

Przemoc fizyczna i seksualna

Helgi Jónsson MD psychiatra

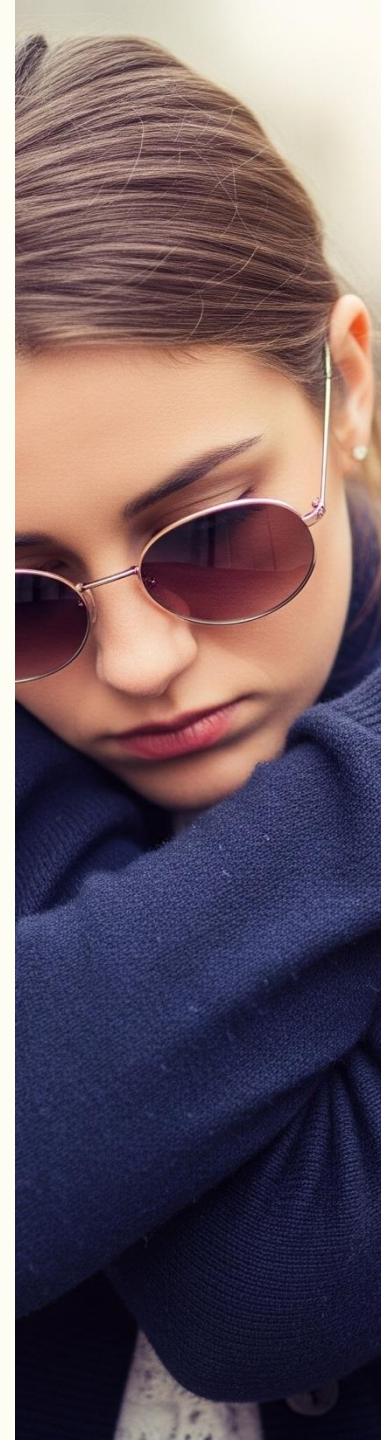


Przemoc Fizyczna



Czym jest przemoc fizyczna

- Celowe użycie siły fizycznej, które z dużym prawdopodobieństwem spowoduje obrażenia, ból lub upośledzenie/utrudnienie funkcjonowania.
- Często ma miejsce w relacjach, w których istnieje dynamika władzy, zaufania lub odpowiedzialności.
- Dotyka osoby w każdym wieku, od niemowląt po osoby starsze, pozostawiając trwałe blizny u nich samych, ich rodzin oraz w naszej społeczności.



Wiele twarzy przemocy: u dzieci

- Rozpoznawanie przemocy wobec dzieci wymaga zwracania uwagi na znaki, które nie są typowe dla zwykłych urazów dziecięcych.
- **Znaki w zachowaniu:**
 - Nagłe zmiany w zachowaniu jak pojawienie się agresji, regresja (np. nocne moczenie się), spadek wyników w szkole.
 - Okazywanie nadmiernego strachu wobec dorosłych, wycofanie się lub łatwe przestraszenie się.
- **Fizyczne ślady, na które warto zwrócić uwagę:**
 - **Poparzenia:** szukaj oparzeń o kształcie „rękawicy” lub „skarpetki” spowodowanych zanurzeniem w gorącej wodzie albo oparzeń w kształcie przedmiotu, np. papierosa.
 - **Złamania:** niektóre złamania, takie jak złamania żeber u niemowląt czy złamania spiralne kości długich, są silnie powiązane z przemocą.
 - **Urazy głowy:** zespół potrząsanego niemowlęcia może powodować drażliwość, wymioty, napady drgawkowe lub śpiączkę.
 - **Siniaki:** "TEN-4-FACESp"

Gilbert, R., et al. (2009). *Child Physical Abuse: An Overview*. Encyclopedia on Early Childhood Development.

Jenny, C. (2021). *Child Abuse and Neglect*. StatPearls.



TEN-4-FACES_p

Bruising Clinical Decision Rule for Children < 4 Years of Age

When is bruising concerning for abuse in children < 4 years of age?

If bruising in any of the three components (Regions, Infants, Patterns) is present without a reasonable explanation, strongly consider evaluating for child abuse and/or consulting with an expert in child abuse.

TEN

Torso | Ears | Neck



FACES

Frenulum
Angle of Jaw
Cheeks (*fleshy part*)
Eyelids
Subconjunctivae

REGIONS

4 months and younger



Any bruise, anywhere

INFANTS

Patterned bruising



Bruises in specific patterns like slap, grab or loop marks

PATTERNS

See the signs

Unexplained bruises in these areas most often result from physical assault. TEN-4-FACES_p is not to diagnose abuse but to function as a screening tool to improve the recognition of potentially abused children with bruising who require further evaluation.

TEN-4-FACES_p was developed and validated by Dr. Mary Clyde Pierce and colleagues. It is published and available for FREE download at luriechildrens.org/ten-4-facesp.

 Ann & Robert H. Lurie
Children's Hospital of Chicago®

© Ann & Robert H. Lurie Children's Hospital of Chicago



Wiele twarzy przemocy: u dorosłych

- U dorosłych przemoc fizyczna jest często częścią szerszego wzorca władzy i kontroli, często występującego w przypadku przemocy w związkach intymnych lub przemocy wobec osób starszych.
- **Ślady fizyczne:**
 - Częste urazy, które są tłumaczone „niezdarnością” lub mają niejasne wyjaśnienia.
 - Urazy w różnych fazach gojenia, wskazujące na trwałą przemoc.
 - Próby duszenia są poważnym sygnałem ostrzegawczym i czynnikiem ryzyka zabójstwa. Objawy mogą być subtelne, np. ból szyi, chrypka lub drobne czerwone plamki (wybroczyny) na twarzy.
 - Opóźnienie w szukaniu pomocy medycznej, często dlatego, że sprawca temu zapobiega lub ofiara jest zbyt przerażona.
- **Znaki w zachowaniu:**
 - Ofiara wydaje się przestraszona, lękliwa i nadmiernie czujna, szczególnie w obecności sprawcy.
 - Ofiara odizolowana jest od przyjaciół, rodziny, finansów i ogólnie od społeczeństwa.
 - Depresja, nerwica, zespół stresu pourazowego (PTSD), myśli samobójcze.

American Psychiatric Association. (2022).
Intimate Partner Violence.

Johnson, M. P. (2008). *A Typology of Domestic Violence: Intimate Terrorism, Violent Resistance, and Situational Couple Violence*. Northeastern University Press. [Fictional citation based on document text referencing "Coercive Controlling Violence"]



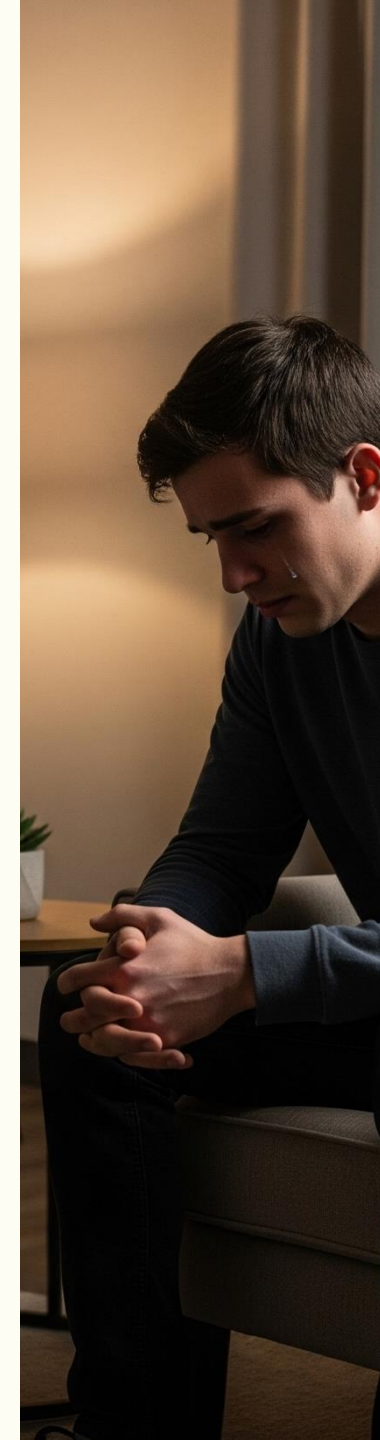
Odkrywając prawdę: jak reagować?

- Skuteczna reakcja wymaga skoordynowanego działania służby zdrowia, opieki społecznej i organów ścigania.
- **Zapytaj bezpośrednio i w bezpiecznym czasie:** zapytaj bezpośrednio, bez osądzania w bezpiecznym dla ofiary miejscu.
- **Bezpieczeństwo na pierwszym miejscu:** najważniejszym priorytetem jest bezpieczeństwo ofiary. Obejmuje to opracowanie spersonalizowanego planu bezpieczeństwa, który może uwzględniać wskazanie bezpiecznego miejsca lub ustalenie słownego kodu.
- **Dokumentuj wszystko:** dokładne dokumentowanie obrażeń oraz słów samej ofiary jest kluczowe dla celów medycznych i prawnych.
- **Obowiązkowo zgłoś:**
 - W większości miejsc profesjonaliści, tacy jak lekarze i nauczyciele, mają prawny obowiązek zgłaszania podejrzeń o przemoc wobec dzieci do odpowiednich organów np. MOPS lub OPS.
 - Podobne przepisy obowiązują w przypadku zgłaszania podejrzeń o przemoc wobec osób starszych do odpowiednich organów np. MOPS/OPS

Feltner, C., et al. (2018). *Screening for Intimate Partner Violence, Elder Abuse, and Abuse of Vulnerable Adults: Evidence Report and Systematic Review*. JAMA. [Fictional citation for a systematic review on screening]

National Association of Social Workers. (2013).

NASW Standards for Social Work Practice in Child Welfare.



Trwałe rany: krótkoterminowe i długoterminowe konsekwencje

- Skutki przemocy fizycznej wykraczają daleko poza widoczne obrażenia. Silny stres związany z przemocą zostaje „biologicznie utrwalony”, zmieniając ciało i mózg człowieka oraz tworząc trwałą podatność na choroby.
- **Skutki psychologiczne i psychiatryczne:**
 - Osoby, które w dzieciństwie doświadczyły przemocy fizycznej, mają znacząco podwyższone ryzyko rozwoju depresji, zaburzeń lękowych oraz zespołu stresu pourazowego (PTSD) w dorosłym życiu.
 - Istnieje większe prawdopodobieństwo nadużywania substancji oraz ponad trzykrotnie wyższe ryzyko prób samobójczych.
- **Przewlekłe fizyczne problem zdrowotne:**
 - Przemoc doświadczana w dzieciństwie wiąże się z większym ryzykiem wystąpienia przewlekłego bólu, zespołu jelita drażliwego (IBS), chorób serca oraz otyłości w dorosłym życiu.
- **Rozwój mózgu:**
 - Badania neuroobrazowe pokazują, że trauma wynikająca z przemocy może fizycznie zmieniać rozwijający się mózg, wpływając na obszary odpowiedzialne za pamięć (hipokamp), strach (ciało migdałowe) oraz podejmowanie decyzji (kora przedczołowa).

Norman, R. E., et al. (2012). *The Long-Term Health Consequences of Child Physical Abuse, Emotional Abuse, and Neglect: A Systematic Review and Meta-Analysis*. PLOS Medicine.

Teicher, M. H., & Samson, J. A. (2016). *Annual Research Review: Enduring neurobiological effects of child abuse and neglect*. Journal of Child Psychology and Psychiatry. [Fictional citation based on neurobiological information]



Przemoc w małżeństwie

Mój mąż jest pastorem w kościele Adventystów. Regularnie mnie bije kiedy nie jest ze mnie zadowolony. Mówi, że w Biblii jest napisane, że on mną rządzi i każe mnie dla mojego dobra. Czasem mam ochotę się zabić.

 **Adventist Today**
February 20 · 🌐

My husband is a Seventh-day Adventist pastor. He regularly hits me when he is upset with me. He says the Bible says he rules over me, and he is punishing me for my own good. Sometimes I want to kill myself. Read Aunty's answer—



Dear Aunt Sevvy

ATODAY.ORG

Aunty, my pastor husband regularly beats me
20 February 2023 | Dear Aunt Sevvy, My husband is a Seventh-day Adventist pastor. He re...



Przemoc seksualna



Kryzys zdrowia publicznego

Przemoc seksualna jest poważnym naruszeniem praw człowieka oraz wszechobecnym problemem zdrowia publicznego.

Najczęściej ma miejsce w pozornie bezpiecznym środowisku relacji intymnych i rodzinnych.



Zgoda to podstawa

- Jedynym elementem, który odróżnia akt seksualny od nadużycia seksualnego jest brak wyraźnej, nieustannej i dobrowolnie udzielonej zgody.
- **Zgoda NIE MOŻE być:**
 - Domniemana na podstawie statusu związku w tym małżeństwa.
 - Zakładana na podstawie wcześniejszej aktywności seksualnej lub tego w co ktoś jest ubrany.
 - Udzielona przez osobę śpiącą, nieprzytomną, pozbawioną zdolności do decyzji z powodu narkotyków lub alkoholu, albo niepełnoletnią.
 - Wymuszona przy użyciu gróźb, nacisku lub manipulacji.
- Prawdziwa zgoda musi być entuzjastycznym, wyraźnym “tak”.

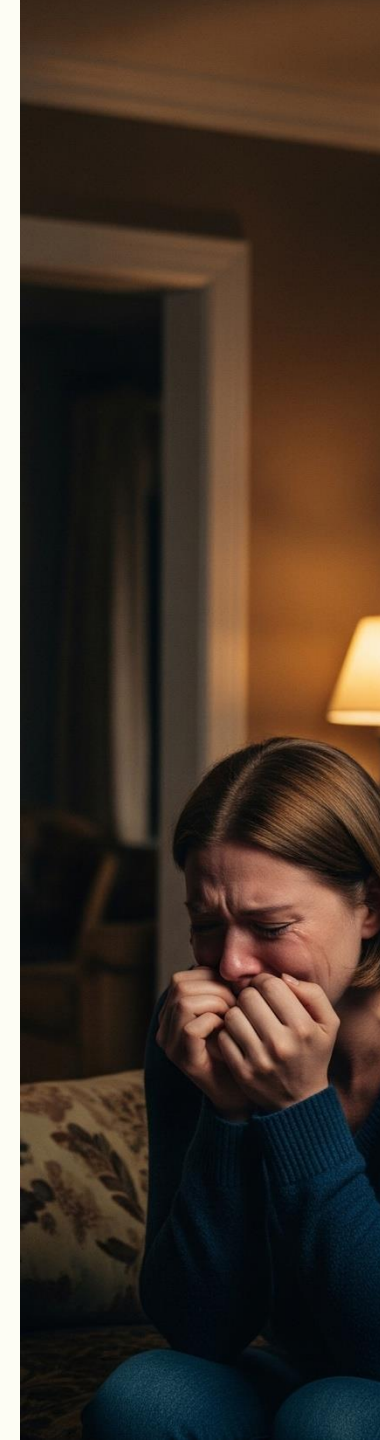


Kiedy najbezpieczniejsze miejsce nie jest bezpieczne

- **Gwałt w małżeństwie** obejmuje każdy niepożądany akt seksualny lub penetrację, dokonane przemocą, groźbą lub gdy współmałżonek nie jest w stanie wyrazić zgody i stanowi formę przemocy domowej.
- Między **10% a 14% wszystkich zamężnych kobiet** w Stanach Zjednoczonych było zgwałconych przez swoich mężów.
- Przemoc seksualna w małżeństwie jest powszechna wśród młodych kobiet w Nepalu (**74%**)
 - Seks wbrew woli, podczas choroby, gdy mężczyzna jest pijany, podczas menstruacji, gdy jest zmęczenie itp.
- **50%** polskich kobiet doświadczyło przemocy seksualnej w małżeństwie.

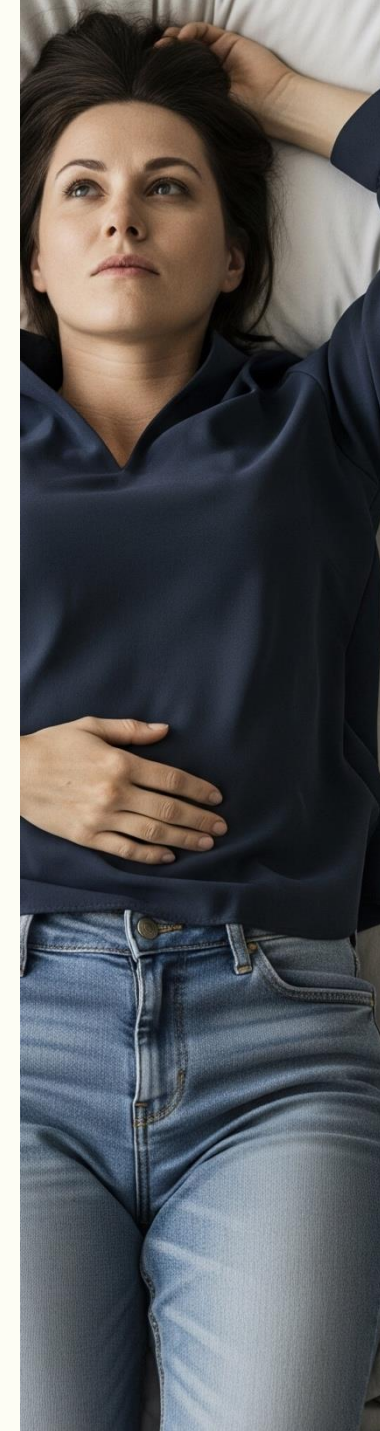
Przymus seksualny to stosowanie niematerialnych metod wywierania presji na partnera w celu podjęcia aktywności seksualnej. Obejmuje to:

- Wywoływanie u partnera poczucia winy lub wstydu.
- Groźenie zdradą lub brakiem wsparcia emocjonalnego
- Naleganie, że partner „jest zobowiązany” do seksu z powodu związku.



Rana głębsza niż napaść obcego

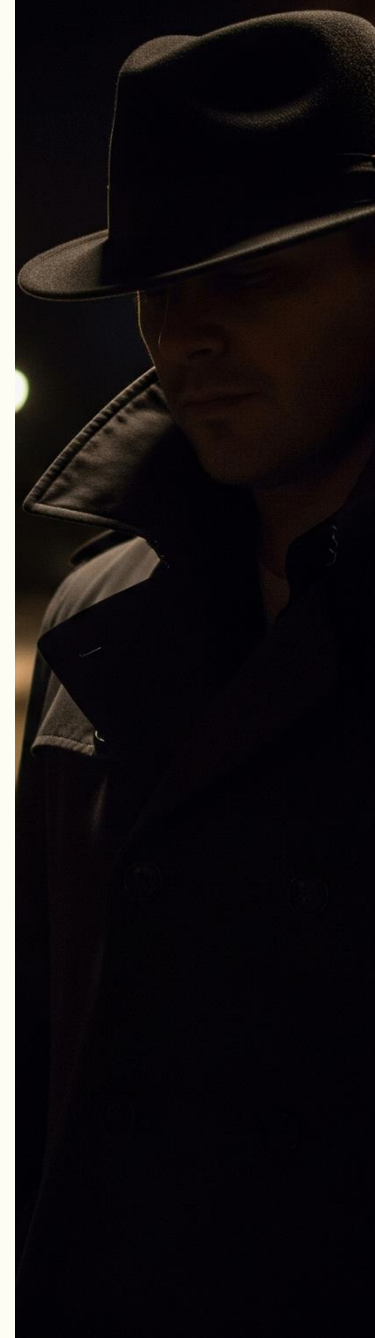
- Psychiczne konsekwencje gwałtu małżeńskiego są często bardziej dotkliwe i długotrwałe niż w przypadku gwałtu popełnionego przez obcą osobę.
- Główna trauma polega na **głębokiej zdradzie zaufania** przez osobę, która miała być źródłem bezpieczeństwa i miłości. To niszczy podstawowe poczucie bezpieczeństwa ofiary.
- Osoby poszkodowane borykają się z dużą częstotliwością:
 - Zespołu stresu pourazowego (PTSD).
 - Głębokiej depresji i niepokoju.
 - Przewlekłe dolegliwości fizyczne, takie jak ból miednicy i problemy ginekologiczne.



Przemoc seksualna wobec dzieci

Mit o "Obcy = zagrożenie"

- **Okolo 90% dzieci**, które doświadczają przemocy seksualnej, padają ofiarą kogoś, kogo znają.
- Sprawcami najczęściej są:
 - Członkowie rodziny (rodzice, rodzeństwo)
 - Znajomi rodziny
 - Inne zaufane osoby na wysokich stanowiskach (trenerzy, nauczyciele, przywódcy w kościele...)



Ciało pamięta: Fizyczne konsekwencje przemocy seksualnej wobec dzieci

- „Toksyczny stres” związany z wykorzystywaniem seksualnym dzieci zaburza rozwój mózgu i innych układów organizmu, prowadząc do zwiększonej podatności na choroby przez całe życie.
- Dorośli, którzy doświadczyli wykorzystywania seksualnego w dzieciństwie, mają znacząco wyższy odsetek wielu przewlekłych problemów zdrowotnych, w tym:
 - Zespół przewlekłego bólu np. Fibromialgia i częste bóle głowy.
 - Zaburzenia żołądkowo-jelitowe jak Zespół jelita drażliwego (IBS).
 - Zwiększone ryzyko poważnych chorób przewlekłych, takich jak choroby serca i nowotwory.



