

## Spis treści

Wstęp .....	2
Czym jest przemoc w rodzinie ? .....	3
Cykle przemocy.....	5
Mity i stereotypy dotyczące przemocy w rodzinie.....	8
Procedura „Niebieskie Karty” .....	11
Gdzie szukać pomocy? .....	12
Bibliografia .....	17



## Wstęp

Przemoc wobec osób najbliższych, w tym dzieci jest przestępstwem i poważnym problemem społecznym. Przemoc narusza podstawowe prawa człowieka i prawa dziecka, w tym bardzo często prawo do zdrowia i życia. Szczególnie poruszająca jest przemoc wobec dzieci. Niemal codziennie media donoszą o kolejnych porzuconych noworodkach, dzieciach maltretowanych przez swoich rodziców lub ich partnerów. Szacuje się, że kilkadziesiąt tysięcy dzieci w Polsce jest maltretowanych przez najbliższych. Od kilku lat zaczęto mówić głośno o przemocy piętnując to zjawisko. Również prawo zmieniło się w tym zakresie wprowadzając coraz skuteczniejsze procedury chroniące osoby doznające przemocy. Mimo prowadzonych działań oraz kampanii społecznych wiele osób doznaje przemocy w swoim domu. Nie mówią o tym bojąc się i wstydząc, często też czują się winne zaistniałej sytuacji.

Niniejszy informator ma na celu przybliżenie problemu przemocy w rodzinie i zawiera przesłanie dla osób doświadczających przemocy, by pozwoliły sobie pomóc.

Brak powiadomienia służb lub właściwych organów oraz dalszej współpracy z nimi, w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie znacznie utrudnia udzielenie skutecznej pomocy. Należy pamiętać o tym, że przemoc nie skończy się sama z siebie.

Informator ma pomóc czytelnikowi odpowiedzieć na pytania:

- ***Czym jest przemoc w rodzinie i jakie może przybierać formy?***
- ***Jak prawo chroni osobę doznającą przemocy w rodzinie?***
- ***Gdzie udać się po pomoc?***
- ***Jakie działania mogą być podjęte w stosunku do osoby stosującej przemoc?***



## CZYM JEST PRZEMOC W RODZINIE ?

Przemoc w rodzinie jest definiowana jako *wszystkie jednorazowe lub powtarzające się działania lub zaniechania osoby najbliższej wspólnie gospodarującej lub zamieszkującej, zmuszające do podejmowania zachowań wbrew woli pozostałych członków rodziny, przede wszystkim narażające ich na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające godność i nietykalność cielesną, wolność w tym również seksualną, powodujące szkody na zdrowiu fizycznym, psychicznym, wywołujące cierpienia i krzywdy moralne.*<sup>1</sup>



Przemoc to także wykorzystanie swojej przewagi nad drugim człowiekiem (fizycznej, emocjonalnej, społecznej, duchowej). Mamy z nią do czynienia wówczas, gdy osoba słabsza (doznająca przemocy) poddana jest przez dłuższy czas negatywnym działaniom osoby lub grupy osób silniejszych (stosujących przemoc).

**Przemoc w rodzinie może przybierać różne formy. Wyróżnia się przemoc czynną i bierną:**

- **o przemocy czynnej** mówimy w sytuacjach, gdy osoba stosująca przemoc skieruje gniew wprost na otaczające ją osoby, powodując krzywdę psychiczną, fizyczną lub seksualną.
- **o przemocy biernej** mówimy w kontekście zaniedbania fizycznego, emocjonalnego, seksualnego lub ekonomicznego. Wówczas gniew osoby stosującej przemoc przejawia się w braku zainteresowania lub w unikaniu interakcji z drugą osobą.

**Ponadto o przemocy mówimy, gdy działanie osoby stosującej przemoc określa:**

- **intencjonalność** – przemoc nie jest przypadkowa. Agresor chce przejąć kontrolę i władzę nad drugą osobą.
- **dysproporcja siły** – osoba stosująca przemoc ma widoczną przewagę (fizyczną, psychiczną, materialną itp.) Każdy kolejny atak pogłębia dysproporcję.
- **naruszanie godności i praw** – stosujący przemoc poniża, ośmiesza, pozbawia praw, przejmuje kontrolę nad drugą osobą.
- **powodowanie cierpienia i bólu** – osoby doświadczające przemocy doznają zarówno szkód fizycznych jak i psychicznych. W efekcie wieloletniej przemocy osoby te mogą dojść do błędnego przekonania, że na to zasługują.

