

Jerzy Mellibruda

Charakterystyka zjawiska przemocy w rodzinie

Przemoc domowa - definicja i perspektywy

Według roboczej definicji, przyjmowanej przez polskich specjalistów, przemoc domowa to:

- działanie lub zaniechanie dokonywane w ramach rodziny przez jednego z jej członków przeciwko pozostałym;
- z wykorzystaniem istniejącej lub stworzonej przez okoliczności przewagi sił lub władzy;
- godzące w ich prawa lub dobra osobiste, a w szczególności w ich życie lub zdrowie (fizyczne czy psychiczne);
- powodujące u nich szkody lub cierpienie.

W przemocy domowej najbardziej istotna jest demonstracja i wykorzystanie siły lub władzy w sposób, który jest krzywdzący dla innych członków rodziny. Na przemoc w rodzinie można spojrzeć z perspektywy prawnej, moralnej, psychologicznej i społecznej.

Z punktu widzenia *prawa* przemoc w rodzinie to przestępstwo, którego odmiany określone są w różnych kodeksach i odpowiednio karane. Najczęściej stosowany artykuł 207 kodeksu karnego dotyczy znęcania się fizycznego lub moralnego nad członkiem rodziny i przewiduje karę pozbawienia wolności od 6 miesięcy do 5 lat.

Perspektywa *moralna* pokazuje, że dokonywanie przemocy to krzywdzenie słabszego i jest złem moralnym. Sprawca powinien podlegać sankcjom własnego sumienia i potępieniu ze strony innych ludzi. Moralna ocena przemocy powinna powstrzymać sprawców i motywować świadków do pomagania.

Psychologiczne spojrzenie na przemoc domową zwraca uwagę na cierpienie i bezradność ofiary, odsłania mechanizmy wewnętrzne i sytuacyjne sterujące przemocą oraz złożone procesy interakcji między sprawcą i ofiarą. Psychologiczne zrozumienie przemocy odgrywa podstawową rolę przy pomaganiu ofiarom w wyzwalaniu się od przemocy i w naprawianiu szkód, jakie poczyniła w ich życiu.

Z perspektywy *społecznej* widać czynniki zawarte w obyczajach i postawach, które mogą sprzyjać przemocy lub ją usprawiedliwiać. Z drugiej strony w przeciwdziałanie przemocy mogą angażować się znaczące siły społeczne i wywierać wpływ na stan spraw publicznych. Przykładem tego jest rozwój ruchu feministycznego w USA i w innych krajach, który z pomagania bitym kobietom uczynił potężne narzędzie walki także o inne prawa kobiet.

Przemoc gorąca i chłodna

Psychologia sprawców przemocy nie jest jeszcze dziedziną bogatą w solidną wiedzę. Naganność ich postępowania bardziej skłania do karania niż wnikliwego zastanawiania się, dlaczego to robią.

Przemoc domowa miewa różną temperaturę, może być gorąca i chłodna. U podstaw gorącej **przemocy** znajdujemy furie, czyli dynamiczne i naładowane gniewem zjawisko pęknięcia tamy emocjonalnej, uruchamiające agresywne zachowanie. Furia jest wybuchem skumulowanych i niemożliwych do powstrzymania uczuć złości lub wściekłości. Jest to nie tylko groźne, ale również fascynujące i wstydlive doznanie. Niektórzy uważają, że doświadczanie furii uruchamiającej akt przemocy miewa charakter ekstatyczny i że sprawcy „upajają się” stanem zmienionej świadomości, który temu towarzyszy. Furia najczęściej rozładowuje się w aktach bezpośredniej agresji fizycznej i psychicznej. Towarzyszy jej pragnienie wywołania cierpienia i spowodowania jakichś szkód.

Gorącą przemoc mogą powodować negatywne i intensywne przeżycia związane z frustracją, z zablokowaniem jakichś dążeń, z niespełnianiem pragnień i oczekiwań. Pojawia się agresywna reakcja na stres, która nie zostaje powstrzymana i kieruje się przeciw członkowi rodziny. Istotnym czynnikiem bywa przekonanie sprawcy o niezdolności ofiary do obrony i poczucie własnej bezkarności. Słabość ofiary wynika z przewagi fizycznej sprawcy lub okoliczności, w których sprawca uzyskuje władzę psychiczną. Towarzyszy mu wtedy poczucie, że „może sobie na wiele pozwolić”.

Przemoc chłodna wydaje się znacznie spokojniejsza, choć czasem jest to spokój pozorny, skrywający silne emocje, ale skutecznie tłumione i kontrolowane. Polega na realizowaniu przez sprawcę specyficznego scenariusza zapisanego w jego umyśle, a czasem również w obyczajach i środowiskowej kulturze. Człowiek realizujący taki scenariusz przemocy, zmierzając do jakiegoś celu jest gotowy do wtargnięcia na wewnętrzne terytorium psychiczne swego dziecka lub współmałżonka. Znajduje dla tego usprawiedliwienie nawet wtedy, gdy jest świadomy cierpienia, które spowodował. Przemoc taka jest narzędziem oddziaływania zmierzającego nieraz do wzniosłych celów, które uzasadniają bolesne dla bliskiej osoby środki.

