

5/3.4 Wychodzenie ze związku przemocowego – wytyczne do pracy z ofiarą przemocy

Wychodzenie ze związku przemocowego nie jest łatwym przedsięwzięciem, to skomplikowany proces wymagający determinacji i odwagi. Wiele kobiet, mówiąc o tym doświadczeniu określa je jako walkę o przetrwanie, o życie, o siebie. Aby rozpocząć wychodzenie z takiego uwikłania, konieczne jest zdanie sobie sprawy z tego, czym jest związek oparty na przemocy i jakie są jego główne cechy. Należy pamiętać, że mamy tu do czynienia z potężnym splątaniem psychologicznym, które gmatwa dodatkowo brak wsparcia społecznego, komplikacje prawne, a co najsmutniejsze – stygmatyzacja ofiar.

Stygmatyzacja ofiar

Wydaje się, że jednym z podstawowych działań profilaktycznych w tym zakresie będzie zmiana używanych potocznie słów, uproszczeń i agresywnych sformułowań, które powodują, że kwestie przemocy domowej nie są traktowane z należyłą powagą. Sądzę, że zmiana języka, szczególnie w mediach, życiu społeczno-publicznym, może pomóc w dokonywaniu koniecznej transformacji zagadnień związanych z przemocą domową i otwarciu rzetelnego dyskursu w tej kwestii. Urszula Nowakowska, prezeska Centrum Praw Kobiet, zwraca uwagę na bardzo istotną kwestię słownictwa i tego, że stopniowe zastępowanie słowa „ofiara” stanowiło przyczynek do wieloletnich dyskusji w organizacjach zajmujących się przemocą. Kobiety doświadczające prze-

Potrzeba zmiany określenia „ofiara”

mocy, często mają potrzebę zmiany określenia „ofiara”, na rzecz zastąpienia go innym określeniem, ponieważ to ma negatywne konotacje i powoduje wzmacnianie stygmatu. Obecnie w Polsce pojawiają się coraz częściej formy, takie jak „kobieta doświadczająca przemocy” oraz „kobieta pokrzywdzona”.

Wiele kobiet, z którymi dotąd pracowałam, przytaczało słyszane niejednokrotnie sformułowania, takie jak: „Sama sobie jesteś winna, jak byś była posłuszna, to by tego nie robił”, „Czemu nic nie robisz, bierz dzieci i uciekaj”, „W małżeństwie tak się zdarza” czy zdanie, które miałyby stanowić rodzaj fatalnego żartu „Gdy się baby nie bije, to jej wątroba gnije”. Stereotypy społeczne dotyczące zjawiska przemocy i propagowanie związku opartego na dominacji jednej osoby nad drugą, wydają się (mimo rozlicznych kampanii społecznych) mieć dobrze, szczególnie, gdy tego typu zachowania są popierane przez establishment. Jeśli nie ma zdecydowanej reakcji sprzeciwu wobec przemocy, za zamkniętymi drzwiami dobrych domów dzieją się dramaty. Przemoc eskaluje i stabilizuje się, stanowiąc stały element życia społecznego. Pamiętajmy, że mechanizmy i skutki przemocy są niezależne od płci, a konsekwencje przemocy będą podobne, bez względu na to, czy ofiarą jest kobieta czy mężczyzna. Jednak, jak wynika ze statystyk, problemy zdrowotne jako konsekwencja doświadczanej przemocy są zdecydowanie częstsze i bardziej poważne u kobiet i to one sześć razy częściej wymagają medycznej interwencji z powodu obrażeń ciała. Częstotliwość i nasilenie objawów emocjonalnych są wyższe u kobiet niż u mężczyzn. 44% kobiet

i 26% mężczyzn miało objawy psychosomatyczne; 61% kobiet, a 34% mężczyzn odczuwało niepokój i napięcie oraz 58% kobiet, a tylko 30% mężczyzn wносиło objawy depresji. Kliniczne obserwacje pokazują, że stosowana przez mężczyzn przemoc ma charakter przedmiotowy i głównie służy uzyskaniu absolutnej władzy oraz pełnej kontroli nad partnerką. Z kolei przemoc ze strony kobiet ma charakter ekspresyjny i służy rozładowaniu napięcia i trudnych emocji. Takie rozróżnienie, w moim odczuciu, wydaje się jednak wzmocniać krzywdzące stereotypy dotyczące płci i tworzy dość sztywny obraz zjawiska przemocy stosowanej oraz przyświecających temu zagadnieniu intencji. W literaturze znajdziemy popularny termin „syndrom bitej kobiety”, wprowadzony w latach 80. przez Lenore E. Walker. Termin „syndrom bitego mężczyzny” nie przyjęł się. U podłoża tego może leżeć brak jednoznacznych, klinicznych dowodów, że agresja ze strony partnerek daje w konsekwencji zespół objawów, które można by uznać za charakterystyczne dla mężczyzn. To zagadnienie wydaje się bardzo ciekawe, biorąc pod uwagę kolejny stereotypowy wymiar dotyczący cech charakterystycznych dla danej płci. Czyż nie kreuje się obrazu, że silni mężczyźni nie mogą być bici przez słabe kobiety? Jeśli choć w niewielkim stopniu to sformułowanie pasuje do danej społeczności, hasło „syndrom bitego mężczyzny”, po prostu nie mogło zostać przyjęte. I to kolejna bardzo smutna refleksja dotycząca zjawiska przemocy. Statystycznie, to kobiety w zdecydowanej większości są ofiarami, ale zastanówmy się ilu przypadków maltretowanych mężczyzn nie zgłasza się z racji właśnie pokutujących mitów.

Przemoc ze strony
mężczyzn

Przemoc ze strony
kobiet

Termin „syndrom
bitej kobiety/bitego
mężczyzny”

DEFINICJA

Definicja przemocy

W znowelizowanej ustawie przeczytamy, że przemoc to:

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

(). Jako członka rodziny ustawa podaje osobę najbliższą zgodnie z art. 115 § 11 ustawy z dnia 6 czerwca 1997 roku Kodeks karny (Dz. U. poz. 553, z późn. zm.) oraz każdą inną osobę wspólnie gospodarującą i mieszkającą. Wg „Słownika języka polskiego” przemoc to Przewaga wykorzystywana w celu narzucenia komuś swojej woli, wymuszenia czegoś na kimś; też: narzucona komuś bezprawnie władza.*

PRZEMOC JAKO ZJAWISKO WIELOASPEKTOWE

Rodzaje przemocy

Biorąc pod uwagę przejawy przemocy, wyróżnia się przemoc fizyczną, psychiczną, seksualną, ekonomiczną. Niektórzy autorzy dodatkowo wyodrębniają znęcanie się nad zwierzętami domowymi i niszczenie własności jako odrębne kategorie przemocy. Do niedawna w ogóle nie mówilo się w kontekście relacji małżeńskiej o przemoc seksualnej. Użycie siły do wymuszenia współżycia seksualnego było prawnie i społecznie sankcjonowane. Dopiero w latach 80. XX wieku (!) w Stanach Zjednoczonych uznano gwałt małżeński za

przestępstwo. Nie ma jednej spójnej koncepcji teoretycznej wyjaśniającej pojawienie się przemocy pomiędzy bliskimi w rodzinie. Różne teorie koncentrują się wokół czynników ryzyka zwiększających wystąpienie przemocy oraz przewagi jednych nad innymi, to znaczy społeczno-strukturalnych nad psychopatologicznymi.

