

Ofiary przemocy

Ofiarami przemocy w rodzinie są najczęściej kobiety (58%) oraz dzieci do lat 13 (24%). Natomiast sprawcami przemocy są głównie mężczyźni (96%), będący często pod wpływem alkoholu.

Koncepcje psychologiczne wyjaśniające zjawisko przemocy i zachowanie ofiar:

Syndrom Wyuczonej Bezradności

Próbując wyjaśnić bierność osób pozostających przez wiele lat w sytuacji przemocy, można odwołać się do teorii wyuczonej bezradności. Leonora Walker psycholog, badała przez wiele lat zachowania kobiet doznających przemocy w rodzinie. Zauważyła, że na początku pojawiania się aktów przemocy, kobiety podejmowały różne działania mające wpłynąć na zmianę sytuacji ("od prośby do groźby"). Dopiero, gdy kobiety nabierały przekonania o nieskuteczności swoich posunięć, rodziło się w nich poczucie bezradności.

Wyuczona bezradność jest poddaniem się, zaprzestaniem działania, które wynika z przekonania, że cokolwiek się zrobi, nie będzie to miało żadnego znaczenia, gdyż zawsze znajdzie się powód do zachowań agresywnych.

Wyuczona bezradność jest najczęstszym objawem u osób doznających przemocy. Bardzo często rozwija się na bazie życiowych doświadczeń. Walker, na podstawie wieloletnich badań, ustaliła listę czynników wysokiego ryzyka rozwoju wyuczonej bezradności, do których zaliczyła:

Doświadczenia z dzieciństwa:

- przemoc fizyczna;
- napaść seksualna lub molestowanie;
- sytuacje traumatyczne (śmierć lub rozwód rodziców, alkoholizm, choroba bliskich itp.);
- kłopoty w nauce;
- problemy zdrowotne.

Doświadczenia wyniesione ze związków w życiu dorosłym:

- przemoc (istotny jest czas trwania, rodzaj i częstość przemocy);
- patologiczna zazdrość;
- gwałt, przymuszanie do nieakceptowanych form współżycia;
- groźby pozbawienia życia.

Nakładanie się na siebie niekorzystnych doświadczeń odgrywa istotną rolę w powstaniu i ujawnianiu się syndromu wyuczonej bezradności. Skutki wyuczonej bezradności, łagodzi stopniowe odzyskiwanie przez osobę doznającą przemocy kontroli nad swoją osobą i swoim życiem.

Zjawisko "Prania Mózgu"

Techniki "prania mózgu" znane były już za czasów Platona. Obecnie zjawisko to występuje w wielu dziedzinach życia społecznego: w polityce, w reklamie, w szkoleniach wojskowych, w działalności sekt religijnych, a także w życiu rodzinnym. W naukach psychologicznych i socjologicznych, termin "pranie mózgu" pojawił się w latach pięćdziesiątych naszego stulecia.

Najczęściej rozumie się go jako:

Szereg zabiegów, które celowo są stosowane przez grupę (np. ośrodki kierownicze państw, organizacje społeczne i wychowawcze, organizacje polityczne itp.) lub jednostkę, by zmienić czyjeś przekonania, nastawienia, światopogląd (wymuszo- na indoktrynacja);

Szereg zabiegów stosowanych w celu zmiany osobowości (uczuć, potrzeb, postaw), aby osoba manipulowana działała zgodnie z oczekiwaniami manipulatora. [...]

Badania nad przemocą w rodzinie pozwoliły wyodrębnić najbardziej typowe zachowania sprawców przemocy, stosujących technikę "prania mózgu" do których zalicza się: izolację, monopolizację uwagi, doprowadzenie do wyczerpania, wywoływanie lęku i depresji, naprzemiennosc kary i nagrody, demonstrowanie wszechmocy i wszechwładzy, wymuszanie drobnych przysług. [...]

KONSEKWENCJE "PRANIA MÓZGU":

1. Degradacja własnego obrazu - zabiegi te powodują, że osoby doznające przemocy, zmniejszają swoją aktywność, wycofują się z działania i unikają podejmowania trudnych zadań. Uważają, że są głupie i mało zdolne. Łatwo ulegają sugestiom i manipulacjom. Zmieniają swoje poglądy, przyzwyczajenia, by dostosować się do życzeń sprawcy.
2. Przeżywanie silnego poczucia lęku i zagrożenia - ofiary mają duże poczucie winy, wstydu i lęku. Od sprawcy oczekują jedynie kary, ponieważ wiedzą, że są pełne wad, a wszystko co robią jest niewłaściwe. Przeżywanie silnego poczucia winy kieruje złość i agresywność w stronę własnej osoby, to z kolei powoduje, że sprawca może czuć się bezkarnie.
3. Wyzwalanie silnych stanów regresji - regresja jest mechanizmem obronnym, polegającym na nawrotach do zachowań i sposobów działania z wcześniejszych okresów życia. Stosowanie techniki "prania mózgu", prowadzi do wielu regresywnych zmian w osobowości ofiar. Skutkiem tego jest ich bezradność, zanik krytycznego myślenia, powrót do myślenia życzeniowego, czasami zanik uczuć wyższych. Procesy "prania mózgu" powodują całkowite podporządkowanie, utratę poczucia własnej wartości i własnych przekonań oraz bezkrytyczne przyjmowanie rzeczywistości, wykreowanej przez sprawcę.

Dlaczego kobiety nie szukają pomocy?

Warto zastanowić się, dlaczego osoby, w tym głównie kobiety, doznające przemocy w rodzinie, nie szukają pomocy.

Odpowiedzi dotyczą wielu aspektów:

Nie, bo odczuwają lęk przed zemstą ze strony partnera.

Kobieta może być zastraszona przez partnera, który grozi jej śmiercią lub śmiercią jej dzieci, jeśli prawda o przemocy wyjdzie na jaw.

Nie, bo odczuwają wstyd i upokorzenie.

Kobieta może być przekonana, że przemoc dotyczy tylko jej osoby, inni zaś nie mają takich kłopotów. Kobieta czuje się winna, może myśleć, że gdyby była lepsza, ataki agresji nie występowałyby. Kobieta może myśleć, że nie zasługuje na żadną pomoc. Kobieta ma przekonanie, że zasłużyła na swój los.

Nie, bo są zależne finansowo od partnera.

Kobieta jest uzależniona od partnera, który jest jedynym żywicielem rodziny.

Kobieta może być przekonana, że nie będzie w stanie sama utrzymywać dzieci.

Nie, bo posiadają błędne przekonania.

Kobieta wierzy, że w każdym małżeństwie istnieje przemoc.

Kobieta wierzy, że skutki przemocy są zbyt małe, by komukolwiek o tym mówić.

Kobieta ma nadzieję, że przemoc była incydentalna, a sam partner zmieni się na lepsze.

Kobieta uważa, że przemoc jest sprawą rodzinną i nie można liczyć na pomoc z zewnątrz.

Nie, bo utraciły wiarę w pomoc.

Kobieta mogła szukać pomocy, ale okazała się ona mało skuteczna.

Nie, bo nie chcą złamać tradycji kulturowo-religijnych.

Kobieta chce utrzymać małżeństwo nawet za cenę cierpienia, ze względu na wartości religijne lub tradycje kulturowe.

Źródło: wybrane fragmenty Poradnika dla konsultantów "Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie" wydanego przez Instytut Psychologii Zdrowia, Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia".