

Program
Interwencyjno-terapeutyczny i Edukacyjny
dla Osób Doznających Przemocy Domowej w Gminie Dobra
na lata 2026 - 2030



Dobra, grudzień 2025 r.

Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1673) w art. 6 ust. 2 pkt. 2 wskazuje, iż do zadań z zakresu administracji rządowej i jednostek samorządu terytorialnego należy m.in. prowadzenie poradnictwa i interwencji w zakresie przeciwdziałania przemocy domowej, w szczególności poprzez działania edukacyjne służące wzmocnieniu kompetencji opiekuńczych i wychowawczych rodziców.

W systemie przeciwdziałania przemocy domowej niezwykle istotne jest – obok działań z zakresu edukacji społecznej dotyczącej zjawiska przemocy oraz informowania o miejscach udzielania pomocy oraz ochrony i wsparcia osobom doznającym przemocy domowej – prowadzenie kompleksowych działań interwencyjnych i terapeutycznych skierowanych zarówno do osób doznających przemocy, jak i do osób ją stosujących.

Przemoc to intencjonalne działanie lub zaniechanie działania jednej osoby wobec drugiej, które wykorzystując przewagę sił narusza prawa i dobra osobiste jednostki, powodując cierpienia i szkody. Jest to zjawisko złożone mające wiele aspektów i cech charakterystycznych:

- jest procesem – nie pojawia się nagle, lecz narasta, tworząc cykle,
- ma tendencję do powtarzalności – rzadko występuje jako jednorazowy incydent,
- eskaluje – z czasem przybiera na sile i intensywności,
- nie jest zjawiskiem niezależnym od udziału człowieka – osoba stosująca przemoc jest zdolna do radzenia sobie z siłami które czynią ją osobą stosującą przemoc,
- rozgrywa się w relacji dominacji i podporządkowania,
- odpowiedzialność za przemoc zawsze spoczywa po stronie osoby stosującej przemoc,
- przemoc przybiera różnorodne formy.

Ze względu na rodzaj działań i zachowań osób stosujących przemoc wyróżnia się następujące formy przemocy domowej:

Przemoc fizyczna- Jest to naruszenie nietykalności cielesnej. Obejmuje wszelkie działania polegające na użyciu siły fizycznej wobec drugiej osoby, skutkujące naruszeniem nietykalności cielesnej i obrażeniami. Do form tej przemocy należą m.in.: popychanie, szarpanie, uderzanie, kopanie, duszenie, ciągnięcie za włosy i uszy, klapsy, policzkowanie, bicie ręką lub przedmiotami, użycie narzędzi niebezpiecznych, poparzenia, krępowanie ruchów, porzucanie w miejscach zagrażających zdrowiu lub życiu. Skutkami mogą być urazy fizyczne, obrażenia wewnętrzne oraz konieczność udzielenia pomocy medycznej. Jest to przemoc najbardziej widoczna, za jej stosowanie najczęściej zapadają wyroki sądowe.

Przemoc psychiczna (emocjonalna)- Polega na systematycznym naruszaniu godności osobistej osoby doznającej przemoc poprzez poniżanie, ośmieszanie, oczernianie, krzyczenie, krytykowanie, zawstydzanie, zastraszanie, kontrolowanie, izolowanie od otoczenia, stosowanie gróźb przymusu i szantażu, a także czytanie osobistej korespondencji ujawnianie

tajemnic i sekretów. Wobec dzieci obejmuje również m.in. manipulowanie, wciąganie w konflikty dorosłych, brak wsparcia emocjonalnego, nadmierne wymagania lub faworyzowanie. Jest to forma przemocy trudna do wykrycia i udowodnienia, a jej skutki psychiczne są długotrwałe.

Przemoc ekonomiczna- Prowadzi do uzależnienia finansowego osoby doznającej przemocy od osoby stosującej przemoc poprzez odbieranie środków pieniężnych, uniemożliwianie podjęcia pracy, niszczenie własności, zadłużanie rodziny, dysponowanie czyjąś własnością, zaciąganiem pożyczek lub zmuszaniem do zaciągania pożyczek wbrew woli drugiej osoby, kontrolowanie wydatków oraz niezaspokajanie podstawowych potrzeb materialnych.

Przemoc seksualna- Przemoc seksualna polega na zmuszaniu osoby do aktywności seksualnej wbrew jej woli, kontynuowaniu aktywności seksualnej gdy osoba nie jest w pełni świadoma bez pytania jej o zgodę lub gdy na skutek zaistniałych warunków obawia się odmówić wymuszanie nieakceptowanych przez drugą osobę praktyk i zachowań seksualnych. Przymus może polegać na bezpośrednim użyciu siły lub emocjonalnym szantażu. Np. wymuszenie pożycia, obmacywanie, gwałt, zmuszanie do niechcianych praktyk seksualnych, nieliczenie się z życzeniami partnera/ partnerki, komentowanie szczegółów anatomicznych, ocenianie sprawności seksualne, wyglądu. W przypadku dzieci przemoc ta dotyczy angażowania ich w aktywność seksualną przez osobę dorosłą. Przemoc ta odnosi się do zachowań z kontaktem fizycznym oraz bez kontaktu fizycznego (np. prezentowanie dziecku treści pornograficznych, podglądanie, ekshibicjonizm, krytykowanie zachowań seksualnych).