Jednym ze szczególnie ważnych źródeł przemocy jest skrywane i dotkliwe poczucie niemocy, impotencji fizycznej lub psychicznej, które sprawca stara się zagłuszyć, a czasem zanegować poprzez akty przemocy.

Niejednokrotnie sprawcy w ogóle nie podejmują próby kontrolowania swego gniewu, a nawet z premedytacją go potęgują. Czasem te próby są podejmowane, ale okazują się nieskuteczne na skutek zawężenia lub zniekształcenia świadomości w trakcie rozwijającej się reakcji emocjonalnej oraz braku umiejętności samokontroli. Istotną rolę może też odgrywać biologicznie zdeterminowana gwałtowność i intensywność reagowania emocjonalnego, które wymyka się spod kontroli. Czynniki biologiczne wpływające na dynamikę agresywnego zachowania nie usprawiedliwiają sprawców i nie zdejmują z nich odpowiedzialności za krzywdzenie innych.

W wielu przypadkach przemoc jest związana z nietrzeźwością sprawców, ale alkohol nie powinien być obarczony bezpośrednią i wyłączną odpowiedzialnością za przemoc. Niewątpliwie osłabia on racjonalną kontrolę nad zachowaniem i nasila gotowość do reagowania złością oraz przyczynia się do zwiększenia ilości niepowodzeń życiowych stanowiących źródła stresu i frustracji.

Sprawca gorącej przemocy przeżywa chwile poczucia winy i może angażować się w doraźne próby naprawiania szkód. Jednak przemoc domowa bardzo rzadko jest jednorazowym wydarzeniem i sprawcy wielokrotnie powtarzają akty przemocy.

W wielu przypadkach wydaje się, że możemy rozpoznawać zjawisko trwałej utraty kontroli osobistej nad własnymi zachowaniami agresywnymi, które przypominają

zachowania nałogowe. Nie oznacza to, że człowieka, który nałogowo dokonuje aktów przemocy, możemy uznać za osobę chorą i niewinną.

Coraz częściej podejmowane są próby oddziaływania na sprawców, które zmierzają do nauczenia ich samokontroli i wyzwolenia spod wpływu nałogowej agresywności. Przypominają one trochę terapię choroby alkoholowej i mają na celu zapobieganie nawrotom agresji.

Sprawca chłodnej przemocy na ogół pozostaje nieświadomy szkodliwości swego zachowania, ponieważ znajduje uzasadnienie nawet dla okrucieństwa. Chłodna przemoc wobec dzieci przybiera często formę surowych i konsekwentnych metod wychowawczych lub sprawiedliwego karania. Czasem krzywdzenie dzieci dokonuje się w trakcie prób kształtowania u nich pożądanых cech charakteru, a czasem jest tylko rezultatem mechanicznego powtarzania metod wychowawczych, których rodzice doświadczali w dzieciństwie, gdy sami byli ofiarami przemocy wychowawczej. Zdumiewającym zjawiskiem są nierzadkie wyznania: „Mój ojciec nie żałował pasa, ale jestem mu wdzięczny, bo wyrosłem na porządnego człowieka”, dostarczające usprawiedliwienia dla okrucieństwa kochanego rodzica.

Stosowanie chłodnej przemocy wspierają ideologie autorytarnego wychowania, według których dzieci i słabsi mają mniej praw, a dorośli i silniejsi mogą ich prawa naruszać, gdy zmierzają do słusznych celów. Opór powinno się przełamywać odpowiednimi karami.

Sprawcy na ogół starają się znajdować poznawcze uzasadnienie dla aktów przemocy. Szczególnie dotyczy to negowania osobistej odpowiedzialności za dostrzegane szkody i obciążania odpowiedzialnością ofiary. Czasem usprawiedliwianie przemocy polega na uprzedmiotowieniu ofiary lub negowaniu jej wartości jako istoty ludzkiej. Czasem jest to głębokie wpojenie jej przekonania, że cierpienie i poniżenie zadawane było dla jej dobra.

Postępowanie sprawców często bywa wspierane przez czynniki kulturowe. Przez wieki przemoc w stosunku do kobiet i dzieci była akceptowana nie tylko obyczajowo, ale i prawnie.

Strategie powstrzymywania przemocy

Ofiary przemocy domowej doświadczają lęku, cierpienia, bezsilności, przygnębienia i rozpacz. Ich ciało i psychika doznają ostrych urazów i podlegają długotrwałemu procesowi niszczącego stresu. W amerykańskich badaniach przeprowadzonych wśród 1000 kobiet systematycznie bitych przez partnerów, zidentyfikowano **siedem podstawowych strategii**, którymi posługują się kobiety amerykańskie **w celu powstrzymania męża od bicia**. Obserwacje dotyczące bitych Polek wskazują, że są one uniwersalne.

Bite kobiety często próbują **rozmawiać ze sprawcami** na temat tego, co zrobili. Opowiadają im o swoim cierpieniu i krzywdzie oraz starają się wzbudzić w nich poczucie winy. Czasem te rozmowy są niekończącym się dialogiem oskarżania i usprawiedliwiania, a czasem krótkotrwałymi monologami. Zdarza się, że sprawcy zgłaszają gotowość do zaprzestania bicia, jeżeli ofiara będzie posłuszna i będzie spełniać ich oczekiwania. Ale bywa i tak, że rozmowy prowadzą do ponownych ataków złości, więc kobieta uczy się milczeć.

Inna strategia to **uzyskiwanie** od sprawcy przemocy **obietnic poprawy** i powstrzymywania się od bicia. Odwoływanie się do miłości, moralności, do tego, co pomyślał sobie sąsiedzi i dzieci, może skłonić sprawcę do przyrzeczenia zaniechania przemocy. Czasem, szczególnie w pierwszym okresie nasilania się przemocy, sprawca spontanicznie obiecuje, że już nigdy więcej tak się nie zachowa.

Straszenie sprawców jest częstym sposobem postępowania ofiar, które grożą powiadomieniem policji, opuszczeniem domu, rozwodem, skargą w zakładzie pracy itp. Jednak groźby te stosunkowo rzadko są spełniane i sprawcy zdają sobie z tego sprawę. Dlatego jedynym sposobem zwiększenia skuteczności tej strategii jest zrealizowanie przynajmniej części tych gróźb. Sprawca musi uwierzyć, że jeżeli nie przestanie się znęcać nad ofiarą, ta będzie konsekwentna i wykona to, co zapowiedziała. Wydaje się, że lepiej nie straszyć, jeżeli brakuje determinacji do zrealizowania groźby.

Jeszcze inny sposób radzenia sobie to **ukrywanie się przed sprawcą**. Oznacza to wybieganie z domu, chowanie się w innym pokoju, zamykanie w łazience, w piwnicy lub w szafie. Stwarza to doraźną nadzieję uniknięcia pobicia, ale spora część kobiet opowiada, że tworzyło to pretekst do następnych aktów przemocy. Mężczyzna, który aktami przemocy utwierdza swą dominację i władzę, pragnie kontrolować nie tylko zachowanie, ale i miejsca, w których znajduje się ofiara. Ukrywanie jest skuteczne, jeżeli faktycznie, a nie tylko chwilowo, oddziela ofiarę od sprawcy. Wyciągnięcie z przewidywanego schronienia utwierdza sprawcę w poczuciu władzy i bezkarności.

Pasywna obrona przed sprawcą to strategia polegająca na próbach osłonięcia się dłońmi, ramionami, stopami, poduszką lub sprzętami domowymi przed ciosami sprawcy. Stosowana odruchowo nie wpływa na ogół na powstrzymanie sprawcy. Pasywna obrona, w przypadku prawie wszystkich badanych kobiet, nie pomagała, a często wręcz zwiększała agresywność sprawców. Dla mężczyzn o cechach sadystycznych kobiecie płacz stanowi dodatkową stymulację agresywnego zachowania i skłania do kontynuowania przemocy.

Odmianą strategią obronną jest **unikanie** zwykle agresywnego ataku. Kobiety starają się schodzić z oczu, gdy przeczuwają, że zbliża się fala agresji. Opuszczają dom na chwilę przed powrotem męża lub odmawiają dyskusji w przypadku zaczepek prowokujących sytuacje przemocy. Mogą również powstrzymać się od pewnych zachowań, aby uniknąć kolejnego bicia. Stają się powściągliwe w rozmawianiu i tańczeniu z innymi mężczyznami na przyjęciach towarzyskich, nie sprzeciwiają się i nie krytykują męża.

Ostatnią strategią jest **walka obronna**. Stosuje ją wiele bitych kobiet, które próbują oddawać razy, drapią, kopią i gryzą lub odpychają. Czasem rzucają przedmiotami, policzkują lub uderzają tym, co mają pod ręką. Agresywne zachowanie ofiary powstrzymało sprawcę tylko wtedy, gdy nabierał przekonania o dużej desperacji żony i zdecydowaniu na wszystko. Zdarzało się to jednak bardzo rzadko i było związane z pojawieniem się u sprawcy swoistego respektu lub lęku o własne życie, gdy doprowadzona do ostateczności kobieta zapowiadała, że go otruje lub zabije, gdy będzie spał. W większości przypadków walka obronna jest strategią niebezpieczną i powoduje nasilenie przemocy. Sprawca ma dodatkowe powody do karania za nieposłuszeństwo i podnoszenie ręki na niego.

Istnieją jeszcze tzw. **strategie poniżające**, które polegają na całkowitym podporządkowaniu się, a nawet na poniżaniu się przed sprawcą, którego zadawałaja

widoczne przejawy zniewolenia ofiary. Aktywna i brutalna przemoc nie jest mu wtedy niezbędna do podtrzymywania poczucia mocy i władzy. Jednak za stosowanie tej strategii kobiety płacą najwyższą cenę - zniszczenie własnej podmiotowości i uzależnienie się od sprawcy. Warto pamiętać, że nie robią tego z własnego wyboru i że podlegają destrukcyjnemu wpływowi sił, przed którymi nie potrafią się obronić.

Przemoc psychiczna

Przemocy fizycznej zawsze towarzyszy przemoc psychiczna. Przemoc psychiczna może jednak występować bez udziału przemocy fizycznej. Termin *przemoc psychiczna* posiada trzy znaczenia. Oznacza sytuację sprawowania przez sprawcę psychologicznej kontroli nad ofiarą, wskazuje, że krzywdzenie ofiary może się dokonywać przy pomocy oddziaływań psychologicznych oraz zwraca naszą uwagę na uszkodzenia psychiki spowodowane przez przemoc.

W ekstremalnych przejawach przemoc psychiczna w rodzinie ujawnia podobieństwa do metod przymusu i terroru stosowanego w krajach totalitarnych wobec więźniów wojennych lub politycznych. Badacze odkryli kilka zjawisk wspólnych dla przemocy psychicznej w rodzinie i dla procedury prania mózgu stosowanej w komunistycznych Chinach i Korei wobec jeńców amerykańskich.

System prześladowań stosowany wobec jeńców i przeciwników politycznych w krajach totalitarnych realizowany w specjalnych obozach reedukacyjnych opierał się na izolacji społecznej więźniów, poniżaniu ich i degradacji, wymuszaniu posłuszeństwa, groźbach i demonstracjach mocy, doprowadzaniu do bezradności i wyczerpania, sporadycznych i nieprzewidywalnych objawach pobłażliwości i aprobaty dla więźniów, ośmieszaniu ich i kwestionowaniu racjonalności myślenia. Celem tego systemu było uzyskanie pełnej kontroli nad psychiką i postępowaniem więźnia oraz zawładnięcie jego umysłem, tak by z przekonaniem przyjął ideologię prześladowcy.

Sprawcy przemocy w rodzinie często starają się doprowadzić do izolacji społecznej ofiary. Kontrolują i ograniczają jej kontakty z innymi członkami rodziny, koleżankami i sąsiadami. Zachowują się obraźliwie wobec jej znajomych lub robią awantury w ich obecności, co powoduje, że kobieta wstydzi się ich zapraszać i kontaktować z nimi. Zakazują jej opowiadać o tym, co dzieje się w domu, a gdy to robi - zostaje ukarana. Narastająca izolacja i ukrywanie przed innymi swego cierpienia pogłębia jej bezsilność i powiększa władzę sprawcy.

Sprawca przemocy wielokrotnie **krytykuje i poniża** ofiarę, także w obecności innych ludzi. Powtarza jej, że jest zła, głupia, brzydka, obrzuca ją wyzwiskami i wyolbrzymia jej wady i błędy. Doświadczając skrajnego poniżenia, kobieta zaczyna myśleć, że może czymś sobie zasłużyła na takie traktowanie. Pojawia się przypuszczenie, że nie może być dla nikogo atrakcyjna i że utrzymanie związku ze sprawcą jest jedyną szansą, by nie zostać samotną. Tak bardzo pragnie jakiegokolwiek aprobaty, że gdy zdarzy się chwila, w której prześladowca ją pochwali lub się do niej uśmiechnie, przyjmuje to z wdzięcznością. Gdy staje się świadoma tego, co się dzieje, zaczyna odczuwać niechęć do siebie i obwiniać się za poniżającą sytuację.

Sprawca może domagać się **posłuszeństwa** we wszystkich dziedzinach życia rodzinnego - posiłków, ubierania, gospodarowania pieniędzmi, wychowywania dzieci itd. Wymagania te mogą często się zmieniać i nieraz bywają w sposób oczywisty

irracjonalne. Początkowo kobieta protestuje i dyskutuje, jednak z czasem, by zapewnić sobie spokój albo obawiając się przemocy, zaczyna się bez sprzeciwu podporządkowywać. Okazuje się, że mimo wszelkich starań, sprawca nigdy nie jest zadowolony. Kobieta jest całkowicie pochłonięta zapobieganiem wybuchom złości, odgadywaniem jego myśli i zachcianek. Własne potrzeby i poglądy przestają się liczyć i nie wie ona, czego naprawę chce, co czuje i myśli, co jest złe, a co dobre.

Opisywanym zjawiskom stale towarzyszą **groźby i demonstracje mocy** sprawcy. Kobieta słyszy, że zostanie tak pobita, że nikt jej nie pozna, że jej dzieci zostaną skrzywdzone, zostanie wyrzucona na ulicę itd. Niektóre z tych groźb zostają spełnione, więc kobieta nie może przewidzieć, jaka groźba jest mniej realna. Zmusza ją to do posłuszeństwa wobec partnera, a całą jej energię i uwagę pochłania staranie o zapewnienie sobie doraźnego bezpieczeństwa. Sprawca bez stosowania przemocy fizycznej może zmusić ofiarę do zrobienia czegoś, co jest dla niej wstydlive lub upokarzające, a następnie grozić, że powie o tym znajomym lub rodzinie.

Pod wpływem udręczenia i prania mózgu u ofiary pojawia się stan nieustannego wyczerpania. Jest wynikiem ciągłego stresu i gotowości do samoobrony i spełniania żądań sprawcy. Energię ofiary pochłania konieczność ukrywania strachu, rozpacz i gniewu, ponieważ okazywanie tych i podobnych uczuć jest przez sprawcę ośmieszane lub karane.