<sup>1</sup> <http://www.gops-goscino.pl/images/dokumenty/przemoc.pdf>

### Do najczęstszych form przemocy w rodzinie zalicza się:

- **Przemoc fizyczną** obejmującą każde zachowanie wiążące się z zadawaniem bólu fizycznego, powodujące uszkodzenie ciała, pogorszenie zdrowia a nawet pozbawianie życia.  
**Przykłady:** *bicie, szturchanie, policzkowanie, popychanie, duszenie, ciągnięcie za włosy, wykręcanie rąk, kopanie, zadawanie ran, odmawianie koniecznej pomocy medycznej, pozbawianie jedzenia, picia, snu, zmuszanie do zażywania alkoholu, narkotyków.*
- **Przemoc psychiczną** - zachowanie mające na celu niszczenie poczucia własnej wartości u osoby, wzbudzenie strachu oraz pozbawianie poczucia bezpieczeństwa i kontroli nad własnym życiem.  
**Przykłady:** *ciągłe krytykowanie, poniżanie w obecności innych, szydzenie, grożenie, upokarzanie, wmawianie choroby psychicznej, kontrolowanie, grożenie odebraniem dzieci, izolowanie od rodziny i ograniczanie kontaktu z bliskimi, zabranianie opuszczania domu.*
- **Przemoc seksualną** - każde zachowanie podejmowane w celu zmuszenia osoby do podjęcia współżycia lub niechcianych zachowań seksualnych, wymuszanie podejmowania zachowań o charakterze seksualnym z osobami trzecimi.  
**Przykłady:** *zmuszanie do uprawiania nieakceptowanych form współżycia, poniżanie i wyśmiewanie preferencji seksualnych, gwałt.*
- **Przemoc ekonomiczną** - zachowanie, którego celem jest ekonomiczne zniewolenie osoby i całkowite uzależnienie jej od stosującego przemoc. Obejmuje bezprawne finansowe wykorzystanie i/lub kontrolowanie środków niezbędnych do utrzymania ekonomicznej niezależności.  
**Przykłady:** *zabieranie kart kredytowych, uniemożliwianie podjęcia pracy zawodowej, niszczenie rzeczy osobistych, niezaspakajanie potrzeb materialnych, kontrolowanie wydatków, ukrywanie informacji o stanie finansowym rodziny, zmuszanie do podpisywania zobowiązań finansowych (kredyt, pożyczka).*
- **Inne rodzaje zachowań** - zmuszanie do oddawania uzyskiwanych środków finansowych, uniemożliwienie podjęcia pracy, niszczenie rzeczy osobistych, demolowanie mieszkania, wynoszenie sprzętów domowych i ich sprzedawanie, pozostawianie bez opieki dziecka, osoby niepełnosprawnej bądź innej, która nie może samodzielnie zaspokoić swoich potrzeb, zmuszanie do picia alkoholu i /lub zażywania środków odurzających, substancji psychotropowych lub leków.<sup>2</sup>

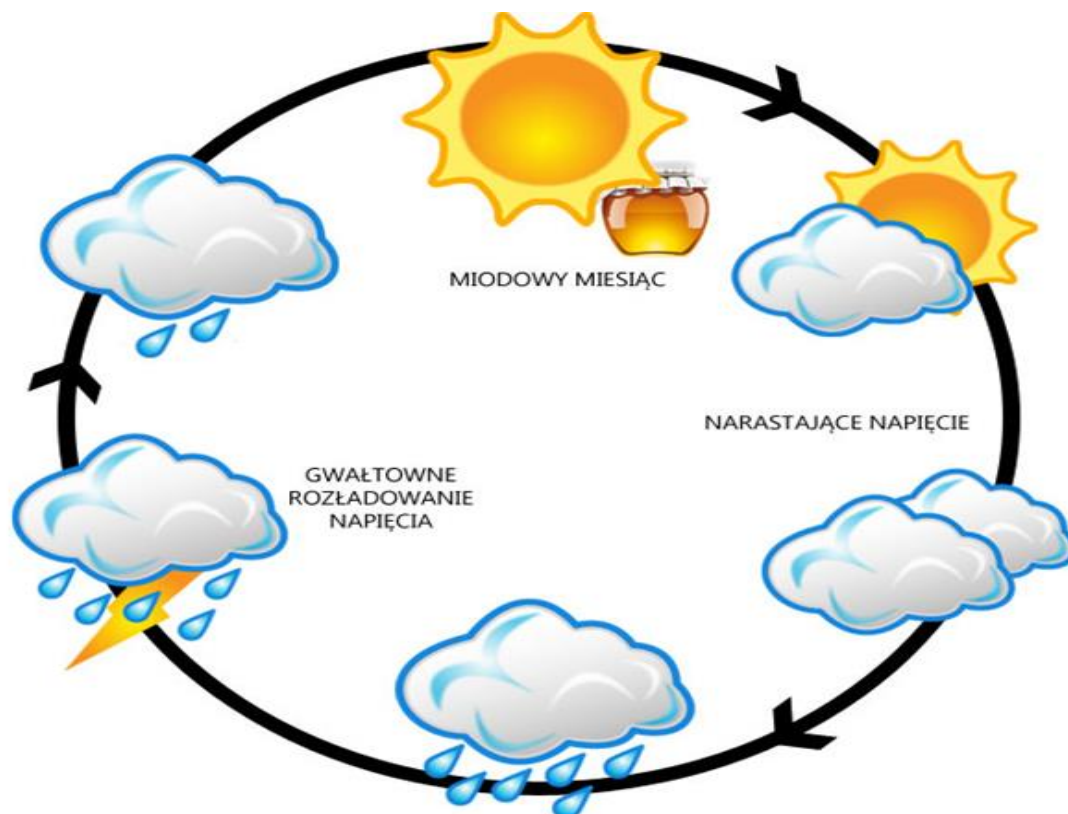
### UWAGA:

