

Tel. 91 433 68 97, 695 264 651



**Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie  
w Gminie Nowe Warpno**

Ośrodek Pomocy Społecznej

ul. Kościuszki 3

72-022 Nowe Warpno

Tel. 91 312 90 55

**Tu możesz złożyć pozew w sprawach rodzinnych lub wnioszek  
dotyczący spraw opiekuńczych dzieci:**

**Sąd Rejonowy Szczecin Prawobrzeże i Zachód**

**VIII Wydział Rodzinny i Nieletnich**

Pl. Żołnierza 16

70-551 Szczecin

tel. 91 460 35 00



**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Policach**

[www.pcpr.police.pl](http://www.pcpr.police.pl) e-mail: [interwencja@pcpr.police.pl](mailto:interwencja@pcpr.police.pl)

**Tu możesz zgłosić przemoc w rodzinie:**

**Komenda Powiatowa Policji**

ul. Kasprowicza 3

72-010 Police

Tel. 997

Tel. 91 424 75 11

**Prokuratura Rejonowa Szczecin-Zachód w Szczecinie**

ul. Żołnierska 3A 71-210 Szczecin

Tel: 91 883 80 00

**Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie  
w Gminie Police**

**Ośrodek Pomocy Społecznej**

ul. Siedlecka 2 a

72 -010 Police

Tel. 91 312 77 70

**Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie  
w Gminie Dobra**

**Ośrodek Pomocy Społecznej**

ul. Graniczna 24a

72-003 Dobra

Tel. 91 311 33 93

**Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie  
w Gminie Kołbaskowo**

**Ośrodek Pomocy Społecznej**

ul. Rosówek 16

72-001 Kołbaskowo

Tel. 91 311 95 92





### **Jeśli jesteś świadkiem przemocy w rodzinie:**

Pierwszym krokiem do jej przerwania jest przełamanie milczenia. Jeżeli jesteś sąsiadem, kolegą, przyjacielem, osobą z najbliższej rodziny osób krzywdzonych, a więc słyszysz awantury, krzyki lub stłumione krzyki i płacz dzieci lub nietypowe hałasy - zareaguj! Możesz porozmawiać z osobą doznającą przemocy, zapytać czego by potrzebowała, zaoferować wezwanie policji, możesz także sam wezwać policję. Możesz też powiadomić służby zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie wymienione w tym informatorze.

### **Jeśli jesteś sprawcą przemocy w rodzinie:**

Człowiek jest słaby, kiedy staje się ofiarą, ale być może jest jeszcze słabszy, kiedy staje się sprawcą. Jeśli nie radzisz sobie z emocjami, nie panujesz nad sobą, zachowujesz się agresywnie, używasz siły wobec słabszych, wyzywasz rodzinę i najbliższych, sprawiasz im ból fizyczny lub psychiczny, nie wahaj się, skorzystaj z pomocy, zanim będzie za późno.

Przemoc jest zachowaniem wyuczonym, którego można się oduczyć. Weź udział w programie korekcyjno-edukacyjnym, który oducza stosowania przemocy. Program korekcyjno-edukacyjny dla osób stosujących przemoc w rodzinie ma charakter programu terapeutycznego, nastawiony jest na udzielanie profesjonalnej pomocy osobom stosującym przemoc w rodzinie.

**Zgłoś się do:**

**Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie**

ul. Szkolna 2 w Policach

tel. 91 317 02 28 91 424 07 00

telefon całodobowy: 603 083 020



**Miejsce na Twoje notatki**

Dotted lines for notes.

