

**PRZEMOC W RODZINIE** – zwana także przemocą domową, to jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie działań koniecznych do ochrony zdrowia i życia, naruszające prawa lub dobra osobiste osób najbliższych, a także innych osób wspólnie zamieszkujących lub gospodarujących, narażające te osoby w szczególności na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia, naruszające ich godność, nietykalność cielesną, wolność, w tym seksualną, powodujące szkody na ich zdrowiu fizycznym lub psychicznym, a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne u osób dotkniętych przemocą (art. 2 ustawy z dn. 29 lipca 2005r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z 2011r. Nr 149, poz. 887)).

**OFIARA PRZEMOCY** – osoba doznająca przemocy w rodzinie.  
**SPRAWCA PRZEMOCY** – osoba stosująca przemoc.

**ŚWIADEK PRZEMOCY** – osoba, która w sposób bezpośredni lub pośredni uczestniczy w sytuacji występowania przemocy – widzi, słyszy lub wie czy podejrzewa, że w rodzinie dochodzi do przemocy.

## **RODZAJE PRZEMOCY W RODZINIE**

**Przemoc fizyczna** – wszelkiego rodzaju działania bezpośrednio z użyciem siły, których rezultatem jest nieprzypadkowe zranienie, np. popychanie, obezwładnianie, policzkowanie, szczypanie, kopanie, duszenie, bicie otwartą ręką, pięścią lub przedmiotami, oblewanie wrzątkiem lub substancjami żrącymi, użycie broni.

**Przemoc psychiczna** – prowadzi do zniszczenia pozytywnego obrazu własnej osoby, wykorzystuje mechanizmy psychologiczne, np. wyśmiewanie, poniżanie, upokarzanie, zawstydzanie, narzucanie własnych poglądów, ciągle krytykowanie, kontrolowanie, stosowanie gróźb, szantażowanie.

**Przemoc seksualna** – wmuszanie różnego rodzaju niechcianych zachowań w celu zaspokojenia potrzeb seksualnych sprawcy, np. nieakceptowanie pieszczot i praktyk seksualnych, seksu z osobami

*trzecimi, sadystycznych form współżycia, a także krytykowanie zachowań seksualnych.*

***Przemoc ekonomiczna*** – prowadzi do całkowitego uzależnienia finansowego od sprawcy, np. poprzez odbieranie zarobionych pieniędzy, uniemożliwienia podjęcia pracy, niezaspokajanie podstawowych potrzeb materialnych rodziny, okradanie, zaciąganie kredytów i zmuszanie do zaciągania pożyczek wbrew woli współmałżonka.

***Zaniedbanie*** – ciągle niezaspokajanie podstawowych potrzeb fizycznych i emocjonalnych.

***Jeżeli kiedykolwiek w życiu stosowałeś/łaś, doznałeś/łaś lub byłeś/łaś świadkiem zachowań w stosunku do członków rodziny, takich jak:***

- Działania z użyciem siły, jak popychanie, obezwładnianie, policzkowanie, uderzanie za pomocą dłoni czy narzędzi, kopanie itp.
- Wykorzystywanie mechanizmów psychologicznych, jak wyśmiewanie, poniżanie, upokarzanie, zawstydzanie, narzucanie własnych poglądów, ciągle krytykowanie, kontrolowanie itp.
- Wymuszanie na partnerze/partnerce nie akceptowanych przez jego/ją form aktywności seksualnej, sadystycznych form współżycia, krytykowania zachowań seksualnych itp.
- Odbieranie zarobionych pieniędzy, uniemożliwiania podjęcia pracy, okradania, zaciągania kredytów bez wiedzy lub wbrew woli członka rodziny, niezaspokajania podstawowych potrzeb rodziny itp.
- Zaniedbywanie podstawowych potrzeb fizycznych i emocjonalnych małoletnich członków rodziny.

***!!!Wiedz, że zachowania te są przestępstwem, a ty  
potrzebujesz pomocy!!!***

***Możesz ją uzyskać w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie  
w Radomsku ul. Piastowska 21 tel. (44) 683 44 22***

*Zastanów się czy czujesz się bezpiecznie w swoim domu??*

***Czy zdarza się, że ktoś bliski:***

- Popycha Cię, policzkuje, uderza, szarpie?
- Traktuje Cię w sposób, który Cię rani?
- Obrzuca Cię obelgami, wyzwiskami?
- Zmusza Cię do robienia rzeczy, które są poniżające?
- Nie pozwala Ci widywać się z rodziną i przyjaciółmi?
- Grozi, że Cię zabije bądź zrobi Ci krzywdę?
- Zabiera Ci pieniądze, karze o nie prosić?
- Niszczy Twoją własność?

**Jeśli chociaż na którekolwiek z pytań odpowiedziałś/eś twierdząco, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że doznajesz przemocy w rodzinie.**

**Czy Twoje prawa są respektowane przez bliskich? Pamiętaj, że Ty:**

- Masz prawo żyć w domu wolnym od przemocy.
- Masz prawo czuć się bezpiecznie we własnym domu.
- Masz prawo do szacunku i godnego traktowania.
- Masz prawo do swobodnego wyrażania własnego zdania, nawet jeśli Twoi bliscy myślą inaczej.

- Masz prawo uczestniczyć w podejmowaniu decyzji dotyczących spraw związanych z Twoją rodziną, domem, dziećmi, wydatkami – Pamiętaj Twoje potrzeby i Twoje zdanie jest równie ważne jak zdanie twojego partnera

**MASZ PRAWO SZUKAĆ PROFESJONALNEJ POMOCY W SYTUACJI GDY JESTEŚ ZANIEPOKOJONA TYM CO DZIEJE SIĘ W TWOIM DOMU!!**

**W Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Radomsku możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy psychologicznej oraz porad prawnych!!**

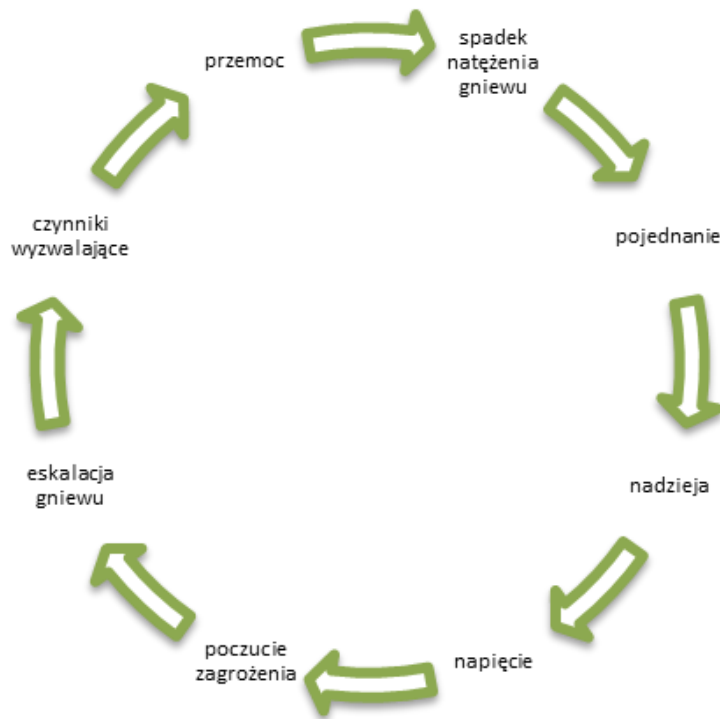
***NIE POZWÓL, ABY OBARCZANO CIĘ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ ZA PRZEMOC, KTÓREJ DOZNAJESZ... NIC NIE USPRAWIEDLIWIA PRZEMOCY!! NIKT NIE MA PRAWA ZNĘCAĆ SIĘ NAD TOBĄ!!***

***ZA PRZEMOC ZAWSZE JEST ODPOWIEDZIALNA OSOBA, KTÓRA JĄ STOSUJE, NATOMIAST OSOBA KRZYWDZONA JEST ODPOWIEDZIALNA ZA TO CO Z TYM ZROBI!!!***

**KAŻDA FORMA PRZEMOCY JEST PRZESTĘPSTWEM!!!!**

# PAMIĘTAJ !!!

Przemoc raz zastosowana powtarza cyklicznie, co nazywane jest, tzw. cyklem przemocy:



## PAMIĘTAJ!

- **JAKO RODZIC MASZ OBOWIĄZEK CHRONIĆ SWOJE DZIECI PRZED PRZEMOCĄ**
- **DZIECI, KTÓRE SĄ ŚWIADKAMI PRZEMOCY TAKŻE SĄ JEJ OFIARAMI I CIERPIĄ TAK SAMO JAK OSOBY BEZPOŚREDNIO KRZYWDZONE**

Dzieci wychowywane w środowisku pełnym napięć, konfliktów i agresji albo odtwarzają te zachowania albo przyjmują role ofiary i stają się podatne na urazy w przyszłości.

**Dzieci potrzebują oparcia i spokoju!** Z pomocą innych możesz sprawić, aby życie Twoje i Twoich dzieci wyglądało normalnie. Dzieci odniosą o wiele większy pożytek z Twojej siły życiowej i możliwości podejmowania decyzji niż faktu przebywania w domu, gdzie byłeś/byłaś bity i poniżana/y.

**Zadbaj o swoje bezpieczeństwo!** Podjęcie decyzji o opuszczeniu domu lub czasowym odejściu ze związku, w którym ma miejsce przemoc może być trudne.

Potrzeba czasu, abyś poczuł/ła się gotowy/a. Skontaktuj się z odpowiednią instytucją, np. Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Centrum Pomocy Rodzinie, Ośrodkiem Interwencji Kryzysowej, Policją – ktoś stamtąd może Ci pomóc ułożyć bezpieczny plan.

**Jeśli jesteś gotowy/a by odejść:** spakuj torbę, wcześniej zostaw ją u kogoś zaufanego; zabierz gotówkę, karty kredytowe, zapasowe ubrania, weź dla dzieci ulubioną zabawkę.

**Nie zapomnij o ważnych dokumentach!** Koniecznie zabierz: dowód tożsamości, prawo jazdy, metrykę urodzenia swoją i dzieci, odpis aktu małżeństwa, książeczkę ubezpieczeniową, akt własności lub najmu twojego domu lub mieszkania, książeczkę czekowa, kartę do bankomatu, gotówkę, wszystkie ważne dokumenty.