

Jerzy Mellibruda

Rok:

Wydawnictwo:

Miejsce wydania:

W poszukiwanie skutecznych form przeciwdziałania przemocy w rodzinie i w pomaganiu jej ofiarom angażuje się w Polsce coraz więcej profesjonalistów i wolontariuszy, organizacji pozarządowych i specjalistycznych instytucji (Sasal, 1998). Nie jest to łatwe zadanie także dlatego, że środowisko rodzinne jest i powinno być chronione przed ingerencjami zewnętrznymi. Zajmowanie się przemocą domową wymaga więc zarówno wnikliwego rozumienia złożoności zjawisk występujących w życiu rodzinnym jak i szczególnej troski i rozważności w trakcie interwencji.

Definicja przemocy domowej

Zgodnie z roboczą definicją przemoc domowa to działania lub rażące zaniedbania dokonywane przez jednego z członków rodziny przeciwko pozostałym, wykorzystujące istniejącą lub stworzoną przez okoliczności przewagę sił lub władzy i powodujące u nich szkody lub cierpienie, godzące w ich prawa lub dobra osobiste, a w szczególności w ich życie lub zdrowie (fizyczne czy psychiczne).

Istota przemocy domowej związana jest z faktem wykorzystywania przewagi siły lub władzy dla krzywdzenia innych członków rodziny. Dlatego gdy pomagamy ofiarom, najważniejszą sprawą jest wzmocnienie ofiary i osłabienie sprawcy.

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 za nie karę pozbawienia wolności od 6 miesięcy do 5 lat. Z perspektywy moralnej, dokonywanie przemocy to krzywdzenie słabszego, co jest złem moralnym. Sprawca powinien więc podlegać sankcjom własnego sumienia i potępieniu ze strony innych ludzi. Moralna ocena przemocy powinna powstrzymywać sprawców i motywować świadków do pomagania. Z perspektywy społecznej zwracamy uwagę na czynniki zawarte w obyczajach i postawach społecznych, które mogą sprzyjać przemocy lub ją usprawiedliwiać. Z drugiej strony w obronie przed przemocą mogą organizować się znaczące siły społeczne i wywierać wpływ na stan spraw publicznych i życie.

Psychologiczne spojrzenie na przemoc domową zwraca naszą 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 wyzwaniu się od przemocy i w naprawianiu szkód jakie poczyniła w ich życiu. Wyróżnia się przemoc fizyczną, psychiczną i seksualną, zwracając uwagę na jej aktywne lub pasywne formy oraz nasilenie (Browne i Hebert, 1998). Ofiarami przemocy bywają dorośli, dzieci i osoby starsze lub upośledzone. Trudno oszacować dokładnie rozmiary przemocy domowej w Polsce (Pośpiszyl, 1994). Każdego roku do sądu zgłaszanych jest zaledwie kilkanaście tysięcy spraw o znęcanie się nad rodziną ale policja w tym czasie rejestruje około miliona tzw. "awantur w rodzinie" do których jest wzywana. Kilkanaście procent dorosłych kobiet podaje w badaniach ankietowych, że zostały uderzone przez męża a czterdzieści procent kobiet uważa, że sprawienie lania dziecku jest zwykłą metodą wychowawczą.

Psychologia sprawców przemocy

Naganność postępowania sprawców przemocy bardziej skłania do ich karania i potępiania niż do wnikliwego zastanawiania się dlaczego to robią, psychologia sprawcy nie jest jeszcze dziedziną bogatą w solidną wiedzę (Browne i Herbert, 1998).

Zachowanie sprawców miewa różną "temperaturę", tak więc przemoc może być "gorąca" lub "chłodna". U podstaw gorącej przemocy znajduje się furia 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. Doświadczanie furii uruchamiającej akt przemocy miewa czasem charakter ekstatyczny i sprawcy "upajają się" stanem zmienionej świadomości, który temu towarzyszy. Najczęściej rozładowuje się w aktach bezpośredniej agresji fizycznej i psychicznej. Towarzyszy jej pragnienie wywołania cierpienia i spowodowania jakichś szkód u drugiej osoby.

Przemoc chłodna wydaje się znacznie spokojniejsza, choć czasem spokój skrywa silne emocje, skutecznie tłumione i kontrolowane. Sprawca realizuje specyficzny scenariusz zapisany w jego umyśle, a czasem również w obyczajach i środowiskowej kulturze. Zmierzając do jakiegoś celu, jest gotowy do szkodliwego wtargnięcia na wewnętrzne terytorium psychiczne swego dziecka lub współmałżonka. Znajduje dla tego usprawiedliwienie nawet wtedy, gdy staje się świadomy cierpienia, które spowodował. Przemoc chłodna bywa oddziaływaniem zmierzającym nieraz do wzniosłych celów, które zdaniem sprawcy uzasadniają bolesne dla bliskiej osoby środki.

U podstaw gorącej przemocy znajdują się negatywne i intensywne przeżycia związane z frustracją, z zablokowaniem jakiś dążeń, z nie spełnianiem pragnień i oczekiwań. Pojawia się agresywna reakcja na stres, która nie zostaje powstrzymana i jest skierowana przeciw członkowi rodziny. Istotnym czynnikiem może okazać się przekonanie sprawcy o niezdolności ofiary do obrony i poczucie własnej bezkarności. Słabość ofiary wynika z przewagi fizycznej sprawcy lub z okoliczności, w których sprawca uzyskuje władzę psychiczną. Towarzyszy mu wtedy poczucie, że "że może sobie na wiele pozwolić".

Jednym ze szczególnie ważnych źródeł stresu sprawcy, który może uruchomić przemoc, jest jego skrywane i dotkliwe poczucie niemocy, impotencji fizycznej lub psychicznej, które stara się

zagłuszyć lub zanegować poprzez akty przemocy (Lipowska-Teutsch, 1997). Sprawcy często nie podejmują próby kontrolowania swego gniewu lub z premedytacją go potęgują. Czasem podejmowane są próby kontroli, 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 jednak nie usprawiedliwiają sprawców i nie zdejmują z nich odpowiedzialności za krzywdzenie innych.

W dużej liczbie przypadków przemoc jest związana z nietrzeźwością sprawców, ale alkohol nie powinien być obciążony bezpośrednią i wyłączną odpowiedzialnością za przemoc. Osłabia racjonalną kontrolę nad zachowaniem i nasila gotowość do reagowania złością oraz przyczynia się do zwiększenia ilości niepowodzeń życiowych stanowiących źródła stresu i frustracji. Uzależnienie od alkoholu nie zwalnia jednak z odpowiedzialności za przemoc.

Sprawca gorącej przemocy przeżywa czasem 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 możemy rozpoznawać zjawisko trwałej utraty kontroli osobistej nad własnymi zachowaniami agresywnymi, które przypominają zachowania nałogowe. Nie oznacza to jednak że człowiek, który "nałogowo" dokonuje aktów przemocy powinien być uznany za osobę chorą i niewinną.

Coraz częściej podejmowane są takie próby oddziaływania na sprawców, które zmierzają do nauczenia ich samokontroli i wyzwolenia ich spod wpływu nałogowej agresywności. Przypominają one trochę terapię osób uzależnionych i mają na celu zapobieganie nawrotom agresji (Browne i Herbert, 1998).

Sprawca chłodnej przemocy na ogół nie uświadamia sobie, że dokonuje aktów przemocy, ponieważ znajduje uzasadnienie nawet dla wyraźnego okrucieństwa. W przypadku przemocy wobec dzieci chłodna przemoc przybiera często formę tzw. "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 na własnej skórze, gdy sami byli ofiarami przemocy wychowawczej.

Stosowanie chłodnej przemocy bywa wspierane przez ideologie autorytarnego wychowania, stosownie do której dzieci i słabsi mają mniej praw, dorośli i silniejsi mogą ich prawa naruszać, gdy zmierzają do słusznych celów, a gdy napotykają na opór powinni go przełamywać i stosować odpowiednie kary. Sprawcy na ogół starają się znajdować poznawcze uzasadnienie dla aktów przemocy. Szczególnie dotyczy to negowania osobistej odpowiedzialności za dostrzegane szkody lub obciążania odpowiedzialnością ofiary. Usprawiedliwianie przemocy czasem polega na uprzedmiotowieniu lub negowaniu wartości ofiary jako istoty ludzkiej, lub wpojeniu jej przekonania, że cierpienie i poniżenie zadawane było dla jej dobra.

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

miejsca przypomnieć, że sprawcami przemocy bywają również kobiety maltretujące swoich mężów (choć zdarza się to znacznie rzadziej niż odwrotnie) oraz swoje dzieci, co zdarza się częściej, niż maltretowanie dzieci przez ojców.