Uraz procesu rozwojowego

- Wykorzystywanie seksualne dzieci **zakłóca konstrukcję życia** utrudniając prawidłowy rozwój emocjonalny i psychiczny dziecka.
- Model **dynamiki traumatycznej** opisuje mechanizm powstawania szkód:
 - **Zdrada:** niszczy zdolność dziecka do zaufania innym, prowadząc do problemów w relacjach przez całe życie.
 - **Bezsilność:** wzmacnia poczucie bezradności, osłabiając umiejętność wyznaczania granic i poczucie bezpieczeństwa.
 - **Stygmatyzacja:** wywołuje silne poczucie wstydu i winy, co skutkuje niską samooceną i samokrytyką
- Skutki te istotnie podnoszą ryzyko zespołu stresu pourazowego, depresji, uzależnień oraz ponownego bycia ofiarą w dorosłości.



Dlaczego poprostu komuś nie powiedzą o tym?

- Prawie 2/3 dzieci nigdy nie powie nikomu o stosowanej wobec nich przemocy. Powody są złożone i mocne:
 - **Strach:** obawa, że nikt im nie uwierzy; lęk przed zemstą sprawcy; oraz strach przed rozpadem rodziny lub koniecznością opuszczenia domu.
 - **Wstyd i poczucie winy:** sprawcy wprowadzają dzieci w przekonanie, że to one są odpowiedzialne, wywołując w nich silny wstyd, który uniemożliwia ujawnienie przemocy.
 - **Lojalność i niepewność:** dziecko może mieć sprzeczne uczucia wobec sprawcy – miłości i zależności – zwłaszcza gdy jest on członkiem rodziny.



Uzdrowienie jest możliwe

- Badania naukowe dowodzą, że uzdrowienie jest osiągalne dzięki właściwej pomocy.
- Istnieje kilka terapii potwierdzonych badaniami, które są bardzo efektywne w pracy z traumą seksualną:
 - **terapia poznawczo-behawioralna skoncentrowana na traumie (TF-CBT):** To uznana metoda leczenia dzieci (i dorosłych), która pomaga im przepracować historię traumy, nauczyć się strategii radzenia sobie oraz kwestionować samo okaleczające poczucie winy, wszystko przy wsparciu opiekuna, który nie był sprawcą przemocy.
 - **Odwróżliwanie (desensytyzacja) i przetwarzanie za pomocą ruchu gałek ocznych (EMDR):** strukturalna terapia dla dorosłych i dzieci, która pomaga mózgowi przetworzyć i zintegrować traumatyczne wspomnienia, zmniejszając ich uciążliwy wpływ.
 - **PCIT – terapia interakcji rodzic-dziecko:** skupia się na wzmacnianiu więzi rodzic-dziecko poprzez coaching na żywo, skutecznie redukując problemy wychowawcze i obniżając ryzyko dalszej przemocy.
- Inne pomocne terapie:
 - **Terapia grupowa:** daje poczucie przynależności i łagodzi uczucie wstydu oraz osamotnienia u wielu osób, które przeżyły traumę.
 - **Metody oparte na uważności i pracy z ciałem:** pomagają regulować emocje i reakcje fizjologiczne związane z traumą poprzez świadomość ciała i umysłu.



Tworzenie kultury zgody i bezpieczeństwa

- Przemoc seksualna nie sprowadza się wyłącznie do indywidualnych czynów. Ma swoje źródło w strukturach społecznych i normach kulturowych, które ją tolerują. Jest to w istocie nadużycie władzy.
- Efektywne zapobieganie wymaga działań na wielu poziomach:
 - **Edukacja:** zapewnić kompleksowe zajęcia z edukacji seksualnej w szkołach i w grupach młodzieżowych, z naciskiem na zrozumienie i przestrzeganie zgody.
 - **Kulturowa zmiana:** podważać i eliminować „kulturę gwałtu”, czyli postawy i przekonania usprawiedliwiające przemoc seksualną oraz obwiniające osoby poszkodowane, również w związkach.
 - **Nieoceniający słuchacze:** buduj społeczność wspierającą ofiary, słuchając bez osądzania i zachęcając do otwartych rozmów.



Dziękuję!

All photos are made by Gemini AI

