

Załącznik nr 1
do Wojewódzkiego Programu
Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie
Województwa Mazowieckiego na lata
2021–2025

Ramowy program ochrony ofiar przemocy w rodzinie

Opracowanie
dr Ewa Odachowska

Spis treści

Wstęp	3
Rozdział 1. Podstawy prawne ramowego programu ochrony ofiar przemocy w rodzinie.....	4
1.1. Definicja przemocy w rodzinie uwzględniająca aspekty funkcjonowania osoby doznającej przemocy i podstawy prawne	6
1.2. Ofiara przemocy w ujęciu społecznym i psychologicznym.....	7
Rozdział 2. Zasady opracowywania programu	11
Rozdział 3. Rekomendacje podmiotów realizujących programy ochrony ofiar przemocy.....	12
Rozdział 4. Założenia programu ochrony ofiar przemocy w rodzinie	14
Rozdział 5. Elementy modelu programu	19
5.1. Diagnoza problemu przemocy w rodzinie, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji osób dotkniętych przemocą w rodzinie	19
5.2. Cele programu	21
5.3. Działania	21
5.4. Adresaci programu	25
5.5. Realizatorzy programu	25
5.6. Zasady realizacji programu ochrony ofiar przemocy	26
5.7. Źródła finansowania	27
5.8. Monitoring i ewaluacja.....	27

Wstęp

Wieloaspektowość zjawiska przemocy w rodzinie oraz jego skutków dla osoby, rodziny, jak i społeczności lokalnej wymaga szerokiego i komplementarnego podejścia do zadań związanych z jej przeciwdziałaniem. Naczelną zasadą działań na rzecz ofiar przemocy domowej jest zapewnienie im bezpieczeństwa i ochrona przed dalszym krzywdzeniem. W związku z faktem, że zarówno przyczyny, jak i skutki przemocy w rodzinie stanowią bardzo szerokie spektrum, wszelkie działania podejmowane na rzecz osób doświadczających przemocy w rodzinie, w celu maksymalizacji ich skuteczności powinny opierać się na zasadzie interdyscyplinarności i eklektyzmu w wyborze strategii pomocowych.

Celem ramowego programu ochrony ofiar przemocy jest wskazanie przykładowego katalogu działań interwencyjnych, które mogą stanowić niezbędne minimum w pracy z ofiarami przemocy dla zapewnienia im bezpieczeństwa i wsparcia. Wytyczone w ramowym programie rekomendacje służą przede wszystkim skoordynowaniu działań pomocowych w środowiskach lokalnych, czyli tam, gdzie jest realizowana bezpośrednia praca z ofiarami przemocy.

Z punktu widzenia regionalnej polityki społecznej duże znaczenie ma podniesienie skuteczności działań pomocowych poprzez organizację działań pomocowych oraz współpracę poszczególnych służb i instytucji. Na poziomie regionalnym działania te są realizowane poprzez: szkolenia, warsztaty, konferencję, których celem jest podnoszenie umiejętności i kwalifikacji oraz wymiana doświadczeń osób pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Ponadto samorząd województwa mazowieckiego wspiera działania instytucji i organizacji pozarządowych, które w ramach prowadzonej działalności świadczą pomoc osobom doświadczającym przemocy domowej. Ważnym elementem jest monitorowanie skali przemocy na terenie województwa dzięki czemu możliwe jest wytypowanie obszarów wymagających wsparcia oraz planowanie działań interwencyjnych.

Rozdział 1. Podstawy prawne ramowego programu ochrony ofiar przemocy w rodzinie

Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. z 1997 r. Nr 78, poz. 483 z późn. zm.) zapewnia każdemu nietykalność osobistą i cielesną oraz stawia na ich straży władze publiczne. Odzwierciedlenie zapisów ustawy zasadniczej stanowią zapisy aktów normatywnych wskazanych poniżej, stanowiących podstawę ramowego programu.

Obowiązek opracowania programów ochrony ofiar przemocy w rodzinie został określony przepisami ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie. Programy ochrony osób doznających przemocy w rodzinie stanowią integralną część gminnych i powiatowych programów przeciwdziałania przemocy w rodzinie oraz systemu przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Poniżej wymieniono akty normatywne, na których opiera się ramowy program ochrony ofiar. Jego zakres odnosi się do następujących aktów prawnych:

- 1) ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z 2020 r. poz. 218, 956);
- 2) ustawa z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej (Dz. U. z 2020 poz. 1876);
- 3) rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 22 lutego 2011 r. w sprawie standardu podstawowych usług świadczonych przez specjalistyczne ośrodki wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, kwalifikacji osób zatrudnionych w tych ośrodkach, szczegółowych kierunków prowadzenia oddziaływań korekcyjno-educacyjnych wobec osób stosujących przemoc w rodzinie oraz kwalifikacji osób prowadzących oddziaływania korekcyjno-educacyjne (Dz. U. z 2011 r. Nr 50, poz. 259);
- 4) rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 13 września 2011 r. w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieska Karta” (Dz.U. z 2011 r. Nr 209, poz. 1245).
- 5) Krajowy Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie na lata 2014-2020 (M.P. z 2014 r. poz. 445).
- 6) Polska Deklaracja w sprawie Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie – przyjęta w grudniu 1995 r. na II Ogólnopolskiej Konferencji na temat Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.

Szczególnie istotne dla opracowania programu pomocy ofiarom przemocy są zapisy Karty Praw Osoby Dotkniętej Przemocą w Rodzinie oraz deklaracji w sprawie przeciwdziałania przemocy w rodzinie.

Polska Deklaracja w sprawie Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie¹ „Przemoc w rodzinie jest szczególnie drastycznym problemem w naszym kraju. Sprzyja jej bierność obywateli i bezsilność służb publicznych. Dlatego wzywamy parlament, administrację rządową i samorządową, sądownictwo, prokuraturę, massmedia oraz wszystkich obywateli Rzeczypospolitej Polskiej do przeciwdziałania przemocy i postępowania zgodnie z następującymi zasadami etycznymi:

- a. Każdy człowiek ma prawo do życia w środowisku rodzinnym wolnym od przemocy, która jest naruszeniem praw i dóbr osobistych.
- b. Człowiek doświadczający przemocy nie może być za nią obwiniany.
- a. Dzieci i młodzież mają prawo do wzrastania w bezpiecznym środowisku wolnym od przemocy, a obowiązkiem dorosłych jest im to zapewnić.
- b. Każdy człowiek doświadczający przemocy ma prawo do pomocy prawnej, socjalnej, psychologicznej i medycznej, bez naruszania jego godności osobistej.
- c. Każdy człowiek ma prawo do wiedzy potrzebnej do radzenia sobie z przemocą
- d. Każdy człowiek ma prawo do przeciwdziałania przemocy w rodzinie.
- e. Każdy człowiek ma obowiązek udzielania pomocy ofiarom przemocy w rodzinie”.

Karta Praw Osoby Dotkniętej Przemocą w Rodzinie² zawiera informacje m.in. o przysługujących uprawnieniach i placówkach z terenu całego kraju, które mogą służyć pomocą. Osoba dotknięta przemocą w rodzinie ma prawo do:

- 1) życia w rodzinie wolnej od przemocy;
- 2) ochrony prawnej życia, zdrowia, czci i dobrego imienia oraz do samodzielnego decydowania o swoim życiu osobistym;
- 3) żądania od organów władzy publicznej ochrony siebie i bliskich przed przemocą lub okrucieństwem, w tym ze strony osoby najbliższej; w szczególności osoba dotknięta przemocą w rodzinie ma prawo do:
 - a) pomocy ze strony władz publicznych, w postaci m.in.:
 - zapewnienia ofierze oraz dzieciom pozostającym pod jej opieką schronienia w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, bez skierowania i bez względu na dochód, przez okres do trzech miesięcy z możliwością przedłużenia w przypadkach uzasadnionych sytuacją osobistą,
 - zapewnienia natychmiastowej pomocy psychologicznej i prawnej,
 - zorganizowania niezwłocznie dostępu do pomocy medycznej, w przypadku, gdy wymaga tego jej stan zdrowia (udzielenia poradnictwa: medycznego, prawnego, psychologicznego oraz socjalnego);
 - b) pomocy lekarskiej, w tym wydania bezpłatnego zaświadczenia lekarskiego przez lekarza pierwszego kontaktu o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy w rodzinie;

¹ Deklaracja przyjęta w grudniu 1995 r. na II Ogólnopolskiej Konferencji na temat Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.

² Karta Praw została zaprezentowana 15.09.2011 r. inicjatywa Ministerstwa Sprawiedliwości na rzecz osób pokrzywdzonych przemocą w rodzinie.