Fazy cyklu przemocy

Bywają chwile, gdy kobieta jest na tyle zrozpaczona, że zaczyna się przygotowywać wewnętrznie do wyrwania z pułapki i odejścia. Sprawca przemocy zwykle wyczuwa tę gotowość i reaguje chwilową zmianą postępowania. Okazuje czułość, kupuje prezenty, staje się pobłażliwy, czasem przeprosza. W miejsce lęku i rozpacz u kobiety pojawia się nadzieja, że wszystko się zmieni, więc rezygnuje z ucieczki i postanawia starać się o utrzymanie związku.

Analiza związków, w których kobiety były maltretowane, ujawnia, że w pierwszych latach rozwijania się przemocy występuje często specyficzny cykl przemocy, składający się z trzech powtarzających się faz.

W fazie pierwszej narasta napięcie i agresywność sprawcy. Każdy drobiazg wywołuje jego irytację, najmniejsza rzecz jest powodem awantury, zaczyna więcej pić, prowokuje kłótnie i staje się coraz bardziej niebezpieczny. Kobieta stara się opanować sytuację i oddalić zagrożenie. 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 spięcie, aby wreszcie „mieć to za sobą”.

Następuje **druga faza** gwałtownej przemocy. Z mało istotnych powodów dochodzi do ataku agresji i rozładowania złości. Kobieta doznaje zranień fizycznych i psychicznych, znajduje się w stanie szoku. Stara się uspokoić sprawcę i ochronić siebie. Odczuwa przerażenie, złość, bezradność i wstyd, traci ochotę do życia.

W trzeciej fazie, nazywanej fazą miodowego miesiąca, wszystko się zmienia. Gdy partner 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. Ma poczucie winy, okazuje skruchę, przeprosza i obiecuje, że to się już nie powtórzy. Zaczyna okazywać ciepło i miłość. Staje się znowu podobny do mężczyzny, jakiego

kobieta pokochała i z jakim się związała. Przynosi kwiaty, prezenty, zachowuje się jakby nigdy nie było żadnej przemocy. Sprawca i ofiara zachowują się jak świeżo zakochana para. Kobieta zaczyna wierzyć, że partner się zmienił i że przemoc była jedynie wyjątkowym incydentem, który już nigdy się nie powtórzy. Czuje się znowu kochana, spełniają się jej marzenia o miłości i szczęśliwym związku.

Ale faza miodowego miesiąca przemija i wkrótce rozpoczyna się faza narastania napięcia. Wszystko zaczyna się od nowa. Jednak przemoc w następnym cyklu na ogół jest bardziej gwałtowna i dłuższa. Doświadczenia miodowej fazy demobilizują ofiarę i utrwala ją u sprawcy poczucie bezkarności oraz nadzieję, że następnym razem znowu sobie jakos poradzi i uzyska przebaczenie. Następne fazy miodowe są już krótsze i mniej miodowe.

Zespół zaburzeń stresu pourazowego

Od kilkunastu lat przy pomaganiu ofiarom przemocy domowej rozpoznaje się u nich specyficzną kategorię zaburzeń emocjonalnych. Nazywa się ją zespołem zaburzeń stresu pourazowego i oznacza międzynarodowym skrótem PTSD (*post traumatic stress disorder*). Zaburzenie to zostało pierwotnie rozpoznane u żołnierzy doznających urazów emocjonalnych w czasie wojny oraz u ofiar katastrof i zakładników porwanych przez terrorystów.

Do podstawowych objawów PTSD zalicza się bolesne powracanie śladów doświadczeń urazowych, przeżywanie specyficznego paraliżu emocjonalnego, unikanie tego, co przypomina uraz, a także stany hiperpobudzenia. Mimo upływu czasu pojawiają się koszmary senne i bezsenność, wstrząsające wspomnienia i wizje na jawie, niezrozumiałe i bolesne stany emocjonalne i somatyczne. Ofiara czuje, jakby jej uczucia znajdowały się w stanie zamrożenia lub związania. Towarzyszy temu gotowość do nagłego pojawiania się reakcji ucieczki lub walki, bez sytuacyjnego uzasadnienia. Ofiara obawia się, że zwariowała, nie rozumie tego, co się z nią dzieje.

Gdy zaburzenia takie pojawiają się u osób, które przeżyły jednorazowe doświadczenie raniące, odpowiednia pomoc terapeutyczna może się przyczynić do złagodzenia i wycofania objawów. Niestety, ofiary przemocy domowej są wielokrotnie narażone na takie zranienia i często dzieje się to w chwilach, gdy nasilają się objawy PTSD spowodowanego poprzednimi aktami przemocy. Osłabia to poważnie siły ofiary i zaburzenia mogą osiągać większe rozmiary niż u innych osób.

Proces wiktylizacji

U ofiar przemocy domowej doświadczających zespołu zaburzeń stresu pourazowego i poddawanych intensywnej przemocy psychicznej często rozwija się tzw. proces wiktylizacji, który zmienia poczucie tożsamości maltretowanej osoby.

W miarę upływu czasu powtarzająca się przemoc burzy utrwalonego obraz życia i własnej osoby, na którym opierała się dotychczasowa egzystencja. Osoba maltretowana traci podstawowe poczucie bezpieczeństwa i uporządkowania życia, traci zaufanie do siebie i zaczyna źle o sobie myśleć. Często czuje się jak małe dziecko i pragnie wycofywać się z normalnego życia i izolować od innych.

