

Anna Cygan

PRZEMOC PSYCHICZNA WOBEC PARTNERKI W ZWIĄZKACH INTYMNYCH

Psychological Violence Against Cohabitees in Intimate Relationships

Abstract: The article concentrates on psychological violence against cohabitees in intimate relationships; the author does not ignore such important issues as definition of violence, its reasons and effects; she also mentions the results of studies concerning the subject of violence in families, against the background of which she analyzes her own study results.

Key words: physical violence, psychological violence, intimate relationships, effects of violence

W ostatnich latach zjawisko przemocy domowej coraz częściej jest obecne w mediach, publikacjach i świadomości społecznej. Różne instytucje są zaangażowane w zapobieganie przemocy i prowadzą kampanie na rzecz ograniczenia jej skutków, szczególnie w rodzinie. W działalność tę włączają się największe stacje telewizyjne oraz wielu artystów. Hasła takie, jak „Zły dotyk”, „Kocham – nie krzyczę” czy „Bo zupa była za słona”, są powszechnie znane i kojarzone z programami walki z przemocą. Czy są one jednak w stanie pokonać mity i obowiązujące od wieków przyzwolenie społeczne na przemoc?

O ile przemoc fizyczna jest definiowana jednoznacznie, a jej ślady na ciele ofiary, jeśli zostaną ujawnione, nie pozostawiają wątpliwości, o tyle prze-

moc psychiczna jest trudniej identyfikowalna. Śladów tego terroru nie widać na pierwszy rzut oka. Zachowania agresywne werbalnie, niszczące samoocenę, zagrożające, nadmiernie kontrolujące czy oskarżające, nie zawsze są odczytywane w kategoriach przemocowych, a wręcz usprawiedliwane. Często trudno jest się nawet domyśleć, że w danej rodzinie dzieje się coś złego. Nie ma na to żadnych widocznych dowodów i – jak w każdej przemoc domowej – jest to tematem tabu, pilnie strzeżoną tajemnicą tej rodziny. Jeżeli zatem interwencja społeczna w przypadku przemoc fizycznej jest niewystarczająca, tym bardziej znikoma będzie wobec przemoc psychicznej.

Temat ten jest niezwykle istotny, właśnie ze względu na dużo większe trudności w ujawnianiu i dowodzeniu podlegania przemoc psychicznej. Liczne obserwacje kobiet żyjących w różnego rodzaju relacjach małżeńskich i partnerskich pozwalają zauważyć, że są to związki mocno zaburzone – mimo iż nie ma w nich przemoc fizycznej.

Przemoc domowa

Zgodnie z ustawą o przeciwdziałaniu przemoc w rodzinie:

[...] przemoc w rodzinie to jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie naruszające prawa lub dobra osobiste osób najbliższych, a także innych osób wspólnie zamieszkujących lub gospodarujących, 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 (art. 2 ust. 2)¹.

Każdy rodzaj przemoc wewnątrzrodzinnej można określić mianem przemoc czynnej lub biernej. Czynna dotyka ofiarę bezpośrednio, kiedy sprawca podejmuje wobec niej celowe działania krzywdzące i na nią kieruje swój gniew. Bierna natomiast oznacza zaniedbywanie przez unikanie interakcji, brak zainteresowania ofiarą, brak uczuć itp.²

Inni autorzy wyróżniają również przemoc gorącą i chłodną. Przemoc gorąca charakteryzuje się agresją słowną i fizyczną, która związana jest z odreagowywaniem jej na osobach najbliższych, podczas gdy przemoc chłodna – pozbawiona gwałtownych wybuchów emocji i przypominająca raczej realizację z góry zaplanowanego scenariusza – często jest stosowana w imię fałszywie pojmowanych „wyższych celów”, np. konsekwentnego wychowywania dziecka³.

¹ Ustawa o przeciwdziałaniu przemoc w rodzinie z 29 lipca 2005 r. (Dz.U. Nr 180 poz. 1493).

² K. Brown, M. Herbert, *Zapobieganie przemoc w rodzinie*, Warszawa 1999, s. 20–21.

³ D. Jaszczak-Kuźmińska, K. Michalska, *Przemoc w rodzinie wobec osób starszych i niepełnosprawnych. Poradnik dla pracowników pierwszego kontaktu*, Warszawa 2010, s. 14.

Istnieje jeszcze pojęcie tzw. przemocy rozmytej, która utrudnia możliwość rozpoznawania krzywd ofiary, a tym samym poradzenia sobie z nimi. Należą do niej zachowania popełniane przez sprawcę celowo, jednak spostrzegane społecznie jako nieważne lub nieintencjonalne. Często występuje ona w tak zwanych „normalnych” rodzinach pod pretekstem dobrych intencji, jak np. patologiczna nadopiekuńczość, nadmierna kontrola czy izolowanie społeczne⁴. Aby sklasyfikować jakieś zachowanie jako przemoc, powinno ono być:

1. intencjonalne (choć zazwyczaj nie jest to możliwe do udowodnienia),
2. celowe (nieprzypadkowe),
3. wyraźnie krzywdzące drugą osobę,
4. powodujące u ofiary konsekwencje i zaburzenia w różnych sferach jej życia (specyficzne-niespecyficzne, zewnętrzne-wewnętrzne, ostre lub krótkoterminowe-długoterminowe, nawracające itd.),
5. relacją władzy i autorytetu zamiast partnerstwa i opieki,
6. niezgodne z prawem lub/i zasadami kontaktów międzyludzkich,
7. odwołujące się do norm „z pogranicza” lub destrukcyjnych i patologicznych mitów danego środowiska,
8. narastające⁵.

Cechą charakterystyczną przemocy jest jej cykliczność. Każdy kolejny cykl wykazuje też cechy nasilenia. Można go podzielić na trzy fazy: narastanie napięcia i agresji, akt przemocy i tzw. „miodowy miesiąc”. Ta ostatnia, choć najspokojniejsza, wydaje się najbardziej niebezpieczna, gdyż ofiara zaczyna wierzyć, że to był tylko incydent, który nigdy więcej się nie powtórzy, a partner zrozumiał swój błąd i się zmienił. Niestety, tak się nie dzieje. Jeżeli raz dojdzie do przemocy – będzie się ona powtarzać⁶.

Skąd bierze się przemoc i jakie są jej skutki?

Rozważając przyczyny przemocy trzeba wziąć pod uwagę czynniki polityczne, społeczne, kulturowe, psychologiczne, biologiczne. Czynniki polityczne warunkują tworzenie oraz interpretację definicji patologii rodzinnej, przemocy, praw kobiet i dzieci, a także sposoby radzenia sobie z przemocą, ochrony pokrzywdzonych i karania sprawców. Mechanizmy społeczno-ekonomiczne podkreślają, że funkcjonowanie rodziny uzależnione jest od czynników zewnętrznych, takich jak pieniądze, bliscy przyjaciele, wsparcie społeczności czy stopień izolacji. Z nimi związane są z kolei normy i wartości kulturowe, powodujące, że społeczeństwo tak naprawdę stosuje przemoc mimo wykazywania postawy jej unikania i udawania, że jej nie ma. Czynniki psychologiczne (osobowe, rodzicielskie, środowisko-

⁴ A. Wysoczańska-Widera, *Mechanizmy przemocy w rodzinie z pokolenia na pokolenie*, Warszawa 2010, s. 35–36.

⁵ *Ibidem*, s. 28.

⁶ M. Szlauer, *Zjawisko przemocy domowej wobec kobiet*, Katowice 2010, s. 38–40.

we) wyjaśniają zjawiska uczenia się stosowania przemocy, jak również bezradności wobec niej. Wreszcie czynniki biologiczne (w tym genetyczne) określają fizjologiczne podłoże zachowań wpływających na cykl przemocy. Wszystkie są ze sobą nierozzerwalnie połączone⁷.

Powszechną jest wiedza na temat międzypokoleniowego przekazywania przemocy. „Przemoc rodzi przemoc”, „Czym skorupka za młodu nasiąknie...”, „Jaki ojciec, taki syn” – to przykłady tej potocznej wiedzy odnoszące się, niestety, nie tylko do pozytywnych aspektów procesu wychowania, przekazywania chlubnych tradycji i wzorów rodzinnych. Dotyczą one także wszystkich złych cech i postaw zwiększających prawdopodobieństwo wystąpienia i transmisji przemocy. Czynnikiem ryzyka są wrogie uczucia, myśli, zachowania, problemy, zaburzenia osobowości, przekonania, mity, stereotypy, relacje, zasady, role i reguły rodzinne, które w wieloletnim procesie przenoszenia z dorosłych na dzieci zostają przez nie uwewnętrznione. Należy tu wymienić również uzależnienia, stres, nierozwiązane konflikty, niewłaściwe postawy wychowawcze i brak społecznego wsparcia⁸. Są to zagrożenia środowiskowe. Według teorii społecznego uczenia Bandury, agresywne zachowania są przekazywane dzieciom poprzez uczenie ich, że agresja jest poprawna i wskazana, mało tego – wręcz usprawiedliwiona i opłacalna. Dzieci uczą się jej przez obserwację i modelowanie zachowań dorosłych. Uczą się, że przemoc jest sposobem rozwiązywania konfliktów w związkach oraz że mężczyźni mogą wykorzystywać agresję lub zastraszanie do zdobycia władzy i kontroli nad członkami rodziny, a kobiety i dzieci mają być podporządkowane i posłuszne. Takie dzieci zostaną w przyszłości agresorami lub przeciwnie – rozwiną syndrom wyuczonej bezradności, czyli przekonanie, że cokolwiek zrobią, nie ma to żadnego znaczenia, bo przemoc i tak je dosięgnie⁹. Mogą nie umieć inaczej sobie z nią poradzić. Badania wskazują, że co szóste krzywdzone dziecko stosuje przemoc jako dorosła osoba (!)¹⁰.

Do czynników społecznych niewątpliwie należą także mity i przekonania na temat przemocy. Oskarżają one ofiarę i usprawiedliwiają postępowanie sprawcy, służą bagatelizowaniu problemów oraz utrudniają prawidłowe reagowanie. Są równie nieprawdziwe, co groźne. Oto niektóre z najpopularniejszych funkcjonujących społecznie stereotypów:

1. „Przemoc w rodzinie to sprawa prywatna i nikt nie powinien się wtrącać”,
2. „Przemoc zdarza się tylko w rodzinach z marginesu społecznego”,
3. „Przemoc jest wtedy, gdy na ciele ofiary są widoczne ślady”,
4. „Jeśli ktoś jest bity, to znaczy, że sobie na to zasłużył”,
5. „Osoby używające przemocy muszą być chore psychicznie”,
6. „To był jednorazowy incydent i nigdy się nie powtórzy”,

⁷ A. Wysoczańska-Widera, *op. cit.*, s. 10 i 20.

⁸ *Ibidem*, s. 21–22 i 31–32.

⁹ *Ibidem*, s. 57–61.

¹⁰ *Przemoc w rodzinie wobec dziecka. Procedury interwencyjne w szkole*, red. J. Zmarzlik, Warszawa 2011, s. 13.

7. „Gdyby ofiara naprawdę cierpiała, odeszłaby od sprawcy”,
8. „Dla dobra dzieci kobieta powinna zostać w przemocowym związku”,
9. „Mężczyźni są z natury agresywni i nie potrafią kontrolować swojej agresji”.

Wszystkie te mity wysyłają sprawcom sygnał o społecznym przyzwoleniu na przemoc, umacniają w nich pewność siebie i poczucie bezkarności, tym samym zniewalając i zmuszając ofiary do milczenia¹¹.

Aktywne społecznie są również przekonania o relacji mężczyzny i kobiety. Głoszą one, że kobieta ma spełniać wolę partnera, nie może go kontrolować i ma się godzić na jego postępowanie i sposób jej traktowania, on natomiast może robić, co mu się podoba. To ona jest odpowiedzialna za jego destrukcyjne zachowanie, bo gdyby lepiej o niego dbała, to nie musiałby być agresywny. Nie wolno jej także odmawiać zaspokajania jego potrzeb, w tym seksualnych, gdyż seks jest obowiązkiem kobiety. Miarą jej wartości osobistej jest akceptacja przez partnera. Mężczyzna natomiast nie może być zależny od słabej i głupiej kobiety, za to może być agresywny i poniżać ją werbalnie. Może jej przypisywać wszelkie złe intencje, brak wsparcia, krytykować jako żonę, matkę i kochankę, zarzucać jej brak równowagi emocjonalnej, niegospodarność itd., bo przecież jej celem i tak zawsze jest oskarżanie swojego partnera¹². Cokolwiek zatem powie czy zrobi, nie można jej wierzyć, bo to ona jest wszystkiemu winna i sama się prosiła.

Niektóre teorie próbują wyjaśniać powstawanie skłonności do stosowania przemocy szukając przyczyn w cechach osobowości o charakterze psychopatycznym, jak również w chorobach psychicznych. Nie ma żadnych danych wskazujących na istnienie bezpośredniego związku między przemocą a chorobą psychiczną¹³. Psychopaci natomiast – jednostki nieprzystosowane społecznie, niezdolne do miłości ani przeżywania poczucia winy, impulsywne, egoistyczne – są spstrzegani przez większość ludzi jako konfliktowi i niebezpieczni. Bywają notowanymi sprawcami przemocy, potrafią jednak zadać sobie wiele trudu, by ukryć to przed światem zewnętrznym poprzez zaprzeczanie, podważanie wiarygodności ofiary lub przerzucanie na nią winy. Jeżeli te sposoby zawiodą, przyznają się błagając jednocześnie o wybaczenie i przekonująco obiecują dojrzoną poprawę¹⁴. Zarówno zaburzenia psychiczne, jak i osobowościowe u sprawcy (nawet jeżeli rzeczywiście występują) nie są usprawiedliwieniem dla stosowania przemocy. Nie jest nim także alkoholizm, narkomania, bieda, stres ani nic innego.

Skutki trwania w środowisku silnej przemocy mogą być rozmaite. Syndrom wyuczonej bezradności, uraz psychiczny, stres pourazowy, efekt psychologicznej pułapki czy syndrom sztokholmski – to tylko niektóre z jej poważnych następstw. Należy wspomnieć także o rozszczepieniu, uzależnieniach, nadmier-

¹¹ *Przemoc w rodzinie. Poradnik dla osób doznających przemocy w rodzinie*, Kraków 2006, s. 8–10.

¹² A. Wysoczańska-Widera, *op. cit.*, s. 64.

¹³ *Przemoc w rodzinie. Poradnik...*, s. 10.

¹⁴ M. Miłowski, „Niebieska karta” – *procedura interwencji policyjnej*, Katowice 2010, s. 13–14.

nej potrzebie kontroli. Są one jednocześnie strategiami radzenia sobie z przemocą przez jej ofiary. Wszystkie mają jeden wspólny cel – przetrwanie traumy przemocy. Jednak żadna z nich nie powoduje rozwiązania problemu i niezależnie od rodzaju przemocy, niszczy zdrowie fizyczne i psychiczne ofiary, doprowadzając w niektórych przypadkach do samookaleczeń czy prób samobójczych¹⁵. Ocena dotkliwości krzywdzenia (szczególnie emocjonalnego) jest niezmiernie trudna. W każdym przypadku znaczenie ma częstotliwość występowania, intensywność oraz czas podlegania przemocy. Niektóre kobiety pozostają w takich relacjach przez długie lata.

Dlaczego nie odchodzą?

Najczęstszymi powodami, dla których kobiety pozostają w krzywdzących je relacjach są: wyuczona bezradność, lęk, zależność, zaprzeczanie, izolacja i brak wsparcia, oczekiwania społeczne, brak gwarancji bezpieczeństwa, miłość i nadzieja na poprawę sytuacji¹⁶. Skorzystanie z jakiegokolwiek pomocy i przerwanie dramatu wymaga jednak zmiany nastawienia. Bez tego nie stanie się nic. Paradoks polega na tym, że skutki terroru stają się zarazem przyczynami jego podtrzymywania. Koło się zamyka, a cierpienia stają się coraz trudniejsze do zniesienia. W skrajnych sytuacjach zdarza się, że kobieta nie wytrzymuje i w panice, w obronie własnej lub rodziny, zabija ich sprawcę, nie widząc innego rozwiązania.

Przemoc psychiczna

Przemoc emocjonalna (psychologiczna) obejmuje wszystkie

[...] słowa, zachowania werbalne i niewerbalne czy postawy mające na celu utrzymanie pełnej kontroli nad drugą osobą poprzez obniżanie jej poczucia własnej wartości i wzbudzanie bezsilności oraz zaburzenie sensu jej życia. Takie działania sprawcy są intencjonalne. Zrobi wszystko, by zapanować nad emocjami i myślami drugiej osoby, by zaspokoić własne potrzeby¹⁷.

Innymi słowy, przemoc psychiczna to zadawanie cierpienia psychicznego ofierze, które powoduje uszczerbek w zakresie jej intelektualnej lub psychicznej wydajności i na skutek którego następuje obniżenie jej zdolności do normalnego funkcjonowania¹⁸.

¹⁵ I. Pospiszyl, *Razem przeciw przemocy*, Warszawa 1999, s. 49–60; A. Wysoczańska-Widera, *op. cit.*, s. 133–134.

¹⁶ R.J. Ackerman, S.E. Pickering, *Zanim będzie za późno – przemoc i kontrola w rodzinie*, Gdańsk 2002, s. 39–57.

¹⁷ *Ibidem*, s. 37.

¹⁸ K. Brown, M. Herbert, *op. cit.*, s. 25.

Sposobów terroru emocjonalnego w związkach jest wiele. Należą do nich:

- izolowanie ofiary od rodziny, znajomych, pracy, aby pozbawić ją wsparcia i zmusić do koncentracji na prześladowcy,
- monopolizacja uwagi, czyli skoncentrowanie na sytuacji sprawcy pod jego pełną kontrolą dla wymuszenia całkowitego posłuszeństwa,
- męczenie ofiary pod względem fizycznym i psychicznym, aby nie była zdolna stawiać oporu,
- demonstrowanie wszechmocy dla udaremnienia jakichkolwiek prób sprzeciwu,
- przerzucanie odpowiedzialności, czyli obarczenie ofiary winą za działanie sprawcy,
- sporadyczne okazywanie pobłażliwości, mające na celu przywiązanie ofiary do sprawcy oraz motywowanie do uległości,
- degradowanie działań ofiary i czynienie ich bardziej zagrażającymi niż poddanie się,
- stosowanie gróźb wywołujących strach i utratę nadziei,
- nazywanie (i traktowanie) partnera osobą psychicznie chorą i pozbawianie go własnego zdania i subiektywnego spojrzenia na rzeczywistość dla umocnienia poczucia bezradności¹⁹.

Dla osiągnięcia swoich celów sprawca ma zatem w repertuarze: agresję słowną, zakazy, nakazy, szantaż, nękanie, kontrolowanie i niszczenie osobistych rzeczy ofiary, krzywdzenie dzieci i manipulowanie nimi dla zdobycia sojuszników swoich poczynań, uwięzienie ofiary, ograniczanie jej możliwości poprzez zabieranie kluczy, dokumentów lub pieniędzy, ograniczanie jedzenia i snu, rozliczanie i żądanie należności finansowych (np. za możliwość korzystania z łazienki), śledzenie, lekceważenie i pogardę, dewaluację osiągnięć, podejrzenia, obwinianie o wszystko (łącznie ze spowodowaniem przemocy), odmawianie współżycia, wzbudzanie dla siebie litości i odgrywanie ofiary, wzbudzanie poczucia winy, publiczne zawstydzanie i rozpowiadanie fałszywych niekorzystnych informacji na temat ofiary, długotrwałe nieodzywanie się, obrażanie się, nadmierną zazdrość, obiecywanie poprawy, nieustające zarzucanie kłamstwa, wyśmiewanie, karanie, wyzwiska, krytykę. Lista wydaje się niewyczerpana, gdyż zależy wyłącznie od pomysłowości i stopnia okrucieństwa prześladowcy²⁰.

Sprawcy przemocy często funkcjonują podwójnie – na zewnątrz są odbierani jako kompetentni pracownicy, oddani rodzinie i uprzejmi ludzie, osobnicy w pełni normalni. We własnym domu stają się natomiast okrutnymi tyranami, szantażystami i manipulantami. Ponieważ osoby pokrzywdzone bardzo długo nie przyznają się do tego, że są traktowane w taki sposób, a większość tych zachowań rozgrywa się w „czterech ścianach”, bardzo trudno jest je sprawcy udowod-

¹⁹ A. Wysoczańska-Widera, *op. cit.*, s. 44.

²⁰ A. Styńska, *Zrozumieć przemoc w rodzinie*, e-book opublikowany w: Psychorada.pl, 2009, s. 33.

nić. Nie widać przecież zniszczonego poczucia godności, nie można go poddać obdukcji. Paradoks polega na tym, że postronni obserwatorzy, widząc dziwne, lękowe zachowania ofiary, to o niej właśnie myślą jak o jednostce zaburzonej.

Irena Pospiszyl wymienia symptomy emocjonalne i społeczne mogące świadczyć o podleganiu przemocy domowej. Wśród emocjonalnych uwidacznia się wzrost napięcia emocjonalnego, lęku i niepokoju, wzmożona czujność i niezdolność do rozluźnienia się, częsty i tłumiony płacz, depresja, niska samoocena, poczucie odrzucenia, osamotnienia, skłonność do izolacji, wycofanie, wzrost zachowań kompulsywnych, słaba kontrola emocji, zmienność nastroju.

Do społecznych zaliczają się natomiast: nieufność wobec innych, wrogość, nieumiejętność nawiązywania kontaktu, wyuczona bezradność, niekontrolowane wybuchy hysterii w sytuacjach codziennych trudności, spadek poczucia kompetencji.

Często u ofiar przemocy pojawiają się zachowania agresywne w stosunku do sprawcy, a także w stosunku do otoczenia²¹.

Przemoc w świetle badań

Wiele instytucji prowadzi badania na temat przemocy wobec kobiet. Według Amnesty International,

Przemoc wobec kobiet w związkach intymnych jest to czyn lub postępowanie dokonane przez osobę, z którą kobieta pozostaje lub pozostawała w stosunkach intymnych, bez względu na płeć, stan cywilny czy miejsce zamieszkania, które skutkuje śmiercią lub fizycznym, seksualnym czy psychicznym cierpieniem lub uszczerbkiem na zdrowiu kobiety. Definicja ta uwzględnia osoby, które kobieta określa, jako swojego obecnego lub byłego partnera²².

Mimo historycznie utrwalonej hierarchii władzy i uprzedmiotowienia kobiet, międzynarodowe organizacje, takie jak ONZ, AI czy UE, uznają przemoc za wyraźne naruszenie praw człowieka²³ oraz za formę tortur²⁴.

Według policyjnej „Niebieskiej karty”, liczba ofiar przemocy domowej w polskich domach wciąż wzrasta. Najczęściej są nimi kobiety i dzieci, a sprawcami mężczyźni (96%)²⁵. W 2006 r. kobiety stanowiły 58% wszystkich zarejestrowanych ofiar. Z badań przeprowadzonych przez CBOS kilka lat wcześniej wynika, że przemoc (w różnych swoich formach) „jest obecna co najmniej w co

²¹ I. Pospiszyl, *op. cit.*, s. 42–43.

²² E. Majewska, *Przemoc wobec kobiet w rodzinie i relacjach intymnych. Podstawowe informacje*, Warszawa 2005, s. 10.

²³ J. Różyńska, *Przemoc wobec kobiet w rodzinie*, Warszawa 2007, s. 5–22.

²⁴ E. Majewska, *op. cit.*, s. 8.

²⁵ *Ibidem*, s. 32.

trzecim, a może nawet w co drugim domu w Polsce!”²⁶ Ile przypadków pozostaje niezgłoszonych i dlaczego – zwłaszcza, jeżeli chodzi o tak trudną do udowodnienia przemoc psychiczną – nie wiadomo.

Raport z badań ogólnopolskich TNS OBOP, „Diagnoza zjawiska przemocy w rodzinie w Polsce wobec kobiet i wobec mężczyzn”, podaje, że wśród sprawców przemocy psychicznej w rodzinie, 70% to mężczyźni, a 30% kobiety. Gdy ofiarą przemocy psychicznej jest kobieta, udział mężczyzn wśród sprawców jest jeszcze większy (81–91%)²⁷. Powszechna społecznie jest także znajomość rodzin z tym problemem: prawie połowa badanych (47%) zna w swoim otoczeniu lub sąsiedztwie rodziny, w których dochodzi do przemocy psychicznej wobec kobiety²⁸. Tylko 40% osób nie miało żadnych doświadczeń z tą formą przemocy – ani osobistych, ani też pośrednich²⁹.

Z raportu wynika ponadto, że o przynajmniej jednym akcie przemocy emocjonalnej ze strony innego członka gospodarstwa domowego mówiły najczęściej kobiety w wieku 30–39 lat, będące po rozwodzie lub w separacji (77%), albo żyjące w konkubinacie (55%). Natomiast najmłodsze respondentki, poniżej 30 roku życia (27%) oraz kobiety zamężne (29%) najrzadziej wspominały o stosowaniu wobec nich przemocy psychicznej w rodzinie.

Inne dane zawarte w raporcie dowodzą, że sprawcami przemocy psychicznej najczęściej są współmałżonkowie – wskazywało na nich 51% badanych kobiet³⁰. Ofiary pytane o wiek sprawcy najczęściej mówiły o czterdziestolatkach (32%), rzadziej o trzydziestolatkach (24%), a dopiero na trzecim miejscu wskazano grupę wiekową 50–59 lat (17%)³¹. Jeśli chodzi o wykształcenie sprawców – 33% stanowili mężczyźni z wykształceniem zasadniczym, 28% – z wykształceniem średnim i 23% z wyższym³². Kobiety ofiary łączą przemoc psychiczną w swoich rodzinach z alkoholem, problemami męża w pracy, problemami finansowymi lub małżeńskimi, 14% kobiet przyznało, że sprawca nie potrzebował żadnego „pretekstu”³³.

Kobiety żyjące w nieustającym strachu, że sytuacja przemocy psychicznej może się w najbliższym czasie powtórzyć, stanowią 52% respondentek. To najwyższe wskazanie pod względem formy przemocy (ekonomiczna – 49%, fizyczna – 36%, seksualna – 27%)³⁴.

²⁶ J. Różyńska, *op. cit.*, s. 49–50.

²⁷ *Diagnoza zjawiska przemocy w rodzinie w Polsce wobec kobiet i wobec mężczyzn. Część I – Raport z badań ogólnopolskich*, TNS OBOP, Warszawa, listopad 2010, s. 9.

²⁸ *Ibidem*, s. 37.

²⁹ *Ibidem*, s. 51.

³⁰ *Ibidem*, s. 111.

³¹ *Ibidem*, s. 114.

³² *Ibidem*, s. 115.

³³ *Ibidem*, s. 136.

³⁴ *Ibidem*, s. 142.

Kobiety niekorzystające w związku z przemocą psychiczną z pomocy żadnej instytucji lub organizacji to aż 74% badanych³⁵. Spośród tych, które skorzystały, prawie połowa ocenia tę pomoc jako częściowo skuteczną (47%), a 22% za zupełnie nieskuteczną³⁶. Poszkodowane poszukiwały porad medycznych, prawnych, psychologicznych, rodzinnych i zawodowych, najczęściej zgłaszając się na policję (12%)³⁷. Ich ocena skuteczności działań tej instytucji wydaje się trafna, skoro tylko 60% policjantów potrafi poprawnie wypełnić „Niebieską kartę”³⁸.

Uwzględnione tu dane dotyczą tylko przemocy psychicznej. Skala tego zjawiska jest porównywalna z przemocą fizyczną³⁹, a pomimo tego wydaje się rzadziej wychodzić na jaw jako oddzielna forma nękania.

Badania własne

Czy kobiety w różnym wieku potrafią dostrzegać symptomy terroru psychicznego? Czy wszystkie zachowania dotyczące przemocy psychicznej, wymieniane w literaturze, są rozumiane przez kobiety jako jej objawy? Czy kobiety mają wiedzę na temat przepisów prawa oraz instytucji udzielających pomocy ofiarom przemocy? Czy spostrzeganie tego zjawiska jest uzależnione od wieku badanych kobiet? Takie pytania autorka niniejszego artykułu zadała kobietom w badaniach w ramach pracy dyplomowej. Założono, że młode kobiety – dorastające w czasach większej emancypacji i lepiej wykształcone – będą bardziej wyczulone na objawy niewłaściwego traktowania przez mężczyzn, niż osoby starsze, których życie i wychowanie podporządkowane było starym stereotypom płci i ról rodzinnych. Zastosowano dwie techniki. Pierwszą była analiza opracowanych przykładowych dwunastu historii związków, które zawierały zachowania o cechach przemocy psychicznej, a drugą wywiad częściowo ustrukturyzowany. Przed badaniem uczestniczki miały opisać pojęcie przemocy psychicznej tak, jak je rozumieją. W pierwszej części rozmowy badane miały za zadanie przeczytać opisane historie związków i podkreślić w nich zdania, opisy, cytaty, słowa i zwroty, które mogłyby świadczyć o stosowaniu wobec ich bohaterek przemocy psychicznej ze strony partnerów. Ich liczba w poszczególnych opisach była różna. Objawy przemocy pogrupowano w tabeli według ich rodzajów, w siedmiu kategoriach: agresja słowna wobec partnerki, objawy dystansu i izolacji od partnerki, zachowania eskalujące zastraszanie, zachowania eskalujące negatywne emocje, działania zewnętrzne i zachowania destrukcyjne.

³⁵ *Ibidem*, s. 148.

³⁶ *Ibidem*, s. 153.

³⁷ *Ibidem*, s. 148.

³⁸ E. Majewska, *op. cit.*, s. 34.

³⁹ *Diagnoza zjawiska...*, s. 9.

W tabeli zaznaczono wszystkie symptomy przemocy, wskazane przez badane kobiety w opisanych związkach. Miały one również zaznaczyć, jak oceniają stopień nasilenia przemocy występującej w tym związku w skali 1–5, gdzie 1 oznaczało brak symptomów, a 5 – bardzo nasiloną przemoc.

Drugą częścią badania był wywiad, w którym kobiety odpowiadały na kilkanaście pytań (otwartych i zamkniętych), dotyczących ogólnej wiedzy o tym zjawisku. Swoboda wypowiedzi i nieograniczony czas rozmowy pozwoliły również zebrać informacje na temat osobistych doświadczeń i opinii respondentek w tym zakresie.

Anonimowe badania objęły 30 kobiet, jedynym kryterium ich doboru był co najmniej pięcioletni staż w małżeństwie lub związku intymnym – przyjęto bowiem, że jest to minimalny, niezbędny czas potrzebny do zdobycia doświadczenia małżeńskiego i odzyskania „realności” spojrzenia na związek i partnera. Grupa została podzielona na trzy podgrupy, po 10 osób, według wieku:

- 25–39 lat (grupa A) ze stażem w związku małżeńskim (lub nieformalnym) 5–12 lat,
- 40–54 lata (grupa B) ze stażem 14–26 lat w związku,
- 55 lat i więcej (grupa C) ze stażem 35–47 lat w związku.

W grupie badawczej znalazły się 3 kobiety, których przemoc w małżeństwie dotknęła bezpośrednio (w grupie B – 2 osoby, w grupie C – 1 osoba).

W historiach związków analizowanych przez respondentki, żaden z symptomów nie pozostał niezauważony, co świadczy o tym, że badane kobiety potrafią rozpoznawać objawy przemocy psychicznej stosowanej przez mężczyzn. Niektóre dopatrywały się ich nawet w tych opisach, w których z założenia nie występowały (dwie historie).

Aby określić, które zachowania wymieniane w literaturze w tym zakresie, są odbierane przez kobiety jako absolutne objawy terroru psychicznego, zestawiono i zsumowano wszystkie wskazania dla każdego symptomu w poszczególnych 12 historiach. Maksymalna liczba wskazań (30 osób) świadczy o zdecydowanym uznawaniu tego rodzaju zachowania za przemoc. Najwyższą liczbę wyborów otrzymały:

- krytyka, poniżanie, przedrzeźnianie, wyśmiewanie partnerki, kpiny, wyzwiska, krzyk, awantury, kłótnie, przekleństwa – kategoria agresji werbalnej,
- ograniczanie działań, kontaktów, jedzenia, nakazy, zakazy, kary, kontrolowanie telefonu, komputera i osobistych rzeczy, śledzenie, rozliczanie – ograniczanie wolności partnerki,
- niszczenie lub wyrzucanie osobistych rzeczy partnerki – zachowania destrukcyjne.

Szczegółowe podsumowanie odpowiedzi ze wszystkich trzech grup wiekowych przedstawia tabela 1.

Tabela 1. Występowanie symptomów przemocy psychicznej w analizowanych historiach

Symptomy przemocy	Nr historii											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Krytyka, poniżanie, przedrzeźnianie, wyśmiewanie partnerki, kpiny	30	27	19	21	9	23	25	29	4	28	27	-
Wyzwiska, krzyk, awantury, kłótnie, przekleństwa	30	28	29	27	23	25	-	20	3	18	29	1
Brak szacunku dla potrzeb, pracy, opinii i wysiłków partnerki	27	10	18	-	10	-	26	20	1	20	27	3
Niedotrzymywanie ustaleń, wspólnych postanowień, niszczenie zaufania	-	-	-	-	16	-	-	-	-	10	-	-
Lekceważenie, pogardzanie partnerką, upokarzanie	27	20	19	-	-	16	15	26	-	29	29	-
Odmowa pomocy w pracach domowych i przy dzieciach	-	13	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Obrażanie się i długotrwałe nieodzywanie	-	-	22	-	-	23	-	-	3	-	-	-
Zaniedbywanie dziecka (dzieci) pod opieką	-	17	-	17	-	-	8	-	-	-	-	-
Ograniczanie działań, kontaktów, jedzenia, nakazy, zakazy, kary	-	24	24	-	21	30	9	6	-	30	23	-
Kontrolowanie telefonu, komputera i osobistych rzeczy, śledzenie, rozliczanie	-	-	5	-	30	26	29	-	-	27	26	-
Nękanie telefonami i sms-ami	-	24	-	-	27	22	-	-	-	-	-	-
Zabieranie partnerce kluczy, samochodu, pieniędzy	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	17	-
Wyrzucanie z domu lub straszenie wyrzuceniem	27	1	29	-	23	-	-	-	-	23	2	-
Groźenie odebraniem dziecka (dzieci)	-	-	27	-	-	-	-	-	-	27	-	-
Groźenie pobiciem lub śmiercią partnerce lub dzieciom (skrzywdzeniem)	-	-	-	27	-	24	26	-	-	-	-	-
Straszenie samobójstwem	-	27	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Zarzucanie partnerce kłamstwa i nieuczciwości	-	-	21	-	23	-	-	-	-	15	21	-
Obwinianie partnerki o sprowokowanie przemocy	-	-	-	-	-	-	18	-	-	-	-	-
Oskarżanie partnerki o wszystko, co złe (nawet, gdy przyczyny są obiektywne)	23	-	-	-	-	-	20	20	-	18	8	-
Odmawianie współżycia	-	-	-	-	-	-	-	25	-	-	-	-
Nadmierna zazdrość, ciągle podejrzewanie o zdradę	-	-	23	-	27	-	-	-	-	-	-	-
Szantaż emocjonalny bezpośrednio wobec partnerki lub poprzez dzieci	-	16	25	23	-	-	-	-	-	27	-	-
Płacz i błaganie o wybaczenie, wzbudzenie litości dla siebie, odgrywanie ofiary	-	7	-	-	-	-	-	-	-	16	11	-

Wmawianie partnerce choroby psychicznej	-	-	-	-	-	-	-	26	-	19	-	-
Udawanie miłego, czynnego i szarmanckiego przed osobami trzecimi	-	-	-	-	-	-	20	-	-	-	16	-
Rozpowiadanie fałszywych niekorzystnych informacji na temat partnerki	-	-	23	14	18	-	-	-	-	24	27	-
Publiczne zawstydzanie partnerki	-	-	19	21	17	-	27	-	-	17	26	-
Zdradzanie partnerki	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-
Kopanie ścian, rzucanie przedmiotami, wymachiwanie np. nożem	-	-	-	-	-	-	27	-	-	-	-	-
Niszczenie lub wyrzucanie osobistych rzeczy partnerki	-	-	-	-	-	30	-	-	-	24	-	-

Źródło: badania własne.

Jak wynika z danych zamieszczonych w tabeli nr 1, w pozostałych kategoriach objawów przemocy psychicznej także pojawiały się wyniki bliskie maksimum. Można powiedzieć, że również te symptomy, które zdobyły 26 lub więcej wskazań, są określane przez kobiety jako przemoc. Wysokie wyniki uzyskały wszelkie formy zastraszania, szczególnie jeśli chodzi o groźbę odebrania dziecka lub popełnienia samobójstwa sprawcy (27 osób).

Wśród objawów dystansu i izolacji od partnerki duża liczba wyborów występowała w przypadku braku szacunku dla potrzeb, pracy, opinii i wysiłków partnerki (maks. 27 osób) oraz lekceważenia, pogardzania partnerką, upokarzania (maks. 29 osób). W kategorii zachowań eskalujących zastraszanie, wszystkie objawy otrzymały 27 głosów, a wyrzucanie z domu lub straszenie wyrzuceniem – 29.

W kategorii zachowań eskalujących negatywne emocje, 27 osób powiedziało, że nadmierna zazdrość, ciągle podejrzewanie o zdradę, a także szantaż emocjonalny bezpośrednio wobec partnerki lub poprzez dzieci, jest przemocą. Wmawianie partnerce choroby psychicznej uznało za przemoc 26 osób, a odmawianie współżycia 25 osób. Pozostałe zachowania sprawcy miały niższe wskazania.

W zakresie działań zewnętrznych przeciwko partnerce, najwyższą liczbę wyborów uzyskało rozprowadanie fałszywych, niekorzystnych informacji na temat partnerki, które publicznie ją zawstydzają (27 osób). Podobnie zostały ocenione zachowania takie, jak kopanie w ściany, rzucanie przedmiotami itp. (27 osób).

Najrzadziej wskazywanymi we wszystkich grupach symptomami były: odmowa pomocy w pracach domowych i przy dzieciach (1/4 możliwych wyborów), zaniedbywanie dzieci pozostawionych pod opieką mężczyzny, odgrywanie roli ofiary i wzbudzanie przez sprawcę litości dla siebie oraz zdradzanie partnerki (ok. 1/3 wyborów). Niespełna połowę wskazań otrzymało łamanie wspólnych postanowień, niszczące zaufanie.

W ilościowych analizach porównawczych pominięto wskazania nietypowe. Jednak warto przytoczyć niektóre uzasadnienia tych wyborów podawane przez badane kobiety. W jednej z historii mężczyzna śledził swoją partnerkę i choć nie poniżał jej słownie, 9 osób uznało, że takie zachowanie jest dla niej poniżające. W innym opisie związku bohater w obecności dzieci wyrzucał do śmieci posiłki przygotowane przez żonę, krytykował przy gościach oraz odbierał jej pieniądze wydawane – jego zdaniem – niepotrzebnie. W tej sytuacji również 9 osób stwierdziło, że nie miał prawa tak się zachowywać, a życie tej rodziny musiało być oparte na stosunkach „władczo-poddańczych”. Dużo emocji wywołała także historia, w której mężczyzna po trzydziestu latach małżeństwa przy każdej okazji oznajmiał swojej partnerce, że do niczego się nie nadaje i nie ma z niej żadnego pożytku. 8 osób z najstarszej grupy wiekowej (C) uznało, że w ten sposób wywołuje on u kobiety ogromne poczucie winy i bezwartościowości, pomimo tak długiego wspólnego pożycia, wychowania dzieci i wykonywania przez nią wszystkich obowiązków domowych. Bohaterka tej historii (tak, jak badane z grupy C) była starszą kobietą, o długim stażu małżeńskim i to spowodowało, że badane dość mocno się z nią identyfikowały.

Nietypowych wskazań wobec innych symptomów wystąpiło jeszcze kilka (ale już w mniejszej liczbie). Może to świadczyć, że w nienazwanych wprost sytuacjach respondentki rozszerzały zakres pojęcia, a więc i pozycję i odczucia kobiet ofiar przemocy partnerskiej.

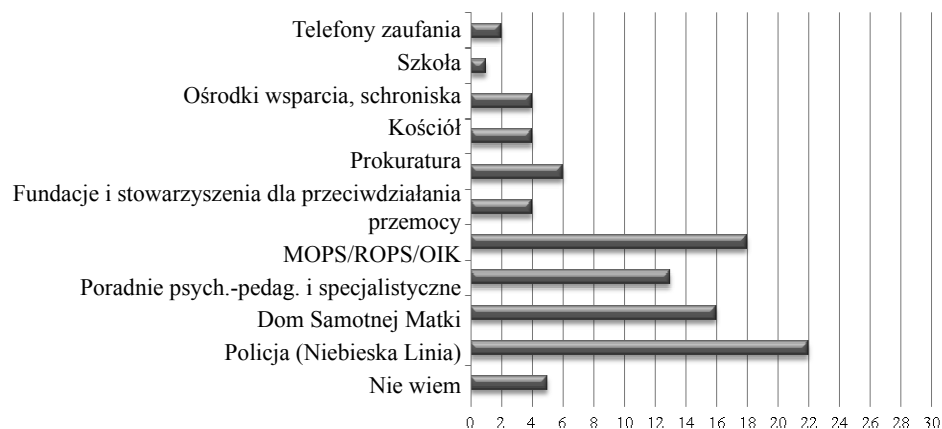
Wiedzę respondentek na temat przepisów chroniących ofiary przemocy domowej oraz sankcji wobec jej sprawców można ocenić jako niewystarczającą. Prawie połowa kobiet nie była zorientowana w możliwościach prawnych w tym zakresie. Lepiej przedstawiała się znajomość organizacji mogących udzielać pomocy ofiarom, ale i tu 5 osób nie potrafiło się wypowiedzieć. Większość z nich stanowiły kobiety z grupy wiekowej od 40 do 54 lat. Najczęściej wymienianą instytucją była policja i należąca do niej „Niebieska linia”. Zestawienie wszystkich odpowiedzi przedstawia wykres nr 1.

Za powody, dla których kobiety nie odchodzą od swoich prześladowców, ponad połowa badanych uważa strach przed złą sytuacją materialną po rozstaniu, poczucie bezradności oraz chęć utrzymania pełnej rodziny ze względu na dobro dzieci. Te i inne przeszkody w zakończeniu związku przedstawia wykres 2.

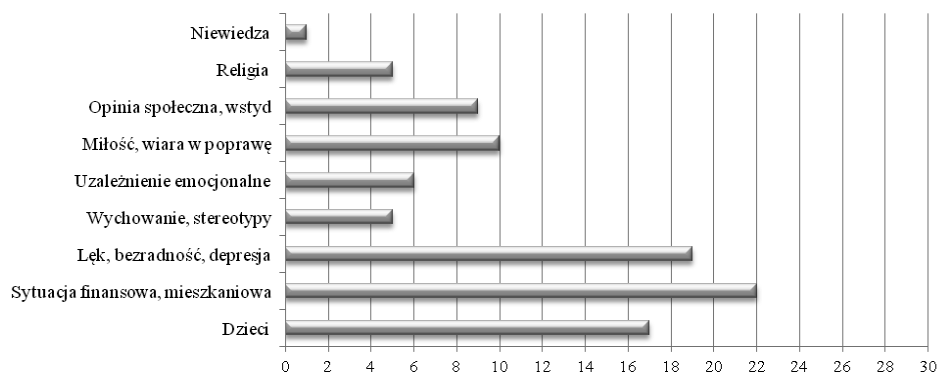
Jedna trzecia respondentek stwierdziła, że ważnymi przyczynami kontynuowania toksycznych związków są miłość (i wynikająca z niej wiara w poprawę postępowania partnera) oraz wstyd i obawa przed utratą dobrej opinii społecznej. Wszystkie badane oceniły sytuację kobiety w związku naznaczonym przemocą jako fatalną, ale tylko cztery uznały ją za „bez wyjścia”. Bardzo podobne odpowiedzi uzyskano na temat źródeł złego traktowania partnerki przez mężczyznę. Badane mówiły najczęściej o wzorach wychowania wyniesionych z rodziny u obu płci, stereotypach i mitach społecznych, niskim poczuciu własnej wartości mężczyzny, rekompensowanym żądzą kontroli i dominacji, braku umiejętności

radzenia sobie z emocjami oraz zaburzeniach osobowości objawiających się agresją. Tylko 2 osoby były skłonne usprawiedliwić zachowania sprawcy, jeśli ich przyczyną byłyby choroby psychiczne. Pozostałe nie widziały żadnych możliwości usprawiedliwienia.

Wykres 1. Znajomość wśród badanych instytucji udzielających pomocy w przypadku przemocy domowej



Wykres 2. Powody trwania w związkach z przemocą



Chociaż nie każda z respondentek umiała wyobrazić sobie siebie w związku, w którym istnieje przemoc psychiczna, to jednak wszystkie uważają, że jeśli się ona pojawi, należy natychmiast stanowczo reagować i najlepiej z niego odejść. W najmłodszej badanej grupie (A) 5 osób starałoby się wcześniej szukać pomocy specjalistów, natomiast w średniej grupie (B) tylko 2 osoby. Najstarsza grupa wiekowa (C) zdecydowanie chciałaby najpierw próbować ratować związek, zanim postanowią go zakończyć. W tej grupie 2 osoby stwierdziły też, że uciekłyby

od razu. Ten stan sugeruje, że im dłużej trwa toksyczny wpływ przemocy i samo małżeństwo, tym trudniej się od niego uwolnić. Ponadto połowa badanych w tej grupie uznała za przeszkodę w rozstaniu względy religijne.

W ocenie skali nasilenia przemocy psychicznej w polskich rodzinach padały rozmaite wartości procentowe, jednak tendencja wzrostowa została zauważona przez znaczącą większość badanych. Aż 26 osób stwierdziło, że znają takie rodziny zarówno z własnego otoczenia (czasem bardzo bliskiego), jak i opowiadań znajomych. Jest to tym bardziej niepokojące, że organy ścigania podejmują działania dopiero w skrajnie dramatycznych sytuacjach.

Ostatnie pytanie dotyczyło zależności pomiędzy spostrzeganiem zjawiska przemocy a wiekiem badanych. Najpierw porównano wskazania grup wiekowych dla poszczególnych kategorii, z maksymalną możliwą do zdobycia liczbą wyborów. Celem było ustalenie, na jaki rodzaj zachowań sprawców jest najbardziej wrażliwa dana grupa wiekowa kobiet. Wybory nietypowe zostały pominięte. Jak wynika z danych zebranych w tabeli 2, najmłodsza grupa badanych (A) okazała się najbardziej wyczulona na objawy agresji werbalnej. W pozostałych kategoriach badane z najstarszej grupy (C) były najsurowsze w ocenie postępowania sprawców. Ponadto w kategorii obejmującej wszelkie formy zastraszania oraz zachowań destrukcyjnych, wskazania w grupie C osiągnęły niemal maksimum, grupa średnia (B) wydawała zdecydowanie najłagodniejsze opinie.

Tabela 2. Porównanie liczby wskazań dla poszczególnych kategorii symptomów przemocy psychicznej w trzech podgrupach badanych kobiet

Kategoria symptomów przemocy psychicznej	Maks. liczba możliwych wskazań w jednej grupie	Wskazania grupy A	Wskazania grupy B	Wskazania grupy C
Agresja słowna	180	161	144	155
Objawy dystansu i izolacji	250	153	126	189
Ograniczanie wolności	170	136	119	155
Zachowania zastraszające	100	81	73	96
Zachowania eskalujące negatywne emocje	210	155	108	161
Działania zewnętrzne przeciwko partnerce	140	90	77	111
Zachowania destrukcyjne	30	27	26	28

Źródło: opracowanie własne.

Analizując dokładniej odpowiedzi respondentek w każdej grupie wiekowej, porównano także ich wrażliwość na poszczególne symptomy przemocy psychicznej, odnajdywane w opisanych 12 historiach związków (tabela 3).

Tabela 3. Porównanie liczby wskazań poszczególnych symptomów przemocy psychicznej w trzech podgrupach badanych kobiet

Symptomy przemocy	Maks. liczba możliwych wskazań w jednej grupie	Wskazania grupy A	Wskazania grupy B	Wskazania grupy C
Krytyka, poniżanie, przedrzeźnianie, wyśmiewanie partnerki, kpiny	90	78	70	81
Wyzwiska, krzyk, awantury, klótnie, przekleństwa	90	83	74	74
Brak szacunku dla potrzeb, pracy, opinii i wysiłków partnerki	80	46	44	69
Niedotrzymywanie ustaleń, postanowień, niszczenie zaufania	20	7	4	15
Lekceważenie, pogardzanie partnerką, upokarzanie	80	65	53	63
Odmowa pomocy w pracach domowych i przy dzieciach	20	6	4	5
Obrażanie się i długotrwałe nieodzywanie	20	18	11	16
Zaniedbywanie dziecka pod opieką	30	11	10	21
Ograniczanie działań, kontaktów, jedzenia, nakazy, zakazy, kary	70	53	46	59
Kontrolowanie telefonu, komputera i osobistych rzeczy, śledzenie, rozliczanie	50	45	43	50
Nękanie telefonami i sms-ami	30	23	22	28
Zabieranie partnerce kluczy, samochodu, pieniędzy	20	15	8	18
Wyrzucanie z domu lub straszenie wyrzuceniem	40	36	29	37
Groźenie odebraniem dziecka	20	18	16	20
Groźenie pobiciem lub śmiercią partnerce lub dzieciom	30	27	21	29
Straszenie samobójstwem	10	10	7	10
Zarzucanie partnerce kłamstwa i nieuczciwości	40	30	21	29

Obwinianie partnerki o sprowokowanie przemyocy	10	7	3	8
Oskarżanie partnerki o wszystko, co złe	40	29	19	33
Odmawianie współżycia	10	9	6	10
Nadmierna zazdrość, ciągle podejrzwanie o zdradę	20	17	14	19
Szantaż emocjonalny bezpośrednio wobec partnerki lub przez dzieci	40	33	25	33
Placz i błaganie o wybaczenie, wzbudzanie litości, odgrywanie ofiary	30	13	8	13
Wmawianie partnerce choroby psychicznej	20	17	12	16
Udawanie miłego i szarmanckiego przed osobami trzecimi	20	8	9	19
Rozpowiadanie fałszywych informacji na temat partnerki	50	38	30	37
Publiczne zawstydzanie partnerki	60	42	37	48
Zdradzanie partnerki	10	2	1	7
Kopanie ścian, rzucanie przedmiotami, wymachiwanie np. nożem	10	9	8	10
Niszczenie lub wyrzucanie osobistych rzeczy partnerki	20	18	18	18

Źródło: opracowanie własne.

W grupie C pięć objawów uzyskało maksymalną liczbę wskazań, podczas gdy w grupie A tylko jeden. Żaden z symptomów nie zdobył takiego wyniku w grupie B. W grupach A i C pojawiło się ponadto sporo wyborów, którym do osiągnięcia maksimum zabrakło jednego lub kilku wskazań.

Jeden spośród objawów uzyskał jednakową liczbę głosów we wszystkich grupach wiekowych (niszczenie lub wyrzucanie osobistych rzeczy partnerki), a w przypadku kilku innych symptomów, odpowiedzi były takie same w grupach A i C (straszenie samobójstwem, szantaż emocjonalny bezpośrednio wobec partnerki lub poprzez dzieci, błaganie o wybaczenie i odgrywanie ofiary). Nie znaleziono podobnych zbieżności pomiędzy grupami A i B. Natomiast jeśli chodzi o porównanie grup B i C, liczba wskazań była równa tylko w przypadku wyzwisk, krzyków i awantur.

Z podsumowania odpowiedzi trzech grup wiekowych respondentek wynika, że w ogólnym ujęciu spostrzeganie przez kobiety zjawiska przemocy psychicznej w rodzinie jest nieco odmienne u kobiet w różnym wieku. Odmienny jest bowiem próg wrażliwości na objawy przemocy, co wydaje się uzależnione właśnie od wieku. Wbrew oczekiwaniom, to jednak nie najmłodsze uczestniczki badań okazały się najbardziej wyczulone na symptomy terroru psychicznego, tylko najstarsze. One były najsurowsze w opiniach, ale też najlepiej zorientowane w aspektach prawnych czy możliwościach ofiar. Pomimo coraz lepszego poziomu życia, wykształcenia i dorastania w bardziej „feministycznych” czasach, młode kobiety są na innym etapie rozwoju własnego i rodziny, stąd mogą nie mieć tak dużego doświadczenia życiowego i małżeńskiego, jak te w wieku około 60 lat i więcej.

Zjawisko przemocy ma swoje główne źródło w rodzinie. To pierwsze i naturalne środowisko wychowawcze. Prawidłowo funkcjonująca rodzina powinna też być tarczą chroniącą przed szerszymi wpływami środowiskowymi. W rodzinie dziecko uczy się wszystkiego, co dobre, ale często jest także świadkiem trwającego latami zła. Stąd zabiera w świat to, czego się nauczyło poprzez świadome i nieświadome oddziaływania, a potem również świadomie lub mniej świadomie przekazuje to swoim dzieciom. Transmisja międzypokoleniowa jest niezwykle istotna, dlatego silna miłością wszystkich jej członków i wolna od patologii rodzina powinna być priorytetem wszelkich działań społecznych. Współczesne rodziny borykają się bowiem z dezintegracją, rozpadem więzi emocjonalnych i wieloma innymi problemami, z których każdy może stać się potencjalnym podłożem zachowań przemocowych.

Przemoc psychiczna jest równie groźna i niszcząca, co każdy inny rodzaj przemocy. Kobiety powinny być szeroko uświadamiane na temat sposobów działania sprawców, metod obrony przez nimi i możliwości uzyskiwania pomocy. Prawo powinno kategorycznie egzekwować izolację rodzinnych dręczycieli oraz gwarantować przymus terapii, jako jedną z sankcji wobec nich. Organy ścigania powinny dysponować szybszymi procedurami postępowania karnego. Media, jako silne źródło przekazu, powinny być wolne od agresji. Rodzice powinni pamiętać, że są wzorem dla swoich dzieci, a sąsiedzi i znajomi – reagować na najmniejsze sygnały, a nie udawać, że nic nie widzą i nie słyszą.

Tych powinności można wymienić znacznie więcej, ale te wspomniane, są ogólnodostępne. Gdyby każdy zadbał o „własne podwórko” i najbliższe otoczenie, miał świadomość problemu i odwagę, aby się z nim zmierzyć, to już byłby ogromny krok w walce z przemocą. Należy pamiętać, że przemoc jest przestępstwem i musi podlegać odpowiedzialności bez względu na przyczyny jej powstania.

Na zakończenie, w ramach przykładu, przytoczone zostaną dwie (spośród dwunastu) historie związków analizowanych przez respondentki. Obie zostały uznane za sytuacje o największym nasileniu przemocy psychicznej.

Historia 6: Joanna wyszła za Marka po trzech latach znajomości. Kiedy okazało się, że jest w ciąży, przyspieszyli ślub. Nie mieli własnego mieszkania, więc zajęli piętro domu rodziców Marka. Stosunki z teściami nie układały się najlepiej.

Po urodzeniu dziecka Joanna zaczęła prosić męża, żeby wynajęli jakiegokolwiek mieszkanie, byleby mogli być sami. Odmówił twierdząc, że nie poradzi sobie sama z małym dzieckiem, a tak zawsze może liczyć na mamusię. Co jakiś czas ponawiała swoje prośby, ale to go tylko coraz bardziej rozwścieczało. „Żebyś mogła robić, co ci się spodoba?! Zapomnij!” – wykrzyczał w końcu. Zapomniała. Matka Marka pod jego nieobecność wspomagała syna w „pilnowaniu” niewdzięcznej synowej. „Daliśmy ci dach nad głową, a ty co?!” – wypominała.

W ciągu dnia nie wolno jej było oglądać telewizji, korzystać z telefonu domowego, z komputera, a nawet odebrać, kiedy ktoś dzwonił do niej. Kiedy postarała się o swoją komórkę, Marek roztrzaskał ją o podłogę. Potem przeproszał i dał jej telefon, z którego jednak nie mogła dzwonić, tylko przyjmować połączenia. Musiał być cały czas włączony, żeby w każdej chwili mąż mógł się z nią skontaktować. Powyrzucał także jej prywatne rzeczy – laptopa, lekarstwa, kosmetyki, nawet ubrania. W piecu spalił jej słowniki i wszystkie notatki ze studiów. „Chciałaś mieć dziecko – to masz! Nim się zajmuj, domem, a nie głupotami! Jak nie wiesz, co z czasem zrobić, to ja ci powiem, a ty się podporządkujesz!”

Dyktował zatem, kiedy ma spać, kiedy jeść, sprzątać, prać i oczywiście kiedy iść z nim do łóżka. Nie miała prawa do żadnego sprzeciwu, bo wtedy przeklinał, wygrażał pięściami. Potrafił się nie odzywać do niej przez 2–3 tygodnie. W zasadzie najlepiej, żeby ona też się w ogóle odzywała. Zresztą i tak zawsze słyszała krytykę i zakazy.

Historia 10: Ewa jest z Danielem od 12 lat. Ustalili, że nie będą mieć dzieci, zabezpieczali się. Daniel dyktował warunki, rzucał pomysły spędzania czasu, decydował, czy się spotkają, a ona się na wszystko zgadzała. Było jej tak wygodnie i nie chciała go zawieść. Kiedy zmarła jego matka, był załamany. Ewa troszczyła się, by jadł, spał i chodził do pracy.

Pół roku później okazało się, że Ewa jest w ciąży. Życie zweryfikowało plany, ale po minięciu szoku Ewa zaczęła się cieszyć. Nie mogła uwierzyć, że Daniel kazał jej usunąć ciążę. To był pierwszy raz, gdy mu się postawiła i zagroziła, że odejdzie od niego, jeśli nie przestanie naciskać. Uspokoił się, choć nadal nie był zachwycony. Nie pomagał, nie nosił zakupów, nie sprzątał, nie chodził na wizyty lekarskie.

Zmienił zdanie dopiero po porodzie. Córka stała się jego oczkiem w głowie, jego królewną. Umówili się, że Ewa weźmie urlop wychowawczy. Gdy mała skończyła 3 miesiące, wyprawili podwójną uroczystość – ślub i chrzciny.

Potem zamieszkali w nowym mieszkaniu. Ewa była zajęta i zmęczona opieką nad dzieckiem. Mieszkanie urządził Daniel. Nie wszystko jej się podobało, ale nie dał jej prawa głosu. Kazał usunąć z domu jej ukochanego kota, z którym mieszkała od 7 lat. Kiedy płakała, kiwał z politowaniem głową, pukał się w czoło i mówił, że powinna się leczyć, skoro płacze za „śmierdzącym sierściuchem”. Stawiał żonie coraz większe wymagania, a jednocześnie krytykował wszystko – jej postępowanie, przeszłość, rodzinę, znajomych, pomysły, decyzje, opiekę nad dzieckiem i domem, wygląd. Okazywał pogardę i wypominał, że Ewa wszystko zawdzięcza jemu, bo sama jest nikim i nic nie ma.

Nie pozwolił jej wrócić do pracy, ale sprzeciwiła mu się kolejny raz. Przecież po trzech latach mogła w końcu wychodzić do ludzi i nie chciała z tego zrezygnować. Tak zresztą było uzgodnione. Daniel zabronił jej zapraszać kogokolwiek do domu oraz spotykać się z rodziną, bo uważał, że wszyscy nastawiają ją przeciwko niemu. Bez przerwy ją kontrolował i przesłuchiwał. Klócili się coraz częściej i o wszystko. Winę oczywiście zawsze zrzucił na nią. Twierdził, że go zawsze okłamywała i nigdy nie kochała. Słownie

wyrzucał ją z domu kilka razy i groził, że jeżeli się nie zmieni, to odbierze jej córkę i zezna w sądzie, że Ewa jest alkoholiczką i prostytutką.

Ze łzami w oczach opowiadał swoim znajomym przez telefon, że żona go zdradza, nie dba o niego ani o dziecko, że się nad nimi znęca.

Kiedyś przy kolacji, podczas kolejnej kłótni, powiedziała, że nigdy dziecka mu nie odda. Oznajmił, że zrobi badania genetyczne, żeby sprawdzić czy córka jest jego. Ale najpierw powie małej, jaką zdzirą jest jej matka i że nigdy jej nie kochała i nie chciała. „Dziecko od małego powinno wiedzieć, jaką ma matkę!”

Któregoś dnia po powrocie z pracy nie zastał w domu nikogo. Nie było też walizek i rzeczy małej. Wezwał policję i oskarżył żonę o porwanie dziecka. Powiedział, że jest chora psychicznie (leczyła się z powodu depresji) i nieobliczalna.

Ewa schroniła się u swojej siostry i postanowiła jak najszybciej rozpocząć nowe życie i zapewnić córce spokojny dom.