**Różne formy złego traktowania występują łącznie w różnych postaciach i konfiguracjach. Akty przemocy mogą dotyczyć jednorazowego incydentu, jednakże w większości przypadków utrzymują się przez długi czas w różnej formie i o różnym stopniu natężenia.**



<sup>2</sup> Informator dla stosujących przemoc w rodzinie - 2020r. Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Łomży

## CYKLE PRZEMOCY



**Przemoc nie jest zachowaniem incydentalnym i zwykle powtarza się według określonego schematu, tworząc cykle.<sup>3</sup>**

**W cyklu przemocy można wyróżnić następujące fazy:**

- **I Faza narastającego napięcia** - charakteryzuje się stopniowaniem przemocy w coraz bardziej gwałtowny sposób. Osoba doznająca przemocy stara się zaspokoić oczekiwania stosującego przemoc, chce naprawić zły humor partnera, realizuje jego polecenia. Kiedy satysfakcja nie zostaje osiągnięta pomimo realizacji wszelkich obowiązków pokłady agresji partnera przybierają coraz ostrzejsze formy. Najczęściej irytacja osoby stosującej przemoc, występująca równocześnie z bezsilnością i narastającym napięciem pokrzywdzonego wywołuje awanturę.
- **II Faza gwałtownej przemocy** charakteryzuje się brakiem kontroli nad emocjami u stosującego przemoc. Wobec tego, wybuch drastycznych form przemocy spowodowany jest najczęściej mało istotnymi przyczynami. Osoba doznająca przemocy najczęściej pozostaje w stanie szoku, niezrozumienia, osłabienia, rezygnacji i przerażenia.

<sup>3</sup> Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość. J. Mazur. Wydawnictwa Akademickie „Żak”. Warszawa 2002.



- **III Faza miodowego miesiąca** to faza odmiany. Stosujący przemoc uświadamia sobie, że postąpił zbyt ostro. Chcąc się zrehabilitować w oczach poszkodowanego, dokonuje u siebie chwilowej zmiany. Najczęściej przeprosza, wykazuje żal i skruchę, przynosi prezenty. Pojawiają się również sformułowania w stylu: „*to się już nigdy nie powtórzy*”, „*zapomnijmy o tym co już minęło*”. W tej fazie osoba poszkodowana nabiera znowu sił, odwagi - zaczyna wierzyć w obietnice. Często nawet czuje się szczęśliwa i zapomina o wyrządzonej krzywdzie, przynajmniej do ponownego wystąpienia pierwszej fazy.

**UWAGA:**

**Fazy te trwają nieraz po kilkanaście lat, osoba doznająca przemocy pozostaje w swoistego rodzaju pułapce czasowej i emocjonalnej, przechodząc od fazy do fazy powtarzając cały cykl od początku.**



Najczęściej w fazie ostrej przemocy lub zaraz po niej poszkodowani poszukują pomocy. Natomiast w następnej fazie wycofują się z kontaktu z osobami udzielającymi pomocy, mając pozorne poczucie odzyskiwania kontroli nad sytuacją. To wycofanie się, podobnie jak fakt dalszego pozostawiania w przemocowym związku, może wydawać się niezrozumiałe.

**UWAGA:**

**Bywają chwile, gdy kobieta jest na tyle zrozpaczona, że zaczyna się przygotowywać wewnętrznie do wyrwania z pułapki i odejścia. Osoba stosująca przemoc nieraz wyczuwa tę gotowość i reaguje chwilową zmianą swego postępowania. Okazuje czułość, kupuje prezenty, staje się pobłażliwa, 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.<sup>4</sup>**



<sup>4</sup> <https://www.szczecin.uw.gov.pl/?type=article&action=view&id=167>

## CZY ZDARZA SIĘ, ŻE KTOŚ BLISKI:

- odpycha Cię, policzkuje, uderza, szarpie?
- obrzuca Cię obelgami, wyzwiskami?
- mówi ci, że jesteś głupia, że do niczego się nie nadajesz?
- zmusza Cię do robienia rzeczy, które Cię poniżają?
- dusi, kopie, obezwładnia, wykręca ręce?
- grozi Ci, że Cię zabije lub dotkliwie zrani?
- obwinia Cię za swoje agresywne zachowanie, mówi Ci, że wszystkiemu Ty jesteś winna?
- zmusza Cię do pożycia seksualnego?
- zmusza Cię do uprawiania praktyk seksualnych, które Ci się nie podobają?
- straszy Cię, że pobije twoich przyjaciół, jeśli będą próbowali Ci pomóc?
- grozi, że zabierze Ci wszystko (dzieci, pieniądze, dom), jeśli nie będziesz mu posłuszna?
- przeprasza Cię, rozpieszcza prezentami po tym, jak Cię pobił?
- pobił Cię tak dotkliwie, że wymagałaś pomocy lekarskiej lub leczenia szpitalnego?
- sprawia, że czujesz się zagrożona w swoim domu?

**Jeśli chociaż na jedno z tych pytań udzielisz pozytywnej odpowiedzi to istnieje duże prawdopodobieństwo, że doznajesz przemocy w rodzinie**

## PAMIĘTAJ!

**Jeśli chociaż raz pojawiły się wobec Ciebie lub osób bliskich zachowania przemocowe zareaguj, nie pozwól, żeby się one powtórzyły.** <sup>5</sup>



<sup>5</sup> <http://www.niebieskalinia.info/files/Artykuly/informator-dla-osob-dotknietych-przemocą-w-rodzynie-2014.pdf>

## MITY I STEREOTYPY DOTYCZĄCE PRZEMOCY W RODZINIE

Mity i stereotypy usprawiedliwiają stosowanie przemocy, służą do ukrycia czy zbagatelizowania problemu, przez co utrudniają prawidłowe zareagowanie na akty brutalności czy okrucieństwa wobec bliskich. Dają osobie stosującej przemoc sygnał o społecznym przyzwoleniu na przemoc, umacniają w nim pewność siebie i poczucie bezkarności. Warto wiedzieć, co jest mitem i stereotypem, aby nie ulegać fałszywym przekonaniom. Poniżej zaprezentowano kilka ze stereotypów, stanowiących pewien społeczny sposób „usprawiedliwiania” przemocy domowej:



- w sprawy rodzinne nie należy się wtrącać: „brudy pierze się we własnym domu”, „co to za ptak, co własne gniazdo kala?”, „wolność Tomku w swoim domku”, „mój dom - moja twierdza”, „bliscy nie krzywdzą”, itp.;

**Przemoc, bicie, wykorzystywanie, gwałt jest przestępstwem ściganym przez prawo, a mieszkanie pod jednym dachem nie stanowi okoliczności zezwalającej na krzywdzenie innych.**

- przemoc dotyczy rodzin patologicznych, z tzw.: „marginesu”: „przemoc alkohol, to jedno”, „to taka porządna rodzina - niemożliwe, by była tam przemoc”, „oni oboje mają wyższe wykształcenie - nie mogli tego zrobić swojemu dziecku”, itp.;

**Przemoc domowa występuje we wszystkich grupach społecznych, niezależnie od poziomu wykształcenia czy sytuacji materialnej.**

- najczęstszą formą przemocy jest bicie: „nikt nikogo nie pobił, więc nie było przemocy”, „nie ma śladów - nie ma przemocy”

**Przemoc występuje w różnych formach, są to nie tylko zachowania pozostawiające siniaki czy złamania, ale także poniżanie, grożenie, zastraszanie, zmuszanie do określonych zachowań.**

- kobieta powinna wstydzić się, jeśli doznała przemocy: „to wszystko twoja wina - powinnaś się wstydzić”, „twoja rodzina - świadczy o tobie”, „kobieta jest strażniczką domowego ogniska”, „widocznie nie dosyć się starałaś”, „musisz być samolubną egoistką”, itp.:

**Nikt nie ma prawa znęcać się, poniżać, maltretować i bić innych, nikt nie zasługuje na takie zachowanie bez względu na to, co powiedział lub zrobił.**



- jeśli przestanie pić, wszystko będzie dobrze, warto czekać, może kiedyś zrozumie: „wszystko przez to picie, poza tym – to dobry mąż i ojciec”, „przestanie pić, wszystko będzie dobrze”, „prawdziwa miłość powinna wszystko wybaczyć”, „może się ocknie i zrozumie - to taki dobry człowiek”, itp.:

**Osoby doświadczające przemocy zawsze próbują się bronić, wykorzystują różne strategie obronne, które niekiedy mogą wydawać się nieracjonalne, brak skuteczności powoduje nasilenie przemocy.**

- kobieta bez mężczyzny jest nic nie warta: „niechby pił, niechby bił, byle by był”, „kobieta, która żyje bez mężczyzny jest feministką lub lesbijką – nie jest w pełni kobietą i jest gorsza”, „stara panna - okropny los - musi być straszną jędzą”

Przemoc doznawana od osoby bliskiej stanowi dla ofiary źródło prawdziwego cierpienia, często te osoby nie odchodzą od krzywdziciela z powodów wynikających z zależności, braku mieszkania i środków do życia. Minęły czasy, gdy kobiety nie posiadały żadnych praw i bez pomocy i wsparcia mężczyzny nie miały szans na dobre, satysfakcjonujące, godne i dostatnie życie. Jest wiele przykładów z codziennego życia, które pokazują, że kobiety radzą sobie równie dobrze, jak mężczyźni a często i lepiej, w wielu sferach życia. Na nic jednak zdadzą się porównania kto "lepszy" i "silniejszy" - mężczyzna, czy kobieta - każda bowiem płeć jest równie ważna. Jesteśmy sobie równi "mamy prawo być tutaj". Mamy wspólny "los", "dom" i takie same prawa.

- przemoc w rodzinie - to nic takiego. Często przemoc w rodzinie traktowana jest jako zjawisko „marginalne”, o „małej społecznej szkodliwości”.