Przemoc rodzinną charakteryzują cztery zagadnienia. Po pierwsze jest ona intencjonalna, co oznacza, że działanie jest zamierzone i ma określony cel, którym jest skontrolowanie i całkowite podporządkowanie ofiary. Po drugie, siły są rozłożone nieproporcjonalnie, co oznacza, że jedna osoba dominuje i ma przewagę fizyczno-psychiczną nad drugą. Mówiąc najprościej ofiara jest słaba, a sprawca silny. Trzeci element stanowi o naruszeniu praw i dóbr osobistych, co rozumiemy jako naruszenie przez sprawcę podstawowych praw przynależnych każdemu człowiekowi – prawa do nietykalności fizycznej, szacunku, godności i tak dalej... Ostatnie zagadnienie dotyczy sprawstwa bólu i cierpienia. Krzywdziciel naraża ofiarę na poważne szkody psychiczne i cielesne, a ofiara nie ma zdolności do samoobrony. Przemoc jest słowem o wielowymiarowym znaczeniu, ma wiele konotacji i odcieni. Ogrom zjawiska w zasadzie nie ma ograniczeń. Akty przemocy mogą dotknąć każdego niezależnie od wieku, płci, statusu społecznego czy ekonomicznego, wyznania, miejsca zamieszkania czy rasy. Większość ofiar przemocy domowej w początkowej fazie interwencji boi się nazwać dosłownie to, czego doświadcza. Pojawia się spory opór i lęk przed nazwaniem związku, w którym się trwa, związkiem przemocowym. Pamiętajmy również, że wiele kampanii społecznych

**Charakterystyka
przemocy rodzinnej**

Związek przemocowy

zostało zrozumianych dość opacznie, jednowymiarowo. Gdy myślimy o przemocy u większości z nas w myśli pojawi się obraz bicia dziecka czy kobiety, tymczasem ogrom zjawiska jest zdecydowanie szerszy. Czy kiedy dziecko podkrađa rodzicowi leki i sprzedaje je, by zdobyć pieniądze, to czy jest to przemoc? Czy wnuk namawiający babkę do zaciągnięcia kolejnej pożyczki zachowuje się przemocowo? Czy kobieta znęcająca się psychicznie nad mężem, bez rękoczynów, stosuje przemoc? Czy mąż zabierający kobiecie zarobione przez nią pieniądze wpisuje się w kontekst tworzenia związku przemocowego? Różnorodność ludzkich zachowań i postaw jest tak szeroka, jak mnogość obliczy przemocy i może dotyczyć sfery ekonomicznej, fizycznej, psychicznej, seksualnej i całego spektrum zaniedbań. Często spotykam się z pytaniem, jak rozpoznać związek przemocowy, co świadczy o tym, że rzeczywiście nim jest. Sądzę, że nie ma jednej klasyfikacji obejmującej to zagadnienie, że elementy o których piszę dalej, przeplatają się ze sobą, raz są przeżywane z mniejszą, innym razem z większą intensywnością i nie zawsze występują wszystkie razem.

ELEMENTY PRZEMOCY

Patologiczna zazdrość

Patologiczna zazdrość, która pojawia podczas budowania relacji z innymi osobami, w sytuacjach rozmów z osobą przeciwnej płci, oskarżenia o flirty i zdradę, mimo że nie ma ku temu żadnych realnych podstaw, próby wymuszenia poczucia winy i wstydu za czas spędzony poza domem z rodziną czy przyjaciółmi, także urządzanie tzw. przesu-

chań, po każdej rozmowie telefonicznej czy każdorazowym wyjściu z domu. Wszystko to okryte jest płaszczem troski i zapewnienia bezpieczeństwa.

Kontrola życia, charakteryzująca się np. śledzeniem i podsłuchiowaniem, sprawdzaniem kont na portalach społecznościowych, inwigilacją poczty czy telefonu, rzeczy osobistych, naciskaniem na zachowania seksualne czy zmuszaniem do oglądania pornografii. Niepokojącym sygnałem jest pojawianie się bez zapowiedzi w miejscu pracy, a także sugerowanie światopoglądu, zachowań religijnych, narzucanie swoich norm i zasad funkcjonowania. Kontrola ujawnia się również w narzucaniu stylu ubierania, fryzury i makijażu.

Kontrola życia

Izolowanie. Czas ma być spędzany wyłącznie we dwoje, następuje stopniowe odciążanie od rodziny i przyjaciół, namowy dotyczące porzucenia pracy, zainteresowań, sukcesywne uzależnianie emocjonalne i psychologiczne.

Izolowanie

Ocenianie charakteryzujące się krytyką wyglądu, nazywanie brzydką, za grubą, za chudą, sugerowanie choroby psychicznej, poniżanie i deprecjonowanie, drwiny ze znajomych, rodziny, poglądów i ambicji, stopniowe przekonywanie o bezwartościowości.

