

## RODZAJE PRZEMOCY

W 1993 roku Komitet ds. Przemocy Domowej Rady Europy zdefiniował pięć form przemocy.

Najbardziej rozpoznawalną formą przemocy jest **przemoc fizyczna**. Pozostawia widoczne ślady w postaci siniaków, zadrapań, stłuczeń, czy innych obrażeń ciała. Jest wynikiem uderzenia, ugryzienia, kopnięcia, bicia, użycia niebezpiecznych narzędzi. Stanowi ona bezpośrednie zagrożenie zdrowia i życia. Przemoc fizyczna jest najbardziej rozpoznawalna przez ofiarę i otoczenie, a więc teoretycznie daje największe szanse na interwencję i pomoc.

Pozostałe formy przemocy są zwykle bardziej zakamuflowane i przez to trudniejsze do zdiagnozowania przez ofiarę i otoczenie, trudniejsze także do dowiedzenia na drodze prawnej, przez co są bardziej podstępne.

Są to **przemoc seksualna**, która przybiera formę agresji seksualnej w stosunku do swojego partnera tj. zmuszania do czynności o charakterze seksualnym wbrew woli, gwałt. Przemoc seksualna obejmuje również udział osób trzecich oraz zmuszanie do prostytucji.

Najmniej widoczną i najtrudniejszą do wykrycia i udowodnienia formą przemocy jest **przemoc psychiczna**. Objawia się ona atakami słownymi, wyzwiskami, grożeniem, nękaniami, poniżaniem i upokarzaniem. To także zastraszanie, stosowanie szantażu, wywieranie presji, niszczenie przedmiotów danej osoby, przesłuchiwanie, kontrolowanie. Oprawca często posuwa się do ograniczania snu i pożywienia dla swojej ofiary i jej izolację. Skutki jakie wywiera przemoc psychiczna są równie niebezpieczne jak w przypadku przemocy fizycznej. Również mogą prowadzić do utraty zdrowia i życia. Osoby doświadczające przemocy psychicznej często nie do końca mają świadomość, że jest to przemoc i podlega karze utraty wolności. Najczęściej przyjaciele i rodzina ofiar zgłaszają problem, a w drugiej kolejności do specjalistów trafia ofiara.

Pochodnymi przemocy psychicznej jest przemoc strukturalna (instytucjonalna) i ekonomiczna. **Przemocą strukturalną** jest umniejszanie i nierówne traktowanie ofiary w sytuacjach publicznych czy zawodowych np. zakazywanie podjęcia pracy, czy założenia konta bankowego, dyskryminowanie w pracy itp. **Przemoc ekonomiczna** przejawia się w uzależnianiu ofiary od sprawcy poprzez zabieranie wynagrodzenia, odmawianie pieniędzy na prowadzenia domu, zmuszanie do podpisywania zobowiązań finansowych.

Psychologowie wyróżniają dwa rodzaje przemocy w zależności od charakteru sprawcy, podłoża psychicznego jego czynów. Jeżeli przemoc jest głośna, gwałtowana nazywana jest ona **przemocą gorącą**. U jej podstaw leży furia rodząca się z frustracji i niemocy. Furia jest wynikiem skumulowanych i niemożliwych do powstrzymania uczuć gniewu i wściekłości, co prowadzi do utraty kontroli emocjonalnej i kontroli nad zachowaniem. Przemoc ta jest naładowana agresją, złością i gniewem. Zazwyczaj jest gwałtowna i krótkotrwała. Przejawia się poprzez grożenie pobiciem, pobicie, zamykanie w pomieszczeniu, duszenie, rzucanie w ofiarę przedmiotami, zmuszanie do stosunku seksualnego, użyciem niebezpiecznych narzędzi np. noża.

Całkowicie inaczej przejawia się **przemoc zimna**. Jest ona cicha, ukryta, wyrafinowana i długotrwała. Sprawca w tym przypadku realizuje scenariusz przemocy, który jest zapisanym i utrwalonym wzorem postępowania, którego najprawdopodobniej nauczył się poprzez własne doświadczenie. Zimna przemoc przejawia się w agresji słownej i obraźliwych gestach, grożeniu, wyzywaniu, zakazach i nakazach, wymuszeniach. Jest to o wiele gorszy typ przemocy, ponieważ trudniej jest ją udowodnić.

Bez względu na rodzaj przemocy, jaką się doświadcza, czy jest się świadkiem zawsze należy być wyczulonym na sytuację innych ludzi i reagować, by swą biernością nie dawać przyzwolenia na świadome zadawanie cierpienia.