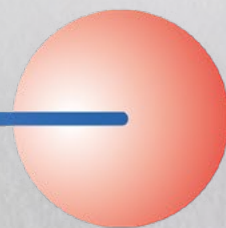


NIEBIESKA

LINIA



DWUMIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY PROBLEMATYCE PRZEMOCY

5/160/2025

ISSN 1507-2916

Zmiany, które mają sens

Anna Mazurczak
w rozmowie
z Grzegorzem Wroną

Dzieciństwo Bez Przemocy – wczoraj, dziś, jutro

Rozmowa
z Moniką Sajkowską

Procedura „Niebieskie Karty” w praktyce Standardy, wyzwania, dokumentowanie

Michał Gluzek



PRAWO POD LUPĄ

- 5** Rozmowa **Grzegorza Wrony z Anną Mazurczak**
Zmiany, które mają sens
- 18** **Alina Prusinowska-Marek**
Terminowość czynności sądu cywilnego w sprawach
z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej
- 29** **Michał Lewoc**
Dynamika orzekania środków izolacji osób stosujących
przemoc domową przez sądy cywilne
- 51** **Monika Sokołowska**
Środki ochrony prawnej dziecka cudzoziemskiego
– zagadnienia wybrane

DOBRE PRAKTYKI

- 62** Rozmowa **Katarzyny Miłkowskiej z Moniką Sajkowską**
Dzieciństwo Bez Przemocy – wczoraj, dziś, jutro
- 74** **Michał Gluzek**
Procedura „Niebieskie Karty” w praktyce. Standardy,
wyzwania, dokumentowanie
- 84** **Ewa Mażul**
Pomagać, chronić siebie.
Czyli jak zapobiegać wypaleniu w zawodach pomocowych
- 96** **Marta Duńska**
Osoby pierwszego kontaktu – supermoce w placówkach
pomocowych

OKIEM SPECJALISTY

- 104** **Aneta Gawełek**
Kiedy zależność staje się zagrożeniem – tabu związane
z przemocą domową wobec osób z niepełnosprawnością
- 115** **Anna Maria Nowakowska**
Złoty łańcuch. Opowieść o przemocy psychicznej
w „dobrym domu”

DROGIE CZYTELNICZKI I DRODZY CZYTELNICY,

Wszelkie infekcje, z COVID-em na czele, w ostatnich dniach są istną plagą (a przynajmniej w moim otoczeniu). Postanowiłam zacząć od tego, bo wiem, jak czasami łatwo stracić swoje własne zdrowie z oczu, gdy dokoła tyle spraw do załatwienia, szkoleń, osób potrzebujących wsparcia, dokumentów do uzupełnienia itd. Pamiętajmy jednak, że zasada maski tlenowej jak najbardziej obowiązuje także w tym zakresie – jeśli nie zadbamy o swoje zdrowie, nie będziemy w stanie działać na sto procent, nie mówiąc już o tym, że w pewnym momencie zupełnie może nas odciąć. Lepiej więc zareagować zawczasu i nawet jeżeli trzeba zrobić sobie dwa-trzy dni wolnego, miejmy w perspektywie, że to mniej niż późniejsze potencjalne zwolnienie na... dwa tygodnie.

Niestety, wielu „pomagaczy” miewa z tym problemy, stawiając wymagania oraz potrzeby świata i ludzi wokół ponad siebie samych. Duża część z nich należy przy tym do grupy tzw. Obowiązkowych, o czym pisze w swoim artykule Ewa Mażul. Sęk w tym, że takie osoby są najbardziej narażone na wypalenie zawodowe, a o profilaktyce w tym zakresie wciąż – moim zdaniem – mówi się za mało.

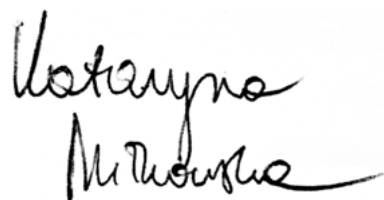
Mówmy zatem, podkreślając, że jednym z czynników chroniących w tym obszarze jest wiedza. Stąd też w najnowszym numerze poświęcamy sporo miejsca aspektom prawnym przeciwdziałania przemocy domowej. W ostatnich latach wiele się zmieniło i wciąż trwają dyskusje nad kolejnymi możliwymi ewolucjami systemu – warto być z tym na bieżąco.

Co więcej, ciekawych i bardzo praktycznych wskazówek dotyczących dokumentowania w procedurze „Niebieskie Karty” dostarcza artykuł dra Michała Gluzka. To o tyle istotne, że jak pisze nasz ekspert: „Dokumentacja nie jest wyłącznie formalnością – jej jakość ma bezpośredni wpływ na bezpieczeństwo osób korzysta-

jących ze wsparcia, możliwość podejmowania skutecznych działań interwencyjnych, a także na odpowiedzialność zawodową osób prowadzących sprawę.”

Czy w tym ostatnim fragmencie także wybrzmiewa aspekt dbania o siebie? Jak najbardziej tak! W moim odczuciu naprawdę wszystko można właśnie do tego sprowadzić – od twardej wiedzy, po niewychodzenie z łóżka, gdy katar nie pozwala oddychać.

Dbajmy o siebie. Bez tego nie zadbamy odpowiednio o innych. ■



NIEBIESKA LINIA

ISSN 1507-2916

Ukazuje się od 1998 roku

www.pismo.niebieskalinia.pl

Redakcja: 00-023 Warszawa, ul. Widok 24, II piętro, tel./faks: 22 824 25 01

Redaktor naczelna: Katarzyna Miłkowska

Sekretarz redakcji: Katarzyna Kulesza, pismo@niebieskalinia.pl

Wydawca: Instytut Psychologii Zdrowia Polskie Towarzystwo Psychologiczne

Redakcja: tel. 22 824 25 01 (wtorek i czwartek) Księgowość: 22 863 87 38 wew. 120
ul. Gęślarska 3, 02-412 Warszawa

Druk: LOTOS Poligrafia sp. z o.o. www.lotos-poligrafia.pl

Skład i łamanie: Anna Abratańska

Ilustracje w numerze: 123RF

Zadanie współfinansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów
Hazardowych na zlecenie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom.

RADA PROGRAMOWA:

Renata Durda, dr Dorota Dyjakon,
prof. dr hab. Beata Gruszczyńska,
dr Magdalena Grzyb, prof. dr hab.
Ewa Jarosz, prof. Krzysztof
Krajewski, prof. Anna Kwak, Jacek
Lelonkiewicz, dr Michał Lewoc,
prof. Ilona Michailovič, dr Marek
Michalak, prof. Bibiana
Mossakowska, prof. Ewa Pisula,
prof. dr hab. Monika Płatek
– Przewodnicząca Rady, dr Monika
Sajkowska, Krzysztof Sarzała, Zofia
Sobolewska-Mellibruda, dr Grzegorz
Wrona



„NIEBIESKA LINIA” dostępna jest w w wersji cyfrowej (pełne wydanie) i wersji drukowanej (skrótowe wydanie).
Obydwie formy są dostępne nieodpłatnie. Posiadamy niektóre numery archiwalne.

Szczegółowe informacje na stronie internetowej dwumiesięcznika

INSTYTUT PSYCHOLOGII ZDROWIA, ul. Gęślarska 3, 02-412 Warszawa

Santander Bank Polska, O/Warszawa 32 1090 1056 0000 0001 0128 5123 z dopiskiem „Niebieska Linia”



O zmianach, które są potrzebne, by system przeciwdziałania przemocy działał sprawniej, lepiej chronił osoby doznające przemocy, ale też należycie doceniał i wspierał specjalistów oraz umożliwiał partnerską komunikację na poziomie centralnym i lokalnym z **Anną Mazurczak**, dyrektorką Departamentu ds. Równego Traktowania w KPRM, rozmawiał mecenas Grzegorz Wrona.

Grzegorz Wrona: Od ponad roku we właściwości kierowanego przez Panią Departamentu znajduje się przeciwdziałanie przemocy domowej. Jakie zmiany w przepisach w tym obszarze uważa Pani za najpilniejsze?

Anna Mazurczak: Najważniejsze do zmiany wydaje mi się przeprowadzenie nowelizacji ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej w zakresie, jaki wynika z petycji złożonej do Senatu RP, a także wprowadzenie tą samą nowelizacją podstawy prawnej do cyfryzacji procedury „Niebieskie Karty”. Trzeba inaczej rozdzielić kompetencje w ramach grupy diagnostyczno-pomocowej i zespołu interdyscyplinarnego. Trzeba przyznać większą samodzielność grupom, gdyż zbyt dużo decyzji przechodzi przez zespół lub osobę przewodniczącą.

Mam niewielki wpływ na zwiększenie liczby pracowników społecznych w Polsce, ale mogę spowodować, że ci, którzy są, będą mieli wię-

cej czasu na faktyczne udzielanie wsparcia rodzinom, a nie pracę z dokumentacją. Cyfryzacja jest sprawą priorytetową. Obecnie Centralny Ośrodek Informatyki pracuje nad cyfryzacją „Niebieskich Kart”, ale żeby system zaczął funkcjonować, w ustawie musi znaleźć się podstawa prawna wskazująca, że Ministerstwo Cyfryzacji za ten system odpowiada.

W czasie, kiedy pracowała Pani w Biurze Rzecznika Praw Obywatelskich, zajmowała się Pani przeciwdziałaniem przemocy domowej. Po kilku latach przerwy wróciła Pani do tego tematu. Czy coś Panią zaskoczyło, zdziwiło?

Nigdy wcześniej nie pracowałam dla rządu. Największym zaskoczeniem było dla mnie to, jak mało zasoby państwo przeznacza na przeciwdziałanie przemocy domowej i jak mało osób w Ministerstwie Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zajmowało się tym tematem. Zdziwił mnie także fakt, że wiele problemów w tym systemie, które pamiętałam z pisanych przeze mnie w latach 2012–2018 wystąpień Rzecznika Praw Obywatelskich, nadal nie zostało rozwiązanych. W czasie, kiedy pracowałam poza systemem przeciwdziałania przemocy domowej, powstał pierwszy raport GREVIO i uchwalono Dyrektywę w sprawie zwalczania przemocy wobec kobiet i przemocy domowej. Rząd jest znacznie bardziej zdeterminowany do wdrażania dyrektyw, niż do wdrażania Konwencji, co wynika z faktu, że za niewdrożenie dyrektyw przewidziane są kary finansowe. Postrzegam więc tę Dyrektywę w sprawie zwalczania przemocy wobec kobiet jako szansę dla nas, by wdrożyć do systemu także Konwencję Stambulską, choć oczywiście te dwa dokumenty częściowo się od siebie różnią. Zatem to, co było dla mnie nowe, to progres na poziomie międzynarodowym. Jest

nam łatwiej wprowadzać zmiany w administracji, jeżeli mamy dokumenty międzynarodowe, na których możemy się oprzeć.

Mam również poczucie, że dotychczas nie było w tym systemie rozmowy i traktowania siebie nawzajem po partnersku. Mam na myśli kontakt i współdziałanie na różnym poziomie – lokalnie i centralnie. Zanim zaczniemy coś zmieniać, ważne jest dla mnie to, żeby wysłuchać, co i jak mamy zmienić, a także – po co. Kiedy zmieniamy prawo, to warto tę zmianę przygotować: najpierw znaleźć dla niej finansowanie, a dopiero potem wprowadzać ją w życie. Nie zaskakiwać podmiotów w systemie nowymi obowiązkami i dopiero po wejściu w życie przepisów zastanawiać się, jak one właściwie będą stosowane i z jakich środków mają być realizowane – od tego trzeba zacząć. Dlatego kolejność, jeżeli chodzi o szerszy aspekt realizowania działań w obszarze przeciwdziałania przemocy, jest teraz następująca: mamy dużo środków unijnych i norweskich, aby w najbliższych dwóch latach przygotować system do tego, by odpowiadał nie tylko na przemoc domową, ale też przemoc ze względu na płeć. Dopiero, gdy dzięki uzyskanym środkom system będzie przygotowany, wejdzie w życie zmiana i nowe obowiązki dla podmiotów, które w nim działają.

Tak jak Pani wspomniała, prawo Rady Europy, a także prawo Unii Europejskiej dotyczące przemocy domowej stanowią część legislacji obejmującej przemoc ze względu na płeć. W Polsce ustawodawca zajmuje się przemocą domową z jej pominięciem. Dlaczego?

W Polsce mówi się o przemocy domowej, a nie o przemocy ze względu na płeć m.in. z powodu stereotypów. Wspomniana Dyrek-

tywa i Konwencja wymuszają, abyśmy widzieli przemoc domową przez pryzmat płci. Nasz system w dużej mierze jest neutralny pod tym względem, a powinien być na aspekt płci uwrażliwiony. Powinien uwzględniać fakt, że przemocy domowej w nieproporcjonalnie większym stopniu doznają kobiety. To, czego w Polsce do tej pory nie było, to systemowe podejście do innych form przemocy ze względu na płeć, jak np. przemoc seksualna. Dyrektywa i Konwencja to szansa, dzięki której możemy spowodować, że tak jak interdyscyplinarnie podchodzimy do przemocy domowej, tak samo powinniśmy podchodzić do szeroko rozumianej przemocy wobec kobiet. Ważne, żeby w taki sposób pracować i tak też te zmiany wprowadzać.

Dobrym przykładem dla zilustrowania tego, o czym mówię, są standardy obowiązujące Specjalistyczne Ośrodki Wsparcia. W 2023 roku nałożono na nie nowe obowiązki i uchwalono, że SOW-y mają maksymalnie dwa lata na wdrożenie tych standardów. Przy czym nie przeznaczono ani złotych na to, żeby faktycznie te standardy wdrożyć, a po dwóch latach, czyli od czerwca 2025 roku, SOW-y są z nich rozliczane. Moją odpowiedzią na to jest przekazanie środków unijnych na rzecz dostosowania SOW-ów do wspomnianych standardów, a dopiero potem rozliczanie ich z realizacji nowych obowiązków. Co więcej, ważne jest dla mnie to, by same SOW-y uczestniczyły w tworzeniu tych standardów. Żeby nie było tak, że różnego rodzaju obowiązki nakładane są na podmioty bez ich udziału i stworzone za zamkniętymi drzwiami. Uważam, że my – siedzący za tymi drzwiami, wcześniej w Ministerstwie, teraz w Kancelarii Prezesa Rady Ministrów – nigdy nie będziemy wiedzieli tyle o funkcjonowaniu SOW-ów, ile specjaliści i specjaliści, którzy od lat w tych ośrodkach pracują.

To jest problem, który dotyczy również administracji rządowej. Głównie skupiamy się na samej administracji i na tym, jak ona funkcjonuje, a nie na celu, jakim jest zmniejszenie skali przemocy domowej w Polsce. To jest trochę konflikt pomiędzy tym, żeby nam się dobrze w tym systemie pracowało, a tym, żeby to nie wpłynęło negatywnie na jakość udzielanego wsparcia.

Jest Pani pierwszoplanową postacią w środowisku walczącym o prawa osób LGBTQ+. W zeszłorocznej edycji nagrody otrzymała Pani jako adwokatka Koronę Równości. W jaki zatem sposób ocenia Pani dostęp osób LGBTQ+ do systemu przeciwdziałania przemocy domowej?

GREVIO bardzo zwraca uwagę na to, że nasz system nie usuwa barier w dostępie do wsparcia dla kobiet z grup marginalizowanych doświadczających przemocy. Wymienia m.in. kobiety ze społeczności LGBTI, kobiety z terenów wiejskich, kobiety pracujące seksualnie, kobiety romskie. Stąd też zrobiłam w tym roku ankietę wśród dyrektoerek SOW-ów, żeby się zorientować, ile kobiet z grup marginalizowanych faktycznie do tych ośrodków trafia. To o tyle istotne, że usuwanie jakichkolwiek barier jest dla mnie ważnym zadaniem – w końcu w Departamencie zajmujemy się nie tylko przemocą ze względu na płeć, ale też równym traktowaniem.

Ta rekomendacja GREVIO jest jedną z rekomendacji horyzontalnych. Oznacza to, że musimy pamiętać, aby we wszystkich naszych działaniach wspomniane bariery usuwać. Stąd też w tegorocznym programie ośłonowym umieściliśmy właśnie taki priorytet. Zachęcamy wszystkie podmioty prowadzące działania wsparciowe, żeby podejmo-

wały się zadań, które w perspektywie doprowadzą do tego, że kobiety z różnego rodzaju grup mniejszościowych nie będą miały barier w dostępie do usług wsparcia. Niestety, tylko pojedyncze z trzystu osiemdziesięciu paru wniosków, które do nas wpłynęły, dotyczą tego priorytetu. To pokazuje, że system nawet nie wie, w jaki sposób mógłby te bariery usunąć. Dla mnie na pewno jest to lekcja przed kolejną edycją programu osłonowego, żeby przedstawić jednostkom samorządu terytorialnego na to pomysły.

W przypadku kobiet z niepełnosprawnością sytuacja wygląda trochę lepiej. Mamy już jakieś wyobrażenie o docieraniu z pomocą i wsparciem. Głównie jest to kwestia dostępności architektonicznej, tłumacza języka migowego, broszur i innych materiałów dla osób z niepełnosprawnością intelektualną lub psychiczną czy dla osób niewidomych. Jeżeli zaś chodzi o bariery wynikające z różnic kulturowych, których doświadczają np. kobiety romskie, albo te doświadczane przez kobiety z mniejszości religijnych, w tym obszarze obserwuję, że gminy nie mają dobrych, samodzielnych pomysłów, jak je pokonać. I tu widzę rolę Departamentu – żebyśmy pomogli systemowi początkowo te bariery w ogóle rozpoznać, a następnie podsunąć pomysły na ich usunięcie.

Jeżeli chodzi o lesbijki, kobiety biseksualne, transpłciowe i interpłciowe, to ich w systemie przeciwdziałania przemocy prawie nie widać. Trzeba jednak pamiętać, że jeśli mówimy o definicjach nazywających osoby stosujące czy doznające przemocy, nasza ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej nie jest dyskryminująca. Jak najbardziej osoby żyjące w nieformalnych związkach nieheteronormatywnych też są objęte zakresem tej ustawy i daje nam ona dużo przestrzeni do włączania tych osób do usług wsparciowych. Choć nie zmie-

nia to faktu, że tak – barier jest na tyle dużo, że osoby z tej społeczności niekoniecznie trafiają do systemu.

A czy projektowana przez Departament ds. Równego Traktowania ustawa o związkach partnerskich mogłaby w jakiś sposób przyczynić się do zmniejszenia skali przemocy domowej w Polsce?

Mam nadzieję, że ustawa o związkach partnerskich doprowadzi do uznania związków i rodzin tworzonych przez pary tej samej płci – zwiększenie ich widoczności powinno nam pomóc zwiększać dostęp tęczy rodzin do wsparcia. Poza tym widzę logikę połączenia tych dwóch tematów: równego traktowania i przemocy domowej. Po pierwsze – usuwamy bariery w dotarciu do wsparcia osób z grup marginalizowanych czy dyskryminowanych, po drugie – centralnie zajmujemy się tematem przeciwdziałania przemocy ze względu na płeć. Jeżeli dodatkowo wprowadzilibyśmy do ustawy o związkach partnerskich przepisy dotyczące dzieci, myślę np. o adopcji wewnętrznej (przy czym jedyne, co udało nam się wprowadzić do projektu, to mała piecza), wówczas wszystkie przepisy dotyczące odpowiedzialności opiekunów miałyby zastosowanie także do rodziców społecznych, którzy nie są wskazani jako rodzice w aktach urodzenia i nie wykonują w tej chwili władzy rodzicielskiej.

To, że ustawa o związkach partnerskich nie reguluje praw dzieci, wynika ze stereotypów i wyobrażeń funkcjonujących wśród polityków o tym, jak wygląda związek nieformalny. Zwróciłabym dodatkowo uwagę na rodziny zrekonstruowane, tworzone przez pary różnej płci, które będą zainteresowane zawieraniem związków partnerskich,

a w ich przypadkach nawet nie brak adopcji jest problemem, tylko to, że nowy partner lub partnerka nie wykonuje władzy rodzicielskiej.

Rodzina zrekonstruowana - czyli?

Ludzie, którzy się ze sobą wiążą, mający dzieci z poprzednich związków i wychowujący je w nowej relacji rodzinnej. W wielu państwach jest tak, że władzą i odpowiedzialnością rodzicielską można się dzielić z wieloma osobami. Chodzi o to, żeby więcej niż dwoje dorosłych odpowiadało za dziecko (choćby tylko w niektórych aspektach). Sama jestem samodzielną mamą i wiem, jak ogromny ciężar odpowiedzialności spoczywa na jednym rodzicu. Chciałabym więc móc się tą odpowiedzialnością podzielić z innymi, którzy są bardzo bliskimi dorosłymi dla mojego dziecka – członkami rodziny, moimi przyjaciółkami. Docelowo uważam, że w tej sprawie nawet nie związki partnerskie są rozwiązaniem, co głębsza reforma tego, jak rozumiemy władzę rodzicielską. Bo jeżeli więcej osób dorosłych będzie odpowiadać za dziecko, będzie ono lepiej chronione przed przemocą. Co więcej, to także lepiej chroniłoby je w sytuacji, w której umiera jedyny rodzic, który ma pełnię władzy rodzicielskiej. Uważam, że jeżeli zaangażowalibyśmy więcej dorosłych do wsparcia opiekunów małych dzieci, to przemocy wobec nich mogłoby być mniej. Jednak, żeby politycy to dostrzegli, musieliby na to zagadnienie spojrzeć z perspektywy dzieci, a nie dorosłych.

Wracając do przemocy domowej - jakie są priorytety Departamentu ds. Równego Traktowania właśnie w tym zakresie na dwa najbliższe lata?

Na pewno ważne jest zwiększenie nakładów finansowych na system, a także wdrożenie Dyrektywy w sprawie zwalczania przemocy wobec kobiet i przemocy domowej. Obecnie jest na to szansa, która może się szybko nie powtórzyć.

Po ocenie wniosków w programie osłonowym mam też sporo refleksji na temat funkcjonowania systemu. Duży problem jest m.in. ze zrozumieniem, na czym polega profilaktyka. Widzę, że specjaliści działający w tym systemie, są przepracowani, wypaleni, jest ich za mało, mają za mało zasobów, co wynika z tego, że ich praca w niedostatecznym stopniu jest dostrzegana i doceniana, a przecież jest kluczowa. Jednocześnie po wnioskach widać też to, że brakuje im wiedzy na temat narzędzi, których można efektywnie używać, aby prowadzić skuteczne działania profilaktyczne. Tu też widzę rolę Ministra Kotuli, swojej i Departamentu – zapewnienie finansowania, dobrego prawa i narzędzi.

Jako przykład mogę wskazać fundusze norweskie, które ruszają w przyszłym roku. Dużym ich komponentem jest obszar, w którym analizujemy gminne programy przeciwdziałania przemocy domowej, wyciągamy wnioski m.in. z tego, w jaki sposób są one pisane. To o tyle istotne, że jedną z ważnych obserwacji w raporcie NIK było to, że diagnoza, na podstawie której gminy planują swoje działania, często jest tylko statystyką. Nie ma zbyt wiele gmin w Polsce, które prowadzą regularne badania swoich mieszkańców i specjalistów pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy – przyglądają się temu, jaka jest wiedza i jakie są postawy wobec przemocy w lokalnej społeczności, a następnie dopiero na podstawie takiej diagnozy przygotowują działania. Przeznaczmy zatem odpowiednie środki na to, aby gminy, które są tym zainteresowane, dostały od nas zasoby ludzkie i finan-

sowe, co pomoże przeprowadzić rzetelną diagnozę w tym obszarze, a w efekcie napisać program w taki sposób, by faktycznie był on narzędziem, które pomaga skutecznie przeciwdziałać przemocy.

Chciałbym jednak zauważyć, że nie zostało złożone sprawozdanie z realizacji rządowego programu przeciwdziałania przemocy domowej za lata 2023 i 2024. Dlaczego tak się stało i czy jest szansa na uzupełnienie tych sprawozdań?

Sprawozdanie za 2023 rok musiało być napisane od początku. Moim zdaniem to powinien być dokument, na podstawie którego możemy wyciągnąć wnioski, w jakim jesteśmy miejscu, biorąc pod uwagę skuteczność naszych działań i co jest jeszcze do zrobienia. Zebranie jedynie danych statystycznych nie spełnia tego celu. One powinny być zamieszczone w załączniku do sprawozdania, ale nie w samej jego treści. Zatem sprawozdanie wygląda inaczej niż dotychczasowe, co początkowo spotkało się z niezrozumieniem w procesie sprawozdawczym.

W 2024 roku występuje zaś problem prawny dotyczący programu informatycznego, który dotychczas służył zbieraniu danych. KPRM nie ma do niego praw autorskich. Musieliśmy więc w inny sposób pozyskiwać dane od wojewodów.

Dotychczasowy sposób gromadzenia danych miał swoje wady. Dane były zbierane w różny sposób, w zależności od regionu. Przykładem mogą być SOW-y – niektóre z nich, licząc osoby korzystające ze wsparcia, brały pod uwagę tylko te korzystające ze wsparcia ambulatoryjnego, a niektóre nie. W efekcie część SOW-ów, według tej samej pozycji statystycznej, obsługuje 30 osób, a część 300. Podobne rozbieżności były przy procedurze „Niebieskie Karty”. Niektórzy rejestrowali wszystkie

wypełnione druki, a inni tylko te, które wypełniali przedstawiciele pomocy społecznej. Mam wiele zastrzeżeń do tego, jak ta sprawozdawczość była prowadzona. Często uważa się, że sprawozdanie to jest tylko część statystyczna. Podaje się np. liczbę spotkań, konferencji itd. Dla mnie ważniejsza jest informacja, o jakich problemach rozmawiano na tych konferencjach i jakie z tego wyciągnięto wnioski.

Praca w obszarze przeciwdziałania przemocy domowej wiąże się z koniecznością mierzenia się nie tylko z ludzkim cierpieniem, ale również bezsilnością wobec zła, jakim jest przemoc. Jaką rolę w tym kontekście odgrywa superwizja i czy Pani z niej korzysta?