U części ofiar przemocy pojawiają się tzw. wtórne zranienia spowodowane niewłaściwymi reakcjami ich otoczenia społecznego. Czasem członkowie rodziny lub

inne osoby z powodu ignorancji, zmęczenia lub bezradności zachowują się w taki sposób, który dodatkowo negatywnie wpływa na maltretowaną osobę. Przejawia się to jako niewiara w to, co ona mówi, pomniejszanie tragizmu i ważności raniących doświadczeń, obwinianie ofiary lub naznaczanie jej negatywnymi określeniami. Czasem po prostu odmawiają pomocy lub sugerują, że ofiara chce uzyskać nieuzasadnione korzyści ze swojej krzywdy.

Pod wpływem takich reakcji otoczenia, powtarzania się aktów przemocy oraz na skutek małej umiejętności radzenia sobie z urazami, osoba krzywdzona zaczyna przystosowywać się do roli ofiary i przestaje się bronić. Zaczyna myśleć, że bycie ofiara przemocy jest jej nieuchronnym przeznaczeniem do końca życia. Staje się nietolerancyjna dla własnych słabości i błędów, obwinia się i odmawia sobie podstawowych praw ludzkich, przestaje oczekiwać poprawy swojej sytuacji. Traci nadzieję i poczucie godności. Czasem w ostatnim odruchu desperacji podejmuje zamach na swoje życie lub na życie sprawcy.

Oczywiście tylko u części ofiar proces wiktylizacji osiąga ten ostatni etap. Na ogół nie wiemy, jak często się to dzieje, ponieważ osoby w tym stanie nie szukają już pomocy. Jeżeli ofiara utrwalonej przemocy w rodzinie nie otrzyma pomocy z zewnątrz, jej szanse na wyrwanie się z pułapki i na uratowanie są niewielkie. Dlatego sprawa szczególnej wagi jest działanie różnych instytucji i organizacji zajmujących się udzielaniem pomocy. W Polsce jeszcze niedawno pomoc ta była minimalna.

Wprawdzie kodeks karny zabrania znęcać się nad członkami rodziny i przewiduje za to stosowne kary, jednak sprawcy przemocy bardzo rzadko stają przed sądem. Różne są tego przyczyny. Ofiary obawiają się składać formalne skargi, a często zdarza się, że złożone już skargi wycofują i proszą, by nie zamykać męża do więzienia. Policja niechętnie interweniuje i często nie potrafi zapewnić bezpieczeństwa kobiecie, która wzywała pomocy. Świadkowie przemocy domowej na ogół nie chcą zeznawać i osobiście interweniować. Prokuratorzy są niechętni do podejmowania spraw, w których tak trudno o świadków i solidne dowody, są również krytycznie nastawieni do kobiet, które wycofują skargi. Adwokaci sprawców potrafią sprytnie podważać zeznania ofiar i obciążać je współwiną.

Konieczne jest ulepszenie prawa chroniącego ofiary przemocy i przeszkolenie policjantów, prokuratorów i sędziów w zakresie przemocy domowej. Pomaganie ofiarom przemocy powinno jednak wykraczać poza obszar wymiaru sprawiedliwości.

Potrzebne są miejsca, w których ofiary otrzymają pomoc prawną, bytową oraz takie, w których będą mogły schronić się ze swoimi dziećmi, aby uniknąć maltretowania. Potrzebne są miejsca i ludzie, którzy dostarczą wsparcia emocjonalnego i pomoga w dochodzeniu sprawiedliwości. Wreszcie potrzebne są miejsca, w których dzięki pomocy psychologicznej ofiary będą mogły zaleczyć swoje rany psychiczne i podjąć pracę nad zmianą życia i umocnieniem siebie. Niektóre osoby potrzebują systematycznej i profesjonalnej psychoterapii, w szczególności wtedy, gdy przemoc, która spotkała ich w dorosłym życiu, była poprzedzona raniącymi doświadczeniami w dzieciństwie.

Dzieci jako ofiary przemocy między dorosłymi

Dzieci wrażliwe wśród przemocy w domu są często zapomnianymi jej ofiarami. Doznają przemocy nie tylko wtedy, gdy są bezpośrednio maltretowane lub zanied-

bywane przez rodziców czy opiekunów. Cierpią i są krzywdzone także wtedy, gdy są świadkami przemocy dorosłych.

Naukowcy oceniają, że stopień zachodzenia na siebie zjawisk dorosłej przemocy domowej i fizycznego lub seksualnego napastowania dzieci waha się od 30 do 50 procent. Prawdopodobieństwo seksualnego molestowania dziewczynek przez ojców, którzy dopuszczają się przemocy domowej, jest 5-6-krotnie większe niż dla córek, których ojcowie nie maltretują matki. Pracownicy schronisk mówią, że pierwszą przyczyną wymienianą przez wiele maltretowanych kobiet jako powód ucieczki z domu, jest fakt, że sprawca atakował również dzieci. Ofiary wyrażają wiele obaw co do wpływu, jaki przemoc małżeńska wyrzucić może na dziecko.

Krzywdzenie dzieci przez dorosłych sprawców przemocy można podzielić na cztery kategorie działań:

- celowe wyrządzanie im krzywdy fizycznej, traktowane jako sposób krzywdzenia ofiary i kontrolowania jej (np. ukrywanie i izolowanie dziecka, groźenie, że wyrzuci się mu krzywdę, by wymusić posłuszeństwo ofiary);
- mimowolne wyrządzanie im krzywdy fizycznej w czasie ataku na partnerkę, kiedy dziecko przypadkowo podejrze pod rękę lub kiedy próbuje interweniować (np. matka z dzieckiem na rękach zostaje popchnięta; dziecko doznaje obrażeń, kiedy próbuje powstrzymać atak sprawcy);
- stwarzanie środowiska, w którym dzieci są świadkami przemocy lub jej skutków - z badań wynika, że oglądanie przemocy domowej ma taki sam wpływ na dzieci, jak fizyczne i seksualne maltretowanie. Bez względu na to, co mówią sprawcy lub ofiary, dzieci często są bezpośrednimi świadkami fizycznej lub psychicznej przemocy, bądź dowiadują się o niej pośrednio - słuchając odgłosów walki lub oglądając jej fizyczne skutki w postaci obrażeń i zniszczonego dobytku;
- wykorzystywanie dzieci, by kontrolować maltretowaną partnerkę podczas trwania związku albo po separacji, bez względu na krzywdę wyrządzaną dzieciom.

Typowe przykłady przemocy wobec dzieci obejmują m.in.:

- twierdzenie, że złe zachowanie dziecka jest przyczyną napaści na dorosłą partnerkę;
- izolowanie dziecka na równi z maltretowaną matką (np. zabranianie mu zabaw i kontaktów z innymi dziećmi) - angażowanie dziecka do współuczestnictwa w przemocy (np. zmuszanie go do brania udziału w fizycznych, emocjonalnych lub seksualnych napaściach na partnerkę);
- zmuszanie dziecka do oglądania przemocy;
- groźenie użyciem przemocy wobec dziecka, ulubionego zwierzęcia domowego lub innych drogiej dziecku rzeczy (ataki wymierzone w zwierzęta lub ulubione zabawki są szczególnie raniące dla małych dzieci, które często nie rozróżniają granicy między sobą a ulubionym obiektem; zatem atak sprawcy na ulubionego kota doświadczany jest jako atak przeciwko samemu dziecku);
- przesłuchiwanie dzieci w celu wydobycia informacji o tym, co robiła matka;
- przymuszanie maltretowanej matki, by dziecko zawsze jej towarzyszyło;
- zabieranie dziecka z domu po każdym epizodzie przemocy, aby upewnić się, że maltretowana dorosła ofiara nie ucieknie od sprawcy;
- używanie dzieci jako zakładników lub porywanie ich, aby ukarać ofiarę lub zmusić ją do posłuszeństwa;

- wykorzystywanie przedłużających się postępowań o przyznanie opieki jako kolejnego sposobu maltretowania ofiary;
- wygłaszanie przed dziećmi długich tyrad o zachowaniach maltretowanej matki, które miały być przyczyną rozwodu;
- domaganie się nieograniczonego dostępu do dzieci lub stałej łączności telefonicznej (np. naleganie, aby po separacji dzieci nocowały u sprawcy na zmianę, bez brania pod uwagę ich potrzeby spędzania czasu razem lub z przyjaciółmi).

Przemoc domowa może wyrządzić dziecku szkody fizyczne, emocjonalne i poznawcze. Z badań wynika, że skutki przemocy domowej są zarówno krótkoterminowe, jak i długotrwałe. Rodzaj i zasięg szkód zależy przede wszystkim od trzech czynników:

- charakteru wymuszonej kontroli używanej przez sprawcę i wydarzeń z tym związanych;
- wieku, płci i stadium rozwojowego dziecka;
- czynników sytuacyjnych, takich jak rodzaje społecznego wsparcia.

Skutki stosowanej przez sprawcę przemocy zależą od wieku i stadium rozwojowego dziecka. W okresie niemowlęctwa najistotniejszą sprawą jest rozwój więzi emocjonalnych z otoczeniem. Możliwość ich tworzenia jest fundamentem zdrowego rozwoju. Przemoc domowa nie tylko zrywa więź niemowlęcia ze sprawcą, ale może też przerwać jego więź z matką. Sprawca może bezpośrednio ingerować w opiekę sprawowaną przez ofiarę nad dzieckiem. Przemoc może uniemożliwić dziecku więź z obojgiem rodziców. Skutkiem tego będą trudności w nawiązywaniu późniejszych relacji oraz zablokowanie rozwoju właściwych dla wieku zdolności i umiejętności.

Głównym zadaniem rozwojowym dzieci w wieku od 5 do 10 lat jest rozwój rozumienia ról społecznych i rodzinnych oraz rozwój poznawczy. Stosowana przez sprawcę przemoc i narzucony wzorzec kontroli hamuje lub wypacza oba te cele. Dziecko może na przykład mieć kłopoty z opanowaniem podstawowej wiedzy w szkole z powodu nękających je lęków dotyczących tego, co się dzieje w domu.

Podstawowym zadaniem rozwojowym u nastolatków jest rozwój poczucia odrębności i tożsamości. Częściowo zachodzi on wtedy, kiedy nastolatki rozluźniają więzi z rodzicami i nawiązują relacje z rówieśnikami. Często to, czego nauczyły się ze związków rodzinnych, replikowane jest w związkach rówieśniczych. W związku z tym nastolatki, które borykają się z problemem maltretowania matki przez ojca nie mają żadnego pozytywnego modelu dla wyrobienia w sobie umiejętności niezbędnych do ustanowienia zasad wzajemności w zdrowym dorosłym związku (np. umiejętności słuchania, wspierania, rozwiązywania problemów, kompromisu). Czasami nastolatek naśladuje i jednoczy się ze sprawcą, traktując go jako prawdziwie silną osobę.

Negatywne skutki wpływu sprawcy na proces rozwojowy dziecka zaobserwować można natychmiast (skutki krótkoterminowe) w postaci różnych objawów psychicznych i fizycznych, takich jak: lęk, zaburzenia łaknienia i snu, zaburzenia związane z nastrojem (np. depresja i nadmierna potrzeba uczuć), nadmiernie akcentowane posłuszeństwo lub zamknięcie w sobie, agresywne zachowania (np. destrukcyjne napady furii), odizolowywanie się i unikanie kontaktów (tworzenie sugestywnych fantazji obrazujących nierzeczywiste życie rodzinne), skargi somatyczne, obgryzanie paznokci, niepokój, drżenie, jękanie, problemy w szkole, myśli samobójcze itd.

Doświadczenie przemocy domowej w dzieciństwie powoduje również zmiany w postrzeganiu i umiejętnościach rozwiązywania problemów, takie jak błędne postrzeganie siebie jako przyczyny przemocy wobec matki, używanie zachowań pasywnych (np. zamykanie się w sobie, uległość) albo agresywnych (np. ataki werbalne i/lub fizyczne).

Są również skutki długotrwałe, przejawiające się w życiu dorosłym. Ponieważ ważne cele rozwojowe zostały zaburzone, a spowodowane tym deficyty skutkują w dorosłości. Dzieci takie mogą nigdy nie nadrobić zaległości w nauce lub umiejętnościach kształtowania stosunków międzyludzkich. Braki te będą wpływać na zdolność utrzymania pracy i podtrzymywania związków. Szczególnie negatywne skutki dotyczy chłopców - wzorce wyniesione z domu sprawiają, że w dorosłych związkach często maltretują oni swoje partnerki. Bywa też, że dzieci nie czekają z użyciem przemocy na wkroczenie w wiek dorosły i stosują ją wobec ofiary, sprawcy, swoich rówieśników lub innych osób dorosłych.

Zawsze można zatrzymać przemoc wobec dziecka czy dorosłego opiekuna dziecka. W wielu przypadkach można zatrzymać proces „uszkodzenia” psychiki dziecka. Troskliwa, wspierająca siatka opiekuńcza może osłabić wpływ przemocy na dziecko, a dzieci potrafią odbudować swoje poczucie wartości i wrażliwości. Kiedy zapewni się im bezpieczeństwo, mogą powrócić do normalnych zadań rozwojowych.

Jednym z celów interwencji na rzecz ofiary z dziećmi jest zapewnienie jej wsparcia i tworzenie rozwiązań organizacyjnych koniecznych dla zapewnienia dzieciom skutecznej ochrony. Często najlepszym sposobem, jaki może zastosować pracownik pomocy społecznej, pedagog lub pediatra dla stworzenia poczucia bezpieczeństwa dzieciom, jest zapewnienie ochrony i wsparcia dla ofiary. Wyjęcie dziecka spod opieki kochającej matki, która sama jest maltretowana, nie jest żadnym rozwiązaniem. Nie jest nim też umieszczenie dziecka w programie rehabilitacyjnym, bez zapewnienia mu bezpieczeństwa w domu. Obciążenie sprawcy, a nie ofiary, odpowiedzialnością za przemoc i zapewnienie maltretowanej matce ochrony przed dalszą przemocą, ma kluczowe znaczenie dla chronienia zarówno ofiary, jak i jej dzieci.

Pomijamy tu przypadki znęcania się nad dzieckiem przez oboje rodziców lub przez rodzica samotnie wychowującego dziecko, w których natychmiastowe odizolowanie ofiary od sprawcy wydaje się nieuniknione. Największym wyzwaniem, przed którym stoimy w Polsce, jest niska wykrywalność i mała skuteczność przeciwdziałania przemocy wobec dzieci stosowanej przez rodziców i opiekunów. Nie ulega wątpliwości, że przemoc doznawana w dzieciństwie tworzy fundamenty pod wszelkie inne formy przemocy i przynosi najwięcej dotkliwych i długotrwałych szkód. Rozpoznawanie przemocy wobec dzieci, z wyjątkiem najbardziej drastycznych form krzywdzenia, jest bardzo trudne z oczywistych powodów, a jeszcze trudniejsze jest podejmowanie interwencji z zewnątrz oraz uzyskiwanie akceptacji społecznej dla zorganizowanych działań w tym zakresie.

***Jerzy Mellibruda** - dr hab. psychologii, profesor i kierownik Katedry Psychologii Uzależnień, Przemocy i Sytuacji Kryzysowych w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie, dyrektor Instytutu Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.*