

# JAWORZNO



## STAWIA NA RODZINĘ

# PRZEMOC DOMOWA



Zadanie współfinansowane jest ze środków  
Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej  
w ramach Programu Ochronowego  
„Wspieranie jednostek samorządu terytorialnego  
w tworzeniu systemu przeciwdziałania przemocy w rodzinie”

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

**To przestępstwo ścigane przez prawo (art. 207 k.k.)**

**Jeśli Ty lub ktoś z Twoich bliskich doświadcza przemocy, nie czekaj pozwól sobie i innym pomóc!**

### **PRZEMOC:**

- ➔ **Jest intencjonalna** - przemoc jest zamierzonym działaniem człowieka i ma na celu kontrolowanie i podporządkowanie ofiary.
- ➔ **Sily 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. Doświadczenie bólu i cierpienia sprawia, że ofiara ma mniejszą zdolność do samoobrony.

### **II PRZEMOC W RODZINIE MOŻE PRZYBIERAĆ RÓŻNE FORMY:**

<b>RODZAJE PRZEMOCY</b>	<b>KATALOG ZACHOWAŃ</b>
<b>PRZEMOC FIZYCZNA</b>	<b>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, nieudzielanie koniecznej pomocy, itp.</b>
<b>PRZEMOC PSYCHICZNA</b>	<b>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.</b>
<b>PRZEMOC SEKSUALNA</b>	<b>wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych pieszczot i praktyk seksualnych, wymuszanie seksu z osobami trzecimi, sadystyczne formy współżycia seksualnego, demonstrowanie zazdrości, krytyka zachowań seksualnych kobiety, itp.</b>
<b>PRZEMOC EKONOMICZNA</b>	<b>odbieranie zarobionych pieniędzy, uniemożliwianie podjęcia pracy zarobkowej, nie zaspakajanie podstawowych, materialnych potrzeb rodziny, itp.</b>

### III FAZY I CYKLE PRZEMOCY

Przemoc rzadko jest jednorazowym incydem, ma charakter cykliczny i fazowy:

#### I FAZA - narastającego napięcia

W pierwszej fazie narasta napięcie i agresywność sprawcy. Każdy drobiazg wywołuje jego irytację, za byle co robi awantury, może zacząć więcej pić, prowokuje kłótnie i staje się coraz bardziej niebezpieczny. Sprawia wrażenie, że nie panuje nad swoim gniewem. Osoba doświadczająca przemocy stara się jakoś opanować sytuację i oddalić zagrożenie - uspokaja go, spełnia wszystkie zachcianki, wywiązuje się ze wszystkich obowiązków, przeprasza sprawcę. Często pojawiają się u niej różne dolegliwości fizyczne, bóle żołądka i głowy, bezsenność i utrata apetytu. Wpada w apatię lub ogarnia ją silny niepokój. Czasem, nie mogąc wytrzymać tego oczekiwania sama prowokuje „atak”, żeby już wreszcie "mieć to za sobą".

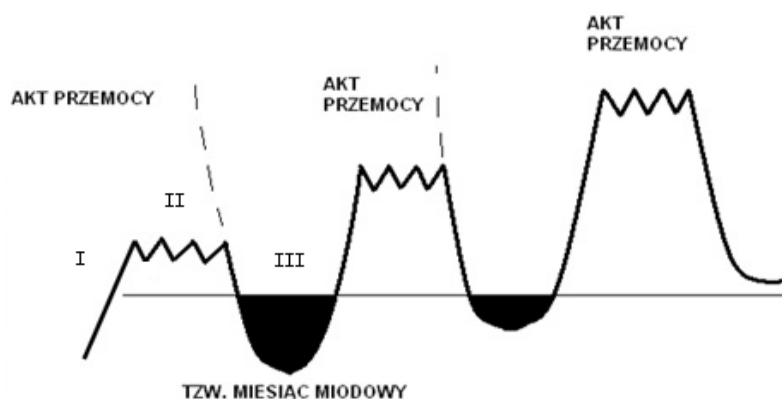
#### II FAZA - gwałtownej przemocy (akt przemocy)

W II fazie dochodzi do kumulacji i rozładowania emocji sprawcy poprzez atak agresji. Ofiara przemocy jest raniowana fizycznie i psychicznie, znajduje się w stanie szoku. Stara się uspokoić sprawcę i ochronić siebie. Zazwyczaj, niezależnie od tego jak bardzo się stara, wściekłość sprawcy narasta coraz bardziej. Ofiara odczuwa przerażenie, złość, bezradność, bezsilność i wstyd, traci ochotę do życia, może czuć się winna zaistniałej sytuacji.