- c) żądania od organów ścigania wszczęcia postępowania przygotowawczego wobec osoby stosującej przemoc w rodzinie, a w razie potrzeby – jej izolacji;
- d) aktywnego udziału w postępowaniu przed prokuratorem oraz przed sądem w charakterze strony, w tym m.in. dostępu do akt sprawy, składania wniosków dowodowych (np. przesłuchanie wskazanych przez nią osób), czy też zaskarżania wydanych orzeczeń.

1.1. Definicja przemocy w rodzinie uwzględniająca aspekty funkcjonowania osoby doznającej przemocy i podstawy prawne

Zgodnie z zapisami ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie przemoc w rodzinie stanowi „*jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób w szczególności narażające te osoby 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*”³.

Powyższa definicja odnosi się do elementów wskazywanych w literaturze jako charakterystyczne dla zjawiska przemocy. Określa się nimi przede wszystkim:

- 1) intencjonalność sprawcy, zamierzone działanie człowieka mające na celu kontrolowanie i podporządkowanie ofiary,
- 2) dysproporcję sił między sprawcą a osobą doznającą przemocy, występuje nierównowaga sił, przy czym ofiara przemocy jest słabsza od sprawcy,
- 3) naruszenie dóbr osoby doznającej przemocy ze strony sprawcy; sprawca wykorzystuje przewagę siły i narusza podstawowe prawa ofiary,
- 4) powstanie szkód u osoby doznającej przemocy w wyniku działania lub/i zaniechania sprawcy; sprawca w ten sposób naraża zdrowie i życie ofiary na poważne szkody.

Charakteryzując przemoc w rodzinie przez pryzmat form jakie może ona przybrać, wyróżnia się: przemoc fizyczną, psychiczną, seksualną i ekonomiczną. Formą przemocy jest także zaniedbanie (por. Wojewódzki Program Przeciwdziałania Przemocy w rodzinie na lata 2021–2025).

Przemoc, zgodnie z zapisami kodeksu karnego jest czynem karalnym. Art. 207 § 1 stanowi, że „kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą najbliższą lub inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności od sprawcy albo nad małoletnim lub osobą nieporadną ze względu na jej stan psychiczny lub fizyczny, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5”.

³ Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie z dnia 29 lipca 2005 r.

1.2. Ofiara przemocy w ujęciu społecznym i psychologicznym

Ofiarami przemocy w rodzinie są najczęściej kobiety i dzieci, zdecydowanie rzadziej mężczyźni⁴. Ofiarami stają się przede wszystkim osoby słabsze, okresowo lub np. ze względu na wiek bądź chorobę – nieporadne życiowo, chodzi tu głównie o osoby starsze i niepełnosprawne. Ofiara charakteryzuje się najczęściej zespołem cech, które ułatwiają sprawcy przemocy jej stosowanie. Akty agresji dotyczą przede wszystkim jednostek słabszych fizycznie lub/i psychicznie. Nierzadko kobiety te dodatkowo są w złym stanie fizycznym ze względu na doznawane wcześniejsze urazy, chorobę, czy ciążę, jak również w złym stanie psychicznym. Chroniczne poczucie zagrożenia oraz bezsilność wobec zaistniałej sytuacji to przyczyny załamania się równowagi psychicznej, objawiającego się szeregiem konsekwencji, w tym zaburzeniami nastroju (depresja, lęk), uzależnieniami, objawami zespołu stresu pourazowego, a nawet aktami samobójczymi⁵. Ofiary przemocy domowej często usiłują poszukiwać ulgi w substancjach psychoaktywnych, jak alkohol, leki lub inne środki. Sięgają po nie w celu zmniejszenia fizycznego oraz psychicznego bólu, aby poprawić swoje funkcjonowanie w ciągu dnia i ułatwić zasypianie w nocy bądź w celu poprawy obrazu własnej osoby⁶.

Niezależnie od formy i stopnia przemocy reakcje ofiar w trakcie doświadczanej sytuacji są podobne⁷. Reagują one płaczem – 53,5%, krzykiem – 37%, ucieczką – 36% lub stosują przemoc w odwecie 12%. Niewiele, bo 6,3% – szuka pomocy u innych. W grupie objętej badaniami 10 ofiar próbowało popełnić samobójstwo, co nie stanowi szczególnie odosobnionych przypadków.

Ofiara żyjąca na co dzień z oprawcą całkowicie zatracą zdolność do racjonalnej oceny sytuacji i grożącego jej niebezpieczeństwa. Długotrwałe podleganie przemocy wywołuje u ofiar syndrom wyuczonej bezradności. Oznacza on poddanie się i zaprzestanie jakiegokolwiek działania obronnego, które jest skutkiem przekonania, że cokolwiek ofiara nie zrobi to o tak nie będzie miało to żadnego znaczenia. Tym bardziej oddziaływania w stosunku do ofiar powinny być natychmiastowe, ale i oparte na wiedzy w zakresie mechanizmów podtrzymujących relację.

Znaczne deficyty w różnych obszarach funkcjonowania społecznego przyczyniają się do izolacji sprawcy z najbliższego otoczenia. Tym samym ofiara staje się jedną z nielicznych osób, która mu towarzyszy, a agresor stara się wszelkimi możliwymi sposobami zatrzymać ją przy sobie. Obawa utraty powoduje u niego akty zazdrości, zaborczość i intensyfikację lęku przed porzucenia. Stopniowo maltretowana kobieta

⁴ Na podstawie danych statystycznych Komendy głównej Policji: www.policja.gov.pl oraz Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej: www.gov.pl,

⁵ Browne K., Herbert M. (1999). Zapobieganie przemocy w rodzinie. Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Warszawa 1999; 86.

⁶ Grygorczuk, A., Dzierżanowski, K., Kulik, T. (2009). Mechanizmy psychologiczne występujące w relacji ofiara – sprawca przemocy. *Psychiatria*, tom 6, nr 2, 61–65

⁷ Gelles R. J., Straus M. A., Steinmetz S. (1981). *Behind Closed Doors. Violence in the American Family*, Beverly Hills.

zostaje zniewolona i czasami nawet przez wiele lat może pozostawać w przemocowym związku. Najważniejszymi zjawiskami psychologicznymi, które wspierają taką relację są:

- efekt „psychologicznej pułapki”⁸,
- zjawisko „prania mózgu”,
- syndrom wyuczonej bezradności,
- syndrom sztokholmski,
- cykl przemocy (przymus odtwarzania traumy)⁹.

Efekt „psychologicznej pułapki” polega na tym, że ofiara przemocy jest przekonana, że zbyt wiele zainwestowała w stworzenie, a następnie utrzymanie związku małżeńskiego, aby go mogła tak łatwo porzucić¹⁰. Tym samym zaczyna czuć się współodpowiedzialna za zaistniałą sytuację i najczęściej sobie przypisuje winę za agresywne zachowania męża. Dąży za wszelką cenę do poprawy relacji, często poprzez całkowite dostosowanie się do wymagań partnera. Najczęściej nie przynosi to zamierzonego efektu. Ofiara, biorąc na siebie liczne obowiązki, w pewnym momencie nie jest w stanie im sprostać, co utwierdza ją w przekonaniu o własnej nieporadności i zasłużonej agresji męża. Ta nieporadność potwierdza się w wyuczonej bezradności¹¹. U osób doświadczających przemocy rozwija się ona na bazie doświadczeń z dzieciństwa oraz relacji nawiązywanych w życiu dorosłym. Czynnikiem wysokiego ryzyka rozwoju wyuczonej bezradności są: przemoc fizyczna, gwałt, przymuszenie do nieakceptowanych form współżycia oraz groźby pozbawienia życia. Skutkiem wyuczonej bezradności są natomiast deficyty w funkcjonowaniu jednostki zarówno w obszarze poznawczym oraz motywacyjnym i emocjonalnym. W efekcie ofiara przemocy jest przekonana, że nikt nie jest w stanie jej pomóc, a sytuacja w jakiej się znalazła, nie może być pozytywnie rozwiązana¹². Z tego powodu maltretowane kobiety nie podejmują działań zmierzających w kierunku przerwania przemocy, pozostając wobec niej bierne, czego skutkiem jest rozwój stanów lękowych, depresji i apatii.

Ważnym mechanizmem podtrzymującym patologiczny związek między kobietą a mężczyzną jest tak zwana „wieź traumatyczna”, a także „przymus odtwarzania traumy”. W tym pierwszym przypadku opisuje się ją jako paradoksalną reakcję obronną ofiary przejawiającą się swoistym uwielbieniem sprawcy. Z drugim mamy do czynienia w sytuacji, gdy kobieta, która w okresie dzieciństwa doznawała przemocy ze strony ojca, pozostaje w związku przemocowym w nadziei, że tym razem mężczyzna będzie w stanie ją pokochać na tyle mocno, aby dla niej zmienić zachowanie. Wyrazem tego mają być okresy miesiąca miodowego pomiędzy cyklami przemocy, stanowiące często podstawę do myślenia, że partner się zmieni. Paradoksalnie czynnikiem zatrzymującym ofiarę przy sprawcy są przeżywane emocje strachu i obawy przed przemocą, które to, pomimo, że racjonalnie oceniane

⁸ Herman J. L. (2002). Przemoc, uraz psychiczny i powrót do równowagi, 85–96. Gdańsk: GWP.

⁹ van der Kolk B (1987): Psychological Trauma. Washington, DC, American Psychiatric Press)

¹⁰ Wojciszke B. Człowiek wśród ludzi. Wydawnictwo Naukowe „Scholar”, Warszawa 2002; 52–56.

¹¹ Seligman M.E.P. (1968). Chronic fear produced by unpredictable shock. Journal of Comparative and Physiological Psychology; 66, 402–411b.

¹² Kuczyńska S. (1999). Zrozumieć sprawców przemocy. Warszawa: Niebieska linia.

jako negatywne, stanowią jednocześnie znane środowisko, w którym jako dziecko nauczyła się funkcjonować.

Czynnikami ryzyka w rozwoju syndromu patologicznego związku ze sprawcą, zwanego czasami „syndromem sztokholmskim” są następujące elementy:

- realne zagrożenie życia ofiary;
- całkowita zależność od sprawcy;
- pozbawienie ofiary kontaktu ze światem zewnętrznym;
- zachowanie sprawcy nacechowane swego rodzaju uprzejmością.

Całkowite podporządkowanie się sprawcy stanowić może także wynik przemocy emocjonalnej, której istotą jest tzw. „pranie mózgu”¹³. Prowadzi ono do stopniowej degradacji własnego obrazu, a co za tym skrajnego obniżenia poczucia własnej wartości, skuteczności i kompetencji. Stłamszona codziennymi wyzwiskami, umniejszaniem, brakiem dbałości, ubezwłasnowolnianiem etc. ofiara staje się bezwolnym narzędziem w rękach agresora. W wyniku jego działań zostaje wyzuta z jakichkolwiek własnych przekonań i pozostawiona bez prawa do własnych myśli, uczuć, a tym bardziej działań. Sprawca zamyka ofiarę we własnym świecie, dając jej wyraźnie do zrozumienia, że nie ma stąd ucieczki. Celem tych zabiegów jest całkowita kontrola nad ofiarą niezbędna dla poczucia bezpieczeństwa sprawcy. Ofiara natomiast pozostaje bez wsparcia otoczenia przeżywając poczucie winy, lęk i smutek. Przykłady technik jakie stosują sprawcy przemocy w rodzinie:

- izolowanie ofiary ze środowiska tak, aby nie mogła otrzymać pomocy i pozostawała pod całkowitą kontrolą sprawcy;
- stopniowe podporządkowanie ofiary poprzez wymuszanie drobnych przysług;
- dezorientacja ofiary poprzez stosowanie przemian kar i nagród (przemocy i uwielbienia). Zadaniem tych ostatnich jest podtrzymywanie w niej nadziei na pozytywną zmianę;
- obarczanie ofiary obowiązkami ponad jej siły i karanie za to, że sobie z nimi nie radzi,
- wzbudzanie w ofierze poczucia zagrożenia i niepewności przyszłości;
- upewnianie ofiary w przekonaniu o wszechmocy sprawcy.

Trudne doświadczenia przemocy mogą prowadzić do rozwinięcia się u ofiar zespołu stresu pourazowego (ang. *Post-traumatic stress disorder* – PTSD). Analizy pokazują, że najwyższe prawdopodobieństwo wystąpienia PTSD u kobiet wiąże się z doświadczeniami skrajnie urazowymi o charakterze przemocy seksualnej¹⁴ (Lis-Turlejska, 2005). Zgodnie z klasyfikacją diagnostyczną DSM-5 (APA)¹⁵ o PTSD mówimy w sytuacji, gdy ofiara po przeżyciu skrajnego stresora (np. przemocy

¹³ tamże

¹⁴ Lis-Turlejska, M. (2005). *Traumatyczne zdarzenia i ich skutki psychiczne*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN

¹⁵ American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC.

zagrożającej życiu, innych doznań wykraczających poza obszar normalnych ludzkich doświadczeń) demonstruje następujące objawy:

- nawracające myśli intruzywne na temat doświadczenia, odtwarzanie traumatyczne przeżycia w postaci snów, myśli, obrazów na bodźce kojarzących się z traumatyczną sytuacją,
- unikanie wszystkich bodźców kojarzących się z przeżytą traumą, niechęć do poruszania tematu traumatycznych przeżyć, próby odcięcia się od myśli na ten temat (także poprzez stosowanie używek),
- zmiany w nastroju, smutek, nieumiejętność przeżywania pozytywnych emocji, poczucie obcości, obojętności wobec innych, odrętwienie emocjonalne, które przejawia się odcięciem się od myśli, uczuć,
- nadmierna pobudliwość, rozkojarzenie, lęk, irytacja, wybuchy gniewu, trudności w koncentracji, a także zwiększona reaktywność oraz wzmożona czujność, kłopoty ze snem lub sen nie dający wypoczynku (DSM-5).

W obraz osoby doświadczającej przemocy wpisany jest charakterystyczny sposób funkcjonowania, wynikający przede wszystkim z poziomu wiktylizacji jako efektu doznawanej przemocy. Aspekt ten powinien być uwzględniany przy opracowywaniu planu pomocy i rozpoznawaniu dostępu do zasobów, którymi poszkodowany dysponuje. Specyfiką przemocy w rodzinie są problemy współistniejące, takie jak:

- nadużywanie środków psychoaktywnych przez którąś ze stron,
- współzależnienie osoby poszkodowanej,
- stosowanie przemocy wobec dzieci (także osób słabszych i niepełnosprawnych),
- zaburzenia postresowe u ofiar,
- zaburzenia osobowości,
- choroby psychiczne oraz inne.

Czynniki, te możemy podzielić na: zniewalające, stanowiące elementy, które będą sprzyjały pojawianiu się lub utrwalaniu przemocy oraz wyzwalające – pozwalające na zapobieganie pojawianiu się kolejnych aktów przemocy oraz umacniające ofiarę przemocy w podejmowaniu działań mających na celu przerwanie przemocy w rodzinie (por. tabela poniżej).

Tabela 1. Czynniki mające wpływ na proces wychodzenia/pozostawania z sytuacji przemocy.

Czynniki utrudniające osobie doznającej przemocy wychodzenie z sytuacji przemocy domowej:	Czynniki pomagające w zatrzymaniu przemocy i wyjściu z sytuacji przemocy domowej to:
Czynniki wewnętrzne: cechy osobowości, przebyte urazy i choroby psychiczne, niedojrzałość emocjonalna itp.	Zasoby wewnętrzne (umiejętności i wiedza, działania i konkretne zachowania, dotychczasowe sposoby radzenia sobie z

Czynniki zewnętrzne: zła sytuacja rodzinna i ekonomiczna, autokratyczny i bezwzględny model wychowania, brak zatrudnienia, nieodpowiednie wzorce przekazane przez otoczenie. Wśród czynników podtrzymujące przemoc wyróżnia się ponadto: – mity i stereotypy podtrzymujące przemoc, – milczenie świadków, – działające mechanizmy przemocy (cykle przemocy, wyuczona bezradność, zjawisko „prania mózgu”, proces wtórnej wiktylizacji, tj. burzenie utrwalonych przekonań, wtórne zranienie, przybranie tożsamości ofiary).	sytuacją problemową, plany i marzenia, doświadczenia życiowe). Zasoby zewnętrzne (inni ludzie – rodzina, znajomi, dzieci, instytucje, dobra materialne, środowisko naturalne). Wśród czynników pomagających w wyjściu z sytuacji przemocy domowej wyróżnia się ponadto: – przełamanie tabu milczenia i przekonania, że podleganie przemocy jest wstydem (powiedzenie innym o doznawanej przemocy), – zwrócenie się o pomoc do sąsiadów, przyjaciół, rodziny, – skorzystanie z pomocy instytucji – ośrodki pomocy społecznej, stowarzyszenia zajmujące się pomocą osobom w trudnej sytuacji życiowej, punkty informacyjno-konsultacyjne, hostele itp., – skorzystanie z poradni, rozmowa ze specjalistą zajmującym się sprawami przemocy, – pójście na spotkanie grupy wsparcia, – wezwanie policji, – uruchomienie procedury „Niebieskie Karty”, – podjęcie kroków prawnych i wykorzystanie możliwości prawnych (alimenty, postępowanie karne, separacja, rozwód).
---	--

U podstaw kształtowania się poszczególnych czynników leżą: warunki bytowe, postawy osób znaczących, dostępność i jakość instytucjonalnych form interwencji i wsparcia, styl zachowania, osobowość i inne właściwości ofiary, specyfika relacji interpersonalnych między ofiarą i sprawcą, inne znaczące relacje interpersonalne, np. dzieci, pamięć minionych doświadczeń życiowych ofiary.

Rozdział 2. Zasady opracowywania programu

Opracowanie programu ochrony ofiar przemocy w rodzinie powinno być oparte na konkretnych założeniach i rekomendacjach wynikających z przeprowadzonej diagnozy społecznej (środowiskowej), uwzględniającej rozmiary zjawiska, sytuację psychospołeczną ofiar przemocy w rodzinie oraz jej konsekwencje. Dodatkowe założenia odnośnie zasad prowadzenia oddziaływania w zakresie pomocy ofiarom przemocy:

- 1) program ochrony ofiar powinien być adekwatny do potrzeb występujących w danej sytuacji społecznej,
- 2) okres realizacji programu powinien być odpowiedni do problemów, jakie posiada osoba dotknięta przemocą w rodzinie i celów programu,
- 3) działania interwencyjne nie powinny być długotrwałe (średnio 6 tygodni, przy czym zwykle nie przekraczające 12 tygodni),
- 4) realizacja programu ochrony ofiar przemocy winna przebiegać kompleksowo i komplementarnie z programami oddziaływań korekcyjno-edukacyjnych i terapeutycznych adresowanych do osób stosujących przemoc w rodzinie,
- 5) podmioty realizujące program powinny przestrzegać zasady etyki zawodowej, np. tajemnicy dotyczącej problemów klienta.

Zasady, którymi należy się kierować podczas projektowania i podejmowaniu działań na rzecz ofiar przemocy domowej:

- 1) ochrona i bezpieczeństwo ofiar przemocy (dobro osób słabszych – w tym dzieci, osób starszych i niepełnosprawnych jako priorytet),
- 2) zagrożenie życia i zdrowia, jako bezwzględne wskazanie do podjęcia interwencji,
- 3) znajomość mechanizmów zjawiska przemocy w rodzinie,
- 4) uwzględnienie wieloaspektowości zjawiska przemocy w rodzinie,
- 5) traktowanie rodziny jako „systemu” wzajemnych relacji i powiązań,
- 6) interdyscyplinarność działań – systemowe łączenie kompetencji służb,
- 7) kierowanie się eklektyzmem w doborze działań,
- 8) łączenie perspektyw: prawnych, socjalnych i psychologicznych.

Rozdział 3. Rekomendacje podmiotów realizujących programy ochrony ofiar przemocy

Pomoc osobom uwikłanym w krąg przemocy jest zadaniem niezmiernie trudnym do realizacji. Jej efektywność zależy nie tylko od fazy, w której znajduje się osoba, ale także od jej gotowości do zmiany sytuacji. Ofiary przemocy domowej potrzebują zwykle pomocy interwencyjnej, psychologicznej, prawnej, materialnej, medycznej, a także szerokiego wsparcia socjalnego. Dlatego tak istotna jest współpraca i przepływ informacji pomiędzy różnymi instytucjami i organizacjami zajmującymi się pomaganiem ofiarom przemocy domowej, a co za tym idzie tworzeniem lokalnych koalicji na rzecz ochrony ofiar przemocy.

Analizy pokazują, że wśród czynników sprzyjających podniesieniu skuteczności pomocy ofiarom przemocy domowej świadczonej przez różne instytucje znajdują się:

- 1) znajomość możliwości udzielania pomocy w środowisku lokalnym (miejsc, osób, instytucji);
- 2) powołane w każdej gminie zespołów interdyscyplinarnych i grup roboczych składających się z przedstawicieli różnych instytucji, np. pracownika socjalnego, pedagoga szkolnego, policjanta, lekarza, kuratora;

- 3) zbieranie informacji od poszczególnych osób i instytucji pomagających rodzinom i ich przepływ;
- 4) konsekwentne egzekwowanie świadczeń wynikających z zadań i kompetencji poszczególnych instytucji;
- 5) podnoszenie kwalifikacji pracowników w dziedzinie zjawiska przemocy domowej oraz sposobów skutecznej interwencji i możliwości skutecznej pomocy;
- 6) odpowiednia dokumentacja poszczególnych przypadków, form udzielania pomocy i ewaluacja efektów.

Osoby zajmujące się pomocą ofiarom przemocy, w tym psychologowie, interwencji kryzysowi, pracownicy socjalni oraz członkowie zespołów interdyscyplinarnych powinni być przeszkoleni nie tylko w zakresie skutecznych metod interwencji, ale także prawidłowości związanych z systemem uwikłania ofiary w system. Dla przykładu brak znajomości i umiejętności rozpoznawania faz cykli przemocowych (patrz: Wojewódzki Program Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie na lata 2021–2025) może prowadzić do błędnej diagnozy. W fazie miesiąca miodowego ofiary często wycofują wcześniej złożone zeznania obciążające sprawcę, a ci z kolei zapewniając, że to co było już się nigdy nie powtórzy, prowokują powrót do dawnego porządku. Z kolei w fazie narastania napięcia ofiary często zachowują się irracjonalnie w obawie przed sprowokowaniem sprawcy. W tym okresie osoby obserwujące mogą uznać, że to z ofiarą jest coś nie tak, bo jej zachowanie bywa co najmniej dziwne. Bardzo ważna jest zatem znajomość tych prawidłowości, jak również próba wejścia w schemat myślenia typowy dla ofiary, jak i sprawcy.

Podczas pracy z osobą doznającą przemocy zaleca się przede wszystkim skupienie się na następujących obszarach:

- zapewnienie wsparcia i bezpieczeństwa,
- nauka dbania o bezpieczeństwo własne i dzieci,
- wskazywanie obszarów kompetencji – poszukiwanie, wzmacnianie, wydobywanie zasobów osobistych,
- nauka korzystania z zasobów własnych, społecznych, instytucjonalnych etc.,
- zmiana postawy wobec siebie,
- określenie potrzeb, wynikających z nich celów oraz ich realizacja,
- zwiększenie poczucia kontroli nad sytuacją,
- zmiana relacji ze sprawcą,
- zachęcenie do samodzielności,
- asertywność, zobowiązanie do działania,
- pomoc w konkretnych sprawach.

Należy pamiętać, że podstawowe emocje towarzyszące kryzysowi wynikającemu z doznawanej przemocy to lęk, rozpacz, gniew, wstyd etc. W pracy z takimi osobami należy kierować się następującymi zasadami:

- 1) empatyczne i kreatywne dopasowanie stylu i strategii do indywidualnej sytuacji i potrzeb osoby w kryzysie;
- 2) uznanie sposobu reagowania osoby za adekwatną reakcję na zdarzenie;
- 3) uznanie reakcji psychofizycznych osoby w kryzysie za okresowe (przemijające, poddające się leczeniu);
- 4) pomoc w odzyskaniu kontroli i zdolności do działania poprzez umożliwienie uzewnętrznienia uczuć w stosowny, konstruktywny, realistyczny i adekwatny do sytuacji sposób;
- 5) pomoc w odzyskaniu kontroli i zdolności do radzenia sobie poprzez ułatwienie podjęcia takiego pozytywnego działania, które osoba w kryzysie może podjąć natychmiast (tu i teraz);
- 6) pomoc w odzyskaniu równowagi poprzez danie wsparcia, empatię i atmosferę bezpieczeństwa i zrozumienia.

Rozdział 4. Założenia programu ochrony ofiar przemocy w rodzinie

Podczas konstruowania oddziaływań mających na celu ochronę ofiary należy wziąć pod uwagę wszystkie elementy mogące mieć wpływ zarówno na pozostawanie w kręgu przemocy, jak wszystkie elementy, które mogą stanowić czynniki zniewalające i wyzwalające. Na takiej podstawie opracowany zostać powinien całłościowy plan pomocy ofierze przemocy domowej.

Wszelkie działania podejmowane na rzecz ofiar przemocy w rodzinie, w celu maksymalizacji ich skuteczności winny opierać się na zasadzie interdyscyplinarności. Przy konstruowaniu oraz realizacji programów ochrony i pomocy ofiarom przemocy w rodzinie pożądane jest uwzględnienie podstawowych uwarunkowań dotyczących specyfiki zjawiska przemocy domowej i sposobów jej powstrzymywania. Poniższe założenia oparte są na aktualnym stanie wiedzy w zakresie stosowania/podlegania przemocy:

1. Przemoc domowa jest zjawiskiem szkodliwym i raniącym, wykorzystującym siłę i przewagę sprawcy nad osobami słabszymi, naruszającym ich prawa i powodującym szkody psychiczne, fizyczne, a także moralne.
2. Przemoc domowa jest działaniem charakteryzującym się określonym przebiegiem i dynamiką opisanym poprzez cykle przemocy i specyficzne dla niej mechanizmy psychologiczne. Zachowania ofiar i strategie radzenia sobie z przemocą są wynikiem działania czynników indywidualnych oraz sytuacyjnych. Przypisywanie nieracjonalności osobom doświadczającym przemocy jest uproszczeniem prowadzącym do wtórnej wiktymizacji.
3. Odpowiedzialność (zarówno prawną, jak i moralną) za stosowanie przemocy ponosi sprawca czynu. Stosowanie przemocy nie może być usprawiedliwiane zachowaniem ofiary, nawet jeśli zdaniem sprawcy to zachowanie jest prowokacyjne. Psychologicznych mechanizmów uwikłania ofiar w relacje

ze sprawcą, w tym zachowań przyczyniających się do podtrzymywania przemocy, nie należy utożsamiać z odpowiedzialnością za przemoc w związku.