**Nic bardziej błędnego - jej zasięg jest większy, niż zdaje się wielu ludziom, a szkodliwość społeczna szczególnie, właśnie ze względu na ważność rodziny w życiu każdego człowieka.**

- dla dobra dzieci powinno się znosić wszystko ze strony współmałżonka: „kobieta powinna poświęcić się dla dobra dzieci i rodziny”, „powinam wytrzymać wszystko dla dobra dzieci”, „dzieci powinny mieć ojca”, „lepszy zły ojciec, niż żaden” itp.:

**Dzieci wychowujące się w rodzinach, gdzie jest przemoc "nasiąkają" przemocą. Nawet, jeśli nie są bezpośrednio bite, upokarzane, wykorzystywane, zaniedbywane i molestowane, a "tylko" obserwują przemocowe traktowanie matki przez ojca, to równocześnie są osobami doświadczającymi przemocy. Dzieci, które są "tylko" świadkami przemocy w rodzinie, jednocześnie jej doświadczają.**

- nie da się wychować dziecka na porządnego człowieka bez porządnego lania.

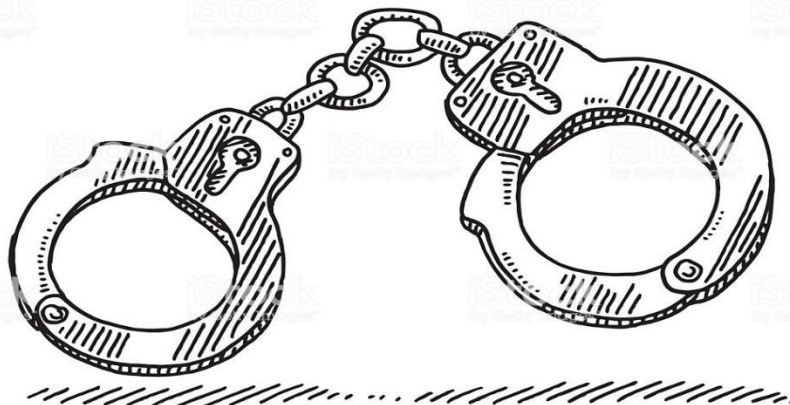
**Bicie jest niedopuszczalnym środkiem wychowawczym. Nic nie usprawiedliwia podniesienia ręki na dziecko.**

- powinno się zawsze próbować zatrzymać dziecko w rodzinie, niezależnie od tego, jak postępują jego rodzice. Rodzice, jacy by nie byli, zawsze są lepsi od domu dziecka czy innej placówki wychowawczo- opiekuńczej.

**Rodzina, w której te podstawowe więzi i kryteria są zaburzone, kształtują człowieka pozbawionego elementarnych umiejętności emocjonalnego i społecznego funkcjonowania. Taka rodzina nie jest miejscem, w którym dziecko może normalnie się rozwijać i wychowywać.**

- *Gwałt w małżeństwie nie istnieje*

**Zgodnie z art. 197 kodeksu karnego gwałtem jest doprowadzenie innej osoby do poddania się czynowi nierządному lub do wykonania takiego czynu, stosując przemoc, groźbę bezprawną lub podstęp. Nie ma przepisu, że nie dotyczy to bliskich napastnika, każdy ma prawo do decydowania o swoim życiu intymnym, a ślub i wspólne życie tego prawa nie odbiera.**<sup>6</sup>



### **Polskie prawo (Kodeks Karny) ściga sprawców przestępstw przeciwko osobom bliskim .**

Podstawowym celem postępowania karnego jest aby w razie stwierdzenia popełnienia przestępstwa jego sprawca został wykryty i pociągnięty do odpowiedzialności karnej oraz uwzględniony został prawnie chroniony interes pokrzywdzonego. Funkcjonariusz Policji ma prawo zatrzymania sprawcy przemocy w rodzinie stwarzającego bezpośrednie zagrożenie zdrowia lub życia ludzkiego.

<sup>6</sup> Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 13 września 2011 r. w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieska Karta” (Dz. U. z 2011, Nr 209, poz. 1245).

## PROCEDURA „NIEBIESKIE KARTY”

**Procedura Niebieskiej Karty** - prowadzona jest niezależnie od innych postępowań i w szczególności postępowania karnego, rodzinnego lub cywilnego. Procedura ta przewiduje ścisłą współpracę służb realizujących zadanie dotyczące przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Wdrożenie procedury ma na celu zapobieganie dalszemu stosowaniu przemocy



w rodzinie. W realizacji Niebieskiej Karty przewiduje się udział osoby dotkniętej przemocą w rodzinie tj.: przy zgłoszeniu przemocy w rodzinie – „Niebieska Karta - część A”.

### **Wszczęcie procedury nie wymaga zgody osoby doświadczającej przemocy w rodzinie.**

Formularz „A” Niebieskiej Karty wypełnia przedstawiciel policji, jednostki organizacyjnej pomocy społecznej - pracownik socjalny, przedstawiciel ochrony zdrowia - lekarz, pielęgniarka, ratownik medyczny, przedstawiciel oświaty - nauczyciel, przedstawiciel gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, który poweźmie w toku prowadzenia czynności służbowych podejrzenie o stosowaniu przemocy w rodzinie.

Formularz „A” Niebieskiej Karty służy zebraniu niezbędnych informacji o okolicznościach zdarzenia m.in.: dane osobowe rodziny (osoby doznającej przemocy oraz stosującej przemoc), formy, czas, okres trwania przemocy oraz miejsce zdarzenia, ewentualnie świadkowie. Dane te zbiera się od osoby doświadczającej przemocy w warunkach gwarantujących swobodę wypowiedzi i poszanowanie godności tej osoby przy zapewnieniu jej bezpieczeństwa. Osoba doświadczająca przemocy otrzymuje pouczenie w formie „Niebieskiej Karty - część B”.

W ramach tej procedury przygotowany jest plan pomocy rodzinie. Na posiedzeniu członkowie zespołu interdyscyplinarnego lub grupy roboczej w obecności zaproszonej osoby, co do której istnieje podejrzenie, że jest dotknięta przemocą w rodzinie, dokonują analizy sytuacji rodziny i wypełniają formularz "Niebieska Karta – Część C".

Przewodniczący zespołu interdyscyplinarnego wzywa osobę, wobec której istnieje podejrzenie, że stosuje przemoc w rodzinie, na posiedzenie grupy roboczej. Członkowie grupy roboczej wypełniają formularz "Niebieska Karta – D" w obecności osoby, wobec której istnieje podejrzenie, że stosuje przemoc w rodzinie. Niestawiennictwo osoby, co do której istnieje podejrzenie, że jest dotknięta przemocą w rodzinie, nie wstrzymuje prac grupy roboczej.

Zakończenie procedury Niebieskiej Karty następuje w przypadku ustania przemocy w rodzinie i uzasadnionego przypuszczenia o zaprzestaniu dalszego stosowania przemocy w rodzinie oraz po zrealizowaniu indywidualnego planu pomocy lub po rozstrzygnięciu o braku zasadności podejmowania działań.<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 13 września 2011r. w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieskie Karty” (Dz. U. z 2011, Nr 209, poz. 1245)

## GDZIE SZUKAĆ POMOCY ?

1. Zgodnie z ustawą o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie osobie doświadczającej przemoc w rodzinie udziela się pomocy w szczególności w formie:
  - poradnictwa medycznego, psychologicznego, prawnego, socjalnego, zawodowego i rodzinnego,
  - interwencji kryzysowej i wsparcia,
  - ochrony przed dalszym krzywdzeniem m.in.: poprzez uniemożliwienie osobom stosującym przemoc w rodzinie korzystania ze wspólnie zajmowanego z innymi członkami rodziny mieszkania oraz zakazu kontaktowania się i zbliżania do osoby pokrzywdzonej,
  - zapewnienia osobie doświadczającej przemocy bezpiecznego schronienia w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie,
  - zapewnienia osobie doświadczającej przemocy pomocy w uzyskaniu mieszkania w przypadku kiedy nie ma ona tytułu prawnego do zajmowanego wspólnie ze sprawcą przemocy lokalu.
2. W przypadkach przejawów przemocy w rodzinie i zagrożenia bezpieczeństwa Twojego lub dzieci bezwzględnie powiadom Policję ( 997 lub 112) lub zawiadom Prokuraturę.
3. W sytuacji doznania obrażeń ciała w wyniku działań osoby stosującej przemoc, powiadom pogotowie ratunkowe (999 lub 112). Możesz domagać się od lekarza wystawienia **bezpłatnego zaświadczenia lekarskiego o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy w rodzinie**. Zaświadczenie to może zostać wykorzystane w sądzie w przypadku wszczęcia postępowania jako dowód przeciwko krzywdzącemu.
4. Wsparcia prawnego, psychologicznego i socjalnego udzielają instytucje szczebla samorządowego zgodnie z ustawą z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. Nr 180 poz. 149 z późniejszymi zmianami). Możesz zgłosić się do najbliższego Ośrodka Pomocy Społecznej lub Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie.
5. Możesz zwrócić się do Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych z wnioskiem skierowania osoby stosującej przemoc na leczenie odwykowe lub uzyskać pomoc związaną z nadużywaniem przez niego alkoholu.
6. Poradnia Psychologiczna-Pedagogiczna- w wyniku doświadczenia przemocy lub bycia jej świadkiem, dziecko może przejawiać pewne niepokojące zachowania, które zdiagnozować oraz pomóc leczyć mogą specjaliści z Poradni.
7. Zadzwoń pod numer 801-12-00-02 Ogólnopolskiego Telefonu dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” otrzymasz pomoc i wsparcie.
8. Osoby stosujące przemoc mogą uczestniczyć w programach korekcyjno - edukacyjnych dla sprawców przemocy w rodzinie zorganizowanych przez Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie, które mają za zadanie zmianę postaw i zachowań stosującego przemoc.



**W CELU ZYSKANIA KOMPLEKSOWEJ POMOCY  
MOŻESZ ZGŁOSIĆ SIĘ DO WŁAŚCIWEJ INSTYTUCJI:**

**1. Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej  
ul. Niepodległości 3  
tel. 89 715 25 13**

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej podejmuje działania m.in. w zakresie pomocy osobom doznającym przemocy i przeciwdziałania powyższemu zjawisku:

- organizowanie pracy socjalnej – pracownicy socjalni oferują kompleksową pomoc rodzinom dotkniętym zjawiskiem przemocy
- oferowanie doraźnej pomocy asystenta rodziny, którego rolą jest wdrożenie u członków rodzin umiejętności samodzielnego radzenia sobie z sytuacjami kryzysowymi
- inicjowanie wsparcia wśród najbliższej rodziny i społeczności lokalnej, włączanie w proces pomagania osób z otoczenia
- informowanie i wskazywanie placówek oferujących schronienie.
- powiadamianie organów ścigania w przypadku stwierdzenia bądź podejrzenia popełnienia przestępstwa
- przeprowadzanie interwencji kryzysowej.



**2. Ośrodka Wsparcia w Biskupcu  
ul. Niepodległości 4  
tel. 89 715 26 62**

**Ośrodek Wsparcia w Biskupcu oferuje:**

- pomoc specjalisty pracy z rodziną: przyjmowanie wniosków dotyczących przemocy w rodzinie i uruchomienie procedur mających na celu jej powstrzymanie, udzielanie wsparcia i pomocy osobom doświadczającym przemocy w rodzinie
- pomoc psychoterapeutyczną w formie konsultacji dla osób i rodzin dotkniętych przemocą w rodzinie, w zakresie problemów osobistych w tym rodzinnych i wychowawczych, a także innych dotyczących zgłaszające się po pomoc osoby i rodziny
- pomoc specjalistyczną dla osób uzależnionych i współuzależnionych - świadczenie usług profilaktyczno-terapeutycznych związanych z uzależnieniami od alkoholu, substancji psychoaktywnych na rzecz osób uzależnionych, nadużywających oraz członków ich rodzin





- pomoc psychologiczną – udzielanie pomocy w zakresie problemów osobistych związanych z zaburzeniami lękowymi i emocjonalnymi oraz problemami rodzinnymi i wychowawczymi
- pomoc prawną - udzielanie porad, informacji i konsultacji prawnych w zakresie prawa karnego, cywilnego i rodzinnego związanych z przemocą w rodzinie, uzależnieniami oraz innymi sytuacjami kryzysowymi dla osób i rodzin z terenu gminy Biskupiec, udzielanie pomocy w przygotowaniu pism procesowych.

#### **DO SPECJALISTÓW OBOWIĄZUJĄ ZAPISY**

### **3. Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych**

**ul. Niepodległości 4**

**tel. 89 715 26 62**

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych jest organem działającym na podstawie Ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi. Głównym zadaniem Komisji jest prowadzenie działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracją społeczną osób uzależnionych od alkoholu.

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych udziela pomocy rodzinom, w których występuje problem alkoholowy poprzez:

- przyjmowanie wniosków o zastosowanie leczenia lub objęcie terapią
- motywowanie i zobowiązanie do podjęcia leczenia odwykowego
- kierowanie spraw do Sądu o wydanie postanowienia o zastosowanie wobec osób uzależnionych obowiązku poddania się leczeniu w zakładzie leczenia odwykowego
- kierowanie osób uzależnionych i uwikłanych w przemoc domową do specjalistów i instytucji świadczących usługi w tym zakresie.

### **4. Gminnego Zespołu Interdyscyplinarnego**

**ds Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie**

**ul. Niepodległości 4**

**tel. 89 715 26 62**

Działania na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie podejmuje gmina w szczególności w ramach pracy w zespole interdyscyplinarnym. Zespół Interdyscyplinarny składa się z przedstawicieli jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, Policji, Instytucji ochrony zdrowia, organizacji pozarządowych, kuratorów sądowych, prokuratorów oraz innych instytucji, które działają na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

Zadaniem zespołów interdyscyplinarnych jest integrowanie i koordynowanie działań przedstawicieli w/w jednostek.

## 5. Komisariatu Policji w Biskupcu

ul. A. Mickiewicza 41,

tel. 89 715 04 00

Do podstawowych zadań Policji należą m.in. działania chroniące osoby doznające przemocy domowej podejmowane zgodnie z obowiązującym prawem:

- interwencja
- sporządzenie dokładnego opisu zdarzenia (notatka urzędowa)
- zatrzymanie sprawców przemocy stwarzających w sposób oczywisty zagrożenie dla życia bądź zdrowia, a także mienia
- wszczęcie postępowania przygotowawczego przeciwko osobom stosującym przemoc w przypadku zgłoszenia lub stwierdzenia popełnienia przestępstwa
- zabezpieczenie dowodów popełnienia przestępstwa
- podjęcie działań prewencyjnych wobec sprawcy przemocy
- udzielenie informacji osobom doznającym przemocy o możliwości uzyskania pomocy
- monitorowanie sytuacji w rodzinach, w których wszczęto procedurę „Niebieska Karta”
- współpraca z jednostkami podejmującymi działania w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

## 6. Prokuratury Rejonowej w Biskupcu

ul. Niepodległości 8,

tel. 89 545 12 20

Do podstawowych zadań Prokuratury Rejonowej należy zapewnienie udziału prokuratora w postępowaniach prowadzonych na podstawie ustawy przed sądami powszechnymi, w tym postępowanie o znęcanie się.

