

Ewa Kaniewska-Mackiewicz
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

PRZEMOC W RODZINIE

VIOLENCE IN THE FAMILY

Streszczenie: Dom to miejsce, w którym powinniśmy czuć się bezpiecznie, w którym otoczeni jesteśmy miłością, zrozumieniem, akceptacją, wybaczeniem. Miejsce, w którym wzrastamy i odpoczywamy. Niestety nie zawsze tak się dzieje. Skala przemocy w rodzinie, pomimo istniejących form pomocy, nadal stanowi istotny problem funkcjonowania rodziny. Celem nadrzędnym artykułu jest refleksja, iż nic nie usprawiedliwia przemocy, w jakiegokolwiek jej formie, wina leży zawsze po stronie sprawcy, zaś brak reakcji na przemoc sprawia, że stajemy się jej biernym kompanem. Każda osoba doświadczająca przemocy ma prawo do przeżywania i wyrażania swoich uczuć, do gniewu, rozpaczy, bólu. Ma też niezbywalne prawo do ochrony najważniejszego atrybutu Człowieka – Życia.

Summary: Home is a place where we should feel safe, where we should be surrounded by love, understanding, acceptance and forgiveness. A place where we grow up and rest. Unfortunately, this is not always the case. Domestic violence, despite the existing forms of violence, still constitutes a significant problem of the family's functioning. The overarching goal of this article is the reflection that nothing justifies violence in any form. The guilt is always on the side of the perpetrator, and the lack of reaction to violence makes us become her passive participant. Every person experiencing violence has the right to live and express their feelings, anger, despair and pain. Everyone also has an inalienable right to the most important attribute of man-the right to life.

Słowa kluczowe: rodzina, przemoc, dzieci, niebieska karta

Key words: family, violence, children, blue card

*Mam prawo do gniewu i niech nikt mi nie mówi, że nie powinnam,
że to nieładnie, albo że coś jest ze mną nie w porządku, dlatego że się złościę*
Maxine Waters¹

Wprowadzenie

Dom to miejsce, w którym powinniśmy czuć się bezpiecznie, w którym otoczeni jesteśmy miłością, zrozumieniem, akceptacją, wybaczeniem. Miejsce,

¹ Cyt. za: M. Waters, [w:] R.J. Ackerman, S.E. Pickering, *Zanim będzie za późno. Przemoc i kontrola w rodzinie*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2002, s. 29.

w którym wzrastamy, odpoczywamy, ładujemy akumulatory, nabieramy wiary we własne możliwości. Niestety nie zawsze tak się dzieje. Bywa, że dom, kojarzony z miłością i bezpieczeństwem, staje się polem walki o przetrwanie, ucieczki przed oprawcą, niemej tragedii rozgrywającej się w czterech ścianach, tragedii, której rozmiar jest wyjątkowo ogromny, ponieważ sprawca bólu i cierpienia to osoba bliska, osoba, którą kochamy...

Skala przemocy w rodzinie, pomimo istniejących form pomocy, nadal stanowi istotny problem funkcjonowania rodziny. Dawniej rodzinom, w których rozgrywały się takie dramaty, przypisywano przede wszystkim dysfunkcyjność z uwagi na często towarzyszące przemocy uzależnienia czy też niską świadomość społeczną, wykształcenie, doświadczenia sprawcy z okresu dzieciństwa. Wszystkie wymienione czynniki niewątpliwie mogą i stają się wielokrotnie przyczynkiem do stosowania przemocy w rodzinie. Jak się jednak okazuje, znacząca ilość przemocy rozgrywa się w domach osób, których nigdy nie podejrzewano by o takie zachowania. Z jednej strony dobry pracownik, przyjaciel, z drugiej – kat własnej rodziny².

Analizując układ: sprawca przemocy – ofiara, uczeni na przestrzeni lat wysnuwali różne hipotezy. Jedną z nich było założenie, iż ofiara przemocy posiada istotne czynniki, które sprawiają, że niejako sama sobie jest winna, że staje się ofiarą, a nawet, że sprawia jej to pewnego rodzaju masochistyczne zaspokojenie, że nie potrafi żyć poza takim układem przemocy. Niewątpliwie ku takiemu podejściu skłania fakt, iż zdecydowana większość osób, która nigdy nie doświadczyła przemocy, nie rozumie psychicznych skutków zniewolenia i nie rozumie tego problemu. Społeczeństwo ma tendencje do oceniania osoby doznającej przemocy w rodzinie. Bezradność i bierność ofiary, trwające latami tkwienie w takim związku, zachowania pełne na przemian stanów depresyjnych z atakami gniewu, z czasem chaos płynący z każdego zachowania lub pozorne godzenie się ze stanem rzeczy, bezsilność, uległość, tłumaczenie zachowania oprawcy, a niejednokrotnie wręcz ukrywanie czynów oprawcy sprawia, że przyglądający się z boku obserwatorzy mają przekonanie, że oni w takiej sytuacji podjęliby inne decyzje, że nie pozwoliliby na takie traktowanie, że już dawno uwolniliby się z takiego związku³. *Stąd powszechna tendencja do tłumaczenia zachowania ofiary słabościami jej osobowości albo charakteru*⁴.

Tendencje do takiego postrzegania sytuacji wywarły na przestrzeni lat wpływ także na kierunek dociekań psychologicznych i psychiatrycznych. Pomimo licz-

² B. Branson, P. Silva, *Powstrzymać przemoc domową*, Koinonia Wydawnictwo Chrześcijańskiej Fundacji „Życie i misja”, Poradnictwa Chrześcijańskiego, Ustroń 2007, s. 78.

³ J.L. Herman, *Przemoc. Uraz psychiczny i powrót do równowagi*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1998, s. 126.

⁴ Cyt. za: J.L. Herman, op. cit., s. 126.

nych wysiłków wielu badaczy nie udało się stworzyć wzorca modelu osoby o cechach osobowości ofiary przemocy. Konstatacją tychże poszukiwań był wniosek: *za pomocą nieludzkich metod można złamać nawet zwykłego człowieka o zdrowej psychice. (...) Poszukiwanie cech predysponujących kobiety do odegrania roli ofiary jest bezowocne. (...) Czasami zapomina się, że za męską brutalność odpowiedzialny jest mężczyzna. Kto zda sobie z tego sprawę, łatwo zrozumie, dlaczego bardziej owocne okazały się badania, w których brutalne zachowanie próbowano wyjaśniać właściwościami mężczyzn. Zaskakujący jest natomiast ogrom wysiłków podjętych po to, by zachowanie mężczyzny wytłumaczyć cechami kobiety*⁵. Z jednej strony oczywistym wydaje się być fakt, że każdy zdrowy człowiek może być narażony na skrzywdzenie przez inną osobę. Z drugiej strony nie dziwi również, że taka sytuacja nie jest obojętna dla psychiki człowieka skrzywdzonego, a jednak utrzymująca się jeszcze dzisiaj tendencja do obarczania poszkodowanego winą za zaistniałe zdarzenie zaburza prawidłową diagnozę i tym samym uniemożliwia niesienie pomocy w sytuacji pourazowego zespołu stresu utrzymującego się u ofiar przemocy.

Dobłą egzemplifikacją opisywanego zjawiska jest praca z 1964 roku „Żona człowieka maltretującego żonę”, której twórcy pierwotnie chcieli przeprowadzić wywiady z mężami – sprawcami przemocy, jednakże przy braku ich współpracy skierowali badania na owe żony, które nazwali kobietami: *kastrującymi, oziębłymi, agresywnymi, niezdecydowanymi i biernymi*⁶. Aż chciałoby się rzec: cóż za dysonans diagnostyczny! W efekcie rozpoznali u żon – ofiar przemocy *masochistyczne potrzeby*⁷, których źródłem jest ich jakoby zaburzona osobowość, którą pilnie zaczęli leczyć. W efekcie tegoż Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne zaproponowało dołączenie do listy chorób *masochistyczne zaburzenie osobowości – jako rozpoznanie osoby pozostającej w związku, w którym jest wykorzystywana, maltretowana lub krzywdzona, pomimo, że ma szansę zmiany swojej sytuacji*⁸.

Na szczęście takiemu postrzeganiu stanu rzeczy mocno sprzeciwiły się ruchy feministyczne, którym zawdzięczamy nie tylko inne spojrzenie na przemoc wobec samych kobiet, ale też dostrzeżenie i reakcję na przemoc w rodzinie wobec dzieci. Efektem protestów był kompromis, w wyniku którego zaproponowana jednostka diagnostyczna została zmieniona na *zaburzenie osobowości dążącej do klęski*⁹.

Ta abstrakcyjna i wydaje się niemożliwa koncepcja postrzegania osoby ofiary przemocy stała się przyczynkiem do pogłębiania badań na temat przemocy do-

⁵ J.L. Herman, op. cit., s. 127.

⁶ Ibidem, s. 128.

⁷ Ibidem.

⁸ Ibidem.

⁹ Ibidem, s. 129.

mowej. Wdrożono także system pomocy ofiarom przemocy domowej, którymi mogą być zarówno kobiety, jak i dzieci czy mężczyźni. Każdy przejaw przemocy zasługuje na poniesienie konsekwencji przez jej sprawcę, nikt nie ma prawa krzywdzić drugiej osoby.

W niniejszej pracy opiszę rodzaje przemocy domowej oraz cykle, w jakich ona występuje. Poruszę także problematykę przemocy wobec dzieci, również jako świadków przemocy. Wskażę mechanizmy, jakimi kieruje się ofiara oraz przekonania, w jakich tkwi. Ukażę także stosunek społeczeństwa do przemocy domowej.

Celem nadrzędnym artykułu jest refleksja, iż nic nie usprawiedliwia przemocy, w jakiegokolwiek jej formie, wina leży zawsze po stronie sprawcy, zaś brak reakcji na przemoc sprawia, że stajemy się jej biernym kompanem. Każda osoba doświadczająca przemocy ma prawo do przeżywania i wyrażania swoich uczuć, do gniewu, rozpaczy, bólu. Ma też niezbywalne prawo do ochrony najważniejszego atrybutu Człowieka – Życia.

Przemoc w rodzinie – terminologia i rodzaje przemocy

*Bezpieczeństwo nie jest wszystkim,
ale bez bezpieczeństwa wszystko jest niczym.*
K. Nauman¹⁰

Pojęcie przemocy znajduje w literaturze przedmiotu liczne interpretacje. W słowniku języka polskiego przemoc jest definiowana jako: fizyczna przewaga wykorzystywana do czynów bezprawnych dokonywanych na kimś; narzucona bezprawnie władza, panowanie¹¹. Inną definicję tegoż terminu proponują Sussman i Steinmetz: *Przemocą jest każde zachowanie, którego intencją jest wyrządzenie fizycznej krzywdy drugiemu człowiekowi, lub też czyn, który jest postrzegany jako mający taką intencję*¹². Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Programie Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie podaje opis: *Przemoc domowa, zwana też przemocą w rodzinie, to zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie skierowane przeciw członkowi rodziny, który narusza prawa i dobra osobiste, powodując cierpienie i szkody*¹³. Jerzy Mellibruda dodaje: *przemoc jest intencjonalnym naruszeniem mocy oraz wszelkich praw i dóbr osobistych jednostki w sposób uniemożliwiający jej obronę i powodujący szkody psychiczne, fi-*

¹⁰ Cyt. za: K. Nauman, <http://www.stowarzyszeniefidetratio.pl/Presentations0/1414Radomska>.

¹¹ Cyt. za: *Słownik języka polskiego*, [w:] W. Badura-Madej, A. Dobrzyńska-Mesterhazy, *Przemoc w rodzinie. Interwencja kryzysowa i psychoterapia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2000, s. 11.

¹² Cyt. za: Sussman, Steinmetz, [w:] W. Badura-Madej, A. Dobrzyńska-Mesterhazy, op. cit., s. 12.

¹³ Cyt. za: Sasal, [w:] W. Badura-Madej, A. Dobrzyńska-Mesterhazy, op. cit., s. 12.

zyczne, symboliczne i materialne¹⁴. Ta ostatnia definicja wyraźnie wskazuje na fakt, iż przemoc może mieć różne oblicza, tym samym wyróżniamy różne jej rodzaje:

- *przemoc fizyczna – naruszanie nietykalności fizycznej;*
- *przemoc psychiczna – naruszenie godności osobistej;*
- *przemoc seksualna – naruszenie intymności;*
- *przemoc ekonomiczna – naruszenie własności;*
- *zaniedbanie – naruszenie obowiązku do opieki ze strony osób bliskich¹⁵.*

Przemoc w rodzinie dotyczyć może dziecka, współmałżonka, rodzeństwa, osób starszych w rodzinie.

Tabela 1. Formy i skutki przemocy w rodzinie

Formy i skutki przemocy w rodzinie		
Rodzaje przemocy	Formy przemocy	Skutki przemocy
Przemoc fizyczna	szarpanie, kopanie, popychanie, obezwładnianie, duszenie, odpychanie, przytrzymywanie, policzkowanie, szczypanie, bicie otwartą ręką, pięściami, różnymi przedmiotami, przypalanie papierosem, topienie, polewanie substancjami żrącymi, użycie broni, pozostawienie w niebezpiecznym miejscu, nieudzielenie niezbędnej pomocy itp.	bezpośrednie: uszkodzenia ciała – urazy, rany, złamania, stłuczenia, zadrapania, siniaki, poparzenia; następujące skutki: choroby w wyniku powikłań i stresu, zespół stresu pourazowego, życie w chronicznym stresie, poczuciu zagrożenia, strachu, lęku, napady paniki, bezsenność, zaburzenia psychosomatyczne itp.
Przemoc psychiczna	wyśmiewanie opinii, poglądów, przekonań, religii, pochodzenia, narzucanie swojego zdania, poglądów, stałe ocenianie, krytyka, wmawianie choroby psychicznej, izolowanie, kontrolowanie, ograniczanie kontaktów z innymi ludźmi, wymuszanie posłuszeństwa i podporządkowania, ograniczanie snu, pożywienia i schronienia, wyzywanie, używanie wulgarnych epitetów, poniżanie, upokarzanie, zawstydzanie, stosowanie groźb, szantażowanie itp.	zniszczenie poczucia mocy sprawczej ofiary, jej poczucia własnej wartości i godności, uniemożliwienie podjęcia jakichkolwiek działań niezgodnych z zasadą posłuszeństwa, osłabienie psychicznych i fizycznych zdolności stawiania oporu oraz wyrobienie przekonania o daremności jego stawiania, odizolowanie od zewnętrznych źródeł wsparcia, całkowite uzależnienie ofiary od prześladowcy, stały strach i utrata nadziei, choroby psychosomatyczne, ciągły stres, zaburzenia snu itp.

¹⁴ Cyt. za: J. Mellibruda, [w:] J. Mazur, *Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2002, s. 20.

¹⁵ Zespół Stowarzyszenia Niebieska Linia, <http://www.niebieskalinia.info/index.php/przemoc-w-rodzinie/8-rodzaj-przemocy> [dostęp: 7.01.2018 r.].

Przemoc seksualna	naruszenie intymności, zmuszanie osoby do aktywności seksualnej wbrew jej woli, kontynuowania aktywności seksualnej, gdy osoba nie jest w pełni świadoma, bez pytania jej o zgodę lub gdy na skutek zaistniałych warunków obawia się odmówić, stosowanie nieakceptowanych pieszczot i praktyk seksualnych, zmuszanie do seksu z osobami trzecimi, gwałt, sadyzm w pożyciu, wyśmiewanie wyglądu, ciała i krytyka zachowań seksualnych itp.	obrażenia fizyczne, ból i cierpienie, obniżona samoocena i poczucie własnej wartości, utrata poczucia atrakcyjności i godności, zaburzenia seksualne, oziębłość, zamknięcie się (lęk, strach, unikanie seksu), uogólniona niechęć i obawa do przedstawicieli płci sprawcy przemocy itp.
Przemoc ekonomiczna	okradanie, zabieranie pieniędzy, nielożenie na utrzymanie, uniemożliwienie podjęcia pracy zarobkowej, niezaspokajanie podstawowych, materialnych potrzeb rodziny, szantażowanie, zaciąganie długów i kredytów bez zgody współmałżonka, zmuszanie do pożyczek i do spłacania długów, przeglądanie dokumentów, korespondencji, uniemożliwienie korzystania z pomieszczeń niezbędnych do zaspakajania potrzeb (kuchnia, łazienka) itp.	całkowita zależność finansowa od partnera, niezaspokojenie podstawowych potrzeb życiowych, bieda, zniszczenie poczucia własnej godności i wartości, znalezienie się bez środków do życia.

Źródło: Zespół Stowarzyszenia Niebieska Linia, <http://www.niebieskalinia.info/index.php/przemoc-w-rodzynie/8-rodzaj-przemocy> [dostęp: 7.01.2018 r.].

Cykle przemocy

Stosowana przez sprawcę przemoc jest jednocześnie dla sprawcy swoistą nagrodą, daje mu zaspokojenie, spełnienie, jest dla niego atrakcyjna. Im dłużej trwa, tym bardziej sprawca utrwala swoją rolę, każde takie kolejne zdarzenie jest niczym motywator, wzmocnienie dla roli sprawcy, który utrwala w sobie przeświadczenie o przyzwoleniu ofiary, o ile ta dyrektywnie nie potrafi zaoponować.

Pozostająca w trudnej sytuacji ofiara, będąc przepełniona emocjami, w tym olbrzymim lękiem przed kolejnym atakiem sprawcy, nie jest w stanie realnie ocenić sytuacji. Nie potrafi dostrzec kontekstu, w całości skupia się na sprawcy. W takim układzie mamy do czynienia z powtarzającymi się cyklami przemocy. W każdym z nich wyróżnić można trzy fazy:

- Faza gwałtownej przemocy – to szczególnie trudny czas dla ofiary. W tej fazie bezpośrednio doświadczą wszystkich rodzajów przemocy stosowanych przez sprawcę, który często wpada w gniew i odreagowuje swoje emocje na ofierze. Przyczyny wybuchu bywają prozaiczne, są to często drobiazgi

bez znaczenia, przysłowiowa „za słona zupa”. Ofiara na tym etapie zazwyczaj bardzo stara się, aby do wybuchu nie doszło, próbuje załagodzić sytuację, usuwa się z pola widzenia sprawcy, zamyka w pokoju, wraca późno do domu w obawie przed atakiem, stara się chronić siebie, dzieci, innych członków rodziny. Tak naprawdę jednak cały czas jest w olbrzymim napięciu. Bywa, że sprawca sam prowokuje wybuch, nie ma znaczenia, jakie działania pojednawcze podjęłaby ofiara, wybuch musi nastąpić, jest nieunikniony. Po ataku ofiara jest w szoku, często popada w depresję i nie jest zdolna do żadnego konstruktywnego działania. Im dłużej trwa przemoc, tym mniej ma sił, aby się jej przeciwstawić.