4. Zjawisko przemocy domowej jest wzmacniane poprzez postawy tolerancji oparte na stereotypach kulturowych i społecznych (dotyczących między innymi: różnic płci w procesie socjalizacji, przyjmowanych ról społecznych, orientacji seksualnej, pozycji społecznej, przynależności do grupy, narodowości czy rasy), które przyczyniają się do wiktyimizujących postaw wobec osób pokrzywdzonych.
5. Czynnikiem powstrzymującym przemoc jest nieuchronność poniesienia konsekwencji (także prawnych) danego zachowania. Kara nie wyposaża człowieka w narzędzia zmiany i efektywnego radzenia sobie z agresją, ale ma potencjał powstrzymania przemocy. Może także stanowić istotny czynnik motywujący do poszukiwania pomocy.
6. Priorytetem w działaniach związanych z przeciwdziałaniem przemocy w rodzinie jest bezpieczeństwo. Przy dokonywaniu diagnozy, planowaniu i realizacji działań, szczególnie interwencyjnych i prawnych, należy każdorazowo ocenić realne poczucie zagrożenia osób pokrzywdzonych, a w przypadku jego wystąpienia podjąć działania mające na celu zapewnienie bezpieczeństwa.
7. W przypadku ofiar przemocy należy każdorazowo ocenić ewentualne występowanie myśli rezygnacyjnych, w tym ryzyka samobójczego. W przypadku aktywnych myśli suicydalnych połączonych z opracowaniem planu samobójczego wraz z zapewnieniem możliwości jego realizacji należy niezwłocznie powiadomić odpowiednie służby celem zapewnienia bezpieczeństwa osobie.
8. Naczelną zasadą w pomaganiu ofiarom jest wzmacnianie poczucia podmiotowości i kontroli nad własnym życiem. Istotnym jest, aby osoby korzystające z pomocy czuły się aktywnymi podmiotami w obszarze planowanych i realizowanych zmian. Istotna jest duża elastyczność działań – od dyrektywnych (w sytuacji poczucia zagrożenia i utraty kontroli nad sytuacją) po działania oparte na współpracy z poszanowaniem poziomu gotowości i tempa zmian osób pokrzywdzonych, aż po promowanie samodzielnego podejmowania decyzji i działań.
9. Przemoc domowa jest zjawiskiem wieloaspektowym (aspekt prawny, psychologiczny, społeczny, medyczny, itp.), co pociąga za sobą konieczność zapewnienia osobom pokrzywdzonym pomocy o charakterze interdyscyplinarnym i kompleksowym. Działania pomocowe, szczególnie interwencyjne i prawne, powinny być planowane i realizowane w oparciu o współpracę służb i instytucji, z wykorzystaniem ich uprawnień, możliwości i kompetencji. Ich efektem powinno być sformułowanie najbardziej adekwatnych, pożądanых form pomocy osobom znajdującym się w sytuacji kryzysu związanego z doświadczeniem przemocy w rodzinie.

W założeniach należy uwzględnić okoliczności, w jakich ofiara przemocy poszukuje wsparcia. Pierwsze działania powinny bazować na zapewnieniu bezpieczeństwa i wsparcia ofierze przemocy. Priorytet, zwłaszcza w przypadku aktywnej przemocy, stanowi odizolowanie od sprawcy i zapewnienia bezpieczeństwa ofierze i dzieciom. Ofiara w stanie silnego pobudzenia emocjonalnego stanowiącego efekt doznawanej przemocy, nie jest w stanie podejmować racjonalnych decyzji ani planować przyszłych działań samodzielnie. Osoba pomagająca w pierwszym etapie interwencji powinna zatem działać dyrektywnie. Poniżej przedstawiono typowy schemat oddziaływań interwencyjnych w stosunku do ofiar przemocy poszukujących wsparcia.

Tabela 2. Schemat interwencji kryzysowej wobec osoby doznającej przemocy

ETAPY INTERWENCJI	ZAKRES INTERWENCJI	DZIAŁANIA
CZĘŚĆ I AKTYWNE SŁUCHANIE	1. Zdefiniowanie problemu	– budowanie relacji = stworzenie atmosfery zrozumienia, bezpieczeństwa i akceptacji; – umożliwienie uzewnętrznienia uczuć (emocji) w adekwatny, konstruktywny, realistyczny sposób – aktywne słuchanie – pomoc i wsparcie w adekwatnym i bezpiecznym rozładowaniu napięcia emocjonalnego; – rozpoznanie i zdefiniowanie problemu z punktu widzenia osoby w kryzysie;
	2. Zapewnienie bezpieczeństwa	– ocena zagrożenia zdrowia lub życia; – ocena możliwości podjęcia pozytywnego działania w kategorii bezpieczeństwa i realności; – zrozumienie odczuwania i przeżywania specyficznego dla danej osoby; – pomoc w określeniu działań pozytywnych; – ocena stopnia zdolności do pozytywnego działania;
	3. Zapewnienie wsparcia	– werbalne i pozawerbalne dowody wsparcia ze strony osoby udzielającej pomocy; – okazanie zaangażowania: pozytywnego, troskliwego, nieoceniającego, akceptującego; – ocena stopnia do pozytywnego działania
CZĘŚĆ II DZIAŁANIE	1. Rozważenie możliwości działania	– znalezienie wszelkich możliwych rozwiązań problemu; – pomoc w dokonaniu wyboru najkorzystniejszego rozwiązania problemu (realnego, bezpiecznego, konstruktywnego, zgodnego z aktualnymi możliwościami); – pomoc w planie sięgnięcia do zasobów (indywidualnych i społecznych); – nakłonienie do pozytywnego myślenia;
	2. Plan działania	– ocena wybranego rozwiązania; – wspólne opracowanie realistycznego, krótkoterminowego planu dotyczącego wprowadzenia w życie wybranego rozwiązania; – zaplanowanie konkretnego działania będącego pierwszym krokiem; – wskazanie wszelkich źródeł wsparcia; – sprawdzenie stopnia zrozumienia planu i uznania go za własny;
	3. Skłonienie do działania	– pomoc w zaangażowaniu się w konkretne, realistyczne i łatwe do sfinalizowania działanie będące zaplanowanym pierwszym krokiem;

		– skłonienie do zobowiązania do podjęcia działania będącego pierwszym krokiem;
--	--	--

Źródło: Opracowanie własne na podstawie strategii interwencji kryzysowej w: James R. K., Gilliland B. E. (2005). Strategie interwencji kryzysowej – pomoc psychologiczna poprzedzająca terapię. Warszawa: Wydawnictwo Edukacyjne PARPA.

Programy powinny obejmować całłościowy plan pomocy ofiarom przemocy z uwzględnieniem założeń interdyscyplinarności oraz eklektyzmu w zakresie wyboru strategii pomocowych. Formułą umożliwiającą realizację wymienionych działań jest praca metodą zespołu interdyscyplinarnego obejmująca:

- diagnozę sytuacji osób znajdujących się w sytuacji kryzysu związanego z przemocą w rodzinie,
- tworzenie wspólnego porozumienia sytuacji rodziny,
- wykorzystanie zasobów rodziny/osób,
- ustalanie priorytetów,
- planowanie działań i form pomocy,
- podział zadań i ich realizację, uwzględnienie woli, gotowości i bezpieczeństwa osób pokrzywdzonych.

Poniżej w tabeli przedstawiono przykładowy schemat systemowego planu działania w zakresie pomocy ofiarom przemocy domowej.

Tabela 3. Schemat systemowego planu działań

OBSZAR	DZIAŁANIE
Struktura rodziny	Określenie struktury rodziny, określenie zasobów i deficytów poprzez konsultacje: – psychologiczną - ocena stanu psychicznego osoby obejmuje obszar emocjonalny, poznawczy, poczucia kontroli nad sytuacją, zasobów psychicznych etc. – medyczną - sprawdzenie stanu zdrowia, ocena kondycji fizycznej oraz funkcjonowania w wymiarze zdrowia psychicznego i ewentualnych uzależnień, – prawną - ocena sytuacji prawnej klienta wraz z możliwościami podejmowania kroków prawnych oraz planowanie i monitorowanie podejmowanych działań w tym zakresie, – socjalną - ocena zasobów oraz deficytów w wymiarze ekonomicznym i społecznym (zasoby finansowe, instytucjonalne etc).
Opis sytuacji w tym ocena diagnostyczna rodziny	Należy dokonać dokładnej analizy sytuacji życiowej osoby doznającej przemocy z uwzględnieniem jej roli w systemie rodzinnym oraz ewentualnych czynników rodzinnych warunkujących potencjał do zmiany.
Przyczyny trudnej sytuacji	Należy określić przyczyny trudnej sytuacji życiowej osoby oraz czynniki powstrzymujące przed zmianą sytuacji, w tym: – bezrobocie, – nadużywanie alkoholu, – sytuacja mieszkaniowa, – sytuacja prawna,

	– posiadanie dzieci (ich wiek, edukacja, stan fizyczny i psychiczny), – bezradność w sprawach opiekuńczo-wychowawczych.
Zasoby osoby doznającej przemocy	Należy ustalić zasoby jednostki do poradzenia sobie z sytuacją (mocne strony) np.: – czynniki indywidualne (cechy osobowości, wiek, wykształcenie itp.), – stałe źródło dochodu, – zasoby mieszkaniowe, – wsparcie dzieci i najbliższej rodziny, – wsparcie i pomoc socjalna, w tym możliwość uzyskania dodatkowej pomocy finansowej z instytucji pomocowych.
Instytucje zaangażowane w pomoc	Należy opracować plan interwencyjny oraz wskazać jakie instytucje bądź osoby będą zaangażowane w pomoc, np.: – zespół interdyscyplinarny, – ośrodek interwencji kryzysowej (w tym hostel), – dom matki i dziecka, – miejski ośrodek pomocy rodzinie / ośrodek pomocy społecznej, – specjalistyczny ośrodek wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, – komenda policji, prokuratura rejonowa, sąd, – komisja rozwiązywania problemów alkoholowych, – punkty konsultacyjne (w tym miejsca uzyskiwania pomocy prawnej), – placówki oświatowe, – placówki podstawowej opieki zdrowotnej, – poradnie psychologiczno-pedagogiczne.
Cele pracy	Należy ustalić główne cele pracy z osobą doznającą przemocy, itp.: – zapewnienie bezpieczeństwa ofierze przemocy (i dzieciom, w razie konieczności), – izolacja sprawcy, – zatrzymanie zjawiska przemocy, – złożenie zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa, – w razie potrzeby złożenie pozwu o rozwód, – powrót do równowagi psychicznej osoby doznającej przemocy poprzez udział we wsparciu interwencyjnych, a następnie terapii, – udział w grupie wsparcia, warsztatach i programach profilaktycznych.
Sposoby pracy z osobą doznającą przemocy	Podczas opracowywania planu interwencyjnego należy rozważyć z osobą możliwe strategie działania (rozwiązania kryzysu), a następnie ustalić sposób i metody pracy z osobą doznającą przemocy poprzez określenie zadań poszczególnych osób zaangażowanych w system pomocy osobie doznającej przemocy, itp.: a) zadania dla prawnika: – analiza sytuacji prawnej; – pomoc w napisaniu pozwów, doniesień itp.; b) zadania dla psychologa i pedagoga: – opieka i wsparcie psychologiczne dla rodziny, – motywowanie osoby doznającej przemocy do podejmowania działań zmierzających do rozwiązania trudnej sytuacji, – pomoc w powrocie do równowagi psychicznej; c) zadania dla pracownika socjalnego: – ocena sytuacji osoby doznającej przemocy i konsultacje ze specjalistami, – monitorowanie sytuacji rodziny, – kontakt z innymi instytucjami i organizacjami pomocnymi w rozwiązaniu trudnej sytuacji osoby,

	– podejmowanie wszelkich działań zmierzających do rozwiązania trudnej sytuacji osoby, które w rezultacie mają spowodować jej usamodzielnienie; d) zadania dla lekarza rodzinnego i pielęgniarki środowiskowej rodzinnej: – zgodnie z załącznikiem do rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 22 października 2010 r. w sprawie wzoru zaświadczenia lekarskiego o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy w rodzinie. W opracowywaniu strategii nie należy zapominać o zadaniach dla osoby pozostającej w kryzysie w wyniku doznawanej przemocy. Podczas całego procesu jednostka powinna aktywnie uczestniczyć w działaniach w celu wzmacniania poczucia własnej skuteczności. Dobrą praktyką jest nauka kompetencji samodzielnego załatwiania spraw (np. ustalania spotkań z psychologiem, prawnikiem, pracownikiem socjalnym itp.). Działania te powinny odbywać się pod okiem osoby koordynującej interwencję.
Zasoby na przyszłość	Należy podejmować starania, aby wyposażać ofiarę przemocy w kompetencje stanowiące zasoby na przyszłość, takie jak: – asertywność, – umiejętność rozpoznawania sygnałów dotyczących przemocy w relacji; – poczucie własnej skuteczności; – zwiększenie samooceny i poczucia własnej wartości; – umiejętność obrony. Propozycje wsparcia: – grupy wsparcia, – szkolenia, – warsztaty, – wsparcie psychoterapeutyczne etc.

Rozdział 5. Elementy modelu programu

5.1. Diagnoza problemu przemocy w rodzinie, ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji osób dotkniętych przemocą w rodzinie

Diagnozowanie skali zjawiska przemocy w rodzinie stanowi istotną część na etapie projektowania założeń Programu. Dokładna analiza zjawiska pozwala na określenie tendencji i identyfikację kierunków działań, a tym samym decyduje o wyborze działań w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie na terenie gminy/powiatu. Działanie takie jest niezbędne do podjęcia adekwatnych działań przez poszczególne instytucje. Pozyskanie danych przebiegać powinno dwutorowo, poprzez zebranie danych statystycznych oraz przeprowadzenie badań ankietowych.

Najczęściej przeprowadzana diagnoza problematyki przemocy w rodzinie opiera się o ten pierwszy zakres, a zatem polega na gromadzeniu danych statystycznych przedstawianych przez lokalne instytucje i służby oraz ich interpretacji. Celem uzyskania rzetelnego obrazu skali zjawiska, pożądane jest przeprowadzenie badań ankietowych na temat zjawiska przemocy w rodzinie. Warunkiem dobrej diagnozy

zjawiska jest aktualność danych, ich adekwatność do zagadnienia i możliwości wyciągnięcia na ich podstawie stosownych wniosków.

W odniesieniu do gmin diagnoza powinna zawierać ustalony odsetek populacji rodzin zagrożonych przemocą w rodzinie. Rekomenduje się ponadto wykonanie analizy zasobów w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie na terenie gminy/powiatu. W tym celu należy dokonać analizy w następujących obszarach:

1. Identyfikacja lokalnych potrzeb w zakresie wspierania osób doznających przemocy w rodzinie:

- diagnoza skali zjawiska przemocy w rodzinie,
- określenie tendencji zjawiska przemocy na podstawie analizy danych statystycznych określających rozmiar zjawiska przemocy w rodzinie na danym obszarze,
- ustalenie szacunkowej liczby rodzin zagrożonych przemocą w rodzinie,
- liczba dorosłych, dzieci i niepełnosprawnych aktualnie objętych wsparciem (w porównaniu np. do 2 poprzednich lat),
- efektywność realizowanego wsparcia z punktu widzenia zarówno potrzebujących, jak i instytucji świadczących pomoc.

2. Identyfikacja dostępnych form pomocy:

- diagnoza zasobów, jakimi dysponuje jednostka administracji (gmina/powiat) w obszarze ochrony osób doznających przemocy w rodzinie: warsztaty, szkolenia, punkty konsultacyjne, poradnictwo, grupy wsparcia, terapia i inne),
- identyfikacja instytucji pomocowych, organizacji pozarządowych, fundacji (w tym telefonów zaufania) itp. działających w obszarze gminy/powiatu świadczących pomoc osobom dotkniętym przemocą domową,

3. Zasoby instytucjonalne w obszarze pomocy:

- wskazanie instytucji zobligowanych do działań na terenie gminy/powiatu w obszarze pomocy osobom doznającym przemocy w rodzinie (OPS, G/MKRPA, Policja, oświata, ochrona zdrowia (w tym opieka psychiatryczna, samopomoc etc.), zespoły interdyscyplinarne, prokuratura, sądy, organizacje pozarządowe),
- wskazanie dostępności do placówek specjalistycznego wsparcia (na poziomie gminy, powiatu, województwa, a także instytucji o zasięgu ogólnopolskim);

4. Zasoby kadrowe:

- kadry przygotowane do realizacji zadań w przedmiotowym obszarze (wskazanie kto zajmuje się pomocą osobom doznającym przemocy w rodzinie);
- stopień przygotowania kadr do realizacji (określenie rodzajów szkoleń, kursów, warsztatów np. kurs podstawowy, specjalistyczny – np. stopień I i II Studium Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie),

- dostępność psychologa, terapeuty, interwencji kryzysowych, psychiatry, prawnika itp.).
- potrzeby w zakresie dokształcania kadr (szkoleń, superwizji, warsztatów, kursów, wymiany doświadczeń itp.)

5.2. Cele programu

Cel główny:

Przeciwdziałanie zjawisku przemocy w rodzinie w województwie mazowieckim, tym samym zapewnienie osobom dotkniętym przemocą w rodzinie systemowego wsparcia i pomocy w rozwiązywaniu kryzysu wynikającego z podlegania przemocy.

Cele szczegółowe:

- zmniejszenie skali zjawiska przemocy w rodzinie poprzez zapewnienie osobom dotkniętym przemocą w rodzinie systemowego wsparcia i pomocy;
- rozszerzenie form i zwiększenie skuteczności pomocy świadczonej osobom doświadczającym przemocy w rodzinie;
- pogłębienie wiedzy i doskonalenie umiejętności kadr pomocowych;
- zapobieganie wypaleniu zawodowemu pracowników instytucji pracujących z osobami doświadczającymi przemocy w rodzinie (w tym organizacji pomocowych oraz służb);
- zintensyfikowanie współpracy z instytucjami i organizacjami działającymi na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie;
- podniesienie świadomości społecznej na temat zjawiska przemocy w rodzinie.

5.3. Działania

Założone cele programu mogą być osiągnięte poprzez realizację następujących działań:

I. Działania diagnostyczne:

- 1) prowadzenie badań diagnostycznych, polegających na badaniu środowiska oraz indywidualnej diagnozie osoby dotkniętej przemocą, w tym także z wykorzystaniem dostępnej dokumentacji medycznej, psychologicznej, szkolnej i innej, wywiadu z osobą badaną, analizie współpracy służb, instytucji i organizacji w zakresie pomocy osobom dotkniętym przemocą w rodzinie na danym terenie, np. funkcjonowania zespołów interdyscyplinarnych;
- 2) rozpoznanie istniejących barier, ograniczeń w zakresie pomocy ofiarom przemocy w rodzinie, co pozwoli podjąć skuteczne działania w celu przeciwdziałania przemocy w rodzinie, adekwatne do potrzeb i lokalnej specyfiki;

- 3) rekomendowanie utworzenia na terenie powiatu zespołu monitorującego zjawisko przemocy domowej celem podniesienia efektywności działań skierowanych do osób doświadczających przemocy domowej.

II. Działania profilaktyczne i informacyjne:

- 1) zwiększenie świadomości społecznej – uwrażliwienie społeczeństwa na temat zjawiska przemocy w rodzinie, jej przyczyn i skutków, mechanizmów przemocy;
- 2) edukacja w zakresie możliwości i form udzielania pomocy osobom dotkniętym przemocą w rodzinie;
- 3) upowszechnianie materiałów informacyjnych na temat przemocy w rodzinie i jej negatywnych skutków;
- 4) promowanie postaw społecznych wolnych od przemocy;
- 5) promowanie metod wychowawczych bez użycia przemocy i informowanie o zakazie stosowania kar cielesnych wobec dzieci przez osoby wykonujące władzę rodzicielską oraz sprawujące opiekę lub pieczę;
- 6) opracowanie i realizacja kampanii społecznych i informacyjnych na rzecz obalania funkcjonujących w społeczności lokalnej mitów i stereotypów na temat przemocy w rodzinie;
- 7) upowszechnianie informacji na temat podmiotów działających na rzecz osób dotkniętych przemocą w rodzinie i rodzaju świadczonej pomocy (np. opracowanie ulotek, wydawanie informatorów), rozszerzenie dostępności informacji o miejscach i formach pomocy;
- 8) korzystanie z tzw. dobrych praktyk w zakresie działań profilaktycznych w obszarze pomocy ofiarom zachowań przemocowych;
- 9) prowadzenie zajęć profilaktycznych w placówkach oświatowych,
- 10) opracowanie i realizacja programów służących działaniom profilaktycznym mającym na celu udzielenie specjalistycznej pomocy, zwłaszcza w zakresie promowania i wdrożenia prawidłowych metod wychowawczych w stosunku do dzieci w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie – szczebel powiatowy;
- 11) promowanie działań służących ochronie i pomocy osobom doznającym przemocy oraz interwencję wobec osób stosujących przemoc.

III. Działania edukacyjne:

- 1) opracowanie i realizacja zajęć edukacyjnych kierowanych do osób dotkniętych przemocą w rodzinie w zakresie psychologicznych uwarunkowań relacji przemocowych oraz możliwych reakcji na przemoc w rodzinie;
- 2) działania edukacyjne w zakresie prawnych sankcji wynikających ze stosowania przemocy (edukowanie na temat możliwych rozwiązań w zakresie instytucjonalnych i socjalnych form wsparcia, opieki nad dziećmi, rozwiązań w zakresie miejsca zamieszkania etc.);

- 3) wprowadzenie elementów edukacji na temat zjawiska przemocy w rodzinie w ramach działania poradni prowadzonych przez kościoły lub związki wyznaniowe do programów nauk przedmażeńskich, w oparciu o współpracę pomiędzy organami samorządu terytorialnego a kościołami lub związkami wyznaniowymi na danym terenie;
- 4) organizowanie warsztatów dla osób doświadczających przemocy w rodzinie np. nauka asertywności, zajęcia z budowania poczucia własnej wartości, poradnictwo zawodowe;
- 5) działania edukacyjne służące wzmocnieniu opiekuńczych i wychowawczych, alternatywnych wobec stosowania przemocy metod i kompetencji rodziców w rodzinach zagrożonych przemocą w rodzinie oraz w stosunku do grup ryzyka, np. małoletnich w ciąży – szczebel gminny.

IV. Działania pomocowe i interwencyjne:

- 1) prowadzenie poradnictwa i wsparcia w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie: medycznego, psychologicznego, prawnego, socjalnego, zawodowego i rodzinnego poprzez organizację dyżurów specjalistów, poradnictwa telefonicznego, punktów konsultacyjnych, w szczególności poprzez:
 - organizację indywidualnych konsultacji psychologicznych dla osób dorosłych dotkniętych przemocą w rodzinie,
 - udzielania wsparcia w ramach interwencji kryzysowej dla osób i rodzin doświadczających przemocy,
 - prowadzenie grup wsparcia, psychoterapeutycznych, socjoterapeutycznych dla osób, które doświadczyły przemocy w rodzinie,
 - prowadzenie indywidualnych porad wychowawczych dla rodziców/opiekunów i ich dzieci,
 - prowadzenie warsztatów umiejętności wychowawczych,
 - organizację treningów samoobrony dla kobiet,
 - prowadzenie warsztatów na temat zachowań asertywnych, budowania i wzmacniania poczucia własnej wartości,
 - prowadzenie warsztatów na temat budowania i rozwoju osobistego,
 - prowadzenie zajęć socjoterapeutycznych dla dzieci,
 - zajęć reedukacyjnych dla dzieci z problemami szkolnymi,
 - organizacja wsparcia dla dzieci z problemami natury psychologicznej (lekowymi, depresyjnymi, zaburzeniami zachowania o charakterze agresywnym),
 - prowadzenie porad lekarza psychiatry dla dzieci, młodzieży i dorosłych,
 - prowadzenie konsultacji psychologiczno-pedagogicznych i lekarskich (w tym pediatrii itp.),
 - udostępnianie wsparcia poprzez bezpłatną infolinię (telefony zaufania);

- 2) rozwój systemu wsparcia w stosunku do ofiar przemocy, intensyfikacja działań pomocowych (umożliwienie natychmiastowych działań w zakresie zapewnienia bezpieczeństwa i wsparcia osób doznających przemocy),
- 3) rozwój infrastruktury i poszerzenie oferty placówek wspierających i udzielających pomocy osobom dotkniętym przemocą w rodzinie,
- 4) stały monitoring liczby ofiar w stosunku do możliwości lokalowych,
- 5) zapewnienie osobom dotkniętym przemocą w rodzinie bezpiecznego schronienia, w tym zapewnienie całodobowych miejsc na terenie gminy i powiatu (hostele przy ośrodkach interwencyjnych, domy matki i dziecka etc.;
- 6) zapewnienie dostępności do lokalnych telefonów zaufania, interwencyjnych lub informacyjnych dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie,
- 7) prowadzenie interwencji w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, realizacja procedury „Niebieskiej Karty”, monitorowanie rodziny, w której zdiagnozowano problem przemocy,
- 8) zapewnienie bezpieczeństwa krzywdzonym dzieciom¹⁶,
- 9) zapewnienie funkcjonowania zespołu interdyscyplinarnego na terenie gmin,
- 10) tworzenie warunków umożliwiających osobom dotkniętym przemocą w rodzinie otrzymania mieszkań socjalnych w pierwszej kolejności.

V. Działania wspierające:

- 1) opracowywanie programów terapeutycznych i pomocy psychologicznej dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie,
- 2) umożliwienie instytucjom pomocowym uczestniczenia w opracowaniu programów, których będą realizatorami,
- 3) podnoszenie jakości udzielanej pomocy (w tym wsparcie podmiotów realizujących działania pomocowe w oparciu o procedurę „Niebieskie Karty”),
- 4) wspieranie instytucji pomocowych w zakresie infrastruktury i rozwoju kadr (ich doszkalanie i regularnych superwizji),
- 5) podnoszenie kompetencji pracowników lokalnych instytucji i służb w zakresie pomocy osobom doznającym przemocy w rodzinie – analiza potrzeb szkoleniowych, doskonalenie zawodowe kadr działających w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie,
- 6) doskonalenie zawodowe osób zaangażowanych w działania pomocowe (np. szkoleń, warsztatów, konferencji, doskonalenia zawodowego),
- 7) wdrożenie systemu wsparcia dla osób pracujących bezpośrednio z osobami dotkniętymi przemocą w rodzinie w formie regularnej superwizji indywidualnej lub/i grupowej (w tym superwizji koleżeńskej),

¹⁶ w trybie art. 12 a ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (t.j. Dz. U. z 2015 r., poz. 1390),

- 8) wzmocnienie lokalnych systemów przeciwdziałania przemocy w rodzinie – współpraca podmiotów działających w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie, wymiana doświadczeń, dobrych praktyk pomiędzy przedstawicielami tych podmiotów,
- 9) wspieranie działań służących funkcjonowaniu zespołów interdyscyplinarnych,
- 10) nawiązywanie i wzmacnianie współpracy z organizacjami pozarządowymi w zakresie pomocy osobom dotkniętym przemocą w rodzinie,
- 11) dostosowanie oferty (rozbudowa, poszerzenie oferty) placówek wspierających i udzielających pomocy osobom dotkniętym przemocą w rodzinie do przeprowadzanej analizy zasobów w regionie.

5.4. Adresaci programu

Działania określone w programie w szczególności prowadzone są na rzecz:

- 1) osób doświadczających przemocy domowej, w tym m. in. dzieci i młodzieży, współmałżonków lub partnerów, a także osób starszych i niepełnosprawnych;
- 2) świadków przemocy w rodzinie;
- 3) osób podejmujących działania w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej, w tym m.in.:
 - pracowników socjalnych,
 - kuratorów zawodowych,
 - psychologów, terapeutów,
 - interwentów kryzysowych,
 - policjantów, prokuratorów, sędziów,
 - pracowników placówek opiekuńczo-wychowawczych,
 - nauczycieli, pedagogów,
 - pracowników placówek leczenia odwykowego,
 - pracowników służby zdrowia (pielęgniarek, lekarzy, psychiatrów);
- 4) instytucji, stowarzyszeń, fundacji i innych organizacji pozarządowych, działających w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie;
- 5) osób i środowisk zagrożonych wystąpieniem zjawiska przemocy w rodzinie;
- 6) społeczności lokalnych.

5.5. Realizatorzy programu

Realizatorami programów są instytucje, służby i organizacje pozarządowe funkcjonujące w obszarze przeciwdziałania przemocy w rodzinie na poziomie gminy i powiatu.

Rekomenduje się stworzenie kompleksowej informacji dotyczącej zasobów instytucjonalnych i kadrowych, wraz z danymi teleadresowymi oraz krótką

charakterystyką ich działalności na terenie każdej gminy i powiatu. W mapie zasobów gminy należy uwzględnić także podmioty obejmujące swoim działaniem powiat, województwo, a także instytucje o zasięgu ogólnopolskim (w tym stowarzyszenia, fundacje, telefony zaufania etc.).

W mapie zasobów powinny znaleźć się podmioty takie jak: ośrodki interwencji kryzysowej, specjalistyczne ośrodki wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie, domy samotnej matki, gminne ośrodki pomocowe, schroniska, punkty konsultacyjne oraz inne podmioty świadczące pomoc osobom dotkniętym przemocą domową (w tym organizacje pozarządowe etc.).

5.5.1. Katalog podmiotów

Wśród podmiotów mogących realizować programy ochrony ofiar przemocy znajdują się:

- samorząd gminny, powiatu i samorząd wojewódzki,
- ośrodki i punkty interwencji kryzysowej
- jednostki organizacyjne pomocy społecznej,
- specjalistyczne ośrodki wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie,
- organizacje pozarządowe,
- jednostki wymiaru sprawiedliwości (sądy, prokuratura),
- jednostki ochrony porządku publicznego (policja, straż gminna/miejska),
- placówki oświatowe,
- placówki służby zdrowia,
- komisje rozwiązywania problemów alkoholowych,
- zespoły interdyscyplinarne do spraw przeciwdziałania przemocy w rodzinie
- punkty konsultacyjne
- inne podmioty, w tym poradnie rodzinne, telefony zaufania, schroniska, hostele.

5.6. Zasady realizacji programu ochrony ofiar przemocy

W celu efektywnej realizacji programu niezbędne jest określenie transparentnych zasad jego prowadzenia. Zagwarantowanie przejrzystości i czytelności założeń realizacji zostanie osiągnięte poprzez określenie:

- 1) miejsca realizacji programu – wskazanie, gdzie będą odbywać się zajęcia dla uczestników, przy czym miejsce realizacji programu nie może być jednocześnie miejscem, w którym realizowane są jednocześnie programy dla osób stosujących przemoc w rodzinie,
- 2) warunków realizacji programu – wskazanie, gdzie prowadzone są prace administracyjno-biurowe na rzecz danego programu z uwzględnieniem sposobu rekrutacji, dostępności pomocy, zasad udzielania pomocy,

- 3) proponowanych form wsparcia (np. zajęcia grupowe, indywidualne, warsztatowe, treningowe, interwencyjne itp.) oraz ich wymiaru, tj. liczbę godzin poszczególnych zajęć,
- 4) liczby osób uczestniczących w danych formach oddziaływania (zajęciach terapeutycznych, warsztatach, szkoleniach, grupach wsparcia etc.),
- 5) norm, zasad, a także praw i obowiązków uczestników działań oraz realizatorów,
- 6) zasad korzystania z dostępnej infrastruktury (w przypadku przebywania w hostelu obowiązuje dodatkowy kontrakt na korzystanie z placówki),
- 7) zasad prowadzenia i przechowywania dokumentacji, ochrony danych osobowych, list obecności uczestników,
- 8) zasad współpracy z innymi podmiotami (organizacjami, instytucjami) działającymi na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie i ochrony ofiar na danym terenie.

Zgodnie ze znowelizowaną ustawą o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie, każda gmina zobowiązana jest do powołania zespołu interdyscyplinarnego składającego się z przedstawicieli właściwych instytucji i organów. Taka formuła pozwala na objęcie osób dotkniętych przemocą spójną, różnorodną i bardzo zindywidualizowaną pomocą. Formułą umożliwiającą realizację wymienionych działań jest praca metodą zespołu interdyscyplinarnego obejmująca:

- diagnozę sytuacji osób znajdujących się w sytuacji kryzysu związanego z podleganiem przemocy domowej, zapewnienie możliwości zrozumienia sytuacji rodziny, wykorzystanie zasobów rodziny/osób w zapobieganiu przemocy,
- ustalanie priorytetów,
- planowanie działań i form pomocy,
- podział zadań i ich realizację, uwzględnienie woli, gotowości, a przede wszystkim, bezpieczeństwa osób pokrzywdzonych.

5.7. Źródła finansowania

Źródłami finansowania programu jest budżet gminy/powiatu, dotacje zewnętrzne oraz środki pozabudżetowe pozyskane z innych źródeł.

5.8. Monitoring i ewaluacja

Przebieg i efekty realizacji programu objęte są działaniami monitorującymi i ewaluacyjnymi, prowadzonymi przez realizatorów programu. W programach pomocowych należy określić następujące elementy podlegające ewaluacji:

- instytucję odpowiedzialną za jego realizację,
- sposób przeprowadzania monitoringu i metody monitorowania osiągnięcia celów (głównego i szczegółowych),
- czas oraz częstotliwość przeprowadzania ewaluacji.

Etapami ewaluacji są m.in. gromadzenie i analiza danych oraz sprawozdawczość (raportowanie). Monitorowanie realizacji Programu odbywać się winno w oparciu o sprawozdawczość/informacje podmiotów zaangażowanych w jego realizację. Wyniki ewaluacji są wykorzystywane w pracach nad doskonaleniem i upowszechnianiem dalszych metod oddziaływań. Monitorowanie programu służy zapewnieniu sprawnego zarządzania i oceny stopnia realizacji poszczególnych działań w kierunku zapewnienia osiągnięcia założonych rezultatów.