#### III FAZA - miodowego miesiąca

Gdy sprawca wyładował już swą złość i zaczyna sobie zdawać sprawę z tego, co zrobił, nagle staje się inną osobą. Stara się znaleźć jakieś wytłumaczenie i usprawiedliwienie. Przeżywa poczucie winy, okazuje skruchę, przeprasza i obiecuje, że to się już nie powtórzy. Zaczyna okazywać ciepło, troskę, miłość. Staje się znowu podobny do osoby, którą był przed atakiem. Przynosi kwiaty, prezenty, zachowuje się jakby nie było żadnej przemocy. Ofiara zaczyna wierzyć, że sprawca się zmienił i że przemoc była jedynie wyjątkowym incydem, który już nigdy się nie powtórzy. Faza "miodowego miesiąca" jest tylko przemijającym okresem i wkrótce rozpoczyna się ponownie faza narastania napięcia. Wszystko zaczyna się od nowa. Przemoc w następnym cyklu na ogół jest bardziej gwałtowna i dłuższa, a chwile ulgi coraz krótsze. Doświadczenia miodowej fazy osłabiają ofiarę i utrwala ją u sprawcy poczucie bezkarności. W związku z tym bardzo ważne jest, aby osoba doświadczająca przemocy przełamała barierę milczenia i zaczęła szukać wsparcia i pomocy wśród osób bliskich oraz instytucji.

### FAZY I CYKLE PRZEMOCY



#### **IV MITY NA TEMAT PRZEMOCY**

Jednym z czynników utrudniających ofiarom przemocy domowej szukanie pomocy są panujące w społeczeństwie mity na temat ofiar i sytuacji przemocy. Poniżej zostały przedstawione niektóre z nich (źródło: [www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl)):

**Mit: Przemoc jest wtedy, gdy są widoczne ślady na ciele ofiar.**

**Fakt:** Przemoc to nie tylko działania pozostawiające siniaki, złamania czy oparzenia, to także poniżanie, obelgi, zmuszanie do określonych zachowań, grożenie, zastraszanie itd. Każdy rodzaj przemocy pozostawia ślad w psychice.

**Mit: Przemoc w rodzinie nie jest zjawiskiem częstym.**

**Fakt:** Zgodnie ze statystykami Policji w roku 2010 zanotowano 134.866 ofiar przemocy domowej, w tym: 82.102 kobiet, 12.651 mężczyzn, 40.113 dzieci.

**Mit: Przemoc w rodzinie to sprawa prywatna. Nikt nie powinien mieszać się do tego, w jaki sposób małżonkowie / partnerzy rozwiązują swoje problemy.**

**Fakt:** Przemoc w rodzinie jest przestępstwem, ściganym przez prawo, stąd wymaga interwencji instytucji. Ponadto ofiara przemocy jest osłabiona, przez co ma ograniczone możliwości obrony i zwykle stosuje mało skuteczne sposoby radzenia sobie z przemocą. Dlatego też osoba poszkodowana często wymaga wsparcia i pomocy z zewnątrz. Przemoc nie skończy się sama. Pierwszym krokiem do jej przerwania jest przełamanie izolacji i milczenia

**Mit: Ofiary przemocy w rodzinie akceptują przemoc.**

**Fakt:** 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.

**Mit: Przemoc zdarza się tylko w rodzinach z marginesu społecznego.**

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

**Mit: Gwałt w małżeństwie nie istnieje.**

**Fakt:** Gwałtem jest doprowadzenie innej osoby do poddania się czynowi nierządnemu lub do wykonania takiego czynu, stosując przemoc, groźbę bezprawną lub postępek (patrz art. 168 k.k.) i nigdzie nie jest napisane, że nie dotyczy to osób bliskich napastnika. Każdy ma prawo do decydowania o swoim życiu intymnym, akt ślubu nie odbiera tego prawa.

**Mit: Gdyby naprawdę ofiara cierpiała odeszłaby od sprawcy.**

**Fakt:** Ofiary naprawdę cierpią, nikt nie lubi być bity i poniżany. To, że ofiary nie odchodzą od sprawcy wynika zwykle z ich zależności od sprawcy, z trudności mieszkaniowych, z przekonań odnośnie małżeństwa, mitów na temat przemocy, z nacisków jakim są poddawane ofiary ze strony sprawcy, a także rodziny, kolegów, sąsiadów.

**Mit: Przyczyną przemocy w rodzinie jest alkohol.**

**Fakt:** 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 usprawiedliwiać swoje zachowania, by uniknąć odpowiedzialności.

**Mit: Osoby używające przemocy muszą być chore psychicznie.**

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

**Mit: Nie można zmienić swego przeznaczenia.**

**Fakt:** Nawet po wielu latach osoba doznająca przemocy może przerwać przemoc. Nigdy nie jest za późno, aby powiedzieć NIE!

### **V SPRAWDŹ CZY DOŚWIADCZASZ PRZEMOCY ZE STRONY SWOJEGO/SWOJEJ PARTNERA/PARTNERKI?**

Wiele osób doznaje przemocy w rodzinie. Jest to trudny i bolesny problem. Poniższe pytania mogą Ci pomóc sprawdzić czy Ty lub ktoś z Twojego otoczenia doświadcza przemocy.

TAK/NIE

1. Czy partner mówi Ci, że wie, co jest słuszne dla ciebie?
2. Czy partner ośmiesza lub obraża ludzi, których lubisz i cenisz?
3. Czy czujesz się nieswojo, gdy dochodzi do spotkania z twoimi przyjaciółmi w obecności partnera?
4. Czy partner stale krytykuje Twoją osobę (poglądy, uczucia, pochodzenie, wykształcenie)?
5. Czy partner mówi Ci, że jesteś głupia, że do niczego się nie nadajesz?
6. Czy partner nie pozwala ci widywać się i rozmawiać z przyjaciółmi, rodziną?
7. Czy w czasie trwania małżeństwa zerwałaś kontakt z przyjaciółmi, rodziną?
8. Czy kiedykolwiek partner popychał Cię, policzkował, szarpał?
9. Czy kiedykolwiek partner Cię dusił, kopał, obezwładniał, wykręcał ręce?
10. Czy partner groził Ci nożem, siekierą, bronią palną?
11. Czy groził Ci, że Cię zabije lub dotkliwie zrani?
12. Czy partner zmusza Cię do uprawiania praktyk seksualnych, które Ci się nie podobają?
13. Czy partner straszył Cię, że pobije twoje przyjaciółki, jeśli będą próbowały Ci pomóc?
14. Czy partner zabiera ci pieniądze, każe o nie prosić lub po prostu nie chce ich dawać?
15. Czy partner zachowuje się wobec dzieci w sposób budzący Twój sprzeciw?
16. Czy partner grozi, że zabierze ci wszystko (dzieci, pieniądze, dom), jeśli nie będziesz mu posłuszną?
17. Czy Twój partner przeprasza Cię, rozpieszcza prezentami po tym, jak Cię pobił?
18. Czy często popadasz w depresję?
19. Czy miewasz myśli samobójcze?

20. Czy ostatnio chorujesz częściej, niż zwykle?

21. Czy czujesz się zagrożona w swoim domu?

Jeżeli niepokoi Cię zachowanie Twojego partnera i chciałabyś/chciałbyś się skonsultować, to zapraszamy Cię do Ośrodka Interwencji Kryzysowej, gdzie możesz skorzystać z bezpłatnej i anonimowej pomocy.

## **VI PRAWO**

W sytuacji przemocy możesz powołać się następujące artykuły:

### **Art. 207. Znęcanie się fizyczne lub psychiczne**

§ 1. Kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą najbliższą lub nad inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności od sprawcy albo nad małoletnim lub osobą nieporadną ze względu na jej stan psychiczny lub fizyczny, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.  
§ 2. Jeżeli czyn określony w § 1 połączony jest ze stosowaniem szczególnego okrucieństwa, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10. § 3. Jeżeli następstwem czynu określonego w § 1 lub 2 jest targnięcie się pokrzywdzonego na własne życie, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od lat 2 do 12.

### **Art. 158. Bójka i pobicie**

§ 1. Kto bierze udział w bójce lub pobiciu, w którym naraża się człowieka na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia albo nastąpienie skutku określonego w **art. 156**, *ciężki uszczerbek na zdrowiu*, § 1 lub w **art. 157**, *inne uszkodzenie ciała - średni i lekki uszczerbek na zdrowiu*, § 1, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.  
§ 2. Jeżeli następstwem bójki lub pobicia jest ciężki uszczerbek na zdrowiu człowieka, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 8.  
§ 3. Jeżeli następstwem bójki lub pobicia jest śmierć człowieka, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.

### **Art. 190. Groźba karalna**

§ 1. Kto grozi innej osobie popełnieniem przestępstwa na jej szkodę lub szkodę osoby najbliższej, jeżeli groźba wzbudza w zagrożonym uzasadnioną obawę, że będzie spełniona, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.  
§ 2. Ściganie następuje na wniosek pokrzywdzonego.

### **Art. 190a. Uporczywe nękanie - stalking**

§ 1. Kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby jej najbliższej wzbudza u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia lub istotnie narusza jej prywatność, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.  
§ 2. Tej samej karze podlega, kto, podszywając się pod inną osobę, wykorzystuje jej wizerunek lub inne jej dane osobowe w celu wyrządzenia jej szkody majątkowej lub osobistej.  
§ 3. Jeżeli następstwem czynu określonego w § 1 lub 2 jest targnięcie się pokrzywdzonego na własne życie, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.  
§ 4. Ściganie przestępstwa określonego w § 1 lub 2 następuje na wniosek pokrzywdzonego.

### **Art. 217. Nietykliwość cielesna**

§ 1. Kto uderza człowieka lub w inny sposób narusza jego nietykliwość cielesną, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.  
§ 2. Jeżeli naruszenie nietykliwości wywołało wyzywające zachowanie się pokrzywdzonego albo jeżeli pokrzywdzony odpowiedział naruszeniem nietykliwości, sąd może odstąpić od wymierzenia kary.  
§ 3. Ściganie odbywa się z oskarżenia prywatnego.

**Środki karne**, jakie można orzec w stosunku do skazanego za stosowanie przemocy w rodzinie:

- Powstrzymanie się od przebywania w określonych środowiskach lub miejscach
- Zakaz kontaktowania się z określonymi osobami
- Zakaz zbliżania się do określonych osób
- Nakaz opuszczenia lokalu zajmowanego wspólnie z pokrzywdzonym
- Zakaz opuszczenia określonego miejsca pobytu bez zgody Sądu.

## VII GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

### **Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Jaworznie**

ul. Jagiellońska 9,  
43-602 Jaworzno (Szczakowa)  
tel. 32- 745-12-00; 32 – 316-05-12  
[www.oik.jaworzno.pl](http://www.oik.jaworzno.pl)

### **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Jaworznie**

ul. Północna 9b,  
43-600 Jaworzno  
tel. 32 618-18-40  
[www.mops.jaworzno.pl](http://www.mops.jaworzno.pl)

### **Komenda Miejska Policji w Jaworznie**

ul. Narutowicza 1,  
43-600 Jaworzno  
tel. 32 618-32-00  
[www.jaworzno.slaska.policja.gov.pl](http://www.jaworzno.slaska.policja.gov.pl)

### **Prokuratura Rejonowa w Jaworznie**

Ul. Inwalidów Wojennych 14,  
43-603 Jaworzno  
Tel. 32-615-57-01

### **Sąd Rejonowy w Jaworznie**

ul. Grunwaldzka 28,  
43-600 Jaworzno  
tel. 32 75-86-200  
[www.jaworzno.sr.gov.pl](http://www.jaworzno.sr.gov.pl)

### **Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

ul. Plac Górników 5,  
43-600 Jaworzno  
tel. 32 618-17-79  
[www.jaworzno.pl/nasze-miasto/ngo/gkrpa](http://www.jaworzno.pl/nasze-miasto/ngo/gkrpa)

### **Poradnia Terapii Uzależnień od Alkoholu i Współuzależnienia**

ul. Grunwaldzka 235, 43-600 Jaworzno  
tel. 32 616-36-55, 32 616-34-79 wew.43  
[www.zlo.jaw.pl/poruzal.html](http://www.zlo.jaw.pl/poruzal.html)