Korzystam z superwizji zawodowej oraz wsparcia psychologicznego od pięciu lat. Zaczęłam, kiedy reprezentowałam osoby aktywistyczne, biorące udział w protestach, np. dotyczących wsparcia społeczności LGBTI+. Ilość przemocy i poniżającego traktowania, których te osoby doświadczały, była tak duża, że nie radziłam sobie z tym psychicznie i np. traciłam w sędzie panowanie nad sobą. Na własnym przykładzie zatem wiem, jak bardzo bezpośrednia praca z osobami doświadczającymi przemocy odbija się na nas – osobach pracujących w zawodach pomocowych. Stąd też korzystam z takiego wsparcia stale, a w programie osłonowym jeden z priorytetów poświęcony jest właśnie superwizji zawodowej i wsparciu psychologicznemu specjalistów. Należy podkreślić, że nie chodzi o szkolenia, jak skutecznie radzić sobie ze stresem. Owszem, one są ważne, ale nawet jeżeli miałabym za sobą takie szkolenie, to nie pomogłoby mi ono w poradzeniu sobie np. z objawami stresu pourazowego. Do

tego potrzebna jest terapia. Tak samo zresztą jest z superwizją zawodową. Jeżeli ma nam pomóc lepiej wykonywać pracę – czyli w taki sposób, aby ta praca nas nie zjadała – musi to być superwizja indywidualna i grupowa z certyfikowanym superwizorem. Jednorazowy wyjazd relaksacyjny dla zespołu interdyscyplinarnego nie rozwiąże problemu wypalenia zawodowego i objawów stresu pourazowego u osób, które na co dzień pracują w obszarze przeciwdziałania przemocy domowej. To muszą być innego rodzaju działania wsparciowe i – co ważne – prowadzone stale. ■



ANNA MAZURCZAK

– adwokatka, od 2024 r. dyrektorka Departamentu ds. Równego Traktowania w KPRM, w latach 2018-2024 prowadziła pierwszą w Polsce kancelarię adwokacką zajmującą się reprezentacją osób LGBTI, w latach 2012-2018 w Biurze Rzecznika Praw Obywatelskich, była Naczelniczką Wydziału Prawa Antydyskryminacyjnego, Warszawa.

GRZEGORZ WRONA

– doktor nauk prawnych, adwokat, certyfikowany specjalista i superwizor z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej. Członek Komitetu Rady Europy ds. Przeciwdziałania i Zwalczania Przemocy Wobec Kobiet i Przemocy Domowej (GREVIO) oraz Rady ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej przy dyrektorze Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom, Warszawa.

TERMINOWOŚĆ
CZYNNOŚCI SĄDU
CYWILNEGO
w sprawach z zakresu
przeciwdziałania
przemocy domowej

Niewątpliwie najskuteczniejszym sposobem na zapewnienie ochrony osobie doznającej przemocy jest odizolowanie jej od sprawcy krzywdzenia. Jakie są zatem praktyki sądów cywilnych w sprawach z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej, ze szczególnym uwzględnieniem terminowości czynności sądu? W 2024 roku realizowałam projekt badawczy w Instytucie Wymiaru Sprawiedliwości, którego celem było uzyskanie odpowiedzi na postawione pytanie.

ALINA PRUSINOWSKA-MAREK

W lipcu 2025 roku minęło 20 lat od uchwalenia przez Sejm RP ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej¹ (dalej u.p.d.). Gdyby najkrócej podsumować zmianę w sposobie myślenia o przeciwdziałaniu przemocy na przestrzeni tych lat, można powiedzieć, że zaczęliśmy od idei tworzenia hosteli dla ofiar, by w końcu uznać, że najskuteczniejszym narzędziem do zapewnienia bezpieczeństwa osobom doznającym przemocy jest natychmiastowe odizolowanie od nich sprawcy krzywdzenia. W 2020 roku Policja i Żandarmeria Wojskowa

¹ Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz.U. z 2005 r. Nr 180 poz. 1493 ze zm.). Od 22.06.2023 r. ustawa nosi tytuł „ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej”.

uzyskały prawo do stosowania „nakazów ochrony”², które mogą zostać przedłużone lub zastosowane po raz pierwszy przez sąd cywilny. Natychmiastowość w stosowaniu tych ograniczeń i terminy obowiązujące sąd cywilny w sprawach z zakresu przeciwdziałania przemocy powodują, że instrumenty cywilnoprawne są aktualnie najbardziej skuteczną strategią zatrzymania przemocy domowej.

CYWILNE NAKAZY OCHRONY W POLSKIM SYSTEMIE PRZECIWDZIAŁANIA PRZEMOCY DOMOWEJ

Idea wyposażenia Policji w uprawnienia do natychmiastowego odizolowania osoby stosującej przemoc od osoby tej przemocy doznającej, na wzór rozwiązań austriackich, znalazła się już w rządowym projekcie ustawy o przeciwdziałaniu przemocy, który przedłożyła w 2003 roku Pełnomocniczka Rządu ds. Równego Statusu Kobiet i Mężczyzn (Spurek, 2013, s. 148). Niestety już na etapie uzgodnień międzyresortowych ten pomysł przepadł, pod presją argumentów oponentów o konieczności respektowania prawa do wolności i godności oraz stosunków własności osoby stosującej przemoc. W efekcie ustawę, która miała zapewniać „szeroką i niezwłoczną ochronę ofiar przemocy w rodzinie, wprowadzono w niezwykle okrojonej postaci” (Spurek, 2013, s. 149).

Polski system ochrony osób doznających przemocy, aż do nowelizacji ustawy z 2010 roku³, opierał się jedynie na instrumentach

2 Po raz pierwszy tego pojęcia użył dr Grzegorz Wrona (por. G. Wrona, 2024).

3 Ustawa z dnia 10 czerwca 2010 r. o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. z 2010 r. Nr 125 poz. 842).

prawnokarnych, które w opinii profesjonalistów i osób doznających przemocy, z uwagi na odroczoną w czasie reakcję organów ścigania i sądu karnego, były nieefektywne. Oddolna presja środowisk zaangażowanych w pomoc osobom doznającym przemocy, w postaci poselskiego projektu zmiany ustawy o przeciwdziałaniu przemocy z 2008 roku oraz inicjatywa Fundacji „Razem Lepiej”, doprowadziła do podjęcia w 2009 roku prac nad nowelizacją ustawy (Spurek, 2013). Nowelizacja z 2010 roku wprowadziła wiele istotnych rozwiązań, które – z niewielkimi modyfikacjami – obowiązują nadal i tworzą polski system przeciwdziałania przemocy. Wśród nich należy wymienić przede wszystkim: zespoły interdyscyplinarne i grupy diagnostyczno-pomocowe, procedurę „Niebieskie Karty”, procedurę zabezpieczania dzieci (art. 12a-12c u.p.d.) i obowiązek zawiadamiania o podejrzeniu stosowania przemocy (art. 12 u.p.d.). Nowelizacja wprowadziła również nowy instrument cywilnoprawny, tj. nakazanie przez sąd cywilny opuszczenia mieszkania przez osobę stosującą przemoc (art. 11a u.p.d.). Orzeczenie sądu w tej sprawie ma zapaść na rozprawie, którą sąd powinien wyznaczyć w terminie jednego miesiąca. Sprawy o nakazanie osobie stosującej przemoc opuszczenia mieszkania zostały dopisane do kategorii spraw pilnych⁴.

Wprowadzenie w 2010 roku możliwości zastosowania cywilnego nakazu natychmiastowego opuszczenia mieszkania rozpoczęło powolny proces rozwoju cywilnoprawnych instrumentów oddziałujących na sprawcę krzywdzenia. Punktem krytycznym dla tego procesu było

⁴ § 2 pkt. 5 rozporządzenia Ministra Sprawiedliwości z dnia 18 czerwca 2019 r. Regulamin urzędowania sądów powszechnych (Dz.U. z 2019 poz. 1141 ze zm.).

nadanie w 2020 roku⁵ Policji i Żandarmerii Wojskowej uprawnień do „doraźnego” (na okres 14 dni) usunięcia z mieszkania osoby, która stosuje przemoc, poprzez wydanie nakazu natychmiastowego opuszczenia danego lokalu lub zakazu zbliżania się do niego na określoną odległość. Wydane ograniczenia mogły być następnie przedłużone lub zastosowane po raz pierwszy przez sąd cywilny. W ten sposób po 15 latach ziściła się idea projektodawców ustawy.

W uzasadnieniu projektu ustawy wprowadzającej uprawnienia dla Policji i Żandarmerii Wojskowej oraz porządkującej procedurę czynności sądu cywilnego rozpoznającego wniosek złożony na podstawie art. 11a u.p.d. czytamy, że „celem projektowanej ustawy jest wprowadzenie do porządku prawnego kompleksowych rozwiązań dotyczących szybkiego izolowania osoby dotkniętej przemocą od osoby stosującej przemoc, w sytuacjach gdy stwarza ona zagrożenie dla życia lub zdrowia domowników”⁶. Nadto projektodawca przyznaje, że „ocena istniejącego stanu prawnego prowadzi bowiem do wniosku, że przyjęte regulacje nie dość skutecznie zapewniają ochronę osobie doznającej przemocy, w sytuacji gdy nie toczy się postępowanie karne w związku z przemocą w rodzinie”⁷. Projektodawcy, mając na uwadze „szybkość” interwencji wobec sprawcy krzywdzenia, w przepisach określających czynności sądu rozpoznającego wniosek z art. 11a u.p.d.,

5 Ustawa z dnia 30 kwietnia 2020 r. o zmianie ustawy – Kodeks postępowania cywilnego oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. z 2020 poz. 956).

6 Rządowy projekt ustawy o zmianie ustawy – Kodeks postępowania cywilnego oraz niektórych innych ustaw, Druk Sejmowy nr 279, Sejm RP IX Kadencja – uzasadnienie s. 1.

7 *Ibidem*, s. 1.

w tym rozpoznającego wniosek o zabezpieczenie, określili terminy, w jakich sąd ma wykonać te czynności. Sąd cywilny ma 3 dni na rozpoznanie wniosku o przedłużenie zastosowanych wcześniej ograniczeń albo wydanie ich po raz pierwszy na czas toczącego się postępowania w sprawie oraz 30 dni na wydanie orzeczenia kończącego postępowanie rozpoznawcze. Ponadto sąd ma 3 dni na rozpoznanie zażalenia na decyzję Policji albo Żandarmerii Wojskowej o zastosowaniu nakazów ochrony. Projektodawca stanął na stanowisku, że „najskuteczniejszym środkiem ochrony osób dotkniętych przemocą jest natychmiastowe odizolowanie osoby stosującej przemoc”⁸, stąd wprowadził zmiany w terminach czynności sądu w tych sprawach i wdrożył monitoring terminowości⁹.

W 2023 roku, w związku z wyraźną społeczną akceptacją dla stosowania cywilnych nakazów ochrony, poszerzono ich zakres przedmiotowy¹⁰. Oprócz funkcjonującego nakazu natychmiastowego opuszczenia mieszkania, który został połączony z zakazem zbliżania się do mieszkania, wprowadzono również zakaz zbliżania się osoby stosującej przemoc do osoby jej doznającej i zakaz kontaktowania się z tą osobą oraz zakaz wstępu i przebywania sprawcy krzywdzenia w określonych miejscach. Na potwierdzenie tezy o pozytywnym odbiorze

8 *Ibidem*, s. 3. Ten argument znalazł się również w uzasadnieniu art. 52 i 53 Konwencji Rady Europy z 11 maja 2011 r. o zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet i przemocy domowej (Dz. U. z 2015 r. poz. 961), dalej: Konwencja stambulska.

9 Od 2020 r. w druku statystycznym MS-S1 znajdują się dane statystyczne dotyczące terminowości spraw z zakresu przeciwdziałania przemocy.

10 Ustawa z dnia 13 stycznia 2023 r. o zmianie ustawy – Kodeks postępowania cywilnego oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. z 2023 r. poz. 289).

nowych instrumentów cywilnoprawnych, przywołam podstawowe dane w tym zakresie:

- w okresie od 2011 do 2024 roku **sądy cywilne rozpoznały**: 197 spraw z art. 11a u.p.d. w 2011 roku, 1900 spraw w 2020 roku, **4875 spraw w 2024 roku**;
- w okresie od 30.11.2020 roku do 31.12.2024 roku **Policja i Żandarmeria Wojskowa zastosowały łącznie nakazy ochrony** w liczbie: 235 w 2020 roku, 3559 w 2021 roku, 4992 w 2022 roku, 12 256 w 2023 roku i **44 502 w 2024 roku**.

Projektodawca nowelizacji Kodeksu postępowania cywilnego z 2023 roku podkreślał, że nowe rozwiązania dostosowują obowiązujące prawo do wymogów art. 53 Konwencji Stambulskiej, gdyż „projekt zakłada dodanie nowych instrumentów ochrony oraz usprawnienie postępowania i zwiększenie skuteczności funkcjonujących unormowań”¹¹.

BADANIE TERMINOWOŚCI CZYNNOŚCI SĄDU CYWILNEGO

W 2024 roku w Instytucie Wymiaru Sprawiedliwości realizowałam projekt badawczy „Terminowość czynności sądu podejmowanych w sprawach z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej” (Prusinowska-Marek, 2025). Głównym celem badania było ustalenie, jaka jest praktyka sądów cywilnych w sprawach z zakresu przeciwdziałania prze-

¹¹ Rządowy projekt ustawy o zmianie ustawy – Kodeks postępowania cywilnego oraz niektórych innych ustaw, Druk Sejmowy nr 2615, Sejm RP IX Kadencja – uzasadnienie, s. 1.

mocy domowej, ze szczególnym uwzględnieniem właśnie terminowości czynności. Analizie poddano 162 sprawy o zastosowanie nakazów ochrony (wnioski z art. 11a i 11aa u.p.d.) i 48 spraw, w których złożono zażalenie na decyzję Policji albo Żandarmerii Wojskowej o zastosowaniu nakazów ochrony, z 27 losowo dobranych sądów rejonowych. Do interpretacji wyników wykorzystano zastane dane agregowane przez Ministerstwo Sprawiedliwości, Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej oraz dane uzyskane w drodze dostępu do informacji publicznej z Komendy Głównej Policji i Komendy Głównej Żandarmerii Wojskowej.

W analizowanych sprawach przemocy doznawały przede wszystkim kobiety (93,8% ogółu). Jedynie w 10 sprawach osobami krzywdzonymi byli mężczyźni (6,2% ogółu). Osoba doznająca przemocy działała w sprawie z reguły osobiście (66% spraw), przez pełnomocnika z wyboru (25,9% spraw) i przez pełnomocnika z urzędu (4,3% spraw). Jedynie w 18 sprawach (11,1% ogółu) osoba doznająca przemocy wnioskowała o przyznanie jej pełnomocnika z urzędu – w 7 sprawach sąd przychylił się do tego wniosku, w 9 sprawach (5,6% ogółu) oddalił wniosek, a w 2 sprawach nie rozpoznał tego wniosku. Należy podkreślić, że w 4 spośród wspomnianych 9 spraw, w których sąd oddalił wniosek o pełnomocnika z urzędu, osoba stosująca przemoc była reprezentowana przez pełnomocnika z wyboru.

Osobami krzywdzącymi byli przede wszystkim mężczyźni (95,1% spraw), w tym 3 z nich było zawodowymi żołnierzami. Osoba stosująca przemoc i osoba doznająca przemocy pozostawały ze sobą w bliskiej relacji (aktualnie lub w przeszłości) – 45,7% było we wciąż trwa-

jącym związku małżeńskim albo partnerskim, 10,5% rozwodziło się, 17,3% to eks małżonkowie i partnerzy, a w 14,8% spraw przemoc stosowało dorosłe dziecko wobec swojego rodzica. Warto zauważyć, że oprócz osób doznającej i stosującej przemoc, w tym samym gospodarstwie domowym mieszkaly inne osoby: w 60,5% spraw były to małoletnie dzieci, w 14,2% spraw – dorosłe dzieci, w 19,1% spraw – inne osoby dorosłe.

W analizowanej próbie 162 spraw, w 97 z nich (58,8% ogółu) wniosek dotyczył przedłużenia wydanych przez Policję albo Żandarmerię Wojskową nakazów ochrony, a w 60 sprawach (37% ogółu) wnioskodawca zwracał się do sądu o wydanie nakazów ochrony po raz pierwszy. W 123 sprawach (75,9% ogółu) osoba doznająca przemocy wnosiła o wydanie zabezpieczenia poprzez przedłużenie zastosowanych wcześniej przez Policję albo Żandarmerię Wojskową nakazów ochrony albo wydanie ich po raz pierwszy przez sąd. Sąd udzielił zabezpieczenia w 94 sprawach (76,4% spraw, w których złożono taki wniosek). **W ustawowym terminie 3 dni sądy rozpoznały 48,7% wniosków.** Między 4. a 7. dniem sądy rozpoznały kolejnych 21,1% wniosków. **W terminie dwóch tygodni zostało rozpoznanych łącznie 81,2% spraw z wnioskiem o zabezpieczenie.**

Sądy, w analizowanej próbie, wyznaczyły termin pierwszej rozprawy przed upływem 30 dni w 88 sprawach (54,3% ogółu). Na pierwszej rozprawie lub bez rozprawy postępowanie zakończyło się w 59,3% spraw. Sąd najczęściej potrzebował jednej (43,2% spraw) albo dwóch rozpraw (29% spraw), by zakończyć postępowanie rozpoznawcze. Na podstawie analizowanych akt można stwierdzić, że sprawy z zakresu

przeciwdziałania przemocy domowej nie są proste do zakończenia w pierwszym terminie. W 28 sprawach sąd odraczał termin rozprawy z uwagi na potrzebę przeprowadzenia dowodu z zeznań świadka, w 22 sprawach z uwagi na potrzebę przeprowadzenia dowodu z dokumentów, zaś w 19 sprawach konieczność wyznaczenia kolejnego terminu była podyktowana nieusprawiedliwioną nieobecnością strony postępowania.

Należy podkreślić, że **w 37 analizowanych sprawach (22,8% ogółu) osoba doznająca przemocy cofnęła swój wniosek o wydanie nakazu ochrony.** W 12 sprawach uczyniła to przed wyznaczeniem terminu rozprawy, a w 25 sprawach na rozprawie. Zaledwie w 21 sprawach sąd zwracał się do osoby stosującej przemoc i prokuratora o ich stanowisko wobec cofnięcia wniosku, a w 16 sprawach nie analizował motywów wnioskodawcy. Co zaskakujące, **w 26 z 37 spraw, w których osoba doznająca przemocy cofnęła wniosek, w rodzinie wychowywały się również małoletnie dzieci, a sąd lub prokurator** (zgodnie z zasadą 48 Wytycznych Prokuratora Generalnego Nr 2/2024) **nie ocenił ich stanu bezpieczeństwa przed wydaniem decyzji o umorzeniu postępowania.**

W analizowanej próbie termin jednego miesiąca na wydanie orzeczenia został dochowany w 63 sprawach (38,9% ogółu). Średnio sąd potrzebował 49 dni na wydanie orzeczenia końcowego, ale najczęściej następowało to w 37. dniu od wpływu wniosku. To daje wynik lepszy niż w przypadku danych ogólnopolskich, według których w terminie jednego miesiąca zakończyło się 32,5% spraw. Dodatkowo, jeśli uwzględnimy odsetek spraw, w których sąd w zabezpieczeniu zastosował nakazy ochrony i prowadził postępowanie

rozpoznawcze, które zakończył w okresie dłuższym niż 30 dni, to okaże się, że łącznie w 125 sprawach (77% ogółu) osoba doznająca przemocy została objęta nakazami ochrony w terminie nie dłuższym niż 30 dni. Te dane dają nadzieję osobom doznającym przemocy na realnie szybkie odizolowanie od nich sprawcy krzywdzenia i zapewnienie bezpieczeństwa przy wykorzystaniu cywilnych nakazów ochrony. ■

BIBLIOGRAFIA:

Prusinowska-Marek A., *Terminowość czynności sądu podejmowanych w sprawach z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej*, Instytut Wymiaru Sprawiedliwości, Warszawa 2025. https://iws.gov.pl/wp-content/uploads/PDF/2025/PRAWO%20RODZINNE/2025_PrawoR_A_Prusinowska-Marek_Raport-z-badan-aktowych-%E2%80%9ETerminowosc-czynnosci-sadu.pdf (dostęp: 21.09.2025).

Spurek S., *Izolacja sprawcy przemocy w rodzinie od ofiary*, „Prokuratura i Prawo” 7-8/2013, s. 147-156.

Wrona G., *Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej. Komentarz*, C.H. Beck, Warszawa 2024.



ALINA PRUSINOWSKA-MAREK

– doktorka nauk socjologicznych, dyplomowany kurator specjalista, członkini Komisji Kodyfikacyjnej Prawa Rodzinnego, certyfikowany specjalista w zakresie przeciwdziałania przemocy (PARPA, IPZ PTP), członkini Rady ds. Przeciwdziałania Przemocy przy KCPU.

DYNAMIKA ORZEKANIA
ŚRODKÓW IZOLACJI
osób stosujących przemoc
domową przez sądy cywilne

Konieczność zapewnienia bezpieczeństwa osobom doznającym przemocy domowej jest realizowana m.in. poprzez środki izolacji nakładane przez sąd cywilny na osobę stosującą przemoc domową. W jaki sposób i w jakim zakresie ta forma pomocy osobom doznającym przemocy domowej jest stosowana?

MICHAŁ LEWOC

Sposoby i formy zapewniania bezpieczeństwa osobom doznającym przemocy domowej ewoluowały w czasie, wraz z rozwojem świadomości i wrażliwości społecznej, a tym samym i ustawodawcy. Nie ma tu miejsca na przedstawienie historycznego procesu wprowadzania kolejnych, nowych środków ochrony osób doznających przemocy domowej. Warto jednak zaznaczyć, że ewolucja ma w tej mierze charakter rozszerzania form i sposobów izolacji osób stosujących przemoc domową od osób jej doznających na nowe obszary, które wykraczają poza tradycyjną płaszczyznę prawa karnego.

ŚRODKI IZOLACJI NAKŁADANE NA OSOBĘ STOSUJĄCĄ PRZEMOC DOMOWĄ PRZEZ SĄD CYWILNY

Warto przypomnieć, że ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej w swoim pierwotnym brzmieniu¹ nie wprowadzała w ogóle jakichkolwiek środków izolacji osoby stosującej przemoc na gruncie prawa cywilnego. Art. 11a, wprowadzający możliwość zobowiązania osoby stosującej przemoc domową do opuszczenia mieszkania, został dodany dopiero 1 sierpnia 2010 roku przez art. 1 pkt 11 ustawy z dnia 10 czerwca 2010 roku o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie oraz niektórych innych ustaw².

Art. 11a i 11aa ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej przewidują możliwość nałożenia na osobę stosującą przemoc domową cywilnoprawnych środków izolacji. Warto jednakże nadmienić, że wpisują się one w formy bezpłatnej pomocy osobie doznającej przemocy domowej, wskazane w art. 3 ust. 1 pkt 4 ww. ustawy. Zgodnie bowiem z tym przepisem, osobie doznającej przemocy domowej udziela się bezpłatnej pomocy, w szczególności w formie ochrony przed dalszym krzywdzeniem, przez uniemożliwienie osobie stosującej przemoc domową korzystania ze wspólnie zajmowanego mieszkania z osobą doznającą przemocy domowej oraz zakazanie kontaktowania się i zbliżania się do osoby doznającej przemocy. Omawiane

1 Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (Dz.U. Nr 180, poz. 1493), zwana w dalszej części tekstu: „ustawą”.

2 Ustawa z dnia 10 czerwca 2010 r. o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. Nr 125, poz. 842).

poniżej środki opisane w art. 11a i 11aa ustawy stanowią już tylko uszczegółowienie i wypełnienie ustawowej formy bezpłatnej pomocy, zagwarantowanej przez państwo.

Warto też podkreślić, że pomoc ta jest bezpłatna poprzez zwolnienie na mocy art. 96 ust. 1 pkt 15 ustawy o kosztach sądowych w sprawach cywilnych³ osoby doznającej przemocy domowej w sprawach z zakresu przeciwdziałania przemocy domowej od obowiązku ponoszenia kosztów sądowych. Zwolnienie z kosztów sądowych jest o tyle istotne, że w razie nieuwzględnienia wniosku przez sąd, w przypadku np. dodatkowych kosztów sądowych (jak chociażby koszty ewentualnych opinii biegłych sądowych) czy też innych wydatków poniesionych tymczasowo przez Skarb Państwa, osoba doznająca przemocy nie będzie musiała ich zwracać, zgodnie z ogólną zasadą postępowania.

a) Zobowiązanie osoby stosującej przemoc domową do opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakaz zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia.

Jak to zostało już zauważone, środek ten został wprowadzony najwcześniej, tj. już w 2010 roku. Najpierw w postaci zobowiązania osoby stosującej przemoc domową do opuszczenia mieszkania, rozszerzony w 2020 roku o najbliższy obszar przy mieszkaniu, tj. bezpośrednie otoczenie⁴. Jednocześnie, wraz z tą zmianą, wprowadzono także możliwość wydania osobie stosującej przemoc domową, wo-

3 Ustawa z dnia 28 lipca 2005 r. o kosztach sądowych w sprawach cywilnych (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 959 z późn. zm.).

4 Zob. art. 7 pkt 2 ustawy z dnia 30 kwietnia 2020 r. o zmianie ustawy - Kodeks postępowania cywilnego oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. poz. 956).

bec której zastosowano ww. zobowiązanie, zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia.

W myśl art. 11a ustawy, jeżeli osoba stosująca przemoc domową zajmuje mieszkanie wspólnie z osobą krzywdzoną, a swoim zachowaniem polegającym na stosowaniu przemocy domowej czyni szczególnie uciążliwym wspólne zamieszkiwanie, osoba doznająca tej przemocy może żądać, aby sąd zobowiązał ją do opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakazał zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia. Mieszkanie, zgodnie z art. 11a ust. 4 ustawy, może stanowić każdy lokal, który służy zaspokajaniu bieżących potrzeb mieszkaniowych.

W zmianie z 2020 roku ujęto także wynik doświadczeń związanych z dekadą orzekania przez sądy w tego typu sprawach. Wobec powyższego wskazano, że sąd może zastosować ww. środki również w przypadku, gdy:

- osoba doznająca przemocy domowej opuściła wspólnie zajmowane mieszkanie z powodu stosowania wobec niej przemocy w tym mieszkaniu,
- osoba stosująca przemoc domową opuściła wspólnie zajmowane mieszkanie,
- osoba stosująca przemoc domową okresowo lub nieregularnie przebywa w mieszkaniu wspólnie z osobą doznającą przemocy domowej.

Interpretując bowiem ściśle przepis art. 11a ustawy, sądy miały wątpliwości, czy można nadal uwzględnić wniosek, pomimo faktycznego wyprowadzenia się zarówno osoby stosującej przemoc, jak i ucieczki z domu wnioskodawczyni/wnioskodawcy, tj. osoby doznają-

cej przemocy. Określenie „osoba wspólnie zajmująca mieszkanie” można było bowiem interpretować wąsko i ściśle, zwłaszcza że chodziło o pozbawienie uczestnika postępowania istotnego do codziennego funkcjonowania dobra, jakim jest miejsce zamieszkania. Sądy miały wątpliwości, czy jeżeli np. na dzień składania wniosku bądź też na dzień wyrokowania, osoba stosująca przemoc nie zajmowała już wspólnie mieszkania, spełnione są przesłanki ustawowe zastosowania przepisu art. 11a ustawy. Ustawodawca rozwiązał podobne wątpliwości, wprowadzając dodatkowe przepisy, które uwzględniały takie sytuacje i umożliwiały pozytywne orzekanie w zmieniających się okolicznościach.