- Faza miodowego miesiąca – to czas służący sprawcy po to, aby zatrzymać ofiarę przy sobie. W tej fazie sprawca często przeprasza za swoje zachowanie, obiecuje po raz kolejny poprawę, otacza złudną opieką ofiarę (czasem pielęgnuje rany ofiary, których sam jest sprawcą). Wyraża skruchę, a nawet kupuje prezenty. Wszystko po to, aby ofiara po raz kolejny uwierzyła, że wszystko będzie dobrze, wszystko się ułoży. Pragnienie spokoju i bezpieczeństwa ofiary w tym okresie jest ogromne. Często utrata bezpieczeństwa i przerażenie, gdzie się podzieje, jak sobie poradzi, czy będzie w stanie utrzymać dzieci i siebie, wszystkie te myśli i uczucia sprawiają, że ofiara po raz kolejny chwyta się nadziei, że partner / partnerka zmieni się. Trzeba także zaznaczyć, że wielu sprawców potrafi doskonale manipulować ofiarą, poza domem / mieszkaniem okazują w tej fazie wręcz czułość. To z kolei jest przyczyną, że gdy skala przemocy przelewa się i ofiara broniąc się, zaczyna mówić głośno o tym, co się dzieje, nikt nie chce jej wierzyć – przecież to taki spokojny, dobry człowiek, kolega / koleżanka z pracy.
- Faza narastania napięcia – to czas wzrastającego napięcia, olbrzymiego stresu. Ofiara początkowo robi wszystko, aby nie dopuścić do eskalacji przemocy, stara się ze wszystkiego wywiązywać i zaspokajać idealnie potrzeby sprawcy. Stres, jakiego doznaje, wzrasta jednak tak bardzo, że zakłóca codzienne funkcjonowanie. Ofiara już wie, że wybuch jest nieunikniony, nie może spać, cierpi na różne dolegliwości, takie jak bóle głowy, pobudzenie nerwowe, bywa apatyczna, napięcie sięga granic, czasami nie wytrzymuje tej sytuacji i sama prowokuje wybuch, aby mieć już go za sobą. Przemoc, której doznaje ofiara, pozostawia ślady nie tylko fizyczne, ale także, a może przede wszystkim, w psychice¹⁶. Bywa, że pojawiają się myśli / próby samobójcze.

Te fazy przemocy zataczają swoje koło, tworzą cykl powtarzających się zdarzeń. Początkowo zazwyczaj faza miodowego miesiąca jest stosunkowo długa. Często z upływem lat faza ta staje się niezwykle krótka, zaś najdłużej utrzymują się dwie pozostałe fazy. Bywa, że faza miodowego miesiąca trwa kilka dni, dzień,

¹⁶ J. Mazur, op. cit., s. 31–35.

fragment dnia, trwa tak krótko, że ofiara już prawie w ogóle jej nie dostrzega, a często nie potrafi także dostrzec możliwości zmiany tego stanu rzeczy, wyrwania się z rąk oprawcy, całkowicie się poddaje.

Postawy wobec przemocy w rodzinie

Problematyka postaw ludzkich wobec przemocy domowej stanowiła przyczynek do wielu badań. Jednym z pierwszych było przeprowadzone w 1974 roku badanie na 200 mieszkańcach Baltimore, którego autorami byli Rossie, Waite, Bose i Berk. W swoich założeniach badacze pragnęli ukazać wskaźnik powagi przestępstwa na podstawie ocen wybranej grupy różnych osób. W tym celu przeprowadzili analizę wyborów grupy badawczej, która dokonywała oceny powagi czynu w zależności od typu ofiary. Analizie poddano reakcje wobec: morderstwa, pobicia i napaści na dwie grupy docelowe: osoby niebędące powiązane ze sprawcą oraz osoby będące członkami rodziny sprawcy. Doświadczenie pokazało, iż z wyjątkiem morderstwa pozostałe czyny przemocy wobec członka rodziny oceniane były zdecydowanie łagodniej, aniżeli taka sama napasć sprawcy w stosunku do obcej osoby¹⁷. Okazuje się, że społeczeństwo bardziej i dłużej toleruje przemoc domową niż każdą inną. Istnieje swoiste przyzwolenie na metody wychowawcze zawierające przemoc – niektórzy dorośli nadal twierdzą, że „klaps jeszcze nikomu nie zaszkodził”. Inni z kolei traktują awantury domowe jako coś zwyczajnego, wszak „młodzi muszą się dotrzeć”. Generalnie postawy ludzkie wyraźnie wskazują, że istnieje ciche przyzwolenie na przemoc domową i zarazem przekonanie, że lepiej się nie wtrącać w cudze sprawy. Zaskakujące jest, że duża część osób nie reaguje, kiedy rodzic wymierza klapsa swojemu dziecku, ale gdyby klapsa dostało dziecko przechodzące obok nieznanego dorosłego, reakcja byłaby zdecydowanie inna. Poniżej zamieszczam fragment artykułu o wychowaniu dzieci autorstwa McIntire:

Matka i córka wchodzi do supermarketu. Gdy córka sięga po pomarańcze, zdarza się nieszczęście – wyciągnięta ze złego miejsca pomarańcza sprawia, że 37 innych owoców spada. Matka chwyta córkę, potrząsa nią mocno i daje klapsa. Jaka jest twoja reakcja? Czy ignorujesz całe wydarzenie, bo uważasz, że to sprawa rodzinna, a więc nie twój interes? Czy też podchodzisz i mówisz matce, by nie biła swego dziecka? Jeśli matka ignoruje twoją uwagę, próbujesz ją powstrzymać? Czy wzywasz policję, jeśli nadal bije dziecko? Pomyśl przez chwilę nad swoimi odpowiedziami. A teraz pozwól, że zmienię jeden szczegół: Dziewczynka nie jest córką kobiety...¹⁸

¹⁷ S.D. Herzberger, *Przemoc domowa. Perspektywa psychologii społecznej*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 2002, s. 39–40.

¹⁸ Cyt. za: R.W. McIntire, *Parentbood training Or mandatowy birth control*, 1973, [w:] S.D. Herzberger, op. cit., s. 38–39.

Postawy wobec przemocy domowej wskazują również na inny czynnik – częsty brak empatii dla ofiary, nawet ze strony innych członków rodziny. To właśnie sprawia, że np. od maltretowanej w związku małżeńskim kobiety odwracają się najbliżsi członkowie rodziny, że zostaje sama, bez wsparcia i zrozumienia. Ciche przyzwolenie oraz przeświadczenie, że sama jest sobie winna, że wina jest zawsze pośrodku – to często powtarzane treści mające usprawiedliwić czyny sprawcy. Brak okazywanej empatii ściśle współgra z procesem toczącym się w ludzkich umysłach – dopóki to ofiara jest sama sobie winna, to nie należy jej się współczucie. To swoiste wytłumaczenie dla ludzkiej obojętności na przemoc. *W niektórych okolicznościach zdolność do ograniczenia empatii może chronić nas przed poczuciem winy, jakiego doświadczamy, nie udzielając pomocy. Badania przeprowadzone przez Cialdinięgo, Kenricka i Hoeriga w 1976 roku wykazały, że ludzie nie mają tendencji do umniejszania praw ofiary, jeśli są przekonani, że sami nie przyczynili się do jej cierpienia*¹⁹.

Uzasadnienie dla przemocy domowej stanowi także przekonanie, że skoro świat jest taki, jak być powinien – sprawiedliwy, to ofiara musiała zrobić coś, co sprawiło, że sama sobie jest winna i zasłużyła na karę. A zatem pytania, co zrobiła żona, że sprowokowała męża, co zrobiło dziecko, że sprowokowało rodzica, nie są bezzasadne. Taką analizę przeprowadza duża część osób, tym samym nie skupiając się na sprawcy i niejako usprawiedliwiając dodatkowo jego czyn. Przekonanie takie ma również często sam sprawca: gdyby żona mnie nie sprowokowała, nie uderzyłbym jej. Z czasem prowokacją może być wszystko, każdy czyn, myśl, słowo, przysłowiowa „za słona zupa”.

Kolejny rodzaj postawy to przekonanie, że ofiara, gdyby chciała, mogłaby uniknąć przykrego zdarzenia ze strony sprawcy. Jednak skoro toleruje takie zachowanie i tkwi w toksycznym związku, to widocznie jest to jej wybór. Ludzie czują się bezpieczniej, kiedy obwiniają ofiary za to, że nie przewidziały przemocy. To przekonanie o możliwości przewidzenia przemocy daje ludziom poczucie bezpieczeństwa. Odwrotnie – gdybyśmy byli przekonani, że nie jesteśmy w stanie przewidzieć przemocy, nasze poczucie bezpieczeństwa byłoby mocno zagrożone²⁰.

Przemoc w rodzinie to zjawisko zdecydowanie bardziej tolerowane przez społeczeństwo aniżeli przemoc w każdym innym przypadku. Powszechne przekonanie, aby nie wtrącać się w sprawy rodzinne, dawanie cichego przyzwolenia na to, co dzieje się za ścianą, wreszcie swoistego rodzaju przyzwyczajenie się do tych zdarzeń sprawiają, że przemoc w rodzinie jest zjawiskiem trwającym często przez długie lata, zaś wyjście z tej sytuacji okazuje się dla ofiary w miarę upływu czasu coraz trudniejsze. Ludzie niestety często zachowują się wobec swoich bliskich tak, jak nigdy by nie zachowali się w stosunku do znajomych czy obcych ludzi. Ten

¹⁹ Cyt. za: S.D. Herzberger, op. cit., s. 41.

²⁰ Ibidem, s. 42.

swoisty paradoks sprawia, że właśnie wobec najbliższych przemoc zdarza się najczęściej i najdłużej jest akceptowana.

Przemoc wobec dzieci – nie zamykaj oczu!

Zagadnienie przemocy wobec dzieci budzi niewątpliwie największe emocje sprzeciwu. Jednak kiedy przeanalizujemy pewne rodzaje przemocy, okazuje się, że niektóre jej przykłady znajdują nagle uzasadnienie. Do nich należą: krzyk, obelgi, zastraszanie czy nawet wymierzony klaps. Dziecko może doświadczać przemocy, będąc jej bezpośrednim odbiorcą lub też biernie, będąc jej świadkiem wobec np. jednego z rodziców, rodzeństwa, dziadka, babci. Każda z tych form doświadczania przemocy boli dziecko i stanowi przyczynek do powstawania zaburzeń psychicznych, emocjonalnych i społecznych.

Jurij Chryszczenko przedstawia następującą klasyfikację przemocy psychicznej wobec dziecka:

- *groźby porzucenia dziecka, popełnienia samobójstwa lub przemocy fizycznej;*
- *wykorzystanie przywilejów dorosłych: traktowanie dzieci jako niewolników, jak swoją własność;*
- *izolacja: kontrola kontaktów z innymi osobami, w tym z kolegami z klasy, kontrola przebywania w mieszkaniu, zakaz wyjścia na ulicę;*
- *zastraszanie: wzbudzanie strachu poprzez opowieści, gestykulację, działania;*
- *dziecko jako świadek przemocy nad innymi osobami;*
- *inne rodzaje przemocy emocjonalnej: wyzwiska, poniżanie, ośmieszanie, brutalność, sytuacje stresowe, często zmiana reguł, kłamstwo, wykorzystywanie dzieci w konfliktach między rodzicami²¹.*

Ponieważ rodzina odgrywa kluczową rolę w kształtowaniu wzorców i postaw dziecka, niestety dziecko, doświadczając w niej przemocy, często samo jako osoba już dorosła stosuje taką formę zachowania wobec swoich bliskich. Aspekty poddania dziecka oddziaływaniom przemocy sprawiają, że pomimo szczerzej chęci ucieczki od takich zdarzeń i zarazem przekonania, że „jak dorosnę, założę rodzinę, w której nigdy nie będzie przemocy”, niestety okazują się nie sprawdzać. W rezultacie wskutek przekazu międzygeneracyjnego dziecko, które było ofiarą przemocy lub jej świadkiem, samo często staje się jej sprawcą²². *Badacze są zgodni co do tezy o transgeneracyjnym dziedziczeniu wzorców przemocy i zwiększeniu trzykrotnie ryzyku wystąpienia przemocy fizycznej w dorosłym związku z partnerem²³.*

²¹ Cyt. za: A. Witkowska-Paleń, *Przemoc w rodzinie. Pomoc, interwencja, wsparcie społeczne*, wyd. Maternus Media, Tychy 2016, s. 142–143.

²² Ibidem, s.140.

²³ Cyt. za: Badura-Madej W., Dobrzyńska-Mesterhazy A., op. cit., s. 88.

Doświadczenie przemocy ze strony jednego z rodziców jest niezwykle bolesnym przeżyciem dla dziecka. Przemoc wszak stosuje osoba, którą dziecko kocha bezgranicznie. Wzrastając, zaczyna zdawać sobie sprawę z konsekwencji, jakie mógłby ponieść rodzic, w tym z możliwości zabrania dziecka rodzicom. To sprawia, że często pomimo przeżywanych ran psychicznych i fizycznych, dziecko bardzo długo stara się kryć rodzica, często usprawiedliwiając zdarzenia przed innymi, w obawie przed jego stratą.

Dziecko, pragnąc uniknąć tego typu zdarzeń, przyjmuje różne role w rodzinie. Stara się nie dopuścić do złości rodzica, schodzi mu z drogi, spełnia życzenia, stara się za wszelką cenę przetrwać. Życie w ciągłym napięciu, strachu sprawia, że zaczynają się także problemy z nauką, wagarowanie, poszukiwane miejsc i ludzi, którzy będą je akceptować takim, jakie jest, czasem problemy z uzależnieniem, prawem, ryzyko niedostosowania społecznego. Funkcjonowanie psychiczne dziecka sytuuje się na granicy depresji, zdarzają się ucieczki z domu czy próby samobójcze. Wołania o pomoc nikt nie słyszy bardzo długo, zbyt długo.

Zdarza się również, że dziecko staje w obronie maltretowanego rodzica. Zachowania dziecka bywają różne, np. od prób pocieszenia pobitej matki, do czynnej próby obrony przed atakującym ojcem. Z jednej strony dziecko chce chronić atakowaną matkę, z drugiej kształtuje się w nim przekonanie o niższej pozycji matki wobec ojca, kobiety wobec mężczyzny. To przekonanie utrwała się z latami i sprawia, że pomimo braku zgody wobec zachowań ojca, a bywa, że i nienawiści wobec niego, w wieku dorosłym samo zaczyna zachowywać się na jego wzór. Bycie świadkiem przemocy w rodzinie przejawia się u dziecka w kilku aspektach:

- w zaburzeniach zachowania w postaci agresywnych zachowań, okrucieństwa wobec zwierząt, napadów złości, zachowań typu acting-out, nadrucliwości, wagarowania, zachowań przestępczych;
- w emocjonalnych problemach: lęku, smutku, złości, wycofaniu, niskiej samoocenie;
- w problemach funkcjonowania społecznego: odrzuceniu przez rówieśników, niezdolności do empatii, małych umiejętności społecznych;
- w problemach funkcjonowania poznawczego: słabych wynikach w szkole, opóźnieniu rozwoju intelektualnego, opóźnieniu w rozwoju mowy;
- w zakresie zdrowia fizycznego: bezsenności, zaburzeniach jedzenia, symptomach chorób psychosomatycznych, słabym rozwoju motorycznym i fizycznym, moczeniu nocnym²⁴.

Dzieci, które są świadkami przemocy, dodatkowo narażone są na błędne odczytywanie, czym jest miłość i bliskość. Jak wszak mają się uczyć tego w układzie, który przez przemoc skazany jest na porażkę? Bycie świadkiem przemocy wpływa

²⁴ Ibidem, s. 88.

różnie na dziecko w zależności od jego wieku, płci, systemu wsparcia społecznego. Niemowlęta niejednokrotnie reagują trudnościami w zasypianiu, często się wybudzają, są niespokojne, nadmiernie płacziwe. Przedszkolaki bywają załężnione, bojaźliwe, niechętnie podejmują współdziałanie w grupie, czasem wśród zaburzeń wtórnych pojawiają się jąkanie, moczenie nocne, drażliwość. Wśród starszych dzieci dostrzega się duży poziom lęku, chłopcy często przejawiają zachowania agresywne, zaś dziewczynki są bardziej zamknięte w sobie, wycofane, pasywne²⁵.

W grupie dzieci, które mogą doświadczać przemocy w rodzinie, są także dzieci będące jeszcze w łonie matki. Ciąża jest okresem, kiedy kobieta powinna szczególnie dbać o siebie i jednocześnie o prawidłowy rozwój swojego dziecka. Każdy czyn przemocy wobec matki w ciąży stanowi także przemoc wobec dziecka, które nosi ona pod sercem. Czas ciąży to czas intensywnego rozwoju wszystkich narządów i układów. Stan psychiczny i fizyczny kobiety jest niezwykle ważny dla właściwego rozwoju dziecka, jego układu nerwowego, narządów zmysłów, dla całego, także przyszłego rozwoju psychomotorycznego. Czynniki stresogenne działające na matkę niekorzystnie działają także na rozwój płodu. Pojawiające się u niemowlęcia już po urodzeniu trudności w zachowaniu, nadmierne reagowanie na bodźce, nadwrażliwość, nadmierna płacziwość, zaburzenia snu mogą być konsekwencją przemocy stosowanej w stosunku do matki w okresie ciąży.

Wszystkie dzieci narażone na doświadczenie przemocy w rodzinie wymagają wsparcia i pomocy ze strony różnych specjalistów. Te bolesne doświadczenia niestety nie mijają same, powodują degradację życia emocjonalnego, która w postaci zaburzeń wtórnych emocjonalno-społecznych, nieleczona, towarzyszyć może dziecku przez całe jego życie, także dorosłe, uniemożliwiając realizację planów oraz nawiązywanie i podtrzymywanie właściwych relacji społecznych.

W 2012 roku Fundacja Dzieci Niczyje podjęła próbę badań, jaka jest w Polsce skala dzieci, które są świadkiem przemocy w rodzinie. Łącznie przebadano 1005 dzieci w wieku 11–17 lat²⁶. *Badania dowiodły, że 18% ankietowanych było świadkami przemocy stosowanej w rodzinie, przy tym prawie dwukrotnie częściej zdarzenia te obserwowała młodzież w wieku 15–17 lat niż dzieci w wieku 11–14 lat. Świadcami przemocy pomiędzy rodzicami / opiekunami było 12% badanych (14% dziewcząt i 11% chłopców, 18% młodzieży w wieku 15–17 lat i 9% dzieci w wieku 11–14 lat). Sprawcami tej przemocy byli zazwyczaj ojcowie dziecka (62%), rzadziej matki (9%) i ojczymowie (7%). Natomiast ofiarami obserwowanej przez dziecko przemocy były głównie matki (69%), rzadziej ojcowie (13%), ojczymowie (10%) czy macochy (2%)²⁷.*

²⁵ Ibidem, s. 89.

²⁶ A. Witkowska-Paleń, op. cit., s. 161.

²⁷ Cyt. za: S. Wójcik, [w:] A. Witkowska-Paleń, op. cit., s. 161.

W potrzasku – konsekwencje przemocy

*Trudno jest walczyć z wrogiem,
który czai się w twoich myślach.*
Sally Kempton²⁸

Kiedy dowiadujemy się o rodzinie, w której rozgrywa się niemy dramat wynikający z przemocy, wydaje się, że naturalnym, wręcz instynktownym sposobem reakcji na ból fizyczny czy psychiczny jest ucieczka. A tutaj Ona / On nadal tkwi w związku toksycznym, pomimo oczywistych ponoszonych konsekwencji przemocy. Sytuacja jest jednak złożona. Jak wynika z przytoczonych powyżej badań, ofiarami przemocy są zazwyczaj kobiety. Sprawca – mąż / partner stosuje często wyrafinowane „kary za niesubordynację”, latami manipuluje ofiarą, zastrasza, separuje od bliskich, uzależnia finansowo. Fakt, że to właśnie kobieta jest najczęściej ofiarą przemocy domowej, nie pozostaje bez wpływu także z uwagi na to, iż zważywszy na pełnione role, kobieta będąc w okresie ciąży, krótko po urodzeniu dziecka czy też z małym dzieckiem zwyczajnie bywa pozbawiona pracy, nie jest w stanie sama się utrzymać, nie ma się gdzie podziąć. Tym bardziej łapie się nadziei, pojawiającej się w okresach „miodowego miesiąca”, że wszystko się ułoży i będzie dobrze. Osąd społeczny jest na tym etapie niestety bezwzględny. Ludzie oglądający z zewnątrz zacieśniającą się pętlę przemocy uważają, że oni zachowaliby się zdecydowanie inaczej. Osądzająca część społeczeństwa zapomina, że ofiara podlega licznym wpływom fizycznym, psychicznym, nieustannie poddawana jest przemocy i jej ogląd sytuacji pod wpływem tychże doświadczeń wygląda zupełnie inaczej. Niestety im dłużej ofiara tkwi w takim układzie, tym trudniej się jej z niego wydostać, tym mniej ma sił na przetrwanie przemocy, tym większe są również przekonania, że nikt nie uwierzy jej w zachodzące zdarzenia. Ofiara będąc utrwalana w przekonaniu, iż to jej wina, a także zastraszana np. udowodnieniem choroby psychicznej, odebraniem dzieci, okaleczeniem, a bywa, że i śmiercią, żyje w ciągłym strachu, który urasta do rangi potwora, czającego się w każdym kącie domu. Ofiara systematycznie poddawana jest narzeczonym cyklom przemocy – od bicia i poniżania do chwalenia i „troski” o rany, które sprawca sam zadał. Te swoistego rodzaju tortury sprawiają, że lęk ofiary przeradza się w irracjonalne przekonania. Z czasem każdy drobiazg kojarzony jest ze sprawcą przemocy. Lęk budzi dźwięk klucza, kroki słyszane pod drzwiami, zapach, przejeżdżające auta, praktycznie wszystko, co przypomina ofierze sprawcę przemocy. Doświadczenia przemocy domowej pozostają w psychice ofiary na wiele miesięcy, lat, bywa, że na całe życie. Nawet jeżeli ofiara odejdzie od sprawcy, zdarzenia doznanej traumy pozostają, a zagrożone poczucie bezpieczeństwa nie wraca do równowagi w sposób naturalny i wydawałoby się oczywisty – wszak nie ma już czynnego źródła sprawcy przemocy. Doznane

²⁸ Cyt. za: S. Kempton, [w:] R.J. Ackerman, S.E. Pickering, op. cit., s. 23.

zdarzenia traumatyczne wiążące się z zagrożeniem zdrowia i życia, połączone z poczuciem skrajnej bezsilności doprowadzają nierzadko do depresji, a nawet myśli czy prób samobójczych. Ofiara będąc poddawana skrajnym emocjom, urazom, nie mając jednocześnie szans na wyjście z tej sytuacji, uruchamia różnego rodzaju mechanizmy obronne. Wśród efektów takiego stresu pourazowego wyróżnić można:

- *nadmierne pobudzenie – którego efektem jest zbytnia czujność, wypatrywanie niebezpieczeństwa, koszmary senne, dolegliwości psychosomatyczne;*
- *wtargnięcie – przeżywanie dramatycznych wydarzeń z odległej nawet przeszłości, w taki sposób jakby wciąż powtarzało się to w teraźniejszości. Traumatyczny moment zostaje zakodowany w pamięci w patologicznej postaci i spontanicznie wdziera się do świadomości ofiary – zarówno na jawie. W formie powracających scen z przeszłości, jak i we śnie, jako związane z urazem koszmary, towarzyszy im brak werbalnej narracji i kontekstu; są kodowane raczej w formie wyrazistych wrażeń i obrazów;*
- *zawężenie – w wyniku bezsilności człowiek poddaje się, a system samoobrony załamuje. Bezradna osoba ucieka od sytuacji stresu nie poprzez działanie w realnym świecie, lecz przez zmianę własnego stanu świadomości. (...) Cechami wspólnymi są: rezygnacja z aktywnego działania, obniżenie inicjatywy i krytycznego osądu, subiektywne oderwanie lub spokój, intensywniejsze przeżywanie wyobrażeń, zmiana w odczuwaniu (łącznie z odrętwieniem i obojętnością na ból) oraz zaburzone poczucie rzeczywistości (...);*
- *dialektyka urazu – przerastające człowieka niebezpieczeństwo wywołuje dwie sprzeczne reakcje – wtargnięcia oraz zawężenia – pomiędzy którymi ustala się naprzemienny rytm. Ta dialektyka naprzemiennych stanów psychicznych jest najbardziej charakterystycznym rysem pourazowego zespołu stresu²⁹.*

Zespół stresu pourazowego przyczynia się do zmian w sferze emocjonalnej (np. myśli samobójcze, wybuchowość, skrajne hamowanie gniewu), zmian w świadomości ofiary (np. amnezja zdarzeń traumatycznych, przejściowe zmiany dysocjacji, wielokrotne przeżywanie zdarzeń traumatycznych), zmiany w postrzeganiu traumas (np. poczucie bezradności, wstyd, obwinianie), zmiany w oglądzie sprawy (np. obsesyjne obmyślanie zemsty, koncentracja na prześladowcy czy wręcz przeciwnie – poczucie wyjątkowości tego związku), zmiany w relacjach z innymi (np. izolowanie, wycofywanie się z relacji społecznych), zmiany w systemie wartości (np. zaniżona samoocena, przyjęcie postrzegania przez sprawcę „jestem do niczego, nic mi się nie uda”)³⁰.

²⁹ Cyt. za: J. Mazur, op. cit., s. 68.

³⁰ Ibidem, s. 69.

Konsekwencje przemocy domowej, której doświadczyła ofiara, mogą mieć różną intensyfikację i trwać przez różny czas, zawsze jednak w takich sytuacjach wskazana jest pomoc ze strony specjalistów i tym samym umożliwienie ofierze przemocy uwolnienia się od bagażu przeżyć, umożliwienie budowania życia od nowa.

Podsumowanie

– podnieś głowę, czyli zbieranie złamanych kawałków

*Jeśli czegoś pragniesz,
inni też będą tego chcieli.
Uwierz w siebie i daj sobie takie samo prawo,
jakie dajesz innym³¹.*

Doświadczenia przemocy domowej są niezwykle bolesne, konsekwencje przeżyć zaś odczuwane przez lata. Pomimo istniejących form wsparcia dla ofiar przemocy domowej, uruchomionej procedury Niebieskiej Karty, tworzonych miejsc / hosteli, w których schronić się może ofiara, system wsparcia nadal niestety nie jest doskonały. Jedną z przyczyn stanowi fakt, że osoby zaangażowane w interwencję, pomimo odbytych szkoleń, często ulegają tym samym mechanizmom i przekonaniom wobec ofiary, co reszta społeczeństwa. Inną kwestią jest, że zgłoszenie przemocy jako przestępstwa wymaga od ofiary nie lada odwagi, zwłaszcza że przecież w tym okresie sama potrzebuje intensywnej pomocy. Brakuje niewątpliwie osoby, która wspierałaby ofiarę w takich momentach, pomagała w przygotowaniu się do ewentualnych zeznań. Ważną kwestią jest także udział w interwencji i działaniach pomocowych kobiet. Ponieważ biorąc pod uwagę statystykę przemocy domowej, najczęściej doświadczają jej kobiety, w zespołach interwencyjnych brakuje systematycznej obecności policjantki, która byłaby wsparciem dla kobiety-ofiary przemocy. Procedura Niebieskiej Karty jest niedoskonała również z uwagi na konieczność podjęcia działań w określonym czasie: złożenia zawiadomienia o przestępstwie lub zamknięcia Niebieskiej Karty i tym samym pisemnego oświadczenia ofiary przemocy o tym, że sytuacja w domu się poprawiła i rokuje pozytywne rozwiązanie. Można się jedynie domyślić, jak będąca w potrzebie ofiara czuje się niejako postawiona pod murem – albo złoży doniesienie, albo informację, że nastąpiła poprawa. Strach przed oprawcą, obawa przed tym, gdzie się podzieje, jak sobie poradzi, uwikłania psychiczne i ekonomiczne, lęk o dzieci – wszystko to sprawia, że duża część ofiar, nawet jeśli pierwotnie składa doniesienie, z czasem je wycofuje. Na tym etapie niestety istnieje spora luka w niesieniu pomocy ofiarom przemocy domowej, brakuje osoby wspierającej, która pomogłaby ofierze „przejść” przez sprawy związane choćby z procedurami prawnymi.

³¹ Cyt. za: D. Sawyer, [w:] R.J. Ackerman, S.E. Pickering, op. cit., s. 96.

Kiedy ofercie uda się uwolnić z toksycznego związku, uciec od sprawcy przemocy, przychodzi czas na zbieranie połamanych kawałków z życia. Zaniżone poczucie wartości, brak wiary we własne możliwości, doznania wynikające z przeżycia traumy, dodatkowo często brak środków do życia, brak mieszkania, wsparcia ze strony rodziny powodują, że niełatwo jest dźwigać ciężar doświadczeń. Warto jednak podjąć walkę o własne życie, o prawo do spokoju, szacunku, godnego, bezpiecznego życia, do odnalezienia na nowo swoich pasji, zainteresowań, marzeń, do spełniania siebie, do zbudowania nowego domu – domu, który jest azylem.

BIBLIOGRAFIA

- Ackerman R.J., Pickering S.E., *Zanim będzie za późno. Przemoc i kontrola w rodzinie*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2002.
- Badura-Madej W., Dobrzyńska-Mesterhazy A., *Przemoc w rodzinie. Interwencja kryzysowa i psychoterapia*, wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2000.
- Branson B., Silva P., *Powstrzymać przemoc domową*, Koinonia Wydawnictwo Chrześcijańskiej Fundacji „Życie i misja”, Poradnictwa Chrześcijańskiego, Ustroń 2007.
- Herman J.L., *Przemoc. Uraz psychiczny i powrót do równowagi*, Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne, Gdańsk 1998.
- Herzberger S.D., *Przemoc domowa. Perspektywa psychologii społecznej*, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 2002.
- Mazur J., *Przemoc w rodzinie. Teoria i rzeczywistość*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2002.
- Nauman K., <http://www.stowarzyszeniefidesetratio.pl/Presentations0/1414Radomska>. [dostęp: 7.01.2018 r.].
- Witkowska-Paleń A., *Przemoc w rodzinie. Pomoc, interwencja, wsparcie społeczne*, wyd. Maternus Media, Tychy 2016.
- Zespół Stowarzyszenia Niebieska Linia, <http://www.niebieskalinia.info/index.php/przemoc-w-rodzinie/8-rodzaj-przemocy> [dostęp: 7.01.2018 r.].