Psychologia ofiar przemocy domowej

Ofiary przemocy domowej doświadczają lęku, cierpienia, bezsilności, przygnębienia i rozpacz. Ich ciało i psychika doznają zarówno ostrych urazów jak i podlegają procesowi niszczącego i rozciągniętego w czasie stresu i zagrożenia. Próbuje się także bronić. Lee Bowker (1986), na podstawie badania 1000 kobiet systematycznie bitych przez partnerów zidentyfikowała siedem podstawowych strategii, którymi posługują się kobiety amerykańskie w celu powstrzymania własnego męża od bicia. Są to strategie uniwersalne.

Bite kobiety **próbują rozmawiać ze sprawcami** na temat tego co zrobili. Opowiadają im o swoim cierpieniu i krzywdzie oraz starają się wzbudzić w nich poczucie winy. Zdarza się, że sprawcy zgłaszają gotowość do zaprzestania bicia, jeżeli ofiara będzie posłuszna i będzie spełniać ich oczekiwania. Często jednak 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, do moralności, do tego "co pomyślał sobie sąsiedzi i dzieci" może skłonić sprawcę do przyrzeczenia, że już nigdy więcej nie zachowana się brutalnie.

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.

Inny sposób radzenia sobie to **ukrywanie się przed sprawcą**. Czasem oznacza to wybieganie z domu, chowanie się w innym pokoju, zamykanie w łazience, w piwnicy lub w szafie. Przynosi to doraźną nadzieję uniknięcia pobicia, ale często tworzy pretekst dla męża do następnych aktów przemocy. Mężczyzna, który aktami przemocy potwierdza swą dominację i władzę, pragnie kontrolować nie tylko zachowanie, ale i miejsca, w których znajduje się ofiara.

Pasywna obrona to strategia polegająca na próbach osłonięcia własnego ciała dłońmi, ramionami, stopami, poduszką lub sprzętami domowymi. Pasywna obrona w przypadku większości badanych kobiet nie pomagała, a często zwiększała agresywność sprawców. Dla mężczyzn o cechach sadystycznych kobiecy płacz stanowi dodatkową stymulację agresywnego zachowania i skłania do kontynuowania przemocy.

Odmienną strategią jest **unikanie**. Zwykle stanowi próbę zapobiegania aktom przemocy przed pojawieniem się agresywnego ataku. Kobiety starają się "schodzić z oczu" gdy przeczuwają, że zbliża się fala jego agresji. Opuszczają dom na chwilę przed powrotem męża lub odmawiają podejmowania dyskusji w przypadku zaczepek męża prowokujących sytuacje przemocy. Mogą

również nauczyć się, że należy powstrzymać się od pewnych zachowań, aby uniknąć kolejnego bicia.

Ostatnią strategią jest **walka obronna**. Stosuje ją wiele bitych kobiet, które próbują oddawać razy, drapią, kopią i gryzą lub odpychają. Czasem rzucają przedmiotami, policzkują go lub uderzają tym, co mają pod ręką. Agresywne zachowanie ofiary powstrzymywało sprawcę tylko wtedy, gdy nabierał przekonania o dużej desperacji żony i zdecydowaniu na wszystko. Zdarzało się to jednak bardzo rzadko. W większości przypadków walka obronna jest strategią niebezpieczną i powoduje nasilenie przemocy. Sprawca uzyskuje dodatkowe powody do karania za nieposłuszeństwo.

Istnieją jeszcze **strategie poniżające**, które polegają na całkowitym podporządkowaniu się a nawet na poniżaniu się przed sprawcą, którego zadawalają 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 zniszczenia własnej podmiotowości i uzależnienia się od sprawcy.

U ofiar przemocy domowej rozpoznaje się specyficzną kategorię zaburzeń emocjonalnych (Kubacka-Jasiecka i Lipowska-Teutsch, 1997). Jest to zespół zaburzeń stresu pourazowego (*post traumatic stress disorder - PTSD*)

). Zaburzenie to zostało pierwotnie rozpoznane u żołnierzy doznających urazów emocjonalnych w czasie wojny oraz u ofiar katastrof i u zakładników porywanych przez terrorystów. Do jego podstawowych objawów zalicza się bolesne powracanie śladów doświadczeń urazowych, przeżywanie specyficznego paraliżu emocjonalnego i unikanie tego co przypomina uraz, a także stany hiperpobudzenia. Mimo upływu czasu od raniących sytuacji 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. Obawia się, że zwariowała, nie rozumie tego, co z nią się dzieje.