Dodatkowo, w przepisie art. 11a ust. 3 ustawy szczegółowo unormowano kwestie natury technicznej, choć niewątpliwie praktycznej. Wskazano, że osoba pełnoletnia, doznająca uprzednio przemocy domowej, która pozostała w mieszkaniu, jest obowiązana do ponoszenia opłat za dostawę do tego mieszkania energii, gazu, wody, odbiór ścieków, odpadów i nieczystości ciekłych oraz czynsz lub koszty bieżącego zarządzania nieruchomością, chyba że osoba stosująca przemoc jest obowiązana względem niej do świadczeń alimentacyjnych.

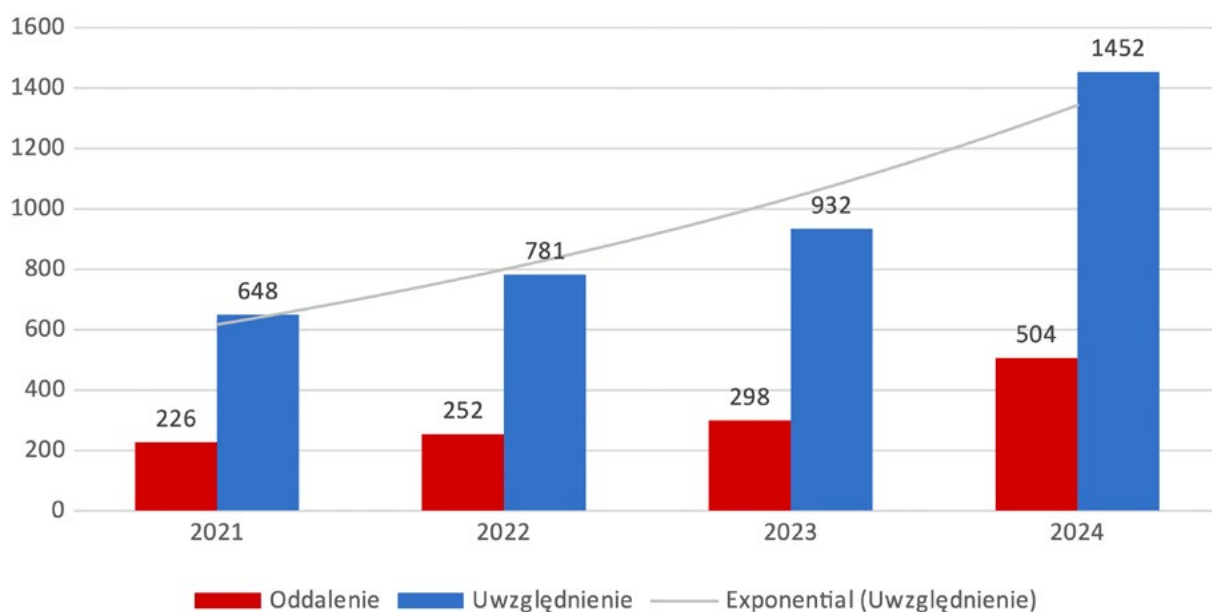
Szczegółowo opisano także procedurę zabrania rzeczy lub zwierząt domowych (w obecności policjanta, funkcjonariusza Żandarmierii Wojskowej, maksymalnie dwukrotna wizyta, prawo obecności osoby doznającej przemocy domowej, w uzgodnieniu terminu z tą osobą, z prawem do sprzeciwu zabrania).

Zgodnie z treścią art. 560⁷ § 1 k.p.c. sąd, uwzględniając wniosek o zobowiązanie osoby stosującej przemoc domową do opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub o wydanie zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania

i jego bezpośredniego otoczenia, wskazuje w postanowieniu obszar, który osoba stosująca przemoc domową ma opuścić i na którym nie może przebywać, lub odległość od wspólnie zajmowanego mieszkania, którą osoba stosująca przemoc domową jest obowiązana zachować.

Mając na względzie dane statystyczne za 2024 rok, należy wskazać, że w zeszłym roku uwzględniono w całości lub w części wnioski o zobowiązanie osoby stosującej przemoc domową do opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakaz zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia w **1452** przypadkach. To liczba **prawomocnych orzeczeń w I instancji**, rozpoznawanych w trybie art. 11a. ust.1 i 2 ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej. Oddalono zaś **504** wnioski.

Wykres 1. Prawomocne orzeczenia w przedmiocie wniosków w trybie art. 11a ustawy w latach 2021-2024.



Opracowanie własne.

Warto odnotować, że na przestrzeni ostatnich czterech lat (a tyle są gromadzone ww. dane statystyczne) proporcja orzeczeń uwzględniających w całości bądź w części do wniosków oddalonych jest stała i wynosi $\frac{3}{4}$ do $\frac{1}{4}$. O ile w 2021 roku odsetek orzeczeń uwzględniających wnioski wynosił 74,1% do 25,9% oddalonych, w 2022 roku – 75,6% do 24,4%, w 2023 roku – 75,7% do 24,3%, to w 2024 roku wyniósł on 74,2% do 25,8%.

Istotny jest także stały trend wzrostowy składanych wniosków w tym zakresie, który prawdopodobnie przełoży się także na trend wzrostowy wniosków w przedmiocie nowych środków ochrony z art. 11aa ustawy.

Ciekawą informacją jest także rozkład odsetka wniosków składanych do sądu:

- po wydaniu przez Policję nakazu natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakazu zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia oraz

- bez wydania uprzednio takiego środka,
a także odsetek uwzględnianych i oddalanych wniosków.

W 2024 roku **łączna liczba prawomocnych orzeczeń** w tym przedmiocie (zarówno uwzględniających wniosek, jak i oddalających) wyniosła **1 956**, z czego:

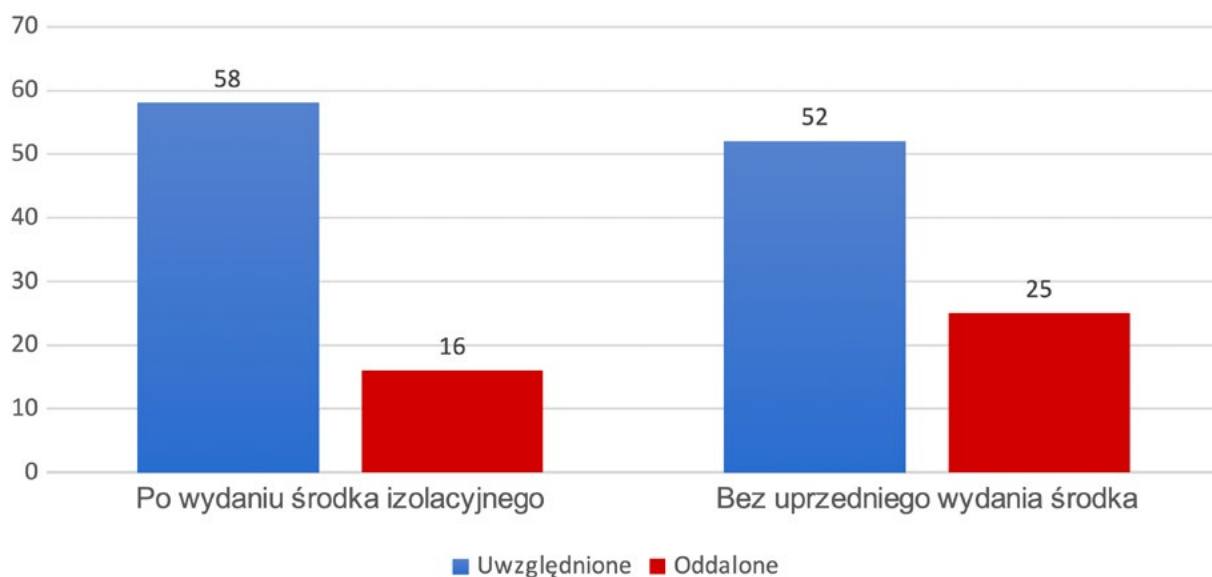
- 938 – na skutek wniosku złożonego po uprzednim zastosowaniu ww. nakazu lub zakazu przez Policję (48%),

- 1018 – bez takiego nakazu lub zakazu, bezpośrednio do sądu (52%).

Z 938 orzeczeń wydanych na skutek wniosku po uprzednim wydaniu nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 748 (80%), a 190 (20%) oddalonych.

Z 1018 orzeczeń wydanych na skutek wniosku bez uprzedniego nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 704 (70%), oddalonych – 314 (30%).

Wykres 2. Prawomocne załatwienia wniosków zobowiązanie osoby stosującej przemoc do opuszczenia mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakazu zbliżania się do tych miejsc w odsetkach.



Opracowanie własne.

Sklania to do uznania, że nieco większe prawdopodobieństwo uwzględnienia wniosku przez sąd i jednocześnie mniejsze ryzyko oddalenia wniosku ma miejsce w sytuacji, gdy Policja wyda nakaz natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakaz zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia. Antycypując dane, co do pozostałych środków ten schemat będzie się powielał (o czym poniżej).

Dane statystyczne umożliwiają także uzyskanie wiedzy w zakresie liczby spraw **rozpoznanych nieprawomocnie**. W tym przypadku formularz statystyczny jest nieco bardziej rozbudowany i pozwala na wyodrębnienie spraw o zobowiązanie osoby stosującej przemoc do opuszczenia mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia oraz oddzielnie spraw o zakaz zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia.

W 2024 roku rozpoznano nieprawomocnie:

- **2 369** spraw w przedmiocie zobowiązania osoby stosującej przemoc do opuszczenia mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia,
- **1 624** sprawy w przedmiocie zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia.

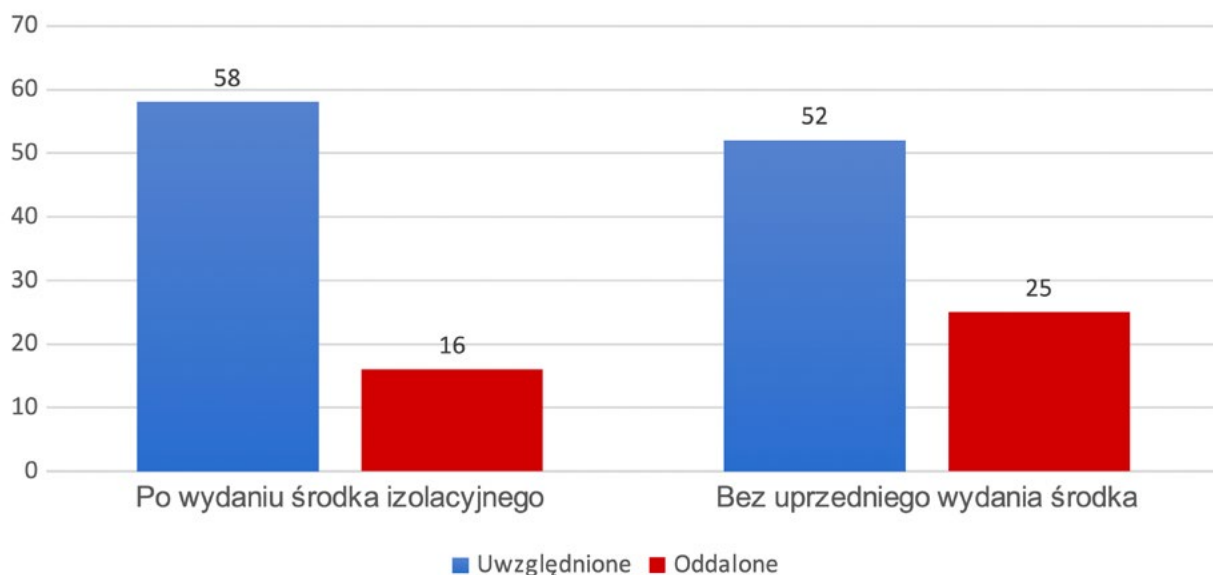
Oznacza to, że w nie każdej sprawie o zobowiązanie osoby stosującej przemoc do opuszczenia mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia złożono także wniosek o zakaz zbliżania się do tych miejsc. Oba uprawnienia wynikają z art. 11a ustawy przedzielone spójnikiem alternatywy łącznej: „lub”, a zatem nie muszą być składane razem. Wnioskodawca może dokonać także wyboru i wnieść o jedno z tych roszczeń, w zależności od sytuacji faktycznej.

W 2024 roku na łącznie 2 369 rozpoznanych **wniosków o zobowiązanie osoby stosującej przemoc do opuszczenia mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia** uwzględniono **1 299** (54%), zaś oddalono **493** (20%).

W przypadku, gdy wnioski te były składane po uprzednim zastosowaniu ww. nakazu lub zakazu przez Policję (1140), uwzględniono 662 (58%), zaś oddalono 186 (16%).

W przypadku, gdy wnioski te były składane po bez uprzedniego stosowania ww. środka (1229), uwzględniono 637 (52%), zaś oddalono 307 (25%).

Wykres 3. Nieprawomocne załatwienia wniosków zobowiązanie osoby stosującej przemoc do opuszczenia mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia w odsetkach.



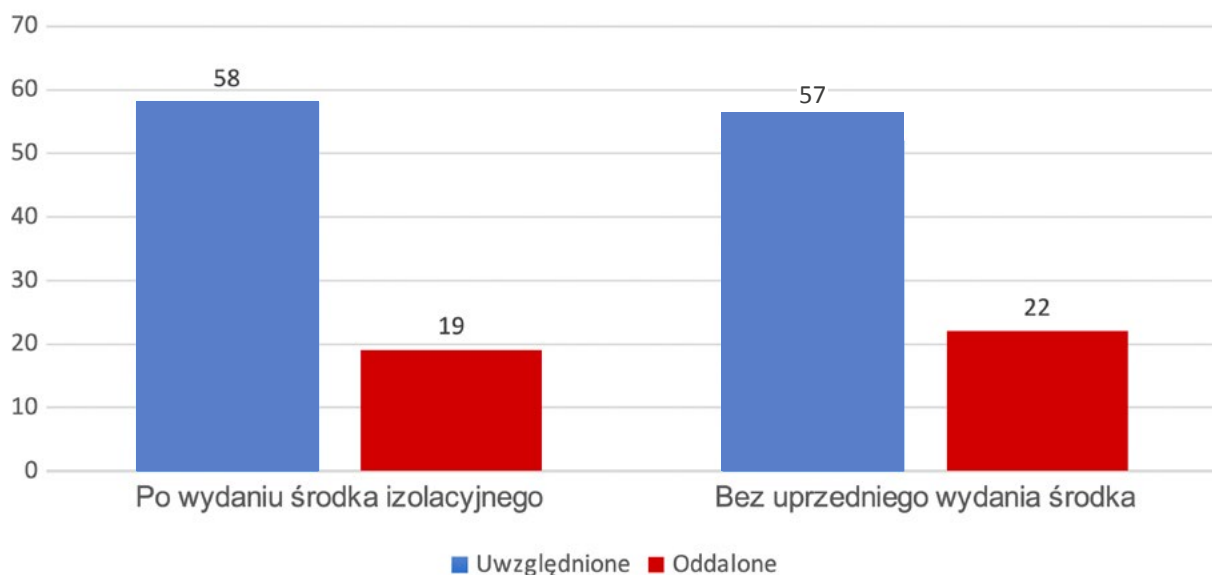
Opracowanie własne.

W 2024 roku na łącznie **1624** rozpoznane **sprawy w przedmiocie zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia** uwzględniono **917** (57%), zaś oddalono **320** (20%).

Warto odnotować, że wyraźnie więcej takich spraw zostało wszczętych wnioskiem po uprzednim zastosowaniu ww. nakazu lub zakazu przez Policję, bo aż 847, z czego uwzględniono 488 (58%), zaś oddalono 155 (19%).

W przypadku, gdy wnioski były składane bez uprzedniego stosowania ww. środka (750), uwzględniono 429 (57%), zaś oddalono 165 (22%).

Wykres 4. Nieprawomocne załatwienia wniosków w przedmiocie zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia w odsetkach.



Opracowanie własne.

Podobnie jak w przypadku omawianych łącznie prawomocnych orzeczeń co do obu tych środków, nieco większe prawdopodobieństwo uwzględnienia wniosku przez sąd i jednocześnie nieco mniejsze ryzyko oddalenia wniosku będzie miało miejsce po uprzednim wydaniu przez Policję nakazu natychmiastowego opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia lub zakazu zbliżania się do mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia.

b) Zakaz zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej

Środek ten został wprowadzony wspomnianą już nowelą z 2023 roku do ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej. Zgodnie z treścią art. 11aa ust. 1 ustawy, osoba doznająca przemocy domowej może żądać, aby sąd wydał wobec osoby stosującej przemoc domową zakaz zbliżania się do niej na wyrażoną w metrach odległość lub zakazał osobie stosującej przemoc domową kontaktowania się z nią, gdy osoba stosująca przemoc domową swoim zachowaniem polegającym na stosowaniu przemocy domowej stwarza zagrożenie dla życia lub zdrowia osoby doznającej tej przemocy. Sąd, uwzględniając wniosek o wydanie zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej, wskazuje zatem w postanowieniu odległość wyrażoną w metrach, na którą osoba stosująca przemoc domową nie może zbliżyć się do osoby doznającej tej przemocy.

Dane za 2024 rok są pierwszą możliwością zaobserwowania skali jego stosowania. Niestety, są to dane spraw zakończonych nieprawomocnie, jednakże mając na względzie dane dotyczące poprzedniego środka, gdzie mamy informacje o orzeczeniach prawomocnych, można domniemywać, że odsetki orzeczeń uwzględniających wnioski oraz je oddalające są podobne.

W 2024 roku na łącznie **1352** rozpoznane **sprawy w przedmiocie zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej** uwzględniono **790** (59%), zaś oddalono **277** (21%).

Formularz statystyczny pozwala, podobnie jak w przypadku poprzedniego środka, na rozróżnienie spraw rozpoznanych po zastosowaniu tymczasowych środków izolacji przez Policję i bez uprzedniego ich stosowania.

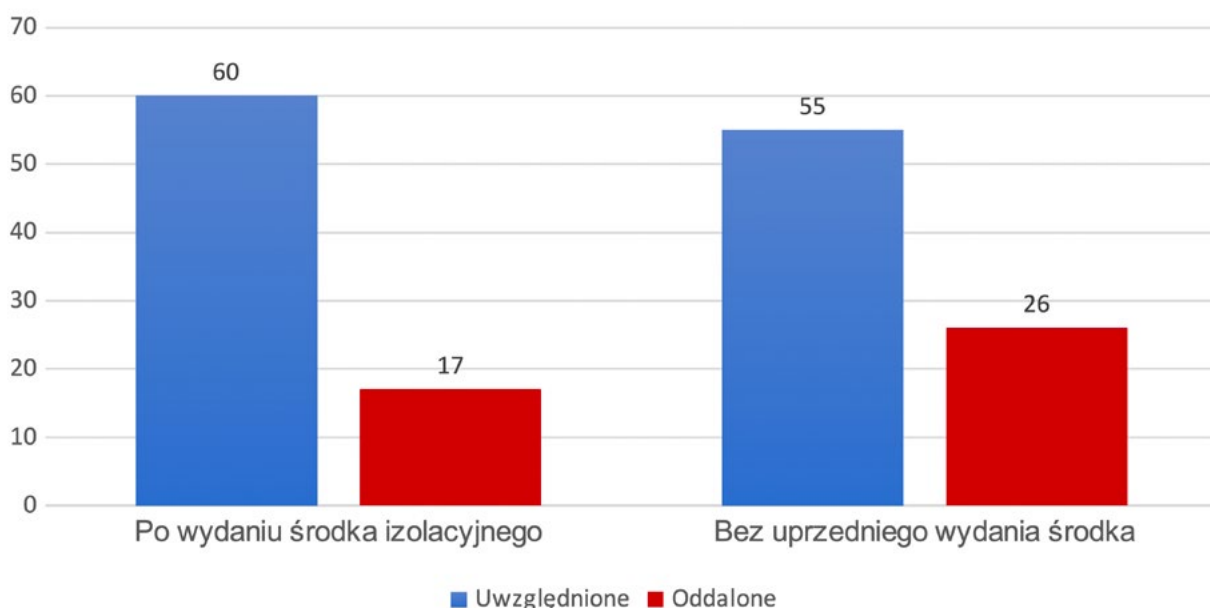
Z 1 352 spraw rozpoznano:

- 806 – na skutek wniosku złożonego po uprzednim zastosowaniu ww. nakazu lub zakazu przez Policję (60%),
- 546 – bez takiego nakazu lub zakazu, bezpośrednio do sądu (40%).

Z 806 orzeczeń wydanych na skutek wniosku po uprzednim wydaniu nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 491 (60%), a 136 (17%) oddalonych.

Z 546 orzeczeń wydanych na skutek wniosku bez uprzedniego nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 299 (55%), oddalonych – 141 (26%).

Wykres 5. Nieprawomocne załatwienia wniosków w przedmiocie zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy.



Opracowanie własne.

Podobnie jak w przypadku poprzednich środków, nieco większe prawdopodobieństwo uwzględnienia wniosku przez sąd i jednocześnie **znacznie mniejsze ryzyko oddalenia** wniosku będzie miało miejsce po uprzednim wydaniu przez Policję lub Żandarmerię Wojskową zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej.

c) Zakaz kontaktowania się z osobą doznającą przemocy domowej.

Jak już wspomniano, osoba doznająca przemocy domowej może żądać, aby sąd wydał wobec osoby stosującej przemoc domową zakaz kontaktowania się z nią, gdy osoba stosująca przemoc domową swoim zachowaniem polegającym na stosowaniu przemocy stwarza zagrożenie dla życia lub zdrowia osoby jej doznającej.

Osoba doznająca przemocy domowej może żądać wydania zakazu kontaktowania się z nią także wtedy, gdy osoba stosująca przemoc domową nęka ją za pomocą środków komunikacji elektronicznej na odległość, wzbudzając u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia bądź istotnie narusza jej prywatność.

Sąd, uwzględniając wniosek o wydanie zakazu kontaktowania się z pełnoletnią osobą doznającą przemocy domowej, na wniosek wnioskodawcy lub uczestnika postępowania, gdy przemawiają za tym szczególne okoliczności, może w **postanowieniu określić dopuszczalne sposoby kontaktowania się oraz ich zakres**, mając na uwadze bezpieczeństwo osoby doznającej przemocy domowej.

Także i w tym przypadku dane za 2024 rok ukazują po raz pierwszy skalę stosowania tego środka i także w postaci orzeczeń nieprawomocnych.

W 2024 roku na łącznie **943** rozpoznanych **spraw w przedmiocie zakazu kontaktowania się z osobą doznającą przemocy domowej** uwzględniono **548** (59%), zaś oddalono **210** (23%).

Z **943** rozpoznanych spraw:

- 837 – było w przedmiocie zakazu kontaktowania się (89%),
- 106 – było w przedmiocie zakazu kontaktowania się w przypadku stosowania nękania za pomocą środków komunikacji elektronicznej na odległość (11%).

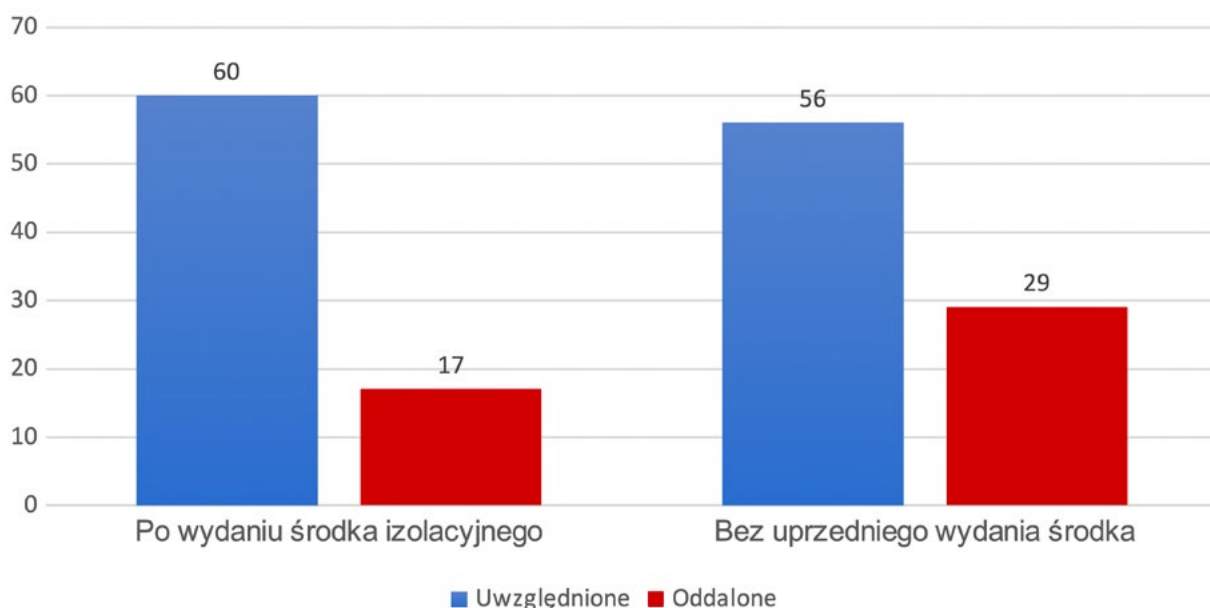
Na łącznie 943 sprawy w tym przedmiocie:

- 542 – na skutek wniosku złożonego po uprzednim zastosowaniu ww. nakazu lub zakazu przez Policję (60%; w tym 486 zwykłych i 56 w wyniku nękania na odległość),
- 401 – bez takiego nakazu lub zakazu, bezpośrednio do sądu (40%; w tym 351 zwykłych i 50 w wyniku nękania na odległość).

Z 542 orzeczeń wydanych na skutek wniosku po uprzednim wydaniu nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 323 (60%), a 94 (17%) oddalonych.

Z 401 orzeczeń wydanych na skutek wniosku bez uprzedniego nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 225 (56%), oddalonych – 116 (29%).

Wykres 6. Nieprawomocne załatwienia wniosków w przedmiocie zakazu kontaktowania się z osobą doznającą przemocy.



Opracowanie własne.

Wykres jest niemal identyczny jak w przypadku poprzednich środków. Nieco większe prawdopodobieństwo uwzględnienia wniosku przez sąd i jednocześnie **znacznie mniejsze ryzyko oddalenia** wniosku będzie miało miejsce po uprzednim wydaniu przez Policję zakazu kontaktowania się z osobą doznającą przemocy domowej.

d) Zakazu wstępu na teren szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, lub obiektu sportowego, do których uczęszcza osoba doznająca przemocy domowej, miejsca pracy lub innego miejsca, w którym zwykle lub regularnie przebywa osoba doznająca przemocy domowej, i przebywania na tym terenie.

Ostatnim roszczeniem z art. 11aa ustawy, wymienionym w ust. 4, jest zakaz wstępu do miejsc, w których osoba doznająca przemocy domowej stale lub regularnie przebywa. Przepis ten stanowi, że jeżeli osoba doznająca przemocy domowej uczęszcza do szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, uprawia sport lub pracuje, może ona żądać, aby sąd, o którym mowa w art. 11a ust. 1 ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej, wydał wobec osoby stosującej przemoc domową, stwarzającej zagrożenie dla jej życia lub zdrowia, **zakaz wstępu na teren** szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, lub obiektu sportowego, do których uczęszcza osoba doznająca przemocy domowej, miejsca pracy lub innego miejsca, w którym zwykle lub regularnie przebywa osoba doznająca przemocy domowej, i przebywania na tym terenie.

Uwzględniając taki wniosek, sąd zawiadamia o treści postanowienia dyrektora szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, do której uczęszcza osoba doznająca przemocy domowej, osobę zarządzającą obiektem sportowym, do którego uczęszcza osoba doznająca przemocy domowej, lub pracodawcę osoby doznającej przemocy domowej. Sąd może także zawiadomić inne osoby odpowiedzialne za miejsce, w którym zwykle lub regularnie przebywa osoba doznająca przemocy domowej, jeżeli jest to niezbędne do prawidłowego wykonania postanowienia.

W 2024 roku na **361** rozpoznanych nieprawomocnie **spraw w przedmiocie zakaz wstępu na teren przebywania osoby doznającej przemocy domowej** uwzględniono **196** (55%), zaś oddalono **84** (24%).

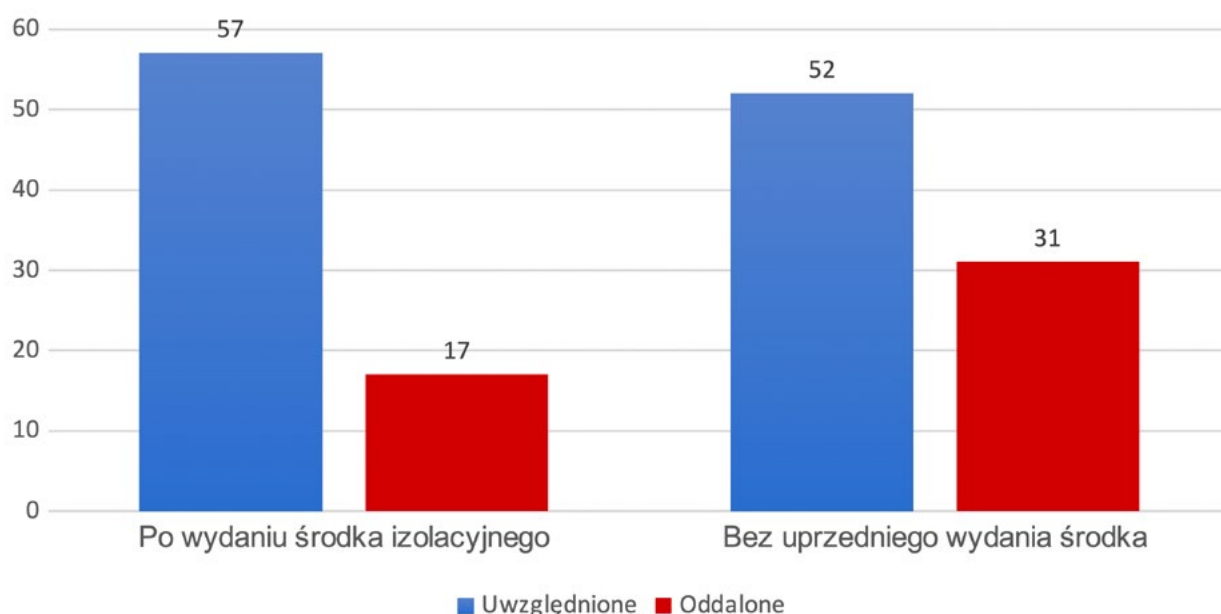
Z 361 rozpoznanych spraw:

- 193 – były na skutek wniosku złożonego po uprzednim zastosowaniu ww. nakazu lub zakazu przez Policję (53%),
- 168 – było bez takiego nakazu lub zakazu, bezpośrednio do sądu (47%).

Z 193 orzeczeń wydanych na skutek wniosku po uprzednim wydaniu nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 109 (57%), a 32 (17%) oddalonych.

Z 168 orzeczeń wydanych na skutek wniosku bez uprzedniego nakazu lub zakazu uwzględnionych zostało 87 (52%), oddalonych – 52 (31%).

Wykres 7. Nieprawomocne załatwienia wniosków w przedmiocie zakazu wstępu na teren przebywania osoby doznającej przemocy.



Opracowanie własne.

Także i w tym przypadku nie ma zaskoczenia, że nieco większe prawdopodobieństwo uwzględnienia wniosku przez sąd i jednocześnie **znacznie mniejsze ryzyko oddalenia wniosku** będzie miało miejsce po uprzednim wydaniu przez Policję zakazu wstępu na teren przebywania osoby doznającej przemocy domowej.

PODSUMOWANIE

Cywilnoprawne środki ochrony osób doznających przemocy domowej skutecznie uzupełniły dotychczasowe instrumenty, głównie prawnokarne, służące zapewnieniu bezpieczeństwa osobom zagrożonym przemocą. Dostępne dane statystyczne za 2024 rok wskazują, że są one przez sądy stosowane, co znajduje odzwierciedlenie w praktyce orzeczniczej.

W 2024 roku nieprawomocnie orzeczono o uwzględnieniu w całości lub w części wniosków w:

- **1 299** sprawach o zobowiązanie osoby stosującej przemoc domową do opuszczenia wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia (54% uwzględnionych wniosków),
- **917** sprawach o wydanie osobie stosującej przemoc domową zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania i jego bezpośredniego otoczenia (57% uwzględnionych wniosków),
- **790** sprawach o wydanie osobie stosującej przemoc domową zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy domowej (59% uwzględnionych wniosków),
- **548** sprawach o wydanie osobie stosującej przemoc domową zakazu kontaktowania się z osobą doznającą przemocy domowej (59% uwzględnionych wniosków),

■ **196** sprawach o wydanie osobie stosującej przemoc domową zakazu wstępu na teren szkoły, placówki oświatowej, opiekuńczej lub artystycznej, lub obiektu sportowego, do których uczęszcza osoba doznająca przemocy domowej, miejsca pracy lub innego miejsca, w którym zwykle lub regularnie przebywa osoba doznająca przemocy domowej, i przebywania na tym terenie (55% uwzględnionych wniosków).

Ponadto wysoki odsetek wniosków o zabezpieczenie roszczenia występuje w przypadkach, gdy wcześniej zastosowano tymczasowy środek izolacyjny (75%). Wskazuje to na logiczne powiązanie obu etapów i efektywność systemu ochrony w wymiarze proceduralnym. Co równie istotne, po uprawomocnieniu się orzeczeń sądowych, niemal całkowicie zanika aktywność osób stosujących przemoc w kierunku ich zmiany lub uchylenia, przy niskim odsetku ich uwzględniania – zaledwie 3% orzeczeń podlega dalszym modyfikacjom na skutek wniosku o zmianę lub uchylenie prawomocnego orzeczenia. Może to świadczyć o skuteczności środków izolacyjnych i trafności orzecznictwa.

Można także zaobserwować, że pomimo wyzwań organizacyjnych i niedoboru materiału dowodowego, aż 67% spraw zostaje rozpoznanych przez sądy w terminie do dwóch miesięcy od wpłynięcia wniosku, co potwierdza sprawność działania sądów w tego typu sprawach i traktowanie ich jako priorytetowych.

Zastosowanie środków izolacji nakładanych na osoby stosujące przemoc domową przez sąd cywilny realnie przyczyniło się do poprawy bezpieczeństwa osób doznających przemocy domowej. Bardzo pozytywnie należy też ocenić niezwłoczne umieszczenie dotyczą-

cych tego danych w formularzu statystycznym za rok 2024 (przy wprowadzeniu zmian zaledwie rok wcześniej, tj. w 2023 roku).

W perspektywie dalszego wzrostu liczby spraw, warto rozważyć rozwój cyfrowych narzędzi umożliwiających wypełnianie formularzy elektronicznie i składanie ich do sądu właśnie w taki sposób, jak również takich, które będą wspierać komunikację pomiędzy Policją, sądami a zespołami interdyscyplinarnymi. Tego typu rozwiązania mogą dodatkowo wzmocnić skuteczność dobrze działającego systemu. ■



MICHAŁ LEWOC

– doktor nauk prawnych, sędzia Sądu Rejonowego w Legnicy.

ŚRODKI OCHRONY PRAWNEJ DZIECKA CUDZOZIEMSKIEGO

- zagadnienia wybrane



Przemoc domowa może dotknąć każdego, niezależnie od wieku, narodowości czy statusu społecznego. Jedną z najbardziej bezbronnych i narażonych na doznawanie przemocy domowej grup są dzieci. Dotyczy to także dzieci cudzoziemskich objętych procedurą udzielania ochrony międzynarodowej – dla skutecznej pomocy, szczególnie wymagających wsparcia interdyscyplinarnego.

MONIKA SOKOŁOWSKA

Wzmożone kryzysy na całym świecie, wywołane wojnami, konfliktami, niespokojną sytuacją polityczno-ekonomiczną czy społeczną, powodują, że w wyniku migracji przybywają do Polski także osoby małoletnie. Ich sytuacja prawna bywa zróżnicowana. Zależy przede wszystkim od tego, czy są one uprawnione do przekroczenia granicy Polski w sposób legalny, czy też nie, jak również – czy pozostają pod opieką rodzica bądź innego dorosłego opiekuna, czy raczej przemieszczają się bez opieki.

Dzieci cudzoziemskie mogły, czy to w kraju pochodzenia, czy też już na terytorium Polski, doznawać przemocy domowej. Jako świadkowie bądź osoby bezpośrednio doznające przemocy są grupą szczególnie wrażliwą, wymagającą podjęcia nie tylko odpowiednich środków prawnych, ale i specjalistycznej opieki terapeutycznej, zwykle

w połączeniu z koniecznością przełamania bariery językowej, zapewnienia odpowiedniego dostępu do informacji i budowania świadomości prawno-społecznej.

W artykule, z uwagi na wielowątkowość tematu i obszerność regulacji prawnych dotyczących legalizacji pobytu bądź innych procedur związanych z cudzoziemcami (jak np. związanych z zasadą łączenia rodzin), przedstawiłam jedynie wybrane aspekty i odniosłam się do sytuacji dzieci cudzoziemskich w procedurze udzielenia ochrony międzynarodowej w RP. Oczywiście jest, że przepisy prawne zapewniające środki ochrony, przyjęte procedury i wypracowane standardy dla zapewnienia małoletnim należytej ochrony, biorąc pod uwagę sytuację związaną z migracją do Polski, nie niwelują niepokoju o losy małoletnich, którzy nielegalnie przekraczają granicę z Polską i w naszym kraju szukają schronienia.

Artykuł powstał z inspiracji, która jest pokłosiem szkolenia dla kuratorów dzieci cudzoziemskich, przeprowadzonym w dniach 23-24 września br. przez Stowarzyszenie Interwencji Prawnej, IOM Un Immigration oraz Guardian Xchange. Jego intencją było właśnie to, by podnosząc i zwiększając świadomość w temacie przeciwdziałania przemocy, w tym przemocy domowej, nie zapominać właśnie o grupie dzieci cudzoziemskich, które ze względu na swoje doświadczenia, niejednokrotnie traumatyczne i skrajnie bolesne, podlegają i wymagają szczególnej ochrony prawnej oraz zapewnienia odpowiednich warunków gwarantujących bezpieczeństwo.

Należy przy tym podkreślić, że niezależnie od okoliczności i sposobu przybycia do naszego kraju, wszystkie dzieci cudzoziemskie¹, które prze-

¹ Za dzieci cudzoziemskie uważa się dzieci obywateli krajów innych niż UE.

bywają na terytorium Polski, podlegają ochronie prawnej. Dzieci cudzoziemskie doznające przemocy domowej korzystać będą ze środków prawnych przewidzianych w Ustawie z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy domowej, na pełnych zasadach – tak jak dzieci polskie.

KONWENCJA O PRAWACH DZIECKA NARODÓW ZJEDNOCZONYCH

Prawną ochronę dziecka – niezależnie od obywatelstwa czy narodowości – przewiduje Konwencja o prawach dziecka Narodów Zjednoczonych z dnia 20 listopada 1989 roku, której Polska jest stroną. Ochrona konwencyjna przysługuje na równi zarówno dzieciom pochodzenia polskiego, jak i dzieciom cudzoziemskim. Za dziecko Konwencja uznaje osobę, która nie ukończyła 18 lat².

Regulacje prawne Konwencji stanowią, że dziecko pozbawione czasowo lub na stałe swojego środowiska rodzinnego bądź gdy ze względu na swoje dobro nie może pozostawać w tym środowisku, będzie miało prawo do specjalnej ochrony i pomocy ze strony państwa. Ponadto państwo jest zobowiązane do zapewnienia takiemu dziecku, zgodnie ze swoim prawem wewnętrznym, opieki zastępczej. Za taką opiekę Konwencja uznaje m.in. rodzinę zastępczą, adopcję lub opiekę instytucji do tego powołanej³. Wszystkie instytucje, sądy i władze administracyjne zobowiązane są w swoich działaniach uwzględniać najlepszy interes dziecka⁴.

2 Art. 1 Konwencji o prawach dziecka z dnia 20 listopada 1989 roku, tj. , ratyfikowanej przez Polskę w 1991 roku.

3 Art. 20 Konwencji o prawach dziecka, jw.

4 Art. 3 Konwencji o prawach dziecka, jw.

OCHRONA MIĘDZYNARODOWA DZIECKA CUDZOZIEMSKIEGO

Państwo ma obowiązek zapewnić specjalną ochronę dziecku, które ubiega się o status uchodźcy lub jest uważane za uchodźcę w świetle prawa (międzynarodowego czy wewnętrznego), w przypadku gdy występuje samo (wówczas zapewnia mu się wsparcie prawne kuratora prawnego lub reprezentanta prawnego), a także w przypadku, gdy towarzyszą mu rodzice bądź inna osoba.

Zasady postępowania wobec cudzoziemców ubiegających się o ochronę międzynarodową regulują przepisy ustawy z dnia 13 czerwca 2003 roku o udzielaniu cudzoziemcom ochrony międzynarodowej⁵. Zgodnie z regulacjami ustawy, deklarację zamiaru złożenia wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej małoletni powinien zgłosić Straży Granicznej. Deklaracja taka zostanie przez organ SG zarejestrowana. Jeżeli małoletni występuje bez opieki, organ Straży Granicznej wystąpi o ustanowienie dla małoletniego przez sąd opiekuńczy kuratora. Co więcej, małoletni zostanie umieszczony w pieczy zastępczej, zostanie mu udzielona pomoc socjalna bądź zostanie przekazany do innego państwa członkowskiego UE (jeżeli już wcześniej złożył w innym państwie wniosek o udzielenie ochrony międzynarodowej).

Małoletni bez opieki zostają skierowani do polskiej pieczy zastępczej, do placówek opiekuńczo-wychowawczych lub rodzin zastępczych, na podstawie tych samych regulacji prawnych, co dzieci polskie, i zostają objęci programem wsparcia.

⁵ Ustawa z dnia 13 czerwca 2003 roku o udzielaniu cudzoziemcom ochrony międzynarodowej t.j. z dnia 5 lutego 2025 r., Dz.U. 2025, poz. 233.

Jeżeli małoletniemu bez opieki towarzyszy dorosły krewny w linii prostej drugiego stopnia lub w linii bocznej drugiego lub trzeciego stopnia, organ Straży Granicznej we wniosku o umieszczenie w pieczy zastępczej może wskazać powierzenie pełnienia funkcji rodziny zastępczej temu krewnemu (jeżeli wyrazi on na to zgodę)⁶.

Od 27 marca 2025 roku wprowadzono czasowe ograniczenie przyjmowania wniosków o ochronę międzynarodową osób przekraczających granicę białorusko-polską⁷. Z tego ograniczenia wyłączeni są małoletni bez opieki, którzy są uprawnieni do złożenia takiego wniosku⁸.

OCENA WIEKU DZIECKA

Istotnym zagadnieniem związanym z ochroną dziecka cudzoziemskiego jest ocena jego wieku. Ogólną zasadą jest zasada domniemania małoletności. Oznacza to, że osoba powinna być traktowana jak dziecko, dopóki nie ujawnią się dowody wskazujące na to, że jest to osoba dorosła. W przypadku osób nastoletnich precyzyjne określenie wieku może rodzić wątpliwości, zwłaszcza jeżeli małoletni nie jest w stanie przedstawić stosownych dokumentów poświadczających datę urodzenia, a przedstawia się jako dziecko. W takiej sytuacji zostanie wszczęta formalna procedura oceny wieku, przewidziana w usta-

6 Art. 61 Ustawy z dnia 13 czerwca 2003 roku o udzielaniu cudzoziemcom ochrony międzynarodowej t.j. z dnia 5 lutego 2025 r., Dz.U. 2025, poz. 233.

7 Uchwała Sejmu RP w sprawie wyrażenia zgody na przedłużenie okresu obowiązywania czasowego ograniczenia prawa do złożenia wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej na granicy państwowej z Republiką Białorusi z dnia 12 września 2025 r., M.P. z 2025, poz. 233.

8 Art. 33b ust. 2 pkt 1 Ustawy z dnia 13 czerwca 2003 roku o udzielaniu cudzoziemcom ochrony międzynarodowej t.j. z dnia 5 lutego 2025 r., Dz.U. 2025, poz. 233.

wie o udzielaniu ochrony cudzoziemcom. Jak wynika z art. 32 ustawy, organ Straży Granicznej, który na podstawie oświadczeń złożonych przez wnioskodawcę podającego się za małoletniego bez opieki lub na podstawie innych okoliczności powziął wątpliwość co do wieku wnioskodawcy, w celu ustalenia rzeczywistego wieku danej osoby, zapewnia wykonanie badań lekarskich. Przeprowadzenie badań lekarskich weryfikujących wiek wymaga zgody wnioskodawcy podającego się za małoletniego bez opieki albo jego przedstawiciela ustawowego. Wynik badań lekarskich weryfikujących wiek ma wskazać, czy badany wnioskodawca jest osobą pełnoletnią. W razie braku możliwości uzyskania jednoznacznego wyniku badania lekarskiego, wnioskodawcę uznaje się za osobę małoletnią. W przypadku wątpliwości istnieje zatem zasada działania na korzyść. Nie działa ona jednak w momencie, gdy wnioskodawca podający się za małoletniego nie wyrazi zgody na badanie. Wówczas zostanie on uznany za osobę pełnoletnią.

Ustalenie wieku ma fundamentalne znaczenie dla zapewnienia właściwych gwarancji i ochrony, co wynika z szeregu przepisów. Dotyczy to każdego obszaru funkcjonowania osoby ubiegającej się o ochronę międzynarodową, takich jak chociażby dostęp do edukacji, opieki zdrowotnej, odpowiedniego zakwaterowania itp.

Nie należy nigdy też tracić z pola widzenia sytuacji odwrotnej – gdy dziecko dysponuje dokumentem wskazującym na pełnoletność bądź deklaruje się jako osoba dorosła, lecz wiek budzi niepewność. Organ, jeśli poweźmie taką wątpliwość, powinien zażądać przeprowadzenia oceny wieku, gdyż może się okazać, że dziecko jest ofiarą handlu ludźmi⁹.

9 Dyrektywa w sprawie handlu ludźmi 2011/36/UE.

POLITYKA OCHRONY DZIECI PRZED KRZYWDZENIEM W OŚRODKACH DLA CUDZOZIEMCÓW

Małoletni bez opieki, wobec których istnieje wątpliwość co do wieku bądź też przebywający z rodzinami, do czasu uregulowania ich statusu, mogą zostać umieszczeni w ośrodku dla cudzoziemców. Urząd do Spraw Cudzoziemców, wraz z Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę, w związku z przepisami ustawy o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich¹⁰, opracował Politykę ochrony dzieci przed krzywdzeniem w ośrodkach dla cudzoziemców prowadzonych przez Urząd do Spraw Cudzoziemców¹¹.

Dokument ten w swojej preambule odwołuje się do Konwencji o prawach dziecka, a konkretnie do art. 19, który zobowiązuje Państwa – strony Konwencji – do ochrony dziecka przed wszelkimi formami przemocy fizycznej bądź psychicznej, krzywdy lub zaniedbania bądź złego traktowania lub wyzysku, w tym wykorzystywania w celach seksualnych, dzieci pozostających pod opieką rodzica(ów), opiekuna(ów) prawnego(ych) lub innej osoby sprawującej opiekę nad dzieckiem. Tego rodzaju środki ochronne, tam gdzie jest to właściwe, powinny obejmować skuteczne przedsięwzięcia mające na celu stworzenie programów socjalnych dla realizacji pomocy dziecku oraz osobom sprawującym opiekę nad

10 Ustawa z dnia 27 listopada 2024 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich (Dz.U. z 2024 r. poz. 1802).

11 file:///C:/Users/adwms/Downloads/Polityka_ochrony_dzieci_przed_krzywdzeniem.pdf

dzieckiem. Podobnie dotyczy to innych form działań prewencyjnych, które są niezbędne do ustalania, informowania, wszczynania i prowadzenia śledztwa, postępowania, notowania wymienionych wyżej przypadków niewłaściwego traktowania dzieci oraz tam, gdzie jest to właściwe, ingerencji sądu.

Polityka ochrony dzieci w ośrodkach dla cudzoziemców realizowana jest przez Departament Pomocy Socjalnej, który dba o wprowadzanie odpowiednich standardów w ośrodkach jako profilaktyki, a także zajmuje się reagowaniem na zgłoszone przypadki przemocy, w tym przemocy domowej.

Warto zaznaczyć, że dokument ten rozróżnia następujące formy krzywdzenia:

- przemoc fizyczną,
- psychiczną,
- wykorzystanie seksualne,
- zaniedbywanie dziecka,
- tradycyjne praktyki niezgodne z prawem,
- komercyjne wykorzystywanie dzieci,
- przemoc rówieśniczą.

Krzywdzić może opiekun lub inne osoby zamieszkujące ośrodek, pracownik lub współpracownik DPS UdSC, rówieśnik lub sprawca zewnętrzny.

Polityka wprowadza szczegółowy schemat¹² działania w przypadku powzięcia podejrzenia, że wobec dziecka może dochodzić do przemocy. Dyrektor Departamentu Pomocy Socjalnej może podjąć

12 Tamże.

decyzję dotyczącą wniesienia do uprawnionego podmiotu wniosku o wszczęcie procedury „Niebieskie Karty”, a także złożenia wniosku do sądu rodzinnego o wgląd w sytuację dziecka. Co istotne, w sytuacji podejrzenia przestępstwa zostaje zawiadomiona policja.

Zapewnienie dziecku bezpieczeństwa może być realizowane, w zależności od sytuacji, poprzez udzielenie mu pomocy, w tym pomocy medycznej i psychologicznej, w szczególności poprzez:

- odseparowanie dziecka (wraz z niekrzywdzącymi bliskimi) od sprawcy krzywdzenia,
- zapewnienie szczególnego nadzoru ze strony pracowników ochrony,
- umieszczenie (wraz z niekrzywdzącymi bliskimi) w innym miejscu, które będzie odizolowane od sprawcy,
- podjęcie dalszych działań, które są konieczne dla zaspokojenia szczególnych potrzeb dziecka krzywdzonego, w tym np. dostęp do wsparcia terapeutycznego, specjalistycznego itd.

Uruchomienie procedury „Niebieskie Karty”, jak i postępowania karnego, następuje na polskich zasadach i toczy się według przepisów krajowych. Oznacza to, w świetle ustawy z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy domowej, że małoletni cudzoziemiec będzie uznany za osobę doznającą przemocy zarówno wówczas, kiedy bezpośrednio jej doświadczał, jak i wówczas, gdy był świadkiem doznawania przemocy przez osobę, którą ww. ustawa traktuje jako osobę doznającą przemocy. Podmiot prowadzący procedurę „Niebieskie Karty” dobierze także odpowiednie, ze względu na okoliczności i sytuację małoletniego, formy pomocy.

PODSUMOWANIE

Dzieci cudzoziemskie, które doznają przemocy, w tym przemocy domowej, mogą korzystać z instrumentów prawnych obowiązujących w Polsce. Podobnie jak i w każdym innym przypadku, ważna jest reakcja na krzywdę dziecka, uważność na jego sytuację i wzbudzenie zaufania, co biorąc pod uwagę często trudne doświadczenia takiego małoletniego, bywa szczególnie skomplikowaną barierą do przełamania. Dzieci cudzoziemskie w procedurze ochrony międzynarodowej w sposób wzmożony potrzebują zapewnienia im poczucia bezpieczeństwa, odpowiednich działań integracyjnych, w tym dostępu do informacji i wsparcia psychologicznego, a także wsparcia innych osób na poziomie emocjonalnym. Skuteczność zwalczania przemocy domowej zależy w dużej mierze od działań interdyscyplinarnych, co w przypadku małoletnich uchodźców nabiera dodatkowego znaczenia. ■

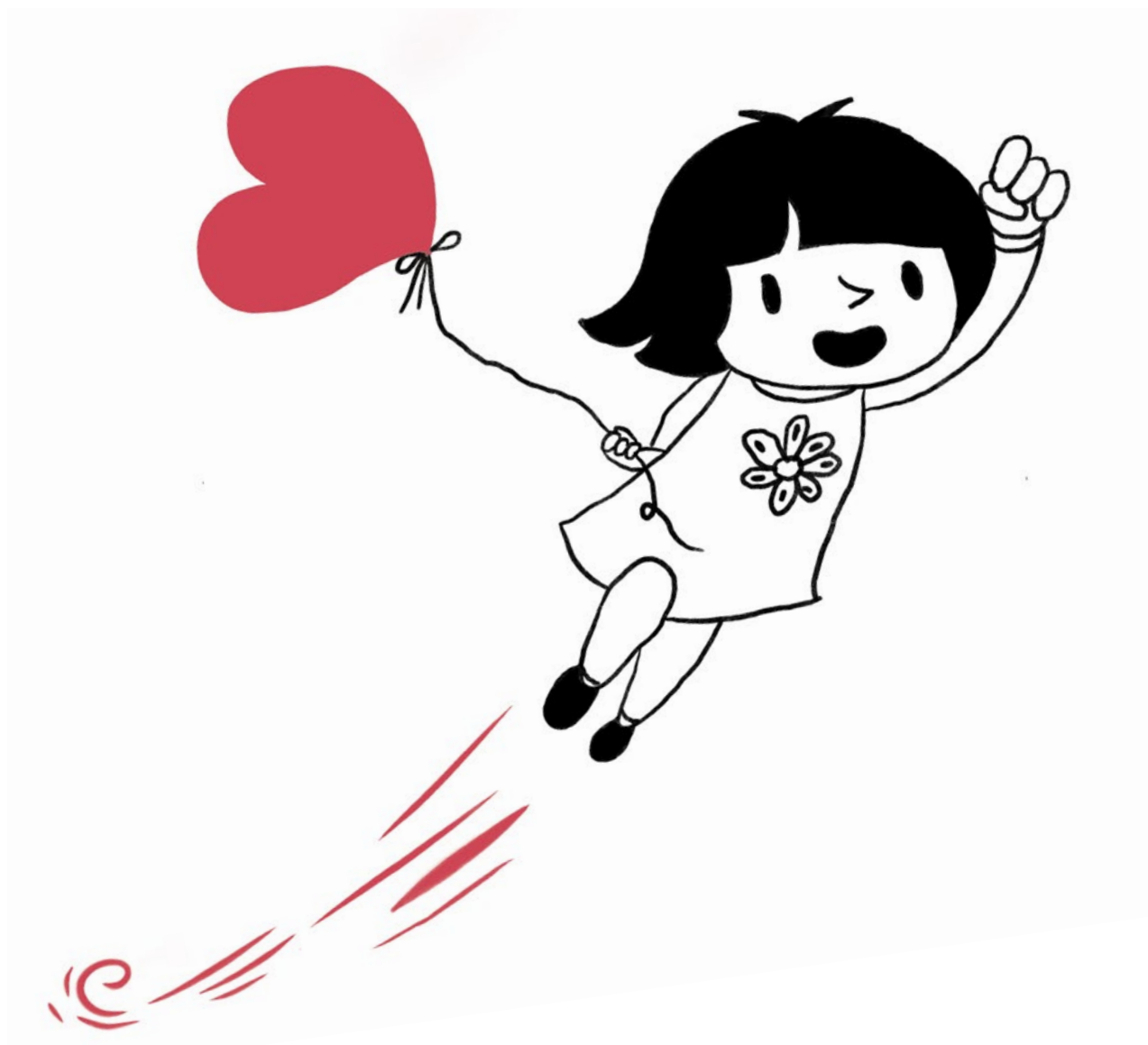


MONIKA SOKOŁOWSKA

– adwokatka, mediatorka, współautorka publikacji „Przeciwko Goliatowi – poradnik dla kobiet doświadczających przemocy”, Lublin.

