

### JEŻELI KTOŚ:

- wykorzystuje swoją przewagę (np. fizyczną, ekonomiczną, 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.: dłońmi, pięściami, przedmiotami), szczypanie, przypalanie, ciągnięcie za włosy, pozostawienie w niebezpiecznym miejscu itp.

#### PSYCHICZNA

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

#### SEKSUALNA

wymuszanie pożycia seksualnego, nieakceptowanych pieszczot i praktyk seksualnych, wyśmiewanie 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 przerwać 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 doświadczającą przemocy warto powiedzieć, że:

- naturalne jest to, że się boi;
- przemoc sama nie zniknie, stąd niezbędne jest podejmowanie działań na rzecz jej zatrzymania;
- osoba doświadczająca 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 doświadczająca 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.

Służby, instytucje i placówki zobowiązane do pomocy osobom krzywdzonym, do których można zgłaszać podejrzenie występowania przemocy w rodzinie:

**POLICJA**, w tym również dzielnicowy:

- udziela niezbędnej pomocy osobie doznającej przemocy w celu ochrony jej życia, zdrowia i mienia
- podejmuje rozmowy z osobą stosującą przemoc o odpowiedzialności karnej
- zabezpiecza ślady i dowody przestępstwa
- monitoruje sytuację rodziny.

**POMOC SPOŁECZNA:**

- udziela niezbędnej pomocy osobie doznającej przemocy
- podejmuje rozmowy z osobą stosującą przemoc na temat konsekwencji stosowania przemocy i możliwości skorzystania z oferty pomocy
- monitoruje sytuację rodziny.

**OŚWIATA:**

- diagnozuje sytuację rodziny, szczególnie dziecka
- udziela wsparcia psychologiczno-pedagogicznego.

**OCHRONA ZDROWIA:**

- udziela pomocy medycznej
- wystawia bezpłatne zaświadczenie o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała.

**KOMISJA ROZWIĄZYWANIA PROBLEMÓW ALKOHOLOWYCH:**

- diagnozuje uzależnienie od alkoholu i motywuje do podjęcia leczenia
- kieruje wniosek do sądu o zobowiązanie do leczenia odwykowego.

**WYMIENIONE INSTYTUCJE MOGĄ WSZCZĄĆ I PROWADZIĆ PROCEDURĘ „NIEBIESKIE KARTY”** – procedurę, która ma na celu zatrzymanie przemocy poprzez kompleksowe działania kilku służb i instytucji.

Ponadto, inne miejsca, w których można uzyskać pomoc/poinformować o sytuacji przemocy, to:

**ORGANIZACJE POZARZĄDOWE działające na terenie m.st. Warszawy:**

- udzielają poradnictwa specjalistycznego w tym:
    - psychologicznego
    - pedagogicznego
    - prawnego
    - socjalnego
    - pomocy psychologicznej
  - prowadzą warsztaty rozwoju osobistego, umiejętności wychowawczych, grupy wsparcia, i inne.
- Adresy organizacji pozarządowych można uzyskać kontaktując się z Ośrodkami Pomocy Społecznej znajdującymi się na terenie każdej dzielnicy m.st. Warszawy.

**SĄD REJONOWY, WYDZIAŁ RODZINNY I NIELETNICH:**

- diagnozuje sytuację rodziny, w której są dzieci
- rozstrzyga o istotnych sprawach dot. małoletnich
- ustanawia nadzór kuratora nad rodziną – kurator czuwa nad dobrem dziecka
- zobowiązuje rodziców do określonego postępowania, np. udziału w warsztatach umiejętności wychowawczych.



W Warszawie w każdej Dzielnicy działa ZESPÓŁ INTERDYSCYPLINARNY ds. PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY W RODZINIE. W jego skład wchodzi przedstawiciele służb i instytucji, które są powołane do przeciwdziałania przemocy. Członkowie tych Zespołów realizują procedurę „Niebieskie Karty”. Do nich również można zgłosić podejrzenie przemocy w rodzinie. Zaplecze techniczne i obsługę administracyjną Zespołów zapewniają Ośrodki Pomocy Społecznej, stąd najłatwiej skontaktować się Zespołem Interdyscyplinarnym właśnie poprzez OPS.

**Adresy Ośrodków Pomocy Społecznej na terenie m.st. Warszawa dla poszczególnych dzielnic:**

- Bemowo: ul. Rozłogi 10, ul. (22) 487 13 01
- Białołęka: ul. Marywilska 44C, tel. (22) 614 70 00
- Bielany: ul. Przybyszewskiego 80/82, tel. (22) 568 91 00
- Mokotów: ul. Fałęcka 10, tel. (22) 849 44 66
- Ochota: ul. Przemyska 11, tel. (22) 822 11 24
- Praga-Południe: ul. Wiatraczna 11, tel. (22) 517 14 63
- Praga Północ: ul. Szymanowskiego 6/61, tel. (22) 511 24 00
- Rembertów: ul. Plutonowych 10, tel. (22) 673 54 12
- Śródmieście: ul. Konwiktorska 3/5, tel. (22) 628 07 12
- Targówek: ul. Św. Wincentego 87, tel. (22) 277 02 50
- Ursus: ul. Pl. Czerwca 1976/1, tel. (22) 478 41 11
- Ursynów: ul. Cybisa 7, tel. (22) 544 12 00
- Wawer: ul. Korkowa 119/123, tel. (22) 613 38 42
- Wesoła: ul. 1 Praskiego Pułku 21A, tel. (22) 773 44 12
- Wilanów: ul. Przyczółkowa 27A, tel. (22) 648 22 26
- Włochy: ul. Czereśniowa 35, tel. (22) 863 98 37
- Wola: ul. Gen. J. Bema 91, tel. (22) 571 50 00
- Żoliborz: ul. Dembińskiego 3, tel. (22) 569 28 00

Projekt współfinansuje m.st. Warszawa



Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”

# JESTEM ŚWIADKIEM PRZEMOCY W RODZINIE

## – CO ROBIĆ?

### I N F O R M A T O R