Zaniedbanie- Obejmuje długotrwałe niezaspokajanie podstawowych potrzeb materialnych fizycznych i emocjonalnych, w szczególności wobec dzieci, osób starszych i osób z niepełnosprawnościami, prowadząc do pogorszenia stanu zdrowia i utrudnienia rozwoju. Objawia się ona poprzez odrzucenie emocjonalne, brak zainteresowania rozwojem, sytuacją życiową, problemami, stanem zdrowia, higieną, potrzebami żywieniowymi, ubiorem, pozostawianiem dziecka bez opieki, nie zapewnienia schronienia, bezpieczeństwa, opieki medycznej, nie udzielanie pomocy, uniemożliwienie dostępu do miejsc zaspokojenia podstawowych potrzeb.

Wymienione formy przemocy często współwystępują i wzajemnie się przenikają, przy czym każda z nich może też występować osobno. Przemoc domowa najczęściej nie jest jednorazowym zdarzeniem, zazwyczaj ma charakter długotrwały i cykliczny i zwykle powtarza się według określonych, łatwych do zaobserwowania prawidłowości. Osoby doświadczające przemocy często, na skutek długotrwałego funkcjonowania w sytuacji zagrożenia, wyczuwają zbliżającą się przemoc, co bywa błędnie interpretowane jako prowokowanie osoby stosującej przemoc. Zjawisko to może prowadzić do niesłusznego przypisywania ofierze współodpowiedzialności za doznawaną przemoc. Charakterystyczne dla osób krzywdzonych są m.in. rozchwylenie emocjonalne, niepewność, zmienność decyzji oraz stałe poczucie zagrożenia.

Przemoc domowa, jak każde doświadczenie traumatyczne, może powodować poważne konsekwencje psychiczne, emocjonalne i somatyczne, takie jak depresja, zaburzenia lękowe, objawy stresu pourazowego, uzależnienia, zaburzenia snu, obniżone poczucie własnej wartości, poczucie winy i wstydu, izolację społeczną oraz trudności w wyznaczaniu granic w relacjach. U dzieci skutki te często manifestują się objawami psychosomatycznymi i zaburzeniami rozwoju.

Pozostawanie w związku przemocowym przez osobę doznającą przemocy wynika zarówno z czynników zewnętrznych takich jak finansowa zależność od osoby stosującej przemoc, uwarunkowania kulturowo-religijne i środowiskowe, ale również z powodów działania mechanizmów przemocy, takich jak:

- cykl przemocy („miesiąc miodowy”)
- syndromu wyuczonej bezradności (utrata motywacji do działania, bezradność nabyta w wyniku negatywnych doświadczeń, braku skuteczności podejmowanych wcześniej przez osobę doznającą przemocy działań),
- zjawiska „prania mózgu” (izolacja, poniżanie, degradacja, monopolizacja uwagi, ograniczanie snu i odpoczynku, doprowadzenie do wyczerpania psychicznego i fizycznego, wywołanie lęku, depresji, nieprzewidywalność kar i nagród doprowadzające do dezorientacji, zmniejszenia oporu oraz podtrzymania nadziei, demonstracyjne akcentowanie wszechwładzy i wszechmocy),
- zespołu stresu pourazowego PTSD (objawy: ponowne doświadczanie urazu – przypadkowe bodźce aktywizują sieć strachu, natręcyjne wspomnienia, koszmary senne, emocjonalne odrętwienie, zwiększone pobudzenie psychofizjologiczne, przewlekłe poczucie winy, wstydu, drażliwość, wybuchy gniewu, nieustanna czujność),
- procesu wiktylizacji spowodowanego nieprawidłowymi reakcjami środowiska społecznego, takimi jak bagatelizowanie, niedowierzanie, obwinianie, wywołującymi wtórne zranienia i przyjęcie tożsamości ofiary,
- syndromu sztokholmskiego objawiającego się żywioną przez osobę doznającą przemoc wdzięcznością za drobne przywileje, chwile „miodowych miesięcy”, namiastkę uczucia, a nawet za życie,
- mechanizmu „psychologicznej pułapki”, polegającego na trudnościach w rezygnacji ze związku, w który zainwestowało się dużo czasu, zapału i energii.

Do czynników ryzyka krzywdzenia dzieci zalicza się:

- czynniki związane z rodziną, takie jak deprywacja potrzeb ekonomicznych, przewlekła choroba lub inwalidztwo w rodzinie, zaburzenia psychiczne rodziców, posiadanie dzieci z różnych związków, sytuacje kryzysowe oraz uzależnienia;
- czynniki związane z matką, w tym wczesne macierzyństwo, brak związku małżeńskiego z ojcem dziecka, niestabilność relacji partnerskich, wcześniejsze doświadczenia krzywdzenia dzieci, doznawanie przemocy w rodzinie pochodzenia, problemy emocjonalne oraz uzależnienia;

- czynniki związane z dzieckiem, m.in. brak akceptacji dziecka przez partnera matki, problemy zdrowotne i rozwojowe, wcześniactwo, ciążę mnogą oraz trudności w zachowaniu i funkcjonowaniu;
- czynniki środowiskowo-kulturowe, takie jak stereotypy społeczne ograniczające dzieciom możliwość obrony oraz obniżające wrażliwość otoczenia na przemoc.

Charakterystyka programu

„Program Interwencyjno-Terapeutyczny i Edukacyjny dla Osób Doznających Przemocy Domowej w Gminie Dobra na lata 2026–2030” obejmuje działania interwencyjne, terapeutyczne, psychologiczne, edukacyjne i profilaktyczne, skierowane do osób doznających przemocy domowej. Program szczególną uwagę poświęca kobietom i dzieciom z rodzin z problemem uzależnień dotkniętych różnymi formami zachowań przemocowych. Adresatami programu są wyłącznie mieszkańcy Gminy Dobra.

Celem programu jest zapewnienie kompleksowego, wielopłaszczyznowego wsparcia osobom doznającym przemocy domowej oraz zwiększenie ich bezpieczeństwa, samodzielności i zdolności do funkcjonowania społecznego.

W ramach programu:

- Zapewniamy pomoc interwencyjną;
- Zapewniamy schronienie osobie doznającej przemocy domowej oraz dzieciom pozostającym pod jej opieką;
- Udzielamy natychmiastowej pomocy psychologicznej, medycznej w przypadku gdy wymaga tego stan osoby doznającej przemocy;
- Rozpoznajemy sytuację osoby doznającej przemocy domowej i oceniamy ryzyko w zakresie zagrożenia bezpieczeństwa osoby doznającej przemocy domowej lub jej dzieci pozostających pod jej opieką;
- Zapewniamy inne działania wymagające szybkiego i zdecydowanego działania celem zapewnienia bezpieczeństwa osobie doznającej przemocy;
- Zapewniamy indywidualne wsparcie terapeutyczne - realizowane jest w formie regularnych indywidualnych spotkań osób doznających przemocy domowej z terapeutą;
- grupa wsparcia dla osób doznających przemocy - prowadzona przez pracownika socjalnego. Grupa jest miejscem, gdzie osoby objęte programem mają możliwość dzielenia się swoimi problemami, lękami. Kontakt z innymi osobami, które mają za sobą podobne przeżycia, pomaga pozbyć się uczestnikom poczucia wstydu i napiętnowania;
- Indywidualne wsparcie psychologiczne - głównym celem tego działania jest objęcie pomocą osób dorosłych doznających przemocy domowej ze szczególnym uwzględnieniem grupy kobiet i interesów dzieci. W zależności od zgłaszanej potrzeby osoba zgłaszająca się po pomoc otrzymują wsparcie informacyjne, edukacyjne prowadzone w postaci poradnictwa psychologicznego bądź konsultacji (osoby w razie

potrzeby będą mogły skorzystać z innych form wsparcia realizowanego w ramach niniejszego projektu);

- Indywidualne wsparcie socjalne - dotyczy problemów przemocy fizycznej, psychiczne i seksualnej realizowane jest w formie indywidualnego wsparcia socjalnego. Jest to pomoc w uzyskaniu świadczeń, dokumentów, w rozwiązywaniu codziennych problemów, rozmowy na temat tego, czym jest przemoc, jakie są jej konsekwencje, jakie są możliwe rodzaje wsparcia, informowanie o systemie przeciwdziałania przemocy domowej, informowanie o procedurach interwencyjnych oraz placówkach zajmujących się pomocą długofalową;
- warsztaty wzmacniania kompetencji wychowawczych- prowadzone przez specjalistów;
- Pomoc prawna – udzielana jest w formie indywidualnego poradnictwa i ma na celu udzielenie pomocy w zakresie związanym z uregulowaniem spraw takich jak: alimenty, prawa rodzicielskie, problemy mieszkaniowe, procedura prawna zmierzająca do ukarania jak i do eksmisji osoby stosującej przemoc.

Priorytety programu:

- ochrona bezpieczeństwa i dobra osób doznających przemocy domowej,
- brak akceptacji dla zachowań przemocowych,
- stosowanie aktualnej wiedzy i wysokich standardów etycznych,
- dążenie do realnych zmian postaw i zachowań,
- współpraca międzyinstytucjonalna i interdyscyplinarna z podmiotami udzielającymi wsparcia i pomocy osobą doznającym przemocy domowej

Realizacja programu

Program został opracowany przez Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej. Działania w programie wpisują się w realizację Gminnego i Krajowego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej oraz Ochrony Osób Doznających Przemocy Domowej na terenie Gminy Dobra. Głównym realizatorem programu będzie Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej, który odpowiada za koordynację działań, rekrutację uczestników, pozyskiwanie specjalistów, monitoring oraz ewaluację programu. Program będzie realizowany z wykorzystaniem zasobów lokalowych Gminy Dobra oraz we współpracy z podmiotami systemu przeciwdziałania przemocy domowej.

Niniejszy dokument został opracowany przez
Ośrodek Pomocy Społecznej w Dobrej