DZIECIŃSTWO BEZ PRZEMOCY

– wczoraj, dziś, jutro



Kampania Dzieciństwo bez Przemocy trwa w najlepsze! Nie wszyscy jednak wiedzą, jak bogata stoi za nią historia.

O doświadczeniach sprzed ponad 20 lat, kulisach powstawania kampanii i jej nabierającym mocy potencjale z **dr Moniką Sajkowską** z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, liderką kampanii, rozmawiała Katarzyna Miłkowska.

Katarzyna Miłkowska: Mija w tym roku 20 lat od uchwalenia ustawy dotyczącej przeciwdziałania przemocy domowej i 24 lata od pierwszej kampanii Dzieciństwo bez Przemocy, którą współtworzyłaś m.in. z prof. Jerzym Melli-brudą. Cofnijmy się zatem do tego czasu – co pamiętasz z tych lat, które pod wieloma względami bez wątpienia trzeba nazwać przełomowymi?

Monika Sajkowska: Byłam wtedy jedną z osób prowadzących Fundację Dzieci Niczyje – byliśmy wtedy jeszcze przed zmianą nazwy na Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę. Bardzo dynamicznie się rozwijaliśmy i ciągle staraliśmy się zagospodarować nowe obszary problemu krzywdzenia dzieci – identyfikowaliśmy je, prowadziliśmy badania, które pomagały budować strategię działania Fundacji itp. Jednym z ważnych wątków, które realizowaliśmy właściwie niemal od po-

czątku, była też edukacja – osób pracujących z dziećmi, ale też całego społeczeństwa: rodziców, innych dorosłych i samych młodych ludzi. Chcieliśmy, żeby problem krzywdzenia dzieci był nazwany, zdiagnozowany i systemowo rozwiązywany. Żeby była społeczna świadomość, wrażliwość i wiedza, jak unikać krzywdzenia i co robić, kiedy podejrzewamy, że dziecko doznaje przemocy.

Musisz jednak przyznać, że kampanie społeczne nie były wtedy w Polsce czymś powszednim.

To prawda. Dopiero uczyliśmy się, jak oddziaływać na świadomość społeczną. W kolejnych latach kampanie stały się w Fundacji ważnym nurtem działań, ponieważ poznaliśmy ich skuteczność w nazywaniu problemów i budowaniu rozwiązań. Na przykład w 2004 roku zrealizowaliśmy kampanię „Nigdy nie wiadomo, kto jest po drugiej stronie”, która po raz pierwszy mówiła o zagrożeniach dzieci w internecie, groomingu i nawiązywaniu kontaktów z małoletnimi przez osoby dorosłe w celach seksualnych. To był problem właściwie jeszcze w Polsce nieznany – dostęp do internetu miało wtedy niespełna 20% dzieci i młodzieży. Wiedzieliśmy jednak, że w krajach, w których internet jest szeroko dostępny, tego typu zagrożenia stają się coraz poważniejsze. Postanowiliśmy więc działać profilaktycznie, zanim problem pojawił się w naszym kraju.

Fundacja zrealizowała w ostatnich dwóch dekadach wiele tego typu kampanii społecznych, ale doświadczenie pracy nad tą z 2001 roku – Dzieciństwo Bez Przemocy – było dla mnie jednym z najważniejszych. Była to pierwsza kampania na temat przemocy wobec dzieci z niezwykle poruszającą kreacją, którą wiele osób pamięta do dziś.

Organizatorami kampanii w 2001 roku była Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Pogotowie Niebieska Linia i Fundacja Dzieci Niczyje. Zespół osób pracujących nad kampanią współpracował z agencją Mc Cann Erikson, która tworzyła kreację. Dążyliśmy też do tego, by zmobilizować jak największą liczbę instytucji i organizacji z całej Polski, żeby działały na rzecz Dzieciństwa Bez Przemocy. Sieciowanie działań kampanijnych nie było jednak tak proste, bo też internet nie był jeszcze dostępny na tak szeroką skalę. Bazowaliśmy więc na sieci instytucji działających w obszarze zapobiegania uzależnieniom, które działały wtedy w całym kraju. Dzięki temu udało się włączyć do akcji całą rzeszę ambasadorów i ambasaderek, którzy wspierali kampanię na poziomie lokalnym. Organizowaliśmy dla nich szkolenia, przygotowywaliśmy do organizowania debat lokalnych itd. Ta kampania bez wątpienia wpisała się w pamięć społeczną i odegrała ogromną rolę w dostrzeganiu problemu krzywdzenia dzieci.

A na pewno – z tego, co słyszę – dla Ciebie osobiście była istotnym przeżyciem. Na tyle istotnym, że wróciłaś do niego po ponad 20 latach.

Faktycznie, doświadczenie kampanii Dzieciństwo bez Przemocy ciągle mnie inspirowało. Trochę czasu musiało jednak minąć, by jej organizacja – już w nowej formie – była możliwa.

W 2023 roku zdecydowałam się przekazać kierowanie Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę. Miałam przekonanie, że świeżość w zarządzaniu jest wartością i przyda się nowa energia w tym obszarze. Jednocześnie nie planowałam odchodzić z organizacji. Wiedziałam, że mam

jeszcze dużo do zrobienia. Szukałam więc takiego obszaru, w którym moje zaangażowanie mogłoby jak najwięcej wnieść i jednocześnie być satysfakcjonujące dla mnie samej. A że w sumie tęskniłam za działaniami operacyjnymi, kiedy w 2023 roku, wraz z 16 organizacjami z całej Polski, powołałamy Krajową Koalicję na rzecz Ochrony Dzieci i planowaliśmy strategię wspólnych działań, wróciła do mnie myśl właśnie o Dzieciństwie Bez Przemocy.

Wśród licznych kampanii społecznych, które organizowaliśmy w FDDS, często z dużymi sukcesami, nie było bowiem takiej, która mobilizowałaby ludzi w całej Polsce na tak dużą skalę. Co więcej, pamięć o tej akcji ciągle trwa – na różnych szkoleniach i konferencjach spotykam osoby, dla których ciągle ważne jest to, że byli jej ambasadarami, a było to przecież ponad dwie dekady temu!

To jasny komunikat, jak ważnym była dla nich doświadczeniem.

Postanowiliśmy więc odwołać się do tych doświadczeń sprzed lat, wykorzystując jednocześnie ogromne doświadczenia Fundacji w tworzeniu poruszających emocjonalnie kreacji, szeroko dostępnych działań edukacyjnych, komunikacji medialnej itd. Kluczowa była jednak mobilizacja do włączenia się w działania kampanii partnerów i tysięcy różnych podmiotów w całej Polsce. Wysłaliśmy zaproszenia do różnego rodzaju instytucji, placówek, urzędów, organizacji pozarządowych, ale też firm, żeby włączyły się do kampanii.

Co istotne, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę była inicjatorką kampanii i koordynuje jej ogólnopolskie działania, ale w koordynacji lokalnej kluczową rolę odgrywa wspomniana wcześniej Krajowa Koalicja

na rzecz Ochrony Dzieci. Aktualnie należy do niej 20 organizacji. Mamy za sobą wiele spotkań, warsztaty koncepcyjne i liczne rozmowy o tym, co chcemy powiedzieć w kampanii, w jaki sposób budować przekaz, co możemy zaoferować ludziom itd. To ważne, ponieważ razem możemy niektóre projekty zrobić z większą skutecznością i efektem.

Bardzo duże znaczenie w kampanii ma też strona internetowa, której stworzenie 24 lata temu nie było możliwe. Dziś instytucje włączające się do kampanii rejestrują się na niej i dzięki temu mogą na wirtualnej mapie zobaczyć swoją szkołę, przedszkole, ośrodek pomocy społecznej, świetlicę czy urząd gminy. Jeżeli pojawia się czerwone serduszko, oznacza to zgłoszenie inicjatywy edukacyjnej. Czerwony domek mówi zaś o podświetleniu budynku w dniu finału kampanii.

Czyli 19 listopada, w Międzynarodowym Dniu Przeciwdziałania Przemocy Wobec Dzieci.

Kampania została zaplanowana tak, by finał zawsze odbywał się właśnie w tym symbolicznym dniu. To ważne, bo chcemy, żeby była wydarzeniem cyklicznym – żeby odbywała się co roku.

Obecnie trwa właśnie druga edycja kampanii. Jej efekty podsumujemy po 19 listopada, ale z chęcią przytoczę ciekawe dane dotyczące zeszłorocznej. Na stronie zarejestrowało się wtedy blisko 8 tysięcy różnego rodzaju podmiotów, a przeprowadzona później wśród nich ewaluacja pokazała jednoznaczną ocenę – 99% badanych uznało, że kampania była bardzo potrzebna. Ich ocena to 9,7 na 10-stopniowej skali, co jest nieprawdopodobnie wysoką notą. Co przy tym istotne, badani twierdzili, że kampania realnie coś zmienia, ale też jasno ko-

munikowali, że potrzebują, by ktoś zaprosił ich do działania. Dzięki temu mogą realizować to, co jest im bliskie zarówno na poziomie wartości, jak i realnej, codziennej pracy.

No tak, biorąc pod uwagę chociażby samą Koalicję, większość zaangażowanych w nią osób na co dzień wykonuje ogromną pracę na rzecz przeciwdziałania krzywdzeniu dzieci.

Oczywiście, nie jest przecież tak, że kampania pojawiła się w próżni. Tego typu wspólna akcja pozwala jednak osobom biorącym w niej udział poczuć się członkami/członkiniami czegoś większego. Jest określony czas, są określone działania, ludzie widzą siebie wśród tysięcy innych czerwonych serduszek, pojawiają się liczne zdjęcia i relacje w mediach społecznościowych. To była dla mnie wielka satysfakcja, gdy po wpisaniu w mediach społecznościowych hashtagu #DzieciństwoBezPrzemocy, widziałam jak dużo dzieje się w miastach, miasteczkach, na wsiach w całym kraju.

To prawda – mam wrażenie, że potencjał różnego rodzaju instytucji i organizacji wręcz wybuchł! Czy coś szczególnie Cię w tym wszystkim zaskoczyło?

Byłam zaskoczona zaangażowaniem i kreatywnością – ruszyła lawina akcji podejmowanych w ramach kampanii. Wiele z nich bazowało na scenariuszach i materiałach, które rekomendowaliśmy na stronie kampanii oraz w ofercie Fundacji – szkoleń, webinarów, lekcji online itd. Jednak to, ile pojawiło się oddolnych inicjatyw, było czymś absolutnie wyjątkowym. Urzędy i firmy organizowały akcję ubierania

się na czerwono, by właśnie w taki sposób symbolicznie pokazać, że wspierają kampanię. W Białymstoku zawiązywano miejskim pomnikom czerwone szaliczki. W całej Polsce 19 listopada podświetliło się tysiące budynków – ważnych miejskich obiektów, ale też szkół, przedszkoli, ośrodków pomocy społecznej.

Co bez wątpienia przełożyło się na widoczność kampanii – wiem, że ona także podlegała ewaluacji.

Wyniki pokazały, że blisko $\frac{1}{4}$ dorosłych Polaków miała kontakt z przekazami kampanii, co jak na pierwszą edycję jest bardzo dobrym osiągnięciem.

Dużo się nauczyliśmy, organizując pierwszą edycję. Możemy dzięki temu bazować na pozytywnych doświadczeniach, ale też wiemy, co się nie sprawdziło. Na pewno jednak dużą wartość widzimy w cykliczności akcji, choć to wymaga od nas w zasadzie całorocznej pracy – kampanię kończymy w listopadzie, w grudniu robimy ewaluację, a już od stycznia pracujemy nad koncepcją kolejnej edycji.

No właśnie – koncepcja. Podobnie jak w poprzednim roku, tak i w tym podstawą są trzy filary.

W 2024 roku przekonywaliśmy, że: „Dobre dzieciństwo daje dziecku moc”, „Przemoc odbiera dziecku moc” i „Pomoc przywraca dziecku moc”. Mówiliśmy o tym, jak niszczące dla życia człowieka jest krzywdzenie doświadczane w dzieciństwie, ale jednocześnie podkreślaliśmy, jak możemy dzieci wzmacniać. Dzieciństwo ma bowiem formacyjne znaczenie dla całego życia człowieka. To ono decyduje, czy w dorosłości dana osoba będzie miała poczucie sprawczości, pod-

miotowości, zaufanie do siebie i innych, czy wręcz przeciwnie – będzie zmagala się z niską samooceną i trudnościami w relacjach.

W tegorocznej edycji postanowiliśmy pogłębić przede wszystkim przekaz: „Dobre dzieciństwo daje dziecku moc” i pokazać konkretne działania rodziców czy opiekunów, które tę moc faktycznie dają: ich obecność, docenianie i wspieranie dziecka. Chcemy pokazywać, jak możemy budować więź z dzieckiem i być uważnym na jego potrzeby. Jak patrzeć na świat jego oczami, jak być blisko i wspierać wtedy, kiedy tego potrzebuje – żeby przekonanie, że zawsze ma obok kogoś, kto jest z nim na dobre i na złe, dawało mu moc. W tych przekazach podkreślamy rozumienie potrzeb dziecka, jego zachowań, podążanie za nim. To bardzo ważne, ponieważ często myślimy, że jeśli dziecko jest „niegrzeczne”, to znaczy, że wymaga zdyscyplinowania. Zastanówmy się jednak: dlaczego jest niegrzeczne? Co nam komunikuje, zachowując się agresywnie czy kontestując nasze oczekiwania? To zmiana paradygmatu budowania relacji. Takie podejście zakłada bowiem, że patrząc na dziecko, staramy się je zrozumieć.

Musisz jednak przyznać, że wszystkie te przekazy padają teraz na zupełnie inny grunt, niż to miało miejsce w 2001 roku. Społecznie jesteście już w innym punkcie.

Tak. Badania jasno wskazują, że postawy społeczne wobec krzywdzenia dzieci i przemocowych metod wychowawczych się zmieniły. 20 lat temu ponad 60% dorosłych Polek i Polaków przyzwalało na stosowanie kar fizycznych. Dziś jest to tylko (i aż) 36%.

W zeszłym roku, przed pierwszą edycją kampanii, przeprowadziliśmy badanie *Barometr postaw wobec krzywdzenia dzieci*. Chcemy po-

wtarzać je co dwa lata, zadając dorosłym Polakom te same pytania, żeby oceniać kierunek zmian. Badaliśmy stosunek do kar fizycznych, ale też do krzyku i przemocy werbalnej. Okazało się, że w 2024 roku 80% dorosłych Polek i Polaków uważa, że krzyk jest dopuszczalną i skuteczną metodą wychowawczą. Jak więc widać – owszem – na pewno wiele się zmieniło, ale też dużo jeszcze przed nami. Poza tym musimy być bardzo uważni, ponieważ wciąż pojawiają się nowe formy przemocy.

Od razu przychodzi mi na myśl cyfrowy świat, który wnosi wiele dobrego, ale – co widać w spocie kampanii – dorośli potrafią tak bardzo zatopić się w swoich smartfonach czy laptopach, że zupełnie przestają widzieć dzieci i ich potrzeby.

Tak, to zdecydowanie może odebrać dziecku aktywną obecność dorosłych i bez wątpienia jest to znak czasów. W kampanii z 2001 roku ten problem jeszcze się nie pojawiał, ale kiedy wspominam jej spot – dziewczynkę karcącą swojego misia – to niezmiennie uważam, że był genialny. Mieścił w sobie wszystko. Pokazywał, jak relacje z dorosłymi modelują zachowania dzieci, jak wiele mogą przynosić im niezrozumienia, cierpienia, samotności.

To prawda, było w nim naprawdę wiele warstw i każda była na swój sposób uderzająca. Obecne kreacje są jednak zupełnie inne.

To prawda, są w całkiem odmiennej stylistyce, ale bardzo je lubimy. Mają formę animacji, które w prosty sposób pokazują to, jak

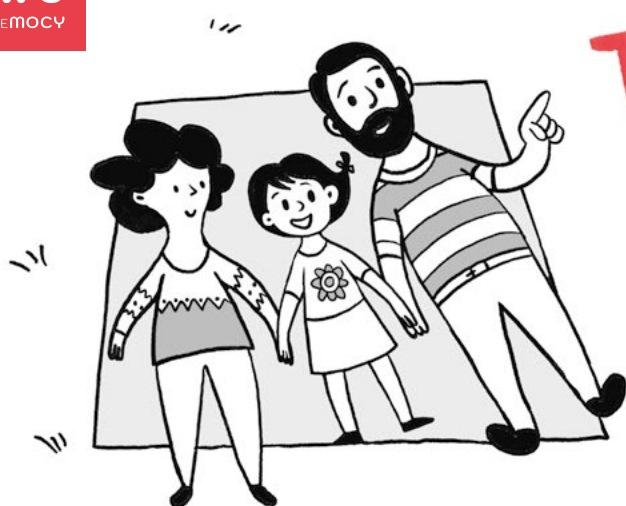
bardzo destrukcyjna może być przemoc, ale jednocześnie mówią o tym, że możliwa jest zmiana. Bo nawet jeśli popełniamy jakieś błędy czy działamy według utartych schematów, dzięki refleksji i budowaniu świadomości, możemy to modyfikować. Przekazy kampanijne mają tę refleksję obudzić. Mamy nadzieję, że ten przekaz trafi do ludzi m.in. dzięki temu, że nie tylko porusza emocje, ale też pozwala sobie przypomnieć własne doświadczenia. Wierzymy bowiem, że refleksja nad swoim życiem może okazać się pomocna w zrozumieniu przeżyć dzieci tu i teraz – i tych dobrych, które dają moc, i tych trudnych, które ją odbierają.

A gdybyś miała sobie wyobrazić, co będzie za kolejne 20 lat – jak widzisz kwestie przeciwdziałania przemocy wobec dzieci w naszym kraju?

Organizacje misyjne powstają po to, by rozwiązać określony problem społeczny. Gdy do tego dojdzie, w zasadzie znika ich racja bytu. Niestety, te chroniące dzieci przed przemocą zapewne będą potrzebne zawsze. Podobnie jak cały system pomocy. Trzeba bowiem pamiętać, że przemoc to nie tylko kwestia świadomości społecznej, ale też psychopatologii, wielopokoleniowych uwarunkowań i powielania doświadczeń, których łańcucha nie da się tak łatwo przerwać.

Jesteśmy jednak w procesie kulturowej zmiany. Coraz częściej dziecko jest przez nas widziane – traktujemy je podmiotowo. Staramy się je chronić, zapewnić mu możliwości rozwoju, ale też być blisko, budować więź. A przecież jeszcze nie tak dawno mówienie dziecku: „Kocham cię” czy „Jestem z ciebie dumna” było traktowane jak psu-

cie czy rozpieszczanie. Dziś wielu rodziców myśli już inaczej, coraz więcej osób jest tego świadomych... a do tych, którzy są jeszcze w drodze, mamy nadzieję dotrzeć z przekazami kampanii. ■



TWOJA OBECNOŚĆ DAJE DZIECKU MOC



WSPÓŁORGANIZACJA:
Krajowa Koalicja
na Rzecz Ochrony Dzieci

PARTNER GŁÓWNY:
Rzecznik
Praw Dziecka

FINANSOWANIE:
Fundusz
Sprawiedliwości

Ministerstwo
Sprawiedliwości

PATRONAT HONOROWY: Marszałek Sejmu RP Szymon Hołownia, Marszałkini Senatu RP Małgorzata Kidawa-Błońska, Sekretarz Stanu w KPRM Katarzyna Kotuła

PARTNERZY:



PATRONAT MEDIALNY:

Uważna obecność

tworzy więź, która wspiera
i chroni dziecko każdego dnia.

dziecinstwobezprzemocy.pl



MONIKA SAJKOWSKA

– doktorka socjologii, wieloletnia prezeska zarządu Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, w latach 2002-2017 redaktorka naczelna kwartalnika „Dziecko Krzywdzone. Teoria, Badania, Praktyka”, przewodnicząca Rady Krajowej Koalicji na rzecz Ochrony Dzieci, liderka kampanii Dzieciństwo bez Przemocy, członkini Rady Programowej pisma „Niebieska Linia”.

Procedura „NIEBIESKIE KARTY” w praktyce

Standardy, wyzwania,
dokumentowanie



Odpowiednie przygotowanie dokumentacji w procedurze „Niebieskie Karty” ma bezpośredni wpływ na szybkość i skuteczność wsparcia oraz ochrony osób pokrzywdzonych przemocą domową. Jakże zatem są wyzwania i pułapki związane z dokumentowaniem, a jakie rozwiązania mogą pomóc specjalistom prowadzić dokumentację w sposób profesjonalny, praktyczny i użyteczny?

MICHAŁ GLUZEK

Rzetelne dokumentowanie działań w ramach procedury „Niebieskie Karty” stanowi fundament profesjonalnej pracy specjalistów w obszarze przeciwdziałania przemocy domowej. Dokumentacja nie jest wyłącznie formalnością – jej jakość ma bezpośredni wpływ na bezpieczeństwo osób korzystających ze wsparcia, możliwość podejmowania skutecznych działań interwencyjnych, a także na odpowiedzialność zawodową osób prowadzących sprawę.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa, wszystkie działania podejmowane w ramach procedury „Niebieskie Karty” muszą być dokumentowane w sposób umożliwiający odtworzenie kolejnych kroków interwencji. W praktyce oznacza to konieczność starannego zapisywania faktów, decyzji, działań interdyscyplinarnych oraz reakcji osób uczestniczących w procedurze.

PRECYZJA ZAPISU – ROZDZIELANIE OBSERWACJI OD ANALIZ

Jednym z najczęściej obserwowanych problemów w praktyce zespołów interdyscyplinarnych oraz grup diagnostyczno-pomocowych jest mieszanie relacji osób korzystających ze wsparcia z interpretacjami i ocenami specjalisty. W dokumentacji warto zachować wyraźne rozróżnienie: wypowiedzi powinny być przytaczane w formie cytatu lub parafrazy, np. „Osoba poinformowała, że...” albo „Według relacji osoby...”. Wnioski i interpretacje specjalisty należy zapisywać w trzeciej osobie: „Specjalista zauważył, że...”. Taki sposób zapisu pozwala na zachowanie obiektywizmu oraz umożliwia innym członkom, np. grupy diagnostyczno-pomocowej, którzy nie uczestniczyli w spotkaniu, właściwą interpretację sytuacji. Ponadto, oddzielanie faktów od refleksji wspiera przejrzystość dokumentacji w długofalowym procesie i chroni specjalistów przed nieporozumieniami, które mogą pojawić się w toku postępowań sądowych czy administracyjnych.

W praktyce warto pamiętać, że nie zawsze łatwo jest utrzymać pełną neutralność.

W sytuacjach kryzysowych emocje mogą być silne zarówno u osoby korzystającej ze wsparcia, jak i u specjalisty. Dlatego dobrym rozwiązaniem jest notowanie najpierw samych obserwacji i relacji, a dopiero później wprowadzanie własnych wniosków i ocen.

Co ważne, precyzyjny zapis ma znaczenie nie tylko proceduralne – umożliwia analizę przypadku, ułatwia planowanie działań ochronnych i wsparcia, a także zapewnia spójność dokumentacji w sytuacjach, gdy różne osoby/podmioty przejmują prowadzenie sprawy

w kolejnych etapach. W ten sposób dokumentacja staje się narzędziem ciągłości interwencji i efektywnej koordynacji działań, a nie jedynie formalnym obowiązkiem.

DOKUMENTOWANIE DZIAŁAŃ I DECYZJI JAKO NARZĘDZIE PROFESJONALNEJ PRACY

Rzetelna dokumentacja powinna obejmować każdy etap procedury – od chwili przyjęcia zgłoszenia, poprzez analizę i weryfikację informacji, aż po planowanie i realizację działań odpowiadających na zidentyfikowane potrzeby osoby lub rodziny. Kluczowe jest to, aby każdy krok został opisany z uwzględnieniem daty, miejsca, kontekstu oraz uzasadnienia decyzji. Takie podejście nie tylko umożliwia odtworzenie historii sprawy, ale także zapewnia spójność procesu i ułatwia współpracę pomiędzy różnymi instytucjami. W praktyce oznacza to m.in.:

- odnotowanie skierowania sprawy do właściwych służb lub instytucji,
- opisanie ustaleń z posiedzeń, spotkań czy wizyt środowiskowych,
- notowanie działań w zakresie koordynacji wsparcia specjalistycznego.

Rzetelne zapisy pełnią również funkcję ochronną – zarówno wobec osoby, której sprawa dotyczy, jak i wobec specjalisty. W sytuacjach konfliktowych lub prawnych mogą stanowić materiał dowodowy, potwierdzający prawidłowość przebiegu interwencji i zasadność podejmowanych decyzji. Nie można także pomijać aspektu etycznego. Transparentne dokumentowanie działań wzmacnia zaufanie między specja-

listą a osobą korzystającą z pomocy, a także podkreśla odpowiedzialność zawodową. Dodatkowo pozwala na płynne przekazywanie sprawy innym pracownikom, bez ryzyka utraty kluczowych informacji.

W sytuacjach dynamicznych, kiedy pojawiają się sprzeczne relacje uczestników lub dane zmieniają się w krótkim czasie, dokładna i chronologiczna dokumentacja staje się szczególnie cenna. Umożliwia zachowanie spójności, zwiększa bezpieczeństwo decyzji i minimalizuje ryzyko błędnej interpretacji zdarzeń.