Gdy zaburzenia takie pojawiają się u osób, które przeżyły jednorazowe lub zakończone doświadczenia traumatyczne, odpowiednia pomoc terapeutyczna może przyczynić się do złagodzenia i wycofania tych objawów. Ofiary przemocy domowej niestety są wielokrotnie narażone na takie zranienia i często dzieje się to w chwilach, gdy nasilają się objawy PTSD spowodowanego poprzednimi aktami przemocy. Zaburzenie to osłabia poważnie siły ofiar przemocy i objawy mogą osiągać większe nasilenie niż u innych osób.

U ofiar przemocy domowej, u których występuje zespół zaburzeń stresu pourazowego i które wielokrotnie ulegają intensywnej przemocy psychicznej, często rozwija się **proces wiktylizacji**, który w sposób degradujący zmienia poczucie tożsamości maltretowanej osoby (Mellibruda, 1996). Powtarzająca się przemoc burzy utrwalonego obraz życia i własnej osoby, na którym opierała się dotychczasowa egzystencja. Maltretowana osoba traci podstawowe poczucie bezpieczeństwa, zaufanie do siebie. zaczyna źle o sobie myśleć. Często czuje się jak małe dziecko i pragnie wycofywać się z normalnego życia i odizolowywać od innych.

U części ofiar przemocy pojawiają się **wtórne zranienia**, spowodowane niewłaściwymi reakcjami ich otoczenia społecznego. Członkowie rodziny lub inne osoby z powodu ignorancji, zmęczenia lub bezradności zachowują się w sposób, który dodatkowo uszkadza maltretowaną osobę. Przejawia się to w formie niewiary w to, co osoba krzywdzona mówi, w pomniejszaniu tragizmu i ważności raniących doświadczeń, obwinianiu jej lub naznaczaniu negatywnymi określeniami. Czasem odmawiają pomocy lub sugerują, że ofiara chce uzyskać nieuzasadnione korzyści ze swojej krzywdy.

Pod wpływem podobnych zjawisk i powtarzania się aktów przemocy oraz na skutek małej skuteczności radzenia sobie z urazami, krzywdzona osoba zaczyna przystosowywać się na stałe do roli ofiary i przestaje się bronić. Zaczyna myśleć o sobie i o swoim życiu tak, jakby bycie ofiarą było 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 odruchu rozpaczki podejmuje zamach na swoje życie lub na życie sprawcy. Oczywiście tylko u części ofiar proces wiktyimizacji osiąga ten ostatni etap. Na ogół nie wiemy, jak często się to dzieje, ponieważ osoby w tym stanie nie szukają już pomocy.

Dynamika interakcji między ofiarą i sprawcą przemocy domowej

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.

Jest intrygujące, że domowa przemoc psychiczna w ekstremalnych przypadkach 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" (*brainwashing*) stosowanej w komunistycznych Chinach i Korei wobec jeńców amerykańskich (Mellibruda, 1996). 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.

Sprawca przemocy w rodzinie często stara się doprowadzić do izolacji społecznej ofiary. Kontroluje i ogranicza jej kontakty z innymi członkami rodziny, koleżankami i z sąsiadami. Zachowuje się obraźliwie wobec jej znajomych lub robi awantury w ich obecności, co powoduje, że kobieta wstydzi się ich zapraszać i kontaktować z nimi. Zakazuje jej opowiadać o tym, co dzieje się w domu i karze ją za złamanie zakazu. 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. Zaczyna myśleć, że nie może być dla nikogo atrakcyjna, a utrzymanie związku ze sprawcą jest jedyną szansą, by nie zostać samotną. Tak bardzo pragnie aprobaty, że gdy zdarzy się, iż prześladowca ją pochwali lub się do niej uśmiechnie, przyjmuje to z wdzięcznością. Gdy staje się świadoma tego, co z nią się dzieje, zaczyna odczuwać niechęć do siebie i zadręczać się oraz obwiniać za sytuację w której żyje w poniżeniu.

Sprawca domaga się posłuszeństwa we wszystkich dziedzinach życia rodzinnego - posiłków, ubierania, wydawania pieniędzy, wychowywania dzieci, itd. Wymagania te często się zmieniają i nieraz bywają irracjonalne. Początkowo kobieta protestuje i dyskutuje, jednak z czasem, by zapewnić sobie spokój i ze strachu, zaczyna się podporządkowywać bez sprzeciwu. Czas i energia kobiety są całkowicie pochłonięte zapobieganiu wybuchom jego złości, odgadywaniem jego myśli i zachcianek. Własne potrzeby i poglądy przestają się liczyć i w końcu kobieta przestaje wiedzieć, 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, że 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 żądań 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 on wynikiem ciągłego stresu, czuwania nad samoobroną i spełnianiem żądań sprawcy. Energię pochłania również konieczność ukrywania strachu, rozpacz i gniewu, ponieważ okazywanie tych i podobnych uczuć jest przez sprawcę ośmieszane lub karane.

Bywają chwile, gdy kobieta jest na tyle zrozpaczona, że zaczyna się przygotowywać wewnątrz do wyrwania z pułapki i odejścia. Sprawca przemocy nieraz wyczuwa tę gotowość i reaguje chwilową zmianą swego 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 dalej starać się o utrzymanie związku.

Analiza wielu związków, w których kobiety były maltretowane, ujawnia że w czasie pierwszych lat 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, za byle co robi awanturę, 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, żeby już wreszcie "mieć to za sobą".

Następuje druga faza gwałtownej przemocy. Z mało istotnych powodów dochodzi do ataku agresji i rozładowania złości. Kobieta jest raniona fizycznie i psychicznie, 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. Przeżywa poczucie winy, okazuje skruchę, przeprasza i obiecuje, że to się już nie powtórzy. Zaczyna okazywać ciepło i miłość. Staje się znowu podobny do tego mężczyzny, jakim był na początku związku, kiedy ofiara się w nim zakochała. Przynosi kwiaty, prezenty, zachowuje się jakby nie było żadnej przemocy. Kobieta zaczyna wierzyć, że partner się zmienił i że przemoc była jedynie wyjątkowym incydentem, który już nigdy się nie powtórzy.

Ale 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 demobilizują ofiarę i utrwalają u sprawcy poczucie bezkarności oraz nadzieję, że następnym razem znowu sobie jakoś poradzi i uzyska przebaczenie.

Wpływ przemocy domowej na zdrowie psychiczne dzieci

Dzieci wzrastające wśród przemocy w domu są często jej ofiarami, gdyż doznają przemocy nie tylko wtedy, gdy są bezpośrednio maltretowane lub drastycznie zaniedbywane przez rodziców lub opiekunów (Mellibruda, 1998). Cierpią i są krzywdzone także wtedy, gdy tylko są świadkami przemocy dorosłych. 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 wyrzuci może na dziecko. Krzywdzenie dzieci przez dorosłych sprawców przemocy można podzielić na cztery kategorie działań:

1. Celowe wyrządzanie im krzywdy fizycznej, traktowane jako sposób grożenia ofierze i kontrolowania jej.
2. Mimowolne wyrządzanie im krzywdy fizycznej w czasie ataku na partnerkę, kiedy dziecko przypadkowo podejdzie pod rękę lub kiedy próbuje interweniować.
3. Stwarzanie środowiska, w którym dzieci są świadkami samej przemocy lub jej skutków - z badań wynika, że oglądanie przemocy domowej ma taki sam wpływ na dzieci, jak fizyczne i seksualne maltretowanie.
4. Wykorzystywanie dzieci, by w wymuszony sposób kontrolować maltretowaną partnerkę, albo podczas trwania związku albo po separacji, wyłącznie z chęci utrzymania kontroli, bez

żadnych względów na krzywdę wyrządzaną dzieciom.

Przemoc domowa dorosłych może wyrządzić dziecku bardzo poważne szkody fizyczne, emocjonalne i poznawcze (Pośpiszyl, 1994). Skutki przemocy domowej są krótkoterminowe i długotrwałe, zależą od wieku i stadium rozwojowego dziecka.

W okresie niemowlęctwa najistotniejszą sprawą jest rozwój więzi emocjonalnych z otoczeniem. Możliwość tworzenia takich więzi jest fundamentem zdrowego rozwoju. 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 związków oraz zablokowanie rozwoju właściwych dla wieku zdolności i umiejętności.

Jednym z podstawowych zadań rozwojowych u 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 zaburza osiąganie tych celów. Tworzy się zaburzona wizja modelu życia rodzinnego oraz pełnienia ról kobiecych i męskich. Dziecko może mieć kłopoty z opanowaniem podstawowych wiadomości w szkole z powodu trapiących je lęków o to, co się dzieje w domu.

Podstawowym zadaniem rozwojowym u nastolatków jest rozwój poczucia odrębności i tożsamości. Nastolatki częściowo odsuwają się od rodziców i nawiązują związki z rówieśnikami. To, czego nauczyły się ze związków rodzinnych, odtwarzane jest w związkach z rówieśnikami. Gdy borykają się np. z problemem maltretowania matki, nie mają żadnego pozytywnego modelu dla wyrobienia w sobie umiejętności niezbędnych dla opanowania zasad wzajemności w zdrowym dorosłym związku (np. umiejętności słuchania, wspierania, nie-siłowego rozwiązywania problemów, kompromisu). Czasami nastolatek utożsamia się ze sprawcą, traktując go jako prawdziwie silną osobę, co może prowadzić do naśladowania jego postępowania.

Negatywne skutki uszkodzenia procesu rozwojowego dziecka zaobserwować można natychmiast 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 (tworzenie sugestywnych fantazji obrazujących nierzeczywiste życie rodzinne), skargi somatyczne, obgryzanie palców, 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 sprawcy wobec matki lub używanie zachowań pasywnych (np. zamykanie się w sobie, uległość) albo agresywnych (np. ataki werbalne i/lub fizyczne) zamiast konstruktywnych umiejętności rozwiązywania problemów.

Są również skutki długotrwałe, przejawiające się w życiu dorosłym. Ponieważ ważne cele

rozwojowe zostały zaburzone, spowodowane tym ubytki przenoszone są w dorosłość. Dzieci mogą nigdy nie nadrobić pewnych zaległości w nauce lub umiejętnościach kształtowania stosunków międzyludzkich. Ubytki te wpływają będą na ich zdolność utrzymania pracy i podtrzymywania związków. Szczególnie negatywne skutki odczuwają dzieci płci męskiej i one też zagrożone są tym, że w dorosłych związkach intymnych maltretować będą swoje partnerki. Zdarza się, że dzieci te nie czekają z użyciem przemocy na wkroczenie w wiek dorosły (np. stosując ją wobec ofiary, wobec sprawcy, swoich rówieśników lub innych osób dorosłych).

Jednakże wiele dzieci nie doznaje nieodwracalnych szkód z doświadczenia przemocy domowej w swojej rodzinie. Troskliwy i wspierający opiekun może osłabić negatywny wpływ tych doświadczeń na dziecko. Gdy dzieci mają zapewnione bezpieczeństwo, mogą powrócić do normalnych zadań rozwojowych.

Najskuteczniejszym sposobem zapewnienia ochrony dziecku może być zapewnienie ochrony dorosłej ofierze i powstrzymanie przemocy domowej. W wielu przypadkach niezbędna jest także specjalistyczna pomoc psychologiczna.

Podsumowanie

Patologia życia rodzinnego spowodowana destrukcyjnymi zachowaniami poszczególnych członków rodziny jest obszarem, którym psychologia kliniczna zajmuje się od wielu lat. Dokonywało się to jednak na ogół retrospektywnie tzn. poprzez doszukiwanie się w historii życia osób mających aktualnie problemy osobiste, tzw. doświadczeń traumatycznych, które mogłyby wyjaśniać genezę zaburzeń emocjonalnych. Ostatnie lata przynoszą coraz częstsze zainteresowania poznawcze i praktyczne patologicznymi zjawiskami występującymi aktualnie w rodzinie. Coraz częściej podejmowane są próby bezpośredniej interwencji w przypadkach destrukcji życia rodzinnego, co zwiększa gotowość, by analizować procesy zachodzące w rodzinie w trakcie ich aktualnego przebiegu oraz pomagać członkom rodziny w skutecznym radzeniu sobie z tymi zjawiskami (Sasal, 1998).

[O autorze](#)

Bibliografia:

- Browne K., Herbert M., (1998) Zapobieganie przemocy domowej. Warszawa PARPA
- Bowker. L.H. (1986) Ending the violence. Montreal. Learning Publications, Inc.
- Kubacka-Jasiecka, D., Lipowska-Teutsch A. (1997) red; Wobec przemocy. Kraków. ALL
- Lipowska-Teutsch A., (1997) Rodzina a przemoc. Warszawa. PARPA.
- Mellibruda J., (1996a) Pułapka niewybaczonej krzywdy., Warszawa, IPZ.
- Mellibruda J.: (1996) Ludzie z problemami alkoholowymi, Warszawa, CRSS.

- Mellibruda, J.(1998).Przemoc domowa. W: O przemocy domowej - poradnik dla lekarza pedyatry. Warszawa: PARPA..
- Pośpiszyl I.(1994), Przemoc w rodzinie. Warszawa. WSiP
- Sasal , D. (1998)., Niebieskie karty. Warszawa. PARPA.