## 7. Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie

ul. Bałtycka 65, 10-175 Olsztyn,

tel. 89 544 38 00

Podstawowym celem działalności PCPR jest udzielanie pomocy społecznej o zasięgu ponadgminnym następującym kategoriom osób: dzieciom, rodzinom, osobom starszym, chorym i niepełnosprawnym. Ponadto jednym z zadań powiatu jest finansowanie **Programu korekcyjno-edukacyjnego dla sprawców przemocy** – spotkania odbywają się w Ośrodku Wsparcia w Biskupcu. Program ma przede wszystkim powstrzymać sprawcę przed dalszym stosowaniem przemocy i rozwinąć u niego umiejętność samokontroli. Prowadzący program oddziaływań jest realizowany z osobami, stosującymi przemoc, jednak dzięki spotkaniom usprawnia się funkcjonowanie wszystkich członków rodziny.

**8. W celu uzyskania pomocy i wsparcia możesz kontaktować się również z:**

- **Ośrodkiem Interwencji Kryzysowej dla Kobiet i ich Dzieci - Ofiar Przemocy w Rodzinie Caritas Archidiecezji Warmińskiej**  
ul. Grunwaldzka 45  
10-125 Olsztyn  
tel. 89 523 64 02, 89 535 06 66 [interwencja7@o2.pl](mailto:interwencja7@o2.pl)
- **Specjalistycznym Ośrodkiem Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie**  
ul. Bałtycka 37a  
10-144 Olsztyn  
tel 89 527 57 11, 89 521 33 93, 600 107 645 [www.sowolsztyn.naszaplacowka.pl](http://www.sowolsztyn.naszaplacowka.pl)
- **Warmińsko- Mazurskim Stowarzyszeniem Pomocy Rodzinie „Sukurs”**  
ul. Kopernika 45  
10-512 Olsztyn  
tel. 506 149 505 [wm.spr.sukurs@op.pl](mailto:wm.spr.sukurs@op.pl)
- **Katolickim Stowarzyszeniem Opieki nad Dzieckiem i Rodziną im Św. Brata Alberta**  
ul. Mazurska 13B  
10-519 Olsztyn  
tel. 89 511 93 32 [emzetjot@wp.pl](mailto:emzetjot@wp.pl)
- **Stowarzyszeniem Pomocy Dzieciom i rodzinie „ARKA”**  
ul. Niepodległości 85  
10-046 Olsztyn  
tel. 89 534 99 55 [arka.dom@wp.pl](mailto:arka.dom@wp.pl)
- **Chrześcijańską Misją Pomocy Ludziom Uzależnionym „Nowa Nadzieja”**  
ul. Mazurska 13B  
10-519 Olsztyn  
tel. 663 470 960 [m.seferyn@wp.pl](mailto:m.seferyn@wp.pl)
- **Ośrodkiem Wsparcia dla Matek z Małoletnimi Dziećmi i Kobiet w Cięży**  
ul. Jagiełły 5/11  
10-127 Olsztyn  
tel. 89 523 61 77, 504 043 056 [osrodekdlamatek@mopsolsztyn.pl](mailto:osrodekdlamatek@mopsolsztyn.pl)
- **Ogólnopolskim Telefonem dla Ofiar Przemocy w Rodzinie - „Niebieska Linia”**  
tel. 22 668 70 00 czynny od poniedziałku do soboty w godz. 9.00-19.00

## Bibliografia

- Dz.U.2019.0.740 t.j. - Ustawa z dnia 28 stycznia 2016 r. - Prawo o prokuraturze
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z 2005 r. Nr 180, poz. 1493).
- Kodeks karny (Dz. U. z 1997 r. Nr 88, poz. 553).
- Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 13 września 2011 r. w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieska Karta” (Dz. U. z 2011, Nr 209, poz. 1245).
- Informator dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie przygotowany przez Ministerstwo Sprawiedliwości oraz Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej.
- Informator dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie przygotowany przez PCPR w Kielcach.
- Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość. J. Mazur. Wydawnictwa Akademickie „Żak”. Warszawa 2002.
- Przemoc w rodzinie. I. Pospiszyl. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne. Warszawa 1998
- Niebieskie Karty. Przewodnik do procedury interwencji Policji wobec przemocy w rodzinie. H. Sasal.
- [http://www.rops.krakow.pl/publikacje/przemoc\\_49.pdf](http://www.rops.krakow.pl/publikacje/przemoc_49.pdf) 10.
- <http://www.parpa.pl>
- <http://www.niebieskalinia.pl>
- <http://www.samorzad.lex.pl>
- <http://www.gops-goscino.pl/images/dokumenty/przemoc.pdf>
- <http://www.parpa.pl> > images > file > Sprawca przemocy
- <https://www.szczecin.uw.gov.pl/?type=article&action=view&id=167>