NEUTRALNOŚĆ JĘZYKA I OBIEKTYWIZM

Jednym z fundamentów profesjonalnej dokumentacji jest stosowanie języka neutralnego i opartego na faktach. Neutralność chroni przed zniekształceniem opisu sytuacji, pozwalając na możliwie obiektywną rekonstrukcję zdarzeń. Zapis powinien koncentrować się na tym, co zostało zaobserwowane lub usłyszane, bez przypisywania osobom emocji, intencji czy ocen moralnych. Zamiast interpretacji typu: „Osoba była agresywna”, rzetelna notatka powinna zawierać konkretne dane: „Osoba podniosła głos, używała wulgarnych słów, kilkakrotnie uderzyła pięścią w stół”. Dzięki temu zapis staje się przejrzysty i niepodważalny, a inni specjaliści mogą samodzielnie wyciągnąć wnioski. Takie podejście ma kilka kluczowych zalet:

- wiarygodność i rzetelność – notatki sporządzone w języku neutralnym zyskują większą wartość dowodową w sytuacjach spornych czy prawnych,
- ułatwienie współpracy zespołowej – obiektywne opisy są zrozumiałe dla wszystkich specjalistów i pozwalają na wspólne

podejmowanie decyzji, bez niepotrzebnych emocjonalnych interpretacji,

- ochrona osoby, której sprawa dotyczy – neutralny język minimalizuje ryzyko stygmatyzacji, uprzedzeń czy powielania stereotypów w dokumentacji,
- profesjonalny wizerunek – staranne oddzielanie faktów od opinii świadczy o wysokich kompetencjach i odpowiedzialności autora dokumentu.

Praktycznym sposobem na utrzymanie obiektywizmu jest stosowanie sformułowań typu: „Osoba powiedziała...”, „Wypowiedź brzmiała...”, „Zareagowała w ten sposób...”. Takie techniki pomagają oddać rzeczywisty przebieg zdarzeń, bez narzucania interpretacji. W efekcie dokumentacja staje się bardziej użyteczna zarówno w bieżącej pracy, jak i w dalszej analizie sprawy.

DOKUMENTOWANIE WSPÓŁPRACY INTERDYSCYPLINARNEJ

Procedura „Niebieskie Karty” opiera się na ścisłej współpracy wielu instytucji – od policji, poprzez ośrodki pomocy społecznej, placówki edukacyjne, ochronę zdrowia, aż po organizacje pozarządowe. Każdy z podmiotów wnosi unikalną perspektywę i zasoby, a rolą dokumentacji jest odzwierciedlenie tej współpracy w uporządkowany sposób. Notatki powinny obejmować wszystkie kluczowe elementy kontaktów międzyinstytucjonalnych: daty spotkań, nazwiska lub funkcje osób uczestniczących, omawiane kwestie, uzgodnione zadania oraz informacje o stopniu ich realizacji. Tego rodzaju zapisy umożliwiają bie-

żące monitorowanie postępów oraz identyfikowanie obszarów wymagających dalszej interwencji. W praktyce dokumentowanie współpracy interdyscyplinarnej oznacza m.in.:

- rejestrowanie ustaleń ze spotkań zespołu interdyscyplinarnego/grup diagnostyczno-pomocowych,
- zapisywanie podjętych działań, m.in. wspólnie z policją, kuratorem czy szkołą,
- odzwierciedlanie przekazywania informacji pomiędzy instytucjami w ramach obowiązujących przepisów o ochronie danych.

Tego rodzaju rzetelna dokumentacja pełni kilka kluczowych funkcji:

- koordynacyjna – zapobiega powielaniu działań i ułatwia rozdzielanie odpowiedzialności,
- ewaluacyjna – umożliwia ocenę skuteczności podejmowanych kroków,
- ochronna – dokumentuje wkład każdej instytucji, zabezpieczając profesjonalistów w przypadku kontroli lub sporów,
- integracyjna – wzmacnia poczucie wspólnej odpowiedzialności i buduje zaufanie pomiędzy partnerami instytucjonalnymi.

Współpraca interdyscyplinarna bywa procesem złożonym, a nawet konfliktogennym – różnice w podejściu czy priorytetach mogą prowadzić do napięć. Dlatego tym bardziej istotne jest to, aby dokumentacja była prowadzona w sposób przejrzysty, neutralny i konsekwentny. Tylko wtedy stanowi ona narzędzie wspierające spójność działań i pozwalające realnie ocenić efektywność całej procedury „Niebieskie Karty”.

UWZGLĘDNIANIE REAKCJI I POTRZEB OSÓB KORZYSTAJĄCYCH ZE WSPARCIA

Profesjonalna dokumentacja powinna obejmować nie tylko opis działań podejmowanych przez specjalistów, ale również reakcje, potrzeby i oczekiwania osób objętych procedurą. W praktyce oznacza to rejestrowanie zarówno obserwowalnych zachowań, jak i sygnałów dotyczących poczucia bezpieczeństwa, obaw czy planów na przyszłość. Przykładowy zapis: „Osoba wyraziła obawy o bezpieczeństwo dzieci, zgłosiła potrzebę czasowego schronienia i wskazała trudność w utrzymaniu kontaktów społecznych z powodu kontroli sprawowanej przez partnera”. Włączenie takich informacji pozwala specjalistom na bardziej precyzyjne dopasowanie wsparcia, np. zaplanowanie działań ochronnych, skierowanie do ośrodka interwencji kryzysowej czy włączenie dodatkowych usług pomocowych. Co ważne, uwzględnianie perspektywy osoby pokrzywdzonej minimalizuje ryzyko nieprzewidzianych konsekwencji interwencji oraz zwiększa poczucie sprawczości u osoby korzystającej z pomocy.

ETYKA I ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZAWODOWA

Choć idea rzetelnego dokumentowania wydaje się prosta, w codziennej pracy specjaliści napotykają wiele przeszkód. Do najczęściej spotykanych należą:

- dynamiczne sytuacje wymagające natychmiastowego reagowania, w których brakuje czasu na pełne odnotowanie przebiegu zdarzeń,

- sprzeczne relacje uczestników interwencji, które utrudniają zachowanie obiektywizmu,
- niedostatek czasu, zwłaszcza przy dużym obciążeniu obowiązkami administracyjnymi,
- trudność w zachowaniu neutralności języka, zwłaszcza w sytuacjach nacechowanych emocjonalnie.

Trzeba jednak podkreślić, że dokumentowanie działań wiąże się z wysokim poziomem odpowiedzialności etycznej i prawnej. Każdy zapis powinien uwzględniać obowiązujące przepisy – zwłaszcza w zakresie ochrony danych osobowych (RODO) oraz tajemnicy zawodowej. Równocześnie dokumentacja musi być na tyle szczegółowa i dostępna, aby wspierała grupę diagnostyczno-pomocową w podejmowaniu trafnych decyzji. Błędy, zaniedbania czy nieprecyzyjne zapisy mogą mieć poważne konsekwencje: od utrudnienia działań interwencyjnych, po ograniczenie dostępu do pomocy. Dlatego też dbałość o rzetelność zapisu należy traktować nie tylko jako obowiązek formalny, lecz jako element odpowiedzialności zawodowej i wyraz szacunku wobec osób, którym udziela się wsparcia.

PODSUMOWANIE

Rzetelne dokumentowanie działań w ramach procedury „Niebieskie Karty” to proces wymagający precyzji, systematyczności i wrażliwości na potrzeby osób korzystających ze wsparcia. Obejmuje ono zarówno opis działań instytucjonalnych, jak i rejestrowanie reakcji uczestników, ustaleń grupy diagnostyczno-pomocowej oraz okoliczności towarzyszących interwencji. Dobrze prowadzona dokumentacja pełni

funkcje: ochronną, koordynacyjną, ewaluacyjną i etyczną. Stanowi narzędzie wspierające specjalistów w podejmowaniu trafnych decyzji, a jednocześnie zabezpiecza osoby doświadczające przemocy przed utratą ciągłości wsparcia. Tym samym staje się nie tylko obowiązkiem formalnym, lecz także jednym z filarów profesjonalizmu w pracy w ramach procedury „Niebieskie Karty”. ■

BIBLIOGRAFIA:

Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 6 września 2023 r. w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieska Karta” (Dz.U. z 2023 r. poz. 1870).

Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (tekst jednolity: Dz.U. z 2024 r. poz. 1673).



MICHAŁ GLUZEK

– doktor nauk społecznych, certyfikowany superwizor pracy socjalnej, specjalista ds. przeciwdziałania przemocy domowej, certyfikowany trener programów profilaktycznych, rekomendowanych przez Ministerstwo Edukacji i Nauki oraz Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom (Unplugged oraz Debata).

POMAGAĆ, CHRONIĄC SIEBIE

Czyli jak zapobiegać
wypaleniu w zawodach
pomocowych



W zawodach opartych na pomaganiu i wspieraniu innych szczególnie ważne jest zadbanie o własny dobrostan psychiczny. Specjalistyczna wiedza jest równie ważna jak to, by umieć oddzielić empatię i współczucie wobec klientów od „zarażania się” ich emocjami oraz ulegania różnego rodzaju manipulacjom. To bardzo istotne, zwłaszcza jeśli pracuje się z osobami doświadczającymi i stosującymi przemoc domową, co jest mocno obciążające psychicznie.

EWA MAŻUL

Praca „pomagacza” jest jednym z zawodów szczególnie obciążonych ryzykiem wypalenia. Kontakt z osobami w kryzysie emocjonalnym, doświadczającymi przemocy domowej, po doświadczeniu traumy wiąże się z tym, że często napotykamy na opór, agresję, ale też bierność i wycofanie, niechęć do proaktywności czy związaną z tym postawę roszczeniową. Zachowania jawnie agresywne to jeden kraniec skali braku współpracy – na przeciwnym krańcu znajdują się natomiast różnego rodzaju manipulacje. Z takimi zachowaniami trudniej sobie radzić, bo są mniej uchwytnie i ich skutki często zauważamy z opóźnieniem, kiedy już zostaliśmy wciągnięci do trójkąta dramatycznego, nieświadomie przyjmując rolę wybawcy lub agresora.

Role te wiążą się z przejęciem nadmiernej odpowiedzialności za osobę, którą powinniśmy wspierać, jednak nie kosztem własnego dobrostanu psychicznego. Jeśli tak się zdarzy – zaczynamy poruszać się ruchem jednostajnie przyspieszonym po drodze do wypalenia.

CZTERY TENDENCJE OSOBOWOŚCI A PODATNOŚĆ NA WYPALENIE

Moje doświadczenie zawodowe pokazuje, że niektórzy pracownicy są bardziej podatni na to zagrożenie, a inni mniej, pomimo że pracują w podobnych warunkach, podobnym otoczeniu i mają do czynienia z podobnymi sytuacjami. Co jest tego powodem? Okazuje się, że znaczący wpływ mają na to tendencje osobowościowe, które decydują m.in. o tym, na ile skupiamy się na swoich potrzebach, a na ile na oczekiwaniach z zewnątrz. Opisała to w swojej książce Gretchen Rubin, zamieszczając w niej test, na podstawie którego można sprawdzić, jaką mamy tendencję do wybierania określonych zachowań. Czy postępujemy jak Prymus, Obowiązkowy, Buntownik czy Sceptyk¹.

Obowiązkowy to osoba bez problemu spełniająca oczekiwania zewnętrzne, mająca jednocześnie nieświadomy opór w stosunku do spełniania własnych wewnętrznych oczekiwań czy potrzeb. **Sceptyk** z kolei jest na przeciwnym biegunie: nastawiony na spełnianie własnych oczekiwań, wykazując opór w stosunku do oczekiwań zewnętrznych. **Buntownik** miewa najtrudniej, bo opór w jego przypadku doty-

¹ Test można znaleźć w książce: Gretchen Rubin, *4 tendencje osobowości. Poznaj profile osobowości, aby żyć i działać skuteczniej*, Studio Emka, Warszawa 2018 oraz na stronie autorki <https://gretchenrubin.com/>

czy zarówno wewnętrznych, jak i zewnętrznych oczekiwań, przerażając się nieraz w paraliż decyzyjny („Sam nie wiem, czego chcę”), a najskuteczniejszym impulsem do podjęcia działania jest w jego przypadku możliwość robienia tego, co się kocha. Typem, który potrafi zachować równowagę pomiędzy spełnianiem zarówno wewnętrznych, jak i zewnętrznych oczekiwań jest **Prymus** i osoby z taką tendencją mają prawdopodobnie najmniej problem z zastosowaniem w swoim życiu zasady *work-life balance*. Chroni ich to przed poczuciem krzywdy i wypaleniem, które często staje się udziałem Obowiązkowych.

JAK POMÓC OBOWIĄZKOWYM?

Zawody, które wiążą się z opieką i niesieniem pomocy innym, np. ze wspieraniem w procesie wychodzenia z relacji przemocowej, jak się okazuje, są naturalnym środowiskiem dla Obowiązkowych. Osoby z tą tendencją czują się w nich jak ryby w wodzie. Niestety, zazwyczaj trwa to do momentu wystąpienia objawów wypalenia, na które Obowiązkowi narażeni są w największym stopniu, gdyż ich (często nie do końca uświadomiona) tendencja do spełniania oczekiwań zewnętrznych, kosztem ignorowania potrzeb i oczekiwań własnych, to najprostsza i najkrótsza droga nie tylko do wypalenia zawodowego, ale też wypalenia w innych obszarach życia, takich jak rodzina czy przyjaźnie.

Obowiązkowi często czują się wykorzystywani – i rzeczywiście są wykorzystywani. Bo do kogo się zwracamy, gdy trzeba poprosić kogoś o pomoc? Do Prymusa, Sceptyka, Buntownika – czy do Obowiązkowego? Oczywiście do tego ostatniego, bo na Obowiązkowego zawsze można li-

czyć² – pisze Gretchen Rubin. Autorka wskazuje na to, że ludzie z tą tendencją potrzebują wsparcia z zewnątrz, by przestać pomijać własne potrzeby. W przeciwnym razie sami z siebie ciągle będą ulegać tendencji do zajmowania się sprawami innych do tego stopnia, że na własne nie mają ani czasu, ani siły. *Ponieważ Obowiązkowi są podatni na wypalenie, ludzie z ich otoczenia – rodzina, przyjaciele, koledzy z pracy, lekarze i tak dalej – powinni im pomóc do tego nie dopuścić. Można stworzyć systemy, które zachęcą ich do odmowy, odrzucania niektórych próśb, do przekazywania części zadań, robienia sobie przerwy, znajdowania dla siebie czasu i tak dalej*³.

Myślę, że to ważna wskazówka dla pracodawców, którzy nie powinni skupiać się tylko na fakcie, że Obowiązkowi są świetnymi pracownikami i zawsze można na nich liczyć. Przełożeni takich osób muszą wiedzieć, że potrzebują oni „interwencji” z zewnątrz, by zatrzymać się w działaniu na rzecz innych i zadbać o własne potrzeby. To niezbędna prewencja wypalenia zawodowego.

CZY EMPATIA MOŻE SZKODZIĆ?

Do wypalenia przyczynia się także niewłaściwe zarządzanie własną energią, które wynika z nierozumienia kwestii, czym w istocie jest empatia i jak z tego zasobu korzystać. O empatii mówi się wiele i nie jest obecnie w dobrym tonie odżegnywać się od bycia człowiekiem empatycznym. Szczególnie w środowisku osób, które wybrały

² G. Rubin, Studio Emka, Warszawa 2018, s.139.

³ Tamże, s.149.

zawód oparty na opiece lub pomaganiu. A pomysł, że empatia może szkodzić, wydaje się być szczególnie obrazoburczy. Istnieją jednak liczne dowody na to, że myląc empatię z innymi mechanizmami psychologicznymi, możemy sobie zaszkodzić. Wiele informacji na ten temat można znaleźć w książkach autorstwa Niny Brown⁴, autorki, którą osobiście bardzo cenię za klarowność przekazu i praktyczne rady na temat komunikowania się w trudnych relacjach. Pomagają one skutecznie radzić sobie z nadmierną empatią i nieumiejętnością utrzymywania zdrowych granic osobistych oraz pokazują, jak wzmocnić własne bezpieczeństwo psychiczne w relacjach międzyludzkich.

Wiele osób myli empatię z zarażaniem się emocjami. Empatia to zdolność zrozumienia tego, co czuje drugi człowiek, a nie odczuwanie tego razem z nim. Szczególnie jest to ważne w kontakcie z osobami po różnego rodzaju traumach, w tym po traumie, która jest konsekwencją doznawania przemocy domowej.

ZARAŻANIE SIĘ EMOCJAMI TO NIE EMPATIA

Przeceniamy czucie tego, co czują inni, traktując ten stan jako dowód empatii. Tymczasem jest to dowód naszej podatności na uwikłanie i manipulację. Najprościej można to poznać po tym, że po interakcji z „trudną osobą” czujemy się zmęczeni, wypompowani i często długo niespokojni, podczas gdy nasz rozmówca opuszcza spotkanie w zdecydowanie lepszym stanie niż ten, w którym na nie przybył.

4 Na przykład: N. Brown, *Kocham Narcyza*; N. Brown, *Czyje to właściwie życie*.

Dzieje się tak dlatego, że „zaraziliśmy się” jego uczuciami i zaczęliśmy przeżywać trudne emocje rozmówcy jako swoje własne. Tymczasem rozmówca „zrzucił” na nas swoją frustrację i dzięki temu szybko zredukował napięcie psychiczne. Piłka pozostała po naszej stronie boiska i zajmując się nią, jesteśmy skłonni zachowywać się zgodnie z oczekiwaniami drugiej strony (co zazwyczaj nie jest w naszym interesie i nie zaspokaja naszych potrzeb). W takim przypadku możemy np. dać się wciągnąć w kłótnię, chociaż nie lubimy tego typu spięć (ale lubi je nasz rozmówca, bo taki ma wyuczony sposób redukowania stresu).

Możemy też zrobić coś, czego nie uważamy za słuszne i dobre dla nas, pod wpływem poczucia winy, np. przejąć obowiązki innej osoby, byle tylko ona nie była przygnębiona, a my razem z nią.

Inny przykład na działanie pod wpływem zarażenia emocjami to uleganie szantażom emocjonalnym typu: „Chyba zależy ci na tym, żeby mi było dobrze”. W sytuacji, kiedy mylimy empatię z zarażeniem się uczuciami drugiej osoby, udzielenie wsparcia opartego na zdrowych zasadach i zdrowym rozsądku przestaje być możliwe, co również prędzej czy później doprowadzi do wypalenia.

PODATNOŚĆ NA UWIKŁANIE I MANIPULACJĘ

Nina Brown zwraca uwagę, że do prawdziwej empatii jesteśmy zdolni wówczas, gdy mamy poczucie własnej integralności, a także cechuje nas brak podatności na uleganie nastrojom rozmówcy. *Przez wiele lat określenie „empatia” (ang. empathy, współodczuwanie) było powszechnie odczuwane jako synonim współczucia (ang. sympathy). Ale współod-*

czuwanie i współczucie nie są tym samym. W przyjętym tutaj znaczeniu empatia, czyli współodczuwanie, definiowana jest jako wnikanie w wewnętrzny świat innej osoby i odczuwanie tego, co ona czuje w danym momencie bez utraty poczucia własnej odrębności. (...) Kiedy jesteśmy empatyczni, nie bywamy uwikłani ani obezwładnieni przez uczucia drugiej osoby. Jeśli czujemy się zagubieni, uwikłani, przytłoczeni albo w jakikolwiek sposób „scaleni” z daną osobą, to nie jest empatia. Przyczyn, dla których czujemy się przytłoczeni, może być wiele, ale nie jest empatią stan, w którym nie zachowujemy wyraźnego poczucia własnej odrębności⁵.

Swoją emocjonalną podatność na uwikłanie i manipulację można sprawdzić, odpowiadając na poniższe pytania⁶. Częstotliwość zachowań trzeba określić w skali od 1 do 5, gdzie jeden oznacza „nigdy” lub „prawie nigdy”, a 5 – „prawie zawsze”.

- 1.** Robisz coś tylko po to, żeby sprawić komuś przyjemność.
- 2.** Żałujesz, że pozwoliłeś komuś nakłonić się do zrobienia czegoś, co uważałeś za nierozważne lub złe.
- 3.** Zastanawiasz się, w jaki sposób zabrnąłeś w tak niezręczną sytuację.
- 4.** Czujesz się jak głupiec, ponieważ zaufałeś komuś, a ten ktoś cię zdradził.
- 5.** Poświęcasz komuś dużo czasu, tylko po to, żeby się przekonać, że ta osoba nie docenia tego, co dla niej robisz.
- 6.** Zaskakuje cię jakieś uczucie – albo jego intensywność – które przeżywasz, gdy masz do czynienia z określoną osobą.

⁵ N. Brown, *Czyje to właściwie życie*, Rebis 2004, s. 21.

⁶ Na podstawie N. Brown, *Czyje to właściwie życie*, Rebis 2004.

7. Czujesz się przytłoczony, jeśli ktoś ci zarzuca, że jesteś samolubny albo egocentryczny.

8. Ogarnia cię poczucie winy albo wstydu, kiedy ktoś zarzuca ci, że się o niego nie troszczysz, bo gdybyś się troszczył, to robiłbyś to, czego on chce.

9. Okazujesz komuś współczucie, ponieważ jest smutny, a później sam odczuwasz smutek.

10. Masz do czynienia z kimś, kto jest zagniewany albo przygnębiony, a kiedy chcesz odejść, czujesz się jak samolot w niekontrolowanym korkociągu, podczas gdy przed spotkaniem czułeś się świetnie.

11. Ciężko pracujesz, żeby utrzymać spokój, a jeśli mimo to dochodzi do konfliktu, czujesz się winny.

Jeśli punkty z odpowiedzi na wszystkie pytania zawierają się w przedziale 45–55 punktów, oznacza to, że wykazujesz znaczną podatność emocjonalną i bez wprowadzenia znaczących zmian w swoim podejściu do relacji zawodowych i prywatnych jesteś zdecydowanie na czele kolejki do „zaliczenia” wypalenia – zawodowego, ale też w innych aspektach życia.

JAK SIĘ OCHRONIĆ PRZED WYPALENIEM?

Przed uwikłaniem w świat czyichś emocji, bez jednoczesnego odcinania się od współczucia i zdrowo pojętej empatii, może nas uratować większa świadomość własnych procesów psychicznych i zarządzanie nimi w bardziej świadomy sposób, bez ulegania manipulacyjnym zachowaniom innych osób. Manipulować innymi najłatwiej jest poprzez wzbudzanie wstydu, strachu i poczucia winy. By zmniejszyć swoją po-

datność na takie działania, warto rozwinąć prawdziwą empatię, która w równym stopniu będzie uwzględniała potrzeby własne, jak i potrzeby osób, z którymi pozostajemy w relacji. Można nad tym pracować w różny sposób. Jeśli jednak nasza praca wymaga stałej komunikacji z klientami, to opanowanie metody NVC (*nonviolent communication* – pol. porozumienie bez przemocy) jest świetnym narzędziem, które pozwala wspierać innych bez ponoszenia zbyt dużych kosztów psychicznych. Ta metoda pomaga odróżnić to, czego ludzie potrzebują, od tego, czego chcą, a następnie działać na rzecz wspierania zaspokojenia tych pierwszych. Trzeba bowiem pamiętać, że oczekiwania, w przeciwieństwie do potrzeb, bywają irracjonalne i niekoniecznie służą poprawie dobrostanu.

Na zakończenie zapraszam do przyjrzenia się, czy i na ile może dotyczyć cię problem wypalenia zawodowego. Jeśli twoją główną tendencją według Gretchen Rubin jest Prymus, Sceptyk bądź Buntownik – być może radzisz sobie z obowiązkami zawodowymi bez bycia narażonym na wypalenie. Jeśli jednak odkryjesz, że symptomy wypalenia dotyczą cię w znacznym stopniu, warto przyrzeć się, czy nie należysz do grona Obowiązkowych i podjąć kroki pomagające w zajęciu się własnymi potrzebami w stopniu nie mniejszym niż potrzebami osób, z którymi pracujesz.

ETAPY WYPALENIA ZAWODOWEGO – NA KTÓRYM JESTEŚ?

1. Stawiamy sobie wysokie wymagania, nie tolerujemy własnych błędów i zapominamy o tym, że nasze możliwości są ograniczone – taka postawa staje się nawykiem.

2. Zwiększamy zaangażowanie w pracę, przy jednoczesnym poczuciu, że jesteśmy niezastąpieni; brakuje nam umiejętności i chęci delegowania zadań.

3. Zaniedbujemy własne potrzeby pozwalające zregenerować zasoby energetyczne organizmu (w tym potrzeby emocjonalne i seksualne) – ratujemy się alkoholem, nikotyną, kofeiną oraz tabletkami nasennymi (na tym etapie najczęściej pojawiają się chroniczne przeziębienia, bóle głowy i kręgosłupa, zaburzenia snu).

4. Pojawia się niemożność sprostania wymaganiom zewnętrznym – spóźniamy się, nie dotrzymujemy terminów, zapominamy o ważnych sprawach – nie tyle (lub nie tylko) z powodu rzeczywistego przeciążenia zadaniami, co z braku energii, którą wcześniej wydatkowaliśmy w nadmiarze, nie dając sobie szansy na jej uzupełnienie.

5. Ograniczamy kontakty społeczne (przyjacielskie, rodzinne), stawiamy je na drugim planie, za pracą (praktycznie stają się więc niemożliwe do zrealizowania, skoro nawet energii na samą pracę już dawno nam brakuje).

6. Radzimy sobie z brakiem możliwości rozwiązania nawarstwiających się problemów poprzez wypieranie ich. Na tym etapie pojawia się cynizm, brak cierpliwości i nietolerancja. Bezradność, brak gotowości do niesienia pomocy innym i brak empatii łączą się z drastycznym zmniejszeniem efektywności działań. Na tym etapie warto już poważnie pomyśleć o profesjonalnym wsparciu.

7. Następuje wycofanie, a otoczenie społeczne, do którego wcześniej należeliśmy i które mogłoby nas wspierać (przyjaciele, rodzina, wspólnoty wyznaniowe i inne), zaczynamy postrzegać jako wrogie, wymagające i nadmiernie obciążające. Radzimy sobie poprzez nad-

używanie alkoholu i innych substancji (leki, narkotyki), co staje się normą.

8. Postępuje proces izolowania się i wycofywania z życia. Przejawy zainteresowania innych osób odbieramy jako atak.

9. Tracimy poczucie, że mamy własną osobowość – mamy wrażenie bycia automatem.

10. Towarzyszy nam poczucie wewnętrznej pustki, napady lęku i paniki, strach przed innymi ludźmi i skupiskami ludzi. Niekiedy ucieczka w nałogi.

11. Depresja, uczucie bólu występuje na przemian z apatią, pojawiają się myśli samobójcze.

12. Wypalenie pełnoobjawowe. Całkowite wyczerpanie psychiczne, fizyczne i emocjonalne, duża podatność na infekcje, ryzyko wystąpienia chorób serca, układu krwionośnego i pokarmowego⁷. ■

⁷ E. Mażul, *Akcja przeciwpożarowa – poznaj „niewinne” objawy wypalenia*, artykuł na blogu www.turkusowakomunikacja.pl



EWA MAŻUL

– psycholożka, trenerka komunikacji, mediatorka; specjalizuje się w programach poprawy komunikacji w sytuacjach zawodowych oraz mediacjach pracowniczych, autorka książki „Od czerwieni do turkusu. Jak lepiej porozumiewać się w pracy”, Złotokłos.



