

Informacje na temat przemocy domowej dla rodziców

Co to jest przemoc domowa?

Przemoc domowa to forma sprawowania kontroli nad zachowaniem, emocjami i decyzjami partnera. Metody kontroli mogą obejmować znęcanie się fizyczne, wykorzystywanie seksualne, znęcanie się psychiczne, wykorzystywanie finansowe, restrykcje społeczne oraz niszczenie własności i krzywdzenie zwierząt domowych*. Do innych określeń często używanych w odniesieniu do przemocy domowej należą m.in. *przemoc małżeńska*, *przemoc w związku intymnym* oraz *bicie żony/męża*. Bez względu na używane sformułowanie przemoc domowa to problem społeczny, polegający na zagrożeniu czyjejs własności, zdrowia lub życia wskutek umyślnego zachowania partnera. Według aktualnych szacunków w związkach heteroseksualnych sprawcami przemocy domowej częściej są mężczyźni. Przemoc domowa występuje również często w związkach homoseksualnych i heteroseksualnych. Uważa się, że duża liczba przypadków przemocy domowej nie jest zgłaszana.

Jaki jest wpływ przemocy domowej na dzieci?

Ekspozycja na przemoc domową wpływa na emocjonalny, rozwojowy i fizyczny dobrostan dzieci. Te, które częściej same padają ofiarą przemocy, mogą znaleźć się w niebezpiecznym miejscu podczas epizodu przemocy i zostać nieumyślnie zranione, ponadto przejawiają problemowe zachowania związane z gniewem, agresją i buncem oraz częściej doświadczają depresji i lęku niż inne dzieci. Na ogół także spędzają mniej czasu z rówieśnikami, bardziej martwią się o bezpieczeństwo swoich kolegów/koleżanek i rzadziej nawiązują przyjaźnie. W szkole uczniowie narażeni na

* Do form przemocy domowej należy także nieco mniej oczywista dla nieprofesjonalistów przemoc symboliczna. Przykładowo, rodzice po śmierci jednego z dzieci, tkwiący w procesie niedokończonej żałoby, decydują się na podarcie i wyrzuceniu zdjęć zmarłej córki, choć wiedzą, że pozostałe rodzeństwo chciało z nich zrobić wspólny, rodzinny album (przyp. red. nauk.).

przemoc domową mogą częściej przejawiać zachowania problemowe, nadpobudliwość, wycofanie społeczne oraz trudności w nauce.

U wielu spośród tych dzieci na skutek ekspozycji na przemoc domową rozwijają się objawy zespołu stresu pourazowego (PTSD). Należą do nich m.in. dokuczliwe wspomnienia lub koszmary dotyczące przemocy; unikanie myśli, uczuć lub rozmów, które mogą przypominać o przemoc; spadek zainteresowania niegdyś przyjemnymi zajęciami; izolacja społeczna; trudności z zasypianiem lub utrzymaniem snu; trudności z koncentracją oraz wybuchy gniewu.

Dzieci stykające się z przemocą domową są bardziej narażone na inne formy znęcania się i wykorzystywania. Szacuje się obecnie, że 50% sprawców przemocy wobec swoich partnerów stosuje ją także wobec własnych dzieci. Ponadto stwierdzono, że dzieci te częściej padają ofiarą znęcania się emocjonalnego i wykorzystywania seksualnego niż inne.

Ekspozycja na przemoc domową może mieć długofalowe skutki, takie jak wzrost ryzyka, że dziecko trafi pod nadzór wymiaru sprawiedliwości dla nieletnich, podejmie próbę samobójczą, popełni przestępstwo na tle seksualnym lub będzie używało narkotyków i alkoholu. Istnieje także większe ryzyko, że padnie ofiarą przemocy oraz wykorzystywania jako osoba dorosła i rozwinię system zniekształconych przekonań w odniesieniu do relacji interpersonalnych, osobistej odpowiedzialności, przemocy i agresji, a także oczekiwań dotyczących ról płciowych.

Ekspozycja na przemoc domową u każdego dziecka wywołuje inną reakcję, która zależy od działania takich czynników, jak wiek, czas trwania przemocy, jej częstota i nasilenie, relacje dziecka ze sprawcą, rodzaj przemocy, dostęp dziecka do systemu wsparcia oraz ogólna odporność i podatność dziecka.

Jakie jest rozpowszechnienie przemocy domowej?

Przemoc domowa występuje we wszystkich rasach, grupach wyznaniowych, etnicznych i społeczno-ekonomicznych. Szacuje się, że każdego roku ponad milion kobiet w Stanach Zjednoczonych pada ofiarą przemocy domowej, przy czym świadkami wysokiego odsetka tych napaści są dzieci. Innymi słowy każdego roku ponad 3 miliony amerykańskich dzieci jest narażonych na przemoc domową*.

* W Polsce, przykładowo, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę od 2013 roku regularnie prowadzi diagnozę przemocy wobec dzieci. Badanie jest przeprowadzane cyklicznie co 5 lat. Tak jak w poprzednich edycjach, w 2023 roku wykorzystano kwestionariusz Juvenile Victimization Questionnaire w polskiej adaptacji. Diagnoza stanowi jedno z nielicznych kompleksowych źródeł wiedzy o problemie przemocy wobec dzieci w Polsce (przyp. red. nauk.).

Jakie są typowe behawioralne objawy ekspozycji na przemoc domową u dziecka?

- Dręczenie, agresja fizyczna i obraźliwe zachowania w stosunku do rówieśników.
- Wycofywanie się z kontaktów społecznych i ogólnie słabe relacje z rówieśnikami.
- Trudności z separacją, zwłaszcza od bitego rodzica.
- Opozycyjne i nieposłuszne zachowania wobec autorytetów, zwłaszcza względem bitego rodzica.
- Wzrost agresji werbalnej/„pyskowania”.
- Moczenie nocne, „wypadki” w ciągu dnia, „dziecięca mowa” lub inne regresywne zachowania.
- Trudności z koncentracją i motywacją w szkole.
- Utrata łaknienia lub zmiany zachowań żywieniowych.
- Nieprawidłowy rozwój u niemowląt.
- Koszmary, bezsenność lub inne zaburzenia snu.
- Wzrost przemocy wobec rodzeństwa i rówieśników.
- Ucieczki z domu.
- Odwrócenie ról – przejście roli rodzica.

Jakie mogą być behawioralne objawy ekspozycji na przemoc domową u preadolescentów i adolescentów?

- Fizyczne, werbalne lub seksualne wykorzystywanie swoich partnerów.
- Bycie ofiarą fizycznego, werbalnego lub seksualnego wykorzystywania *przez* swoich partnerów.
- Przemoc wobec bitego rodzica/naśladowanie słów i zachowań rodzica będącego sprawcą przemocy.
- Występowanie w roli „obrońcy” bitego rodzica.
- Używanie narkotyków lub alkoholu.
- Słabe relacje z rówieśnikami oraz kontakty z nieodpowiednimi osobami.

Jakie mogą być emocjonalne objawy ekspozycji na przemoc domową?

- Większa nerwowość, lęk i strach.
- Obniżony nastrój i myśli samobójcze.
- Bark poczucia bezpieczeństwa.
- Poczucie odpowiedzialności za ochronę bitego rodzica i rodzeństwa.
- Nadmierne martwienie się o bezpieczeństwo innych.
- Zażenowanie (ukrywanie przemocy domowej przed rówieśnikami).
- Poczucie urazy wobec bitego rodzica i rodzeństwa.

- Strach przed codziennymi kłótniami.
- Fantazje o przeciwstawieniu się sprawcy lub wyrządzeniu mu krzywdy.
- Pragnienie posiadania takiej samej władzy jak sprawca przemocy.
- Rozdarcie między „lojalnością” wobec rodzica-ofiary i rodzica-sprawcy przemocy.

Kto jest sprawcą przemocy domowej?

Sprawca przemocy lub „dręczyciel” to osoba, która sprawuje represyjną kontrolę w relacji między partnerami za pomocą jednego lub większej liczby aktów przemocy fizycznej, napaści seksualnej lub gróźb przemocy fizycznej. Kontrola ta może się przejawiać w postaci kontroli psychicznej, ekonomicznej, przymusu seksualnego lub przede wszystkim poprzez przemoc fizyczną. Chociaż sprawcami są przedstawiciele obu płci, większość z nich to mężczyźni. Nawet jeśli dręczyciel stosuje przemoc tylko wobec swojego partnera, jest on także odpowiedzialny za narażenie dziecka na kontakt z przemocą. Źródłem przemocy domowej nie są problemy związane z kontrolą impulsów, z piciem czy z opanowaniem gniewu*. U jej podłoża leży problem powtarzających się represyjnych zachowań, za pomocą których jedna osoba chce sprawować kontrolę nad swoim partnerem w intymnym związku. Z tego powodu trening panowania nad gniewem, spotkania Anonimowych Alkoholików czy terapia par nie są odpowiednimi metodami powstrzymania przemocy domowej.

Jak mogę pomóc mojemu dziecku?

- Powiedz mu, że stosowanie przemocy jest złe.
- Zapewnij je, że żaden z epizodów przemocy na pewno nie był jego winą.
- Przypomnij mu, że bardzo je kochasz.
- Opracuj plan bezpieczeństwa na wypadek sytuacji kryzysowych.
- Zachęcaj dziecko do szczerego rozmawiania o swoich uczuciach.
- Przygotuj się na zapewnienie dziecku dodatkowej pomocy w nauce.
- Zwróć się o pomoc do specjalisty w dziedzinie zdrowia psychicznego.

* Niemniej problemy z kontrolą impulsów i z opanowaniem gniewu o podłożu np. temperamentalnym czy osobowościowym u sprawców przemocy domowej mogą stanowić jej przyczynę. Zob. D. Rode (2010), *Psychologiczne uwarunkowania przemocy w rodzinie. Charakterystyka sprawców*. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego (przyp. red. nauk.).