Ocenianie

Wzbudzanie poczucia winy poprzez zdania typu „To przez ciebie”, zrzucanie odpowiedzialności za własną destrukcyjność i agresję oraz osobiste problemy i frustracje.

Wzbudzanie
poczucia winy

Dywersja

Dywersja prowadząca w stronę działań mających na celu zaniechanie pójścia do pracy, wyjść z przyjaciółmi, rozpoczynanie konfliktów w absurdalnych sytuacjach, chowanie rzeczy osobistych (kluczyków, portfela, ubrań), sabotowanie planów i marzeń, zabieranie pieniędzy.

Agresja

Agresja wyrażająca się w braku adekwatności zachowania do skali problemu, brak stabilności emocjonalnej, utrata kontroli, wybuchy agresji, bicie, zastraszanie krzywdą bądź niszczeniem.

To tylko część zachowań, które mogą świadczyć o funkcjonowaniu w związku przemocowym. Kolejnym ważnym motywem są przeprosiny, nazywane potocznie miesiącem miodowym. Po pierwszym gwałtownym wybuchu złości, sytuacja uspokaja się i następują przeprosiny. Osoby doświadczające syndromu miesiąca miodowego, mówią, że słyszą wtedy zdania takie jak: „Przepraszam, to napięcie związane z pracą, już się nie powtórzy” albo „Wybacz mi proszę, nie wiem co we mnie wstąpiło, już nigdy się tak nie zachowam”. Do przeprosin niejednokrotnie są dołączane prezenty i kolejne dni czy tygodnie związku zdają się mieć status sielankowych. Jeśli związek tego typu będzie przechodził zmianę w kierunku przemocowego, możemy powiedzieć, że właśnie w tej chwili, po pierwszej poważnej kłótni, rozpoczyna się pierwszy miodowy miesiąc. Każdy kolejny wybuch będzie silniejszy i gwałtowniejszy, szczególnie, gdy zacznie mu towarzyszyć zazdrość. Przy każdym kolejnym wybuchu granice będą przekraczane coraz bardziej, a pętla funkcjonowania w związku przemocowym zacznie zacieśniać się i wikłać coraz bardziej. Dla sprawcy

przemocy przeprosiny i miesiąc miodowy mają funkcję rozgrzeszenia, *katharsis*. Prezent stanowi zadośćuczynienie i wymazuje krzywdę. Dla osoby doznającej przemocy, to powrót do sielankowej i spokojnej, pełnej miłości fazy z początku związku. Wydaje się, że miesiąc miodowy, ma bardzo ważną funkcję dla obojga – rozgrzesza napastnika i koi ofiarę. U osoby doświadczającej przemocy obraz partnera jest zdecydowanie skrzywiony. Kobiety ze związków przemocowych mówiły: „On jest taki dobry, nie mogę w nim dostrzec potwora” albo „To dzieje się tylko czasami, gdy go ponosi”.

NIEBIESKA LINIA. NIEBIESKA KARTA

Pomoc dla osób zagrożonych przestępstwem czy pokrzywdzonym, świadczy Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Pomoc jest kierowana dla osób indywidualnych i rodzin i dotyczy szerokiego spektrum przemocy. Działalność Instytutu rozpoczęła się w 2009 roku i była kierowana głównie do osób mających trudności z przebrnięciem przez prawne procedury sądowe. Wsparcie psychologiczne w takiej sytuacji było konieczne, by osoba mogła wrócić do życia społecznego i zawodowego. Obecnie organizacja poza pomocą dla osób pokrzywdzonych organizuje szereg kampanii społecznych. Ostatnią z nich jest kampania „(Nie) Bądź miła”. Ma za zadanie zwrócić uwagę na przemoc wobec kobiet, której doświadczają na różnych etapach życia – przemoc psychiczną, ekonomiczną, fizyczną, seksualną, od dzieciństwa do później

**Pomoc dla osób
zagrożonych
przestępstwem czy
pokrzywdzonym**

**Kampania „(Nie)
Bądź miła”**

starości. Część społeczeństwa, rodzina, partner, a ostatecznie także dzieci, wymagają od kobiet rezygnacji z części przysługujących im praw, poświęcenia i bycia „miłą”. Kampania, to cztery różne spoty, w których eksperci pokazują różne formy przemocy, których na przestrzeni życia doświadczają kobiety. Spoty są bardzo ciekawe i warto się z nimi zapoznać, szczególnie, gdy pracujemy z osobami ze związków przemocowych. To właśnie kampanie społeczne, mogą być pierwszym asumptem do zmiany.

**Procedura
„Niebieskiej Karty”**

W związku z podejrzeniem zaistnienia w rodzinie przemocy, całość czynności podejmowanych i realizowanych w związku z tym obejmuje procedura „Niebieskiej Karty”. Wszczęcie procedury nie wymaga zgody osoby dotkniętej przemocą, co w wielu przypadkach jest jedynym sposobem na rozpoczęcie wychodzenia ze związku przemocowego. Kobiety, wcale nie tak rzadko, z własnej woli nie chcą zgłaszać sprawy nadużyć na policję czy do prokuratury. Wzory formularzy oraz całość procedur określa rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 13 kwietnia 2011 roku w sprawie procedury „Niebieska Karta” i wzorów formularzy (Dz. U. Nr 209, poz. 1245), które wydano na podstawie ustawy z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z 2015 r., poz. 1390). Procedura jest wszczynana w sytuacji, gdy na podstawie wywiadu, obserwacji czy innych czynności jest podejrzenie stosowania przemocy wobec kogoś z członków rodziny, także wtedy, gdy członek rodziny lub świadek zgłaszają takie fakty lub podejrzenia. Ustawa nakłada obowiązek wprowadzenia „Niebieskiej Karty” na przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecz-

nej, na policję, przedstawicieli oświaty i służby zdrowia oraz komisje gminne rozwiązywania problemów alkoholowych. Pracownicy socjalni, zgodnie z rozporządzeniem zobligowani są do diagnozy sytuacji rodzinnej i udzielenia pokrzywdzonym pełnej informacji o tym, gdzie można uzyskać pomoc psychologiczną, socjalną, prawną i pedagogiczną oraz wsparcie, o formach pomocy dla dzieci i wszelkich możliwościach, które pomogą pokrzywdzonej osobie wyjść ze związku przemocowego. Ponadto pracownicy socjalni:

1. Organizują natychmiastowy dostęp do opieki medycznej, jeśli osoba ucierpiała w wyniku pobicia albo wymaga tego jej stan zdrowia ze względu na stosowaną w rodzinie przemoc.
2. Zapewnią, w zależności od potrzeb, schronienie w całodobowej placówce bądź w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie.
3. Prowadzą rozmowy i wywiady z osobami, wobec których istnieje podejrzenie, że są sprawcami przemocy. Informują o konsekwencji tego typu zachowań oraz o możliwości podjęcia leczenia. Jedną z form leczenia sprawców przemocy, poza działaniami korekcyjnymi czy resocjalizacyjnymi, są programy terapii grupowej i programy korekcyjno-edukacyjne, dla których punktem odniesienia jest model Duluth.

Jeśli chodzi o pomoc dla osób funkcjonujących w związkach przemocowych musimy pamiętać, że najpierw taka osoba musi trafić do ośrodka interwencji kryzysowej – nie na terapię indywidualną. Terapii nie stosuje się, gdy osoba doświad-

**Obowiązki
pracowników
socjalnych**

**Ośrodek interwencji
kryzysowej**

**Najpierw
interwencja
i zabezpieczenie
– później terapia**

cza przemocy. Ogromnym błędem jest kierowanie małżonków na terapię par, czy rodzin (co wcale nie jest takie rzadkie). Najpierw interwencja i zabezpieczenie – później terapia. Osoby pokrzywdzone mogą skorzystać z terapii indywidualnej, terapii grupowej oraz grup wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie. W przypadku rodziny, w której występuje przemoc, zasada neutralności i równości nie obowiązuje. Przemoc wymaga jasnego określenia tego, kogo się wspiera! Jeżeli w związku występuje przemoc, neutralność terapeuty, tak ważna w terapii rodzin czy terapii par, nie może obowiązywać. Jest zgoda wśród badaczy i klinicystów, co do tego, że w sytuacji ryzyka zagrożenia życia, terapia małżeńska nie jest adekwatna, a jej podjęcie jest nieetyczne, gdyż naraża ofiarę na możliwy atak ze strony partnera. Osobom zgłaszającym się na terapię małżeńską z powodu przemocy, należy zalecić leczenie indywidualne. Sprawca powinien skorzystać ze specjalistycznego programu dla mężczyzn znęcających się nad rodziną, ale leczenie nie może dotyczyć tylko przemocy, lecz także leżącego u jej podłoża problemu kontroli poprzez przymus.

O OGRANICZENIACH ZE STRONY OSÓB DOŚWIADCZAJĄCYCH PRZEMOCY

Osobom żyjącym w związkach przemocowych, często jest trudno połączyć objawy pogorszonego stanu zdrowia psychicznego z doświadczeniami przemocy. Potęguje się to szczególnie, gdy dorosłe osoby mają za sobą doświadczenia przemocy w dzieciństwie. W takich sytuacjach, mogą

mieć trudność z uznaniem zachowań partnera czy partnerki za złe. Zachowania tego typu rozumiane i interpretowane są jako naturalny element każdej bliskiej relacji. Osoby doświadczające przemocy bagatelizują często obrażenia cielesne, sądząc, że nie są na tyle poważne, aby o nich komukolwiek wspominać. Jedna z kobiet, z którymi pracowałam, wspominała o tym, jak kolejny raz pobił ją mąż. Obrażenia były bardzo poważne, ale kobieta nie zgłosiła tego. Dopiero interwencja sąsiadów sprawiła, że sprawcy założono „Niebieską Kartę”. Pani powiedziała: „Ja naprawdę sadziłam, że mi się to należało, gdyby nie sąsiedzi nigdy bym tego nie zgłosiła, bo nie wiedziałam, że to, co on robi jest złe”. Pamiętajmy, że kobiety przeżywają silny lęk przed utratą partnera w wyniku ujawnienia przemocy domowej. Partner, mimo wszystko, jest osobą znaczącą, a okresy krzywdzenia rekompensują okresy pojawiającego się wyciszenia, zawsze rozumiane jako przejaw miłości („syndrom miesiąca miodowego”). Przemoc w związku pozostaje często problemem ukrytym, zatajanym. Psychologiczne uwikłania są dodatkowo wzmacniane przez kulturowe przekonania o roli kobiety i mężczyzny, a także przez przeświadczenie o nierozzerwalności związku małżeńskiego wynikające z przyjętych zasad religijnych.

**Syndrom miesiąca
miodowego**

Samodzielne wyjście ze związku przemocowego jest bardzo trudne. Wymaga odwagi i zmierzenia się z pokutującymi mitami. Pomoc może być niezbędna, często można ją otrzymać od przyjaciół, rodziny, sąsiadów czy pracowników socjalnych. Ci ostatni mogą podjąć rozmowę, dzięki której przemoc rodzinna zostanie ujawniona, a osoba jej doświadczająca wreszcie będzie

**Pytania ułatwiające
ujawnienie
problemu**

mogła rozpocząć wychodzenie ze związku przemocowego. Oto przykłady pytań ułatwiających ujawnianie problemu, które mogą być zadane kobietom i mężczyznom, u których jest podejrzenie stosowania wobec nich przemocy:

1. Co się dzieje kiedy ty i twój partner nie zgadzacie się ze sobą?
2. Czy kiedykolwiek twój partner zabraniał ci kontaktów z rodziną, przyjaciółmi albo zabronił realizować plany zawodowe?
3. Czy kiedykolwiek bałeś się swojego partnera?
4. Czy ciągle go przepraszasz?
5. Jak zachowuje się partner kiedy pije?
6. Czy usprawiedliwiasz agresję partnera przed sobą i innymi?
7. Czy zdarza się, że partner niszczy przedmioty, które stanowią waszą lub twoją własność?
8. Czy partner kiedyś uderzył cię bądź zranił?

W rozmowie osoby mogą zaprzeczać krzywdzeniu, ale w ich świadomości zostanie przekonanie, że osoba pomagająca traktuje przemoc jak każdy inny problem, który można i trzeba rozwiązać.

Pierwszym krokiem wychodzenia ze związku przemocowego jest uznanie, że jest się pod wpływem krzywdzącej sytuacji oraz, że potrzebuje się pomocy i wsparcia ze strony innych osób. Jedną z pierwszych form pomocy może być uczestnictwo w grupie wsparcia i interwencja kryzysowa, w której osoba dostrzeże, że funkcjonowanie w tego typu związku nie ma nic wspólnego

**Uczestnictwo
w grupie wsparcia
i interwencja
kryzysowa**

z normą. Grupowe formy pomocy dla osób pokrzywdzonych przemocą mogą być realizowane w klasycznych grupach samopomocowych i profesjonalnych grupach wsparcia opartych na zasadach „Dwunastu kroków”, podobnie jak w grupach Anonimowych Alkoholików.

Nic nie usprawiedliwia przemocy. Nikt nie może usprawiedliwić przemocy, bez względu na to, jakie jest jej podłoże. Czy to, że ma wymiar kulturowy, religijny czy społeczny daje nam przyzwolenie, by odwracać wzrok i udawać, że nic się nie dzieje? W 2012 roku ogłoszono 13 edycję konkursu Galerii Plakatu AMS pod hasłem: „Przemoc. Twoja sprawa.”. Uczestnicy mieli przygotować grafikę wyrażającą sprzeciw wobec przemocy w formie, która będzie zachęcała do niepozostawiania obojętnym na to zjawisko. Za najlepszy uznano plakat Marcina Kiedosa „Ala ma sinia-ki”. Plakat głęboko porusza i zmusza do refleksji. Zgodnie z tradycją, nauka pisania i czytania zaczyna się od prostego zdania: „Ala ma kota”. Plakat artysty jest rewelacyjną parafrazą tych trzech słów. Nie ma dziewczynki z warkoczem i psem, tylko zdanie o biciu, napisane w linijkach zeszytu. Plakat jest subtelny, minimalistyczny, ale jednocześnie niezwykle sugestywny. Kolejne wyróżnienie przyznano plakatowi z hasłem „Twoja niemoc wspiera przemoc”, na którym widać zaciśniętą dłoń z wysuniętym palcem wskazującym na każdego potencjalnego odbiorcę. Odbiorców było wielu, ponieważ plakat pojawił się na autobusach i przystankach. Wspominam Państwu na zakończenie o tym konkursie, ponieważ jedna z kobiet, z którymi pracowałam, a która doświadczała przemocy domowej wspominała, że właśnie

**Nic nie
usprawiedliwia
przemocy**

**Konkurs „Przemoc.
Twoja sprawa”**

ten plakat wywarł na niej ogromne wrażenie i spowodował, że postanowiła wreszcie zakończyć przemocowe małżeństwo. Nie jesteśmy w stanie dotrzeć do wszystkich osób, które cierpią z powodu stosowanej wobec nich przemocy, właśnie dlatego kampanie społeczne i edukacyjne tego typu są takie ważne. Uświadomienie sobie prawdy o własnym położeniu, niezależnie czy dzięki spotom tematycznym, plakatom, pomocy społecznej, staje się dowodem siły – nie słabości, inicjatywy – nie bierności. Działania na rzecz zdrowienia nie oznaczają zwycięstwa prześladowcy, przeciwnie, wzmacniają tych, których nazywa się potocznie ofiarami.

Literatura

1. Herman J. L., *Przemoc – uraz psychiczny i powrót do równowagi*, Gdańsk 2004.
2. Badura-Madej W., Dobrzyńska-Mesterhazy A., *Przemoc w rodzinie. Interwencja kryzysowa i psychoterapia*, Kraków 2000.
3. Herbert M., Browne K., *Zapobieganie przemocy w rodzinie*, Kraków 1999.
4. <http://www.niebieskalinia.pl/>

Autor: Katarzyna Włoch-Hyla