OSOBY PIERWSZEGO KONTAKTU

- supermoce w placówkach
pomocowych

Osoba pierwszego kontaktu w placówce pomocowej dla osób pokrzywdzonych przemocą domową jest jak ratownik medyczny, strażak i interwent kryzysowy w jednym. Od jej kompetencji, życzliwości i umiejętności nawiązywania kontaktu zależy, czy osoba będąca w kryzysie, doznająca przemocy domowej zdecyduje się na zawalczenie o siebie.

MARTA DUŃSKA

Pierwszy krok do placówki pomocowej jest zawsze najtrudniejszy. Dobrze, gdy to rozumieją i doceniają osoby, które jako pierwsze mają kontakt z osobą doznającą przemocy domowej. Wypowiedziane z życzliwością: „Dzień dobry. W czym mogę pomóc?” zachęca do opowiedzenia o swoim problemie.

Osoby pierwszego kontaktu (zwane OPK) są czasami mylnie nazywane recepcjonistkami (tak, bo zwykle są to kobiety). Niejedna osoba pomyśli: „Ot, praca w recepcji... Cóż trudnego ...”. Ale umówienie spotkania ze specjalistą, to często ostatni ruch we wstępnej rozgrywce udzielania pomocy. Zanim do tego dojdzie, następuje sekwencja zdarzeń, które powinny być indywidualnie dopasowywane do każdej osoby zgłaszającej się do placówki pomocowej. Oczywiście obowiązuje szereg procedur i zasad, które prowadzą poszkodowanych w kierunku uzyskania wsparcia.

Osoby pokrzywdzone w sytuacji dla nich stresowej mają trudność z jasnym formułowaniem myśli i rzeczowym opowiedzeniem, z jakim problemem przychodzą. Opowiedzenie o swojej sytuacji, zwłaszcza wtedy, gdy dotyczy ona przemocy domowej, jest równoznaczne z obnażeniem się i wystawieniem na ocenę drugiej osoby. I tu swoją – niezmiernie ważną – rolę ma do odegrania osoba pierwszego kontaktu.

Osoby pracujące w pierwszym kontakcie nie są z założenia terapeutami, psychologami, chociaż wiedza z tego zakresu, podobnie jak z obszaru interwencji kryzysowej, jest potrzebna do skutecznego działania. W sekretariacie nie ma przestrzeni na rozmowy terapeutyczne. Jest za to miejsce na pierwsze wsparcie i wskazanie, że przy pomocy specjalistów można poradzić sobie z kryzysem i znaleźć sposoby na wyjście z trudnej sytuacji. W momencie zgłoszenia się przez daną osobę, sekretariat placówki dla osób pokrzywdzonych (szczególnie przemocą domową) jest miejscem spotkania i przekazywania informacji o dostępnej pomocy.

NA PIERWSZEJ LINII

Osoba pierwszego kontaktu pomaga w opisanu sytuacji, w jakiej znalazł się potrzebujący wsparcia człowiek – czego doświadczył, co zdecydowało o przyjeździe do placówki. W tym momencie najważniejsze wydają się być otwartość na wysłuchanie, cierpliwość i zainteresowanie, życzliwość oraz empatia. Pierwsza rozmowa może być trudna dla obu stron. Emocje, które jej towarzyszą, mogą być skrajne – poczynając od wstydu, lęku, smutku, poczucia winy czy zagubienia, po bagatelizowanie albo wyolbrzymianie problemu,

oskarżanie siebie, partnera/partnerki o całe zło, którego osoba pokrzywdzona doświadczyła.

Osoba, która dzieli się swoim trudnym doświadczeniem, potrzebuje uważnego wysłuchania i zrozumienia, a także uwiarygodnienia swojej historii. Każde słowo może przychodzić z trudnością, bo osoby doświadczające przemocy mogą być w kryzysie psychicznym.

CIĘŻAR ODPOWIEDZIALNOŚCI

Ważne jest, aby osoba pierwszego kontaktu zdawała sobie sprawę z tego, że pokrzywdzeni długotrwałą przemocą domową, doświadczający nadużyć seksualnych czy ze zdiagnozowanym stresem pourazowym mogą zgłosić się do placówki w głębokim kryzysie. A to wiąże się z doświadczaniem nie tylko huśtawki nastrojów, ale i lęku przed kontaktem społecznym, obniżonym nastrojem, dolegliwościami somatycznymi. Taki kryzys prowadzi do utrzymywania się stałego napięcia, czujności, utrzymywania stałej gotowości do ucieczki lub zamrożenia. Osoby w takim stanie wymagają szczególnej uważności i ostrożności, towarzyszenia w znalezieniu sposobu na uspokojenie emocji. Potrzebują także zmotywowania do spotkania z psychologiem i/lub prawnikiem.

Rolą osoby pierwszego kontaktu jest również zadbanie o miejsce i przestrzeń do spokojnej rozmowy z każdym, kto pojawia się po raz pierwszy w placówce pomocowej i potrzebuje wsparcia. Takiej osobie trzeba poświęcić swoją uwagę, zaangażowanie i wiedzę. Stworzyć i utrzymać porozumienie, by móc jak najlepiej pomóc. Być tu i teraz w pełni dla tej osoby, wykorzystać moment na poznanie, nazwanie sytuacji i określenie potrzeb osoby pokrzywdzonej.

Należy przekazywać jasne informacje i zrozumiałe komunikaty, zarzucić żargon i skróty myślowe zawodowca. Odstąpić od roli wyczynowego wielozadaniowca, który rozmawia przez telefon, czyta maile i wysyła skany dokumentów, jednocześnie uzupełniając grafik konsultanta.

Swoją postawą OPK może pokazać, że osoba, która opowiada nam o swoich trudnościach, często w silnych emocjach, łzach, wstydzie, zażenowaniu czy strachu, jest w tym momencie najważniejsza. Że jest w tym miejscu zauważona i w trudnym dla niej momencie może liczyć na wysłuchanie i zaopiekowanie. Co za tym idzie – to, jak poczuje się w placówce, zależy od osób, które jako pierwsze wyciągną pomocną dłoń, jako pierwsze nawiążą kontakt i ofiarują swój czas oraz uwagę na wysłuchanie.

W dużej mierze od pierwszego wrażenia, jakie odniosą osoby szukające w danej placówce wsparcia, zależy, czy zdecydują się przyjść po raz kolejny i skorzystać z oferowanej przez specjalistów pomocy, czy raczej zniechęcą się do miejsca i ludzi, którzy nie potraktują ich z szacunkiem i życzliwością, mając na względzie mechanizmy, jakie „podtrzymują” relację przemocową.

Co więcej, trzeba mieć przy tym na uwadze różne potrzeby i różną wrażliwość osób szukających wsparcia. O ile jedna wzruszona lub zdenerwowana pozwoli na bliski kontakt, podanie wody, chusteczki, o tyle druga może stać się opryskliwa czy agresywna, ponieważ wstydzi się okazywania emocji. Uważność i zachowanie spokoju jest w tej sytuacji nieodzowne, aby osoba, która się przed nami otwiera, nie miała wątpliwości, że jesteśmy autentycznie zainteresowani udzieleniem jej pomocy. Warto też wiedzieć, że nieprofesjonalne zachowanie może doprowadzić do powtórnej wiktymizacji, czyli powtórnego skrzywdzenia osoby.

Nie należy z góry zakładać, że znamy historię każdej zgłaszającej się do placówki pomocowej osoby, mimo że zetknęliśmy się już z podobną sytuacją czy mieliśmy do czynienia z analogicznym przypadkiem. Przy pierwszym kontakcie, za każdym razem warto podkreślać, że przyjscie do ośrodka czy placówki pomocowej nie jest łatwe, stanowi ważny krok i wynika z podjętych przez osobę doświadczającą przemocy decyzji. Warto także zapewnić o wsparciu w procesie odzyskiwania równowagi i sprawczości – że jesteśmy tu dla niej.

PODSTAWOWE BHP

Praca, jaką wykonują osoby pierwszego kontaktu, jest trudna i wymagająca, dlatego konieczne jest, aby i one mogły liczyć na profesjonalne wsparcie, takie jak stały kontakt z psychologiem, supervizje, szkolenia z zakresu interwencji kryzysowej czy radzenia sobie ze stresem. Zachowanie równowagi w swoim życiu, docenienie siebie i swojej pracy, ustalenie wyraźnych granic między pracą a czasem wolnym, zadbanie o wypoczynek i regenerację to podstawy, by mieć zasoby do codziennego kontaktu z osobami w kryzysie. To jak podstawowe zasady BHP w każdej pracy! Brak odpowiedniej higieny w tym zakresie może doprowadzić do wypalenia zawodowego.

Pożądanymi cechami, które pomagają w pracy osób pierwszego kontaktu, są:

- łatwość w nawiązywaniu kontaktów,
- wysoka kultura osobista,
- odporność na stres,
- dyskrecja,

- kreatywność,
- umiejętność klarownej oceny sytuacji,
- obiektywność,
- tolerancja,
- otwartość,
- umiejętność pracy w zespole,
- empatia.

Osoby z takimi umiejętnościami i cechami będą umiały zareagować w wielu trudnych sytuacjach, pomogą w znalezieniu odpowiedniego specjalisty czy przekierują do innej placówki. Również świadomość możliwości uzyskania wsparcia od specjalisty w trudnej sytuacji z klientem jest istotna dla poczucia bezpieczeństwa przez OPK.

Trudne sytuacje mogą zdarzyć się każdego dnia i zwykle jest to normą w placówkach pomocowych. Nie wszystko można przewidzieć i nie na wszystko można się z góry przygotować, ale na pewno wiedza i rozwijanie kompetencji dają poczucie, że poradzimy sobie w kontakcie z osobą pokrzywdzoną przemocą, udzielając jej odpowiedniego do sytuacji wsparcia. Pomocne może być np. ukończenie Studium Przeciwdziałania Przemocy Domowej, co daje stabilne fundamenty do pracy na stanowisku osoby pierwszego kontaktu.

DOBRO, KTÓRE SIĘ ROZPRZESTRZENIA

Co by jednak nie zakrzywiać rzeczywistości – pamiętajmy, że każdego dnia mogą się zdarzyć także sytuacje, które będą bardzo satysfakcjonujące i ukażą sens pracy OPK. Nieraz klienci przynoszą nam wiadomości o rozwiązaniu trudnych dla siebie sytuacji, informacje o wyrokach sądo-

wych albo różnego rodzaju radosne wieści. Zdarza się, że jesteśmy traktowane familiarnie – opowiada się nam o zdobytej pracy, spokojnie spędzonych wakacjach nad morzem czy sukcesach szkolnych dziecka. Dostajemy maile z podziękowaniem za miłą rozmowę, wysłuchanie, pomoc w wypełnieniu dokumentacji. Najcenniejsze są spontaniczne wyznania: „Czuję się po raz pierwszy wysłuchana”, „Nikt jeszcze nie był na mnie taki uważny”, „Dziękuję, że jesteście!”, „Nie wiedziałam, że są miejsca, w których jest tak życzliwie”.

Osoba pierwszego kontaktu jest jak opatrunek w pierwszej pomocy – zatamuje krwawienie, zanim raną zajmą się profesjonaliści. Pozwala rozeznąć się w potrzebach osoby, która szuka wsparcia dla siebie lub bliskich. Pomaga uzyskać konieczne informacje, rozwiązać obawy i umówić się na spotkanie ze specjalistą. Tak, to ma sens! ■

Wskazówki dla OPK:

- Bądź życzliwy – nie odmawiaj wsparcia.
- Bądź uważny – słowa mają znaczenie.
- Po prostu bądź – najważniejszą osobą jest ta, która przychodzi po pomoc.

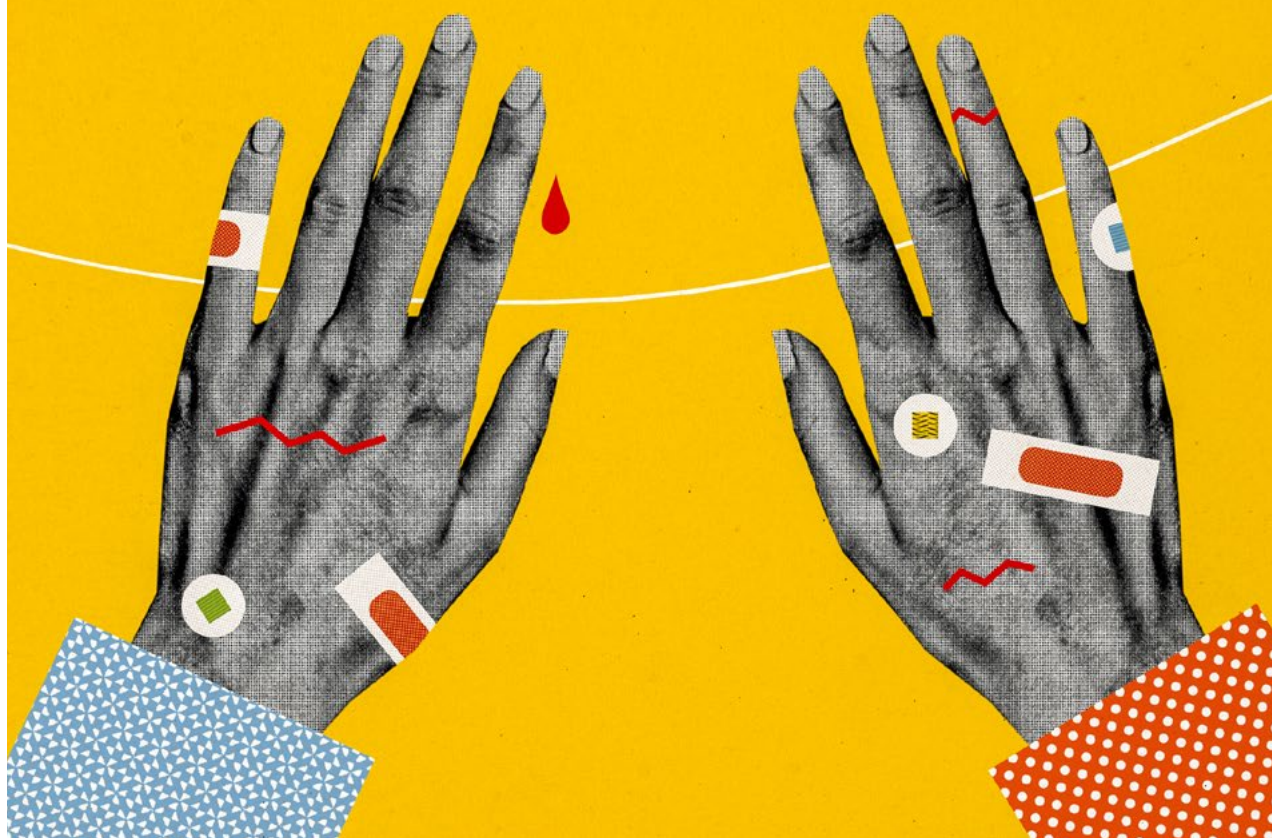


MARTA DUŃSKA

– wielozadaniowiec w Niebieskiej Linii IPZ: pracownik pierwszego kontaktu, sekretarka i recepcjonistka. Absolwentka politologii i nauk społecznych oraz Studium Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie, Warszawa.

KIEDY ZALEŻNOŚĆ STAJE SIĘ ZAGROŻENIEM

- tabu związane
z przemocą domową
wobec osób
z niepełnosprawnością



Opiekowanie się bliskimi z jakąkolwiek niepełnosprawnością bezsprzecznie stanowi duże obciążenie i jest źródłem stresu dla rodziny. W połączeniu z odczuwaniem braku możliwości zmiany swojej sytuacji, może doprowadzić to do uzewnętrznienia przeżywanych emocji w agresywny sposób, w tym także w formie przemocy skierowanej wobec osoby z niepełnosprawnością.

ANETA GAWĘŁEK

Chronicznie odczuwane napięcie i niepokój związane z koniecznością otaczania stałą opieką swojego krewnego z niepełnosprawnością – czy to związaną z dysfunkcjami poznawczymi i intelektualnymi, czy też z fizycznymi ograniczeniami – może istotnie wpływać zarówno na zdrowie fizyczne, jak i psychiczne opiekuna. Obciążenie związane z poczuciem obowiązku i odpowiedzialności za sprawowaną opiekę nad chorym bliskim może ujawniać się w obszarze regulacji emocji oraz trudnościami w radzeniu sobie z odczuwanym zmęczeniem, frustracją i napięciem w konstruktywny sposób. Poczucie tak silnego przeciążenia i braku możliwości zmiany sytuacji może doprowadzić do uzewnętrznienia przeżywanych emocji w formie przemocy skierowanej wobec osoby z niepełnosprawnością. Oczy-

wiście, na zaistnienie takiej sytuacji wpływ ma wiele wzajemnie nakładających się na siebie kwestii.

Poświęcono liczne badania, aby odkryć i nazwać czynniki ryzyka, które mogłyby wiązać się z występowaniem zjawiska przemocy wobec osób z niepełnosprawnością. Wspomniana przemoc może przybierać różne formy, w tym słowną, która wyraża się np. krzykiem, ostrym tonem, stosowaniem wulgaryzmów, poniżaniem czy zastraszaniem, jak również fizyczną – związaną z szarpaniem, uderzaniem, szczypaniem czy silniejszym przytrzymywaniem. Inną formą przemocy, jaka może się ujawnić w takiej sytuacji, jest zaniedbanie w zakresie sprawowanej opieki, co nieraz wynika z wyczerpania, zmęczenia oraz frustracji opiekuna. Może ono wówczas przybrać mniej oczywistą postać, jaką jest odmawianie podania pożywienia lub przygotowywanie posiłków o niskiej wartości odżywczej, brak dbałości o regularne podawanie leków czy zaniedbywanie kwestii związanych z higieną osobistą.

Niektórzy badacze wskazują na znaczenie, jakie ma czas trwania sprawowanej opieki nad krewnym z niepełnosprawnością (Kishimoto i in., 2013). Wydaje się, że **im dłuższy jest to okres, tym bardziej odczuwalne staje się poczucie przeciążenia oraz ryzyko rozwinięcia jakiejkolwiek formy przemocy**. Na pojawienie się tego zjawiska wpływ może mieć również rodzaj więzi pomiędzy opiekunem a osobą zależną od jego pomocy. Można sądzić, że jeśli relacja poprzedzająca objęcie prawnej opieki była trudna i pełna napięć, wówczas większe jest prawdopodobieństwo ujawnienia się zachowań agresywnych o charakterze przemocy (Williamson, Shaffer, 2001).

NIEFORMALNY OPIEKUN Z PRZYMUSU

Chciałoby się myśleć, że opiekunami sprawującymi nieformalną opiekę nad bliskim krewnym z niepełnosprawnością (czyli nieuregulowaną poprzez umowę oraz nieodpłatną) zostają osoby czujące pewnego rodzaju powołanie do wykonywania takiej pracy. Trochę jak księża czy zakonnice, którzy wstępują do seminariów oraz zakonów, aby wieść życie w poświęceniu bliźnim – gotowi do rezygnacji z własnej niezależności, wolności i autonomii oraz mający postawę pełną pokory i empatii wobec cierpienia bliskiej osoby, która z trudem zмага się z codziennością. Taka perspektywa może wzbudzać szacunek, a nawet podziw, ponieważ codzienne opiekowanie się, pielęgnowanie i dbanie o krewnego z niepełnosprawnością, który może zależeć niemal całkowicie od swojego opiekuna (w zależności od stopnia niepełnosprawności), stanowi niezwykle trudną i ciężką pracę. Zwłaszcza że oprócz obowiązków wynikających ze sprawowania opieki, opiekunowie mają też swoje własne zobowiązania zawodowe czy rodzinne. Można więc przypuszczać, że podjęcie się tego dodatkowego zadania wymaga wręcz rezygnacji z własnych potrzeb i czasu dla siebie.

Niestety, praktyka codziennego życia wskazuje, że nie zawsze wygląda to tak pięknie. Zdarza się, że nieformalnymi opiekunami zostają ci, którzy w pewnym sensie najlepiej się do tego zadania nadają (choć wcale nie muszą tego chcieć) lub nie mają innych możliwości, aby zaopiekować swojego krewnego. W podobnej sytuacji znalazł się pacjent, który pewnego razu zgłosił się do poradni, aby podjąć własną psychoterapię.

HISTORIA INSPIROWANA PRAWDZIWYMI WYDARZENIAM

Mężczyzna był w stanie skrajnego wyczerpania emocjonalnego oraz przeciążenia, które częściowo wynikały z konieczności opieki nad młodszym bratem z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu znacznym. Nieżyjący już rodzice oboje pili alkohol nałogowo i w sposób destrukcyjny, choć matka w mniejszym natężeniu niż ojciec, dzięki czemu w momentach trzeźwości mogła opiekować się swoim niepełnosprawnym synem. Niestety, śmierć obojga rodziców skonfrontowała opisywanego pacjenta z trudną realnością związaną z koniecznością objęcia swojego młodszego brata całodobową opieką. Zarówno ograniczone możliwości finansowe, jak i wartości moralne pacjenta, uniemożliwiały mu skorzystanie z pomocy wyspecjalizowanych ośrodków, w których potencjalnie mógłby brata umieścić. Czuł się postawiony przed tzw. faktem dokonanym – musiał sam podjąć się tego zadania.

Środowisko, z którego pacjent pochodził, było trudne i nieprzewidywalne. Pacjent doświadczał w swoim życiu wielu przykrości i w dorosłość wszedł z poczuciem braku wsparcia, miłości, zrozumienia, przy jednoczesnym przekonaniu o kierowanych wobec niego wysokich oczekiwaniach. Tak jakby musiał sam ze wszystkim sobie radzić, a do tego nie narzekać, gdyż inni mają gorzej. Ze względu na to, że mieszkał ze swoim młodszym bratem, którym się opiekował, nielato było mu nawiązać trwałą i bliską relację romantyczną. Wszelkie dłuższe spotkania, wyjazdy czy nawet zaproszenie potencjalnej partnerki do własnego domu były utrudnione, co było konsekwencją wy-

nikających bezpośrednio z niepełnosprawności intelektualnej deficytów jego młodszego brata w zakresie samodzielnego funkcjonowania. Brat pacjenta był w wielu czynnościach od niego zależny. Nie był w stanie przygotować sobie posiłku czy zorganizować czasu w ciągu dnia, mógł też zrobić sobie krzywdę podczas samodzielnego przebywania w domu.

Można zrozumieć, że pacjent czuł się niejako uwięziony w relacji ze swoim młodszym bratem oraz doświadczał poczucia utraty możliwości rozwijania swojego życia i zaspokajania własnych potrzeb, które już w dzieciństwie nie były odpowiednio zaopiekowane przez rodziców pozostających w wyniszczającym nałogu alkoholowym. Istotny jest również fakt, że decyzja pacjenta o objęciu młodszego brata opieką nie wynikała całkowicie z jego chęci, lecz z poczucia obowiązku i lojalności wobec niego – miałby poczucie winy, gdyby tego nie zrobił i oddałby go w ręce instytucji. W jego przeżyciu byłoby to równoznaczne z porzuceniem. Jednocześnie jednak przeżywał poczucie krzywdy w związku z rezygnacją z wielu ważnych dla siebie doświadczeń, jakim był choćby związek romantyczny.

Ostatecznie pacjent ten, nie dając już rady dłużej znosić frustracji, niezadowolenia, tęsknoty za większą niezależnością oraz bezradności związanej z poczuciem braku możliwości zmiany swojego położenia, zaczął częściowo winić swojego brata za zaistniałą sytuację. W konsekwencji coraz częściej zaniedbywał kwestie związane z troską o higienę młodszego brata, a pomagając mu się przemieszczać w obrębie domu, zdarzały się chwile, gdy mocniej go szarpnął, przytrzymał czy nawet uderzył, tracąc wobec niego cierpliwość. Podnosił

też czasem głoś czy wyzywał brata, gdy ten nie chciał z nim współpracować.

Warto zaznaczyć, że na pojawienie się tych zachowań pacjenta wpływ miał również stres oraz napięcie związane z jego codziennym życiem, a więc obowiązkami w pracy i innymi relacjami z ludźmi, ale również, oczywiście, z dzieciństwem.

GDY ZASOBY SIĘ KOŃCZĄ

Wydaje się, że zarówno powyższy przykład, jak i wyniki różnych badań wskazują, że bliscy osób z niepełnosprawnością, którzy podjęli rolę ich nieformalnych opiekunów, doświadczają w konsekwencji tej decyzji szeregu trudności. Wybór ten zaważa bowiem na całym ich życiu oraz wpływa niemal na każdy obszar funkcjonowania, w tym związki interpersonalne, wydajność w pracy zawodowej, czas wolny, a przede wszystkim zdrowie.

Problemy te często mają podłoże psychiczne i mogą się manifestować w formie zachowań agresywnych, a nawet przemocy. Niektórzy badacze wskazują, że ci opiekunowie, którzy częściej przejawiali agresję wobec swoich krewnych, mierzyli się z dokuczliwymi objawami wskazującymi na występowanie zaburzeń depresyjnych czy lękowych. Beach wraz ze współpracownikami (2005) opisuje, że kiedy opiekunowie byli narażeni na depresję kliniczną i zgłaszali więcej wynikających z niej objawów fizycznych (np. takich jak zmęczenie, brak energii, trudności ze snem, zaburzenia apetytu), wówczas bliscy, którymi się zajmowali, częściej doświadczali z ich strony agresji werbalnej wyrażonej krzykiem, ostrzejszym tonem głosu, obrażaniem, wy-

zywaniem lub przeklinaniem. Można to rozumieć jako formę odreagowania przeżywanego napięcia emocjonalnego i frustracji, wynikających z bezradności, a także coraz mniejszej zdolności do tzw. pomieszczania (kontenerowania) w sobie doświadczanych emocji.

Kolejnym czynnikiem ryzyka wystąpienia przemocy wydaje się być stopień bliskości relacji, która łączy osobę sprawującą opiekę nad bliskim z niepełnosprawnością. Niektórzy dowodzą, że im większy poziom zażyłości emocjonalnej pomiędzy dwiema osobami, tym paradoksalnie większe prawdopodobieństwo, że w końcu nieformalny opiekun zacznie przejawiać zachowania agresywne wobec krewnego, którym się zajmuje (Beach i in., 2005). Być może jest to konsekwencją różnych pragnień, potrzeb i oczekiwań, które nie wszystkie są uświadomione, a jednak mimo to mogą być kierowane wobec partnera, rodzica czy rodzeństwa z niepełnosprawnością.

W opisywanym powyżej przykładzie, w którym pacjent zajmował się bratem, dobrze widać, że w pewnym momencie zaczęło dominować poczucie krzywdy i niesprawiedliwości – tak, jakby brat był w jakiś sposób winny ograniczeniom wynikającym z objęcia go opieką, z którymi zmagał się nasz pacjent. Pomimo strachu oraz poczucia winy związanego z uświadomieniem sobie takich uczuć, pacjent wciąż jednak winił brata za jego niepełnosprawność.

Wydaje się, że opiekunowie osób z niepełnosprawnością, dla których jest to praca zawodowa, są wolni od takich emocjonalnych i wiążących komplikacji. Dla nich są to po prostu pacjenci czy podopieczni, którymi należy się zaopiekować. Otrzymywane zaś wynagrodzenie stanowi w jakimś stopniu rekompensatę włożonego w tę pracę wysiłku, co oczywiście nie oznacza, że zawodowo pracujący

opiekunowie nie doświadczają objawów depresyjno-lękowych, będących konsekwencjami wykonywanego zawodu. Pomocne jednak może być podejmowanie tego rodzaju pracy w zespole, który daje możliwość wsparcia, rozmowy na temat doświadczanych przeżyć, a co za tym idzie – zmniejszenia poczucia osamotnienia, które może być odczuwane przez bliskich osób z niepełnosprawnością. Warto bowiem pamiętać, że najbliżsi członkowie rodziny mogą odbierać zależność od swoich chorych krewnych tak a nie inaczej, ponieważ nie mają wobec nich dystansu emocjonalnego.

WŁADZA I KONTROLA

Jeśli już o zależności mowa, warto wspomnieć o tym, jak wpływa ona na rozwinięcie się zachowań o charakterze przemocowym. **Niektórym osobom, charakteryzującym się dodatkowo specyficznymi cechami osobowościowymi, świadomość, że inni są od nich całkowicie zależni, daje silne poczucie władzy.** W przypadku osób z niepełnosprawnością, którymi zajmują się najbliżsi członkowie rodziny, mieszkający z nimi w jednym domu, wspomniana zależność występuje niemal na każdym poziomie – począwszy od podstawowych potrzeb życiowych, przechodząc przez emocjonalne, a na finansowych skończywszy. Może to stwarzać relację nierówną, co samo w sobie może rodzić różne nadużycia, zarówno te skrajne, związane z fizyczną przemocą, jak również bardziej subtelne, które może być trudniej dostrzec z zewnątrz.

Gdy niepełnosprawność obejmuje intelekt oraz funkcjonowanie poznawcze, w tym obszary mózgu związane z pamięcią czy uwagą, w osobie stosującej przemoc może to wzbudzać poczucie bezkarności oraz

pozornego bezpieczeństwa – jakby miało się poczucie, że osoba, wobec której stosuje się przemoc, nie do końca wie i rozumie, co się dzieje, a już na pewno nikomu tego nie zgłosi. Wówczas pojawia się agresja przejawiana za ściśle zamkniętymi drzwiami, do których nikt nie ma dostępu.

MOŻLIWOŚCI POMOCY DLA OPIEKUNÓW

Wydaje się ważne zwrócenie uwagi na to, że w parze opiekun-odbiorca opieki, to nie tylko ta druga strona ma potrzeby, które należy zaspokoić. Stąd też, aby zapobiegać występowaniu oraz utrzymywaniu się sytuacji przemocowych, należy pamiętać, że po obu stronach tej relacji obecni są ludzie, wraz ze swoimi możliwościami i ograniczeniami. Dla obu stron zaistniała sytuacja jest trudna i tak naprawdę oboje – aby móc dobrze funkcjonować – wymagają wsparcia.

Krewni osób z niepełnosprawnością mogą przeżywać poczucie osamotnienia, braku zrozumienia, a być może nawet wykluczenia społecznego. Zmniejszyć te odczucia może dostępność środowiskowych opiekunów społecznych, którzy zawodowo zajmują się wspieraniem osób z niepełnosprawnością oraz ich bliskich w miejscach ich zamieszkania, jak również bardziej rozreklamowana oraz dostępna oferta grup wsparcia dla członków rodzin. Mogłoby to nie tylko odciążyć krewnych w zakresie codziennych obowiązków, ale również stanowiłoby źródło informacji o możliwościach pomocy psychologicznej czy finansowej. Ważna byłaby też możliwość konsultacji z radcą prawnym, co również mogłoby być pomocne w pozyskaniu dodatkowych zasiłków czy dofinansowania leczenia lub specjalistycznego sprzętu.

Specjaliści z zakresu zdrowia psychicznego mają zaś możliwość nie tylko bezpośredniego oddziaływania, które pomaga w zredukowaniu nasilenia objawów depresyjnych i lękowych, ale również kierowania do grup o charakterze stricte terapeutycznym (Beach i in., 2005). Korzystanie z pomocy takiej grupy może łagodzić nie tylko kliniczne objawy depresji lub zaburzeń lękowych, ale także poczucie wyizolowania oraz pozostawania samemu w sytuacji opieki nad bliskim z niepełnosprawnością. Bo nikt nigdy nie musi być w takiej sytuacji sam! ■

BIBLIOGRAFIA

Beach, S.R., Schulz, R., Williamson, G.L., Miller, S., Weiner, M.F., Lance, Ch.E. (2005). Risk Factors for Potentially Harmful Informal Caregiver Behavior. *Journal of the American Geriatrics Society*, 53, 255–261.

Kishimoto, Y., Terada, S., Takeda, N., Oshima, E., Honda, H., Yoshida, H., Yokota, O. & Uchitomi, Y. (2013). Abuse of people with cognitive impairment by family caregivers in Japan (a cross-sectional study). *Psychiatry Research*, 209, 699–704.

Williamson, G.M., Shaffer, D.R. & The Family Relationships in Late Life Project. (2001). Relationship Quality and Potentially Harmful Behaviors by Spousal Caregivers: How We Were Then, How We Are Now. *Psychology and Aging*, 16(2), 217–226.



ANETA GAWĘŁEK

– psycholożka, pedagogka resocjalizacji, specjalistka psychoterapii uzależnień, psychoterapeutka psychodynamiczna w trakcie procesu certyfikacji. Pracuje w Ośrodku Psychoterapii DDA oraz gabinecie prywatnym, Kraków.

ZŁOTY ŁAŃCUCH

Opowieść
o przemocy
psychicznej
w „dobrym
domu”

Czy można mieć wszystko, w sensie materialno-bytowym, a jednocześnie każdego dnia marzyć o wolności?
O samodzielnych decyzjach, szczerych rozmowach, szacunku i godności? Przemoc domowa może przybierać tak ciche i nieoczywiste formy, że trudno zauważyć, kiedy granica została przekroczona.

ANNA MARIA NOWAKOWSKA

NIEPEWNOŚĆ

Mam na imię Monika, chcę cię o coś zapytać. Może to głupie, ale czy jeśli nigdy nie doznałam fizycznej krzywdy, to wolno mi twierdzić, że doświadczam przemocy? Piszę do ciebie, bo czytałam kilka twoich publikacji na te tematy. Mam od niedawna zdiagnozowaną depresję, lęki i ataki paniki, szukam pomocy, ale nie bardzo wiem, jakiej. Na mojej fejsbukowej grupie dla osób z depresją są poruszane różne problemy, ale to motyw przemocy powtarza się szczególnie często. I czasem osoby udostępniają jakieś artykuły z sieci – w ten sposób cię znalazłam.

Kiedyś wydawało mi się, że przemoc domowa to raczej problem patologii, przepraszam za wyrażenie, „ludzi z marginesu”. Trochę mi nie pasowało, żeby określać jako przemoc jakieś konflikty,

czy nie wiem jak to nazwać, w dobrej rodzinie. Tylko, że dużo rzeczy, o których czytam i słucham, pasuje. Mam pięćdziesiąt dwa lata, nie mam nic własnego, nawet miejsca, nawet drzwi, które mogłabym za sobą zamknąć. A jednocześnie mam wszystko. Chcę komuś opowiedzieć o sobie, może rozjaśni mi się w głowie, gdy zbiorę to wszystko w całość.

DOM RODZINNY

Kiedys nie rozumiałam, jak można nie spieszyć się do domu. Odwlekać powroty, zaglądać po drodze tu i tam, do kogoś wpaść, zwiedzać galerie handlowe albo po prostu łązić bez celu, żeby zabić czas. Zawsze wracałam z radością, od razu po lekcjach. Nawet już będąc na studiach, niechętnie przyłączałam się do grupowych wypadów i pierwsza urywałam się ze wszystkich imprez. Dom to było miejsce, do którego lubiłam wracać. W progu witały mnie stęsknione kocury Erwin i Rudolf (nazwane tak przez tatę-fizyka na cześć Schrodingera). Przytulny pokój z mnóstwem książek. No i przede wszystkim rodzice, którzy nie zadawali pytań w rodzaju: „Jak tam było w szkole?”. Oni wiedzieli, o co pytać, bo znali wszystkie moje sprawy, radości i kłopoty. Lubiłam ich, a to wielka sprawa, lubić swoich rodziców. To coś więcej niż tylko ich kochać.

Przesyłam ci zdjęcie z trzydziestej rocznicy ślubu. Dobrze się przyjrzyj. Popatrz na mój szeroki uśmiech. Czy domyśliłabyś się, że kilka minut wcześniej płakałam, a właściwie wyłam, zatykając usta ręcznikiem? W łazience. Puściłam wodę, żeby nikt nie usłyszał. Przecież trzeba trzymać fason! Zaraz więc korektor, puder, trochę różu.

Załatwione. Można wyjść do ludzi. Sto lat, sto lat, oklaski, gratulacje, życzenia następnych trzydziestu lat w szczęściu. A syn później, gdy oglądał zdjęcia: „Mamuś” – mówi – „Ty się nie uśmiechasz, tylko szczerzysz”.

Dlaczego na tym zdjęciu nie ma nikogo z mojej rodziny? Moja mama nie została zaproszona, tato nie żył od kilku lat. Z kuzynami od dawna nie utrzymuję kontaktu. A przyjaciół – własnych przyjaciół – po prostu nie mam. Na fotografii są rodzice Henryka, jego siostry, brat, ich dzieci i dwie ciotki męża, jego kolega z żoną. I ja, samiuteńka.

SYMPTOMY

Znaliśmy się od początku studiów. Nie był w mojej grupie, ale widywaliśmy się tu i tam. Od spotkania do spotkania, od słowa do słowa i zaczęliśmy spędzać ze sobą czas na spacerach, w kawiarni, w kinie. Byłam nim zauroczona – taki delikatny, pełen rezerwy, ale życzliwy, wyraźnie mną zainteresowany. Pierwsza poważna randka, połączona z poznaniem moich rodziców. Tydzień wcześniej powiedział, jakoś tak uroczyście, że jego zamiary wobec mnie są poważne. I że jego rodzina jest rodziną tradycyjną, więc nie będzie seksu przed ślubem, imprezowania i szortów odsłaniających pół mojego tyłka. O tych szortach to niby żartem, ale poczułam się skrępowana i nigdy więcej ich nie założyłam. Będzie serio, romantycznie i bardzo wstrzemięźliwie – zapowiedział. A małżeństwo to poważna sprawa, na dobre i na złe, na amen, aż do śmierci. W jego rodzinie, zaznaczył, od pokoleń nie było rozwodów i przez następne pokolenia nie będzie. Za to będą dzieci, dużo pięknych, mądrych dzieci.

Dlaczego wtedy nie zauważyłam, że nie pytał mnie o zdanie – o *moje* zdanie, plany, marzenia, o tradycje *mojej* rodziny? Może i przemknęło mi przez głowę, że nie ma symetrii w naszych dialogach. Może nawet zauważyłam, że nie ma dialogu, tylko monologi Henryka. Ale byłam zakochana. Czy naprawdę mogłam wychwycić „sygnały ostrzegawcze”? Zresztą, przecież podobało mi się, że jest taki stanowczy. „Wie, czego chce, ten chłopak” – pochwalił Henryka mój tato. „Szkoda, że ja tak nie umiem” – zaśmiał się. Mama też się wtedy śmiała i przekomarzali się, że matriarchat nie jest zły i tak dalej.

Gdy wyszliśmy od rodziców, mój chłopak rzucił: „Zupa to nie jest jednak woda i coś tam w niej pływającego. U mojej matki zjesz prawdziwą zupę”. Zaśmiałam się, ale było mi przykro. Nikt się u nas w domu nie zastanawiał nad tym, jaka powinna być zupa. Zupą było wszystko, co mama podawała w głębokich talerzach. Zjadaliśmy ze smakiem i tyle.

Przed pierwszą wizytą w jego rodzinnym domu byłam strasznie spięta. Tyle już słyszałam o jego rodzinie, o tradycji uroczystych rodzinnych obiadów w każdą pierwszą sobotę miesiąca, w odświętnych ubraniach i odświętnych nastrojach. Załóż na siebie coś innego, najlepiej coś z białą bluzką – powiedział. Nie miałam białych bluzek, nie lubiłam ich, ale pobiegłam do butiku i kupiłam najładniejszą. Jak dziewczynie zależy, to się stara, prawda?

Moje pierwsze wrażenia? Nie wszystko pamiętam wyraźnie, ale jedno na pewno: czułam się jak na przesłuchaniu. Czułam się obserwowana. Czułam się oceniana i osądzana. I zdałam ten egzamin. Bo to był egzamin na żonę. A, jeszcze jedno, wszyscy bardzo nadskakiwali ojcu Henryka, wydało mi się to przesadne i trochę groteskowe,

gdy go pytali o opinie w błahych sprawach, wielbili każde słowo, które wyszło z jego ust... A później, w środku obiadu, tuż po zupie, on wstał i wyszedł bez słowa; nikt nic nie powiedział.

ZŁOTE KAJDANY

Nasz ślub to była farsa. Moi ateistyczni, trochę hipisowaci rodzice stroili głupie miny w kościele. Rodzina Henryka to gorliwi katolicy, ślub musiał być tradycyjny. Pierwsze większe ustępstwo, okupione stresem „załatwiania” chrztu, bierzmowania, wszystkiego naraz. Teraz należysz do mojej rodziny, powiedział Henryk. „Należać” to może być coś dobrego albo wręcz przeciwnie. To także znaczy „być czyjąś własnością”. W moim przypadku tak właśnie się stało.

Czuję wstyd, bo kiedy tak to wszystko opisuję, rzeczy przestają wyglądać normalnie. Co normalnego jest w sytuacji, gdy wszyscy ci mówią, jak masz żyć? Od najdrobniejszych rzeczy: jak gotować zupę i co na siebie założyć, gdzie ma stać kanapa, a gdzie telewizor, do tych kluczowych – kim być, z kim utrzymywać kontakty, jak wychowywać dzieci. Henryk rozkwitał, robił karierę. Ja gasłam. Przy dzieciach, garach i wiecznym sprzątaniu. „W domu powinno lśnić”.

„W mojej rodzinie kobiety nie pracują. Nie muszą” – powiedział mój mąż już na początku. Wtedy jakoś mi się to podobało. Wiedziałam, że nie będzie mi spędzać snu z oczu liczenie pieniędzy i wiązanie końca z końcem. Pomyślałam, że to się dobrze składa, bo jest tyle książek do przeczytania, tyle filmów do obejrzenia, tyle miejsc do odkrycia; czas to najcenniejsze, co może ofiarować mi małżonek. Wolny czas... Głupia ja. Bardzo szybko zrozumiałam, że mój czas i moja prze-

strzeń nie istnieją. Ich jedynym panem i zarządcą jest mój mąż. Może gdyby od razu zawłaszczył cały mój świat, uciekłabym. Ale to działa się stopniowo, jak gotowanie przysłowiowej żaby. Ubierz się w to, nie w tamto. Kupiłaś nie te ziemniaki, ja lubię tylko kleiste. Takiej kawy się u nas nie pija, dziadostwo – buch, do kosza na śmieci nowiutką paczkę i „Idź do sklepu i kup mi moją kawę, teraz”. No i te zupy. Miały być takie, jakie gotowała jego matka. Dlaczego w przemoc domową zawsze jest umotana jakaś zupa? Za słońca... a w moim przypadku zbyt wodnista. Za każdym razem przez pierwsze kilka lat moja zupa nie była dość gęsta, żeby mąż zjadł ją ze smakiem.

Patrz, przed chwilą nazwałam rzecz po imieniu: „Przemoc domowa”.

I teraz mi powiedz, czy wyznaczanie trasy spaceru z dziećmi – stąd dotąd i tędy z powrotem – to jest już przemoc domowa czy tylko tyrania? A wydzielanie tygodniowej kwoty na utrzymanie domu, ale w taki sposób, żeby zabrakło i żebym musiała prosić o więcej, a on wtedy zażąda paragonów i wyjaśnień, dlaczego kupiłam czegoś tyle, może wystarczyłoby mniej albo taniej... Ale oczywiście wszystko musiało być najwyższej jakości, z delikatesów, nie z jakiejś sieciówki.

Jest jedno słowo, którego nienawidzę z całego serca. Słowo, na dźwięk którego dostaję dreszczy i pocą mi się ręce. To słowo brzmi: „Dlaczego”.

Dlaczego powiedziałaś wtedy to i to? Dlaczego się nie śmiałaś, gdy wszyscy się śmiali? Dlaczego postawiłaś wazon bez podkładki? Dlaczego rozmawiałaś z matką aż dziesięć minut? Dlaczego nie odpisałaś od razu na moją wiadomość? Dlaczego tyle czasu spędzasz w łazience? Szczerze mówiąc, aż trudno mi wyliczyć, ile tych „dla-

czego” codziennie, przez te trzydzieści parę lat, zostało użyte przeciwko mnie. Tak, to prawdziwe narzędzie tortur. Przesłuchanie. Zrobiłaś to czy tamto, nie myśląc wiele, ale musisz wyjaśnić, dlaczego to zrobiłaś. Albo powiedziałaś. Albo spojrzałaś w taki czy inny sposób. Naciskanie: „No, ale wyjaśnij mi, dlaczego ty...”. Bezradność. Bo jak wyjaśnić, dlaczego zrobiłaś jakąś minę, skoro nawet nie wiesz, że ją zrobiłaś? Gdy teraz o tym piszę, jestem spocona ze zdenerwowania. Wali mi serce. Tak jakby to się działo właśnie tutaj i teraz.

Po drugim dziecku zachorowałam. Bardzo poważnie. I już kolejnych dzieci mieć nie mogłam. Wtedy mąż się obraził. On przecież pragnął być ojcem pięciorga, jak jego ojciec. Nie dotknął mnie nigdy więcej. Powiedział: „Brzydzę się twoim ciałem”. Ja też zaczęłam się sobą brzydzić.

Mam wszystko, czego ludzie zazdroszczą innym. Markowe ubrania, które kupił mi mąż. Biżuterię, którą kupił mi mąż. Zakładam ją na te rodzinne obiady w pierwsze soboty miesiąca. Mam dwuletnie volvo w kolorze starego złota, którym wolno mi pojechać w konkretne miejsca, w określonym czasie. Mam nawet kartę do bankomatu i codziennie zasilenie konta. Mam dom do sprzątania i czasem gości do zabawiania – znajomych Henryka, po których wyjściu zawsze musi nastąpić jakieś: „Dlaczego”. Dlaczego patrzyłaś znacząco na Marka? Nie patrzyłam, ale wymyślam cokolwiek – że Marek miał sos pomidorowy na brodzie albo że wino mu kapnęło na krawat. Trzeba coś powiedzieć, bo jeśli nie odpowiem, to „dlaczego” będzie wisiąło w powietrzu tydzień, miesiąc.

Na trzydziestą rocznicę ślubu dostałam od męża gruby złoty łańcuch, bransoletę. Ciężkie to i brzydkie, ale wyraziłam zachwyt. Wszy-

scy obecni wyrazili zachwyt. Symboliczne kajdany, pomyślałam. Wtedy poszłam do łazienki i płakałam w ręcznik. Wyłam w ręcznik.

Każdego dnia myślę o wolności. O wyjściu z domu tak jak stoję. Zostawić telefon (bez hasła, Henryk musi mieć dostęp), markowe szmaty, złote volvo, złote pierścionki, iść przed siebie, zamieszkać w kartonie pod mostem, karmić bezdomne psy, znowu iść i nigdy się za siebie nie obejrzeć. Niech napiszą w gazetach: „Zaginęła, przepała bez wieści”. I zrobię to na pewno. Ale jeszcze nie dziś. ■

ANNA MARIA NOWAKOWSKA

– terapeutka i pisarka, autorka książki „Przeklęte” (2002) o molestowaniu seksualnym dziewczynek oraz trzech części cyklu o „Dziuni” – „Dziunia”, „Dziunia na uniwersytetach”, „Wymarzony dom Dziuni” (Wydawnictwo W.A.B.).

UMYSŁ PONAD NASTROJEM

PODRĘCZNIK TERAPEUTY

Christine A. Padesky, Dennis Greenberger

Tłumaczenie: Juliusz Okuniewski

Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Warszawa 2025, s. 544,
wydanie drugie



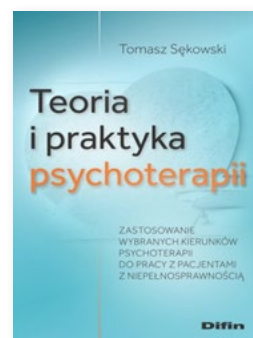
Drugie wydanie niezwykle cenionego poradnika, dzięki znaczącym zmianom w treści i nowym materiałom jest aktualnym i wszechstronnym źródłem wiedzy, które pomaga specjalistom skuteczniej wspierać swoich pacjentów. Lektura pozwala na doskonalenie swoich metod pracy terapeutycznej chociażby z tego względu, że autorzy pokazują, w jaki sposób prowadzić interwencje terapeutyczne oraz jak radzić sobie z wyzwaniami pojawiającymi się w toku terapii. Ponadto przedstawiają szczegółowe instrukcje korzystania z ćwiczeń zawartych w podręczniku pacjenta oraz pomagają dostosować go do pracy z różnymi zaburzeniami. Książka integruje praktyki oparte na dowodach z zakresu psychologii pozytywnej, dialogu motywującego oraz terapii akceptacji i zaangażowania (ACT).

TEORIA I PRAKTYKA PSYCHOTERAPII

ZASTOSOWANIE WYBRANYCH KIERUNKÓW PSYCHOTERAPII DO PRACY Z PACJENTAMI Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Tomasz Sękowski

Wydawnictwo Naukowe Difin, Warszawa 2025, s. 214



W książce przedstawione zostały szkoły psychoterapii, które skutecznie pomagały pacjentom z niepełnosprawnościami. Autor ilustruje pro-

ces psychoterapii przykładowymi interwencjami terapeuty. Osoby doświadczające problemów w funkcjonowaniu psychicznym i społecznym, dzięki lekturze książki, mogą łatwiej otworzyć się na odkrywanie, nierzadko zagubionych wartości i sensu życia. Publikacja skierowana jest do adeptów psychoterapii oraz już praktykujących w tym zawodzie, a także psychologów, pedagogów, lekarzy, nauczycieli i wszystkich zainteresowanych lepszym rozumieniem samego siebie i innych ludzi.

SUPERWIZJA W PRAKTYCE **ROZWIŃ SWOJĄ REFLEKSYJNOŚĆ**

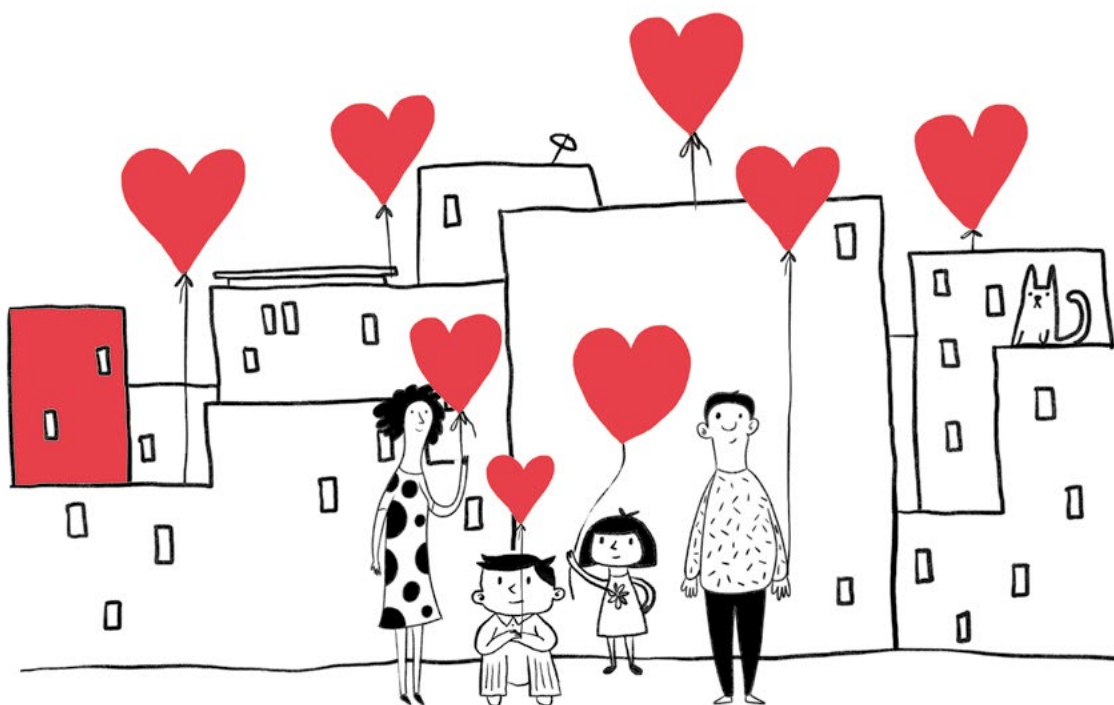
Ewa Grudzińska, Katarzyna Ziomek-Michalak
Wydawnictwo Naukowe Difin, Warszawa 2025, s. 190



Książka przybliży koncepcję superwizji jako narzędzia wspierającego rozwój refleksyjności w codziennej pracy zawodowej oraz rozwoju osobistym. Potencjał superwizji może się przysłużyć sprawniejszemu funkcjonowaniu osób nie tylko pracujących w profesjach pomocowych, jak praca socjalna czy psychoterapia, ale też w innych zawodach polegających na pracy z ludźmi. Superwizja, choć tradycyjnie kojarzona z psychologią czy terapią, znajduje coraz szersze zastosowanie w innych dziedzinach, m.in. w edukacji czy pracy socjalnej.

To przestrzeń, w której profesjonaliści mogą bezpiecznie przyjrzeć się swoim doświadczeniom, zyskać nowe perspektywy i lepiej zrozumieć własne reakcje. Dzięki superwizji można nie tylko doskonalić warsztat pracy, ale także rozwijać samoświadomość, empatię i umiejętność podejmowania świadomych decyzji.

WSPIERAJ DZIECIŃSTWO MOCY BEZ PRZEMOCY



dziecinstwobezprzemocy.pl



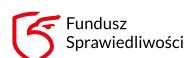
WSPÓŁORGANIZACJA:

Krajowa Koalicja
na Rzecz Ochrony Dzieci

PARTNER GŁÓWNY:



FINANSOWANIE:



Sfinansowano ze środków Funduszu Sprawiedliwości, którego dysponentem jest Minister Sprawiedliwości

PATRONAT HONOROWY: Marszałek Sejmu RP Szymon Hołownia, Marszałkini Senatu RP Małgorzata Kidawa-Błońska, Sekretarz Stanu w KPRM Katarzyna Kotuła

PARTNERZY:



PATRONAT MEDIALNY: