Przemoc ma wiele twarzy - może dotykać każdego

# Rodzaje przemocy:

1. **Przemoc psychiczna:**

przymus, groźby, obrażanie, wyzywanie, ocenianie, krytykowanie, straszenie, szantażowanie, krzyczenie, wyśmiewanie, lekceważenie.

1. **Przemoc fizyczna:**

szarpanie, kopanie, popychanie, policzkowanie, przypalanie papierosem, bicie ręką przy użyciu przedmiotów, klaps.

1. **Przemoc seksualna:**

gwałt, wymuszanie pożycia seksualnego, wymuszanie nieakceptowanych zachowań seksualnych.

1. **Przemoc ekonomiczna:**

unikanie płacenia alimentów, zakazywanie członkowi rodziny pracy lub edukacji w celu zdobycia zatrudnienia, przywłaszczanie do swoich celów wspólnych środków na utrzymanie rodziny.

1. **Zaniedbanie:**

głodzenie, niedostarczanie odpowiedniej ilości jedzenia, nieodpowiednia higiena lub jej brak, niezgłaszanie się z dzieckiem do lekarza (gdy tego wymaga), brak leczenia mimo zaleceń lekarzy, niedopilnowanie w kwestii edukacji, brak przejawiania zainteresowania, w jaki sposób dziecko spędza wolny czas, jakie ma zainteresowania, problemy oraz potrzeby

1. **Alienacja rodzicielska:**

ograniczenie kontaktu i izolowanie dziecka od drugiego rodzica, odcinanie drugiego rodzica od informacji dotyczących dziecka, wymazywanie drugiego rodzica z życia dziecka, niszczenie zdjęć i pamiątek, przedstawianie drugiego rodzica w złym świetle, zakazywanie dziecku swobodnego mówienia i wyrażania miłości do drugiego rodzica.

# Jak rozpoznać przemoc wobec dziecka?

Występowanie pojedynczego symptomu nie zawsze mówi o tym, że dziecko doświadcza przemocy, jeśli jednak symptom powtarza się, bądź występuje ich kilka równocześnie z dużym prawdopodobieństwem możemy określić, że mamy do czynienia z krzywdzeniem dziecka.

## Zareaguj, gdy:

* Dziecko jest często brudne, nieprzyjemnie pachnie.
* Dziecko kradnie jedzenie, pieniądze itp.
* Dziecko żebrze.
* Dziecko jest głodne.
* Dziecko nie otrzymuje potrzebnej mu opieki medycznej, szczepień, okularów itp.
* Dziecko nie ma przyborów szkolnych, odzieży, butów i innych przedmiotów codziennego użytku.
* Dziecko ma widoczne obrażenia ciała (siniaki, poparzenia, ugryzienia, złamania kości itp.),których pochodzenie trudno jest wyjaśnić. Obrażenia są w różnej fazie gojenia.
* Podawane przez dziecko wyjaśnienia dotyczące obrażeń wydają się niewiarygodne, niemożliwe, niespójne itp. Dziecko często je zmienia.
* Pojawia się niechęć przed udziałem w zajęciach ruchowych.
* Dziecko nadmiernie zakrywa ciało, niestosownie do sytuacji i pogody.
* Dziecko boi się rodzica lub opiekuna, boi się przed powrotem do domu.
* Dziecko wzdryga się, kiedy podchodzi do niego osoba dorosła.
* Dziecko cierpi na powtarzające się dolegliwości somatyczne: bóle brzucha, głowy, mdłości itp.
* Dziecko jest bierne, wycofane, uległe, przestraszone, depresyjne itp. lub zachowuje się agresywnie, buntuje się, samookalecza się itp.
* Dziecko osiąga słabsze wyniki w nauce w stosunku do swoich możliwości.
* Dziecko ucieka w świat wirtualny (gry komputerowe, Internet itp.).
* Dziecko używa środków psychoaktywnych.
* Dziecko nadmiernie szuka kontaktu z innym dorosłym (tzw. „lepkość” dziecka).
* Dziecko moczy i zanieczyszcza się bez powodu lub w konkretnych sytuacjach czy też na widok określonych osób.
* Dziecko ma otarcia naskórka, bolesność narządów płciowych i/lub odbytu.
* W pracach artystycznych, rozmowach, zachowaniu dziecka zaczynają dominować elementy/ motywy seksualne.
* Dziecko jest rozbudzone seksualnie niestosownie do wieku.
* Dziecko ucieka z domu.
* Nastąpiła nagła i wyraźna zmiana zachowania dziecka.
* Dziecko mówi o przemocy, opowiada o sytuacjach, których doświadcza.
* Inne…

## Zwróć uwagę, gdy:

* Rodzic (opiekun) podaje nieprzekonujące lub sprzeczne informacje lub odmawia wyjaśnienia przyczyn obrażeń dziecka.
* Rodzic (opiekun) odmawia, nie utrzymuje kontaktów z osobami zainteresowanymi losem dziecka.
* Rodzic (opiekun) mówi o dziecku w negatywny sposób, ciągle obwinia, poniża i strofuje dziecko (np.: używając określeń takich, jak: „idiota”, „gnojek”, „gówniarz”).
* Rodzic (opiekun) poddaje dziecko surowej dyscyplinie lub jest nadopiekuńczy lub zbyt pobłażliwy lub odrzuca dziecko. (interwencja w przypadku dziecka krzywdzonego)
* Rodzic (opiekun) nie interesuje się losem i problemami dziecka.
* Rodzic (opiekun) często nie potrafi podać miejsca, w którym aktualnie przebywa dziecko.
* Rodzic (opiekun) jest apatyczny, pogrążony w depresji.
* Rodzic (opiekun) zachowuje się agresywnie.
* Rodzic (opiekun) ma zaburzony kontakt z rzeczywistością np.: reaguje nieadekwatnie do sytuacji, wypowiada się niespójnie.
* Rodzic (opiekun) nie ma świadomości lub neguje potrzeby dziecka.
* Rodzic (opiekun) faworyzuje jedno z rodzeństwa.
* Rodzic (opiekun) przekracza dopuszczalne granice w kontakcie fizycznym z dzieckiem (na przykład podczas zabawy).
* Rodzic (opiekun) nadużywa alkoholu, narkotyków lub innych środków odurzających.
* Inne…

## Jak rozmawiać z dzieckiem krzywdzonym:

* Zadbaj o sprzyjające warunki rozmowy:
* oddzielny pokój,
* z dala od osób postronnych,
* brak pośpiechu.
* Przyjmij pozycję ciała dostosowaną do pozycji dziecka – usiądź lub przykucnij.
* Używaj języka zrozumiałego dla dziecka.
* Okazuj dziecku szacunek, akceptację i empatyczne zrozumienie.
* Bądź cierpliwy – dziecko może zaprzeczać prawdzie.
* Nie naciskaj na dziecko – wyznanie całej prawdy może łączyć się z ogromnym lękiem.
* Unikaj naprowadzania dziecka na odpowiedzi, które chciałbyś usłyszeć.
* Okaż zrozumienie, że nie łatwo jest mówić o trudnych sprawach, zwłaszcza jeśli dotyczą rodziny.
* Pochwal za odwagę podjęcia rozmowy tj. nie za treść rozmowy, lecz za to, że mówi.
* Bądź świadomy oznak zaniepokojenia dziecka o los rodziców – nie wypowiadaj przy nim negatywnych opinii o rodzicach.
* Nazwij przemoc – przemocą i pokaż dziecku, że nie jest winne tego, co zrobił dorosły.
* Wesprzyj dziecko – utwierdź w przekonaniu, że nie tylko je to spotkało, że wiele dzieci przeżywa podobne problemy.
* Wyjaśnij dziecku w przystępny sposób, co zamierzasz dalej robić.

## Pamiętaj, jak trudna jest sytuacja dziecka ze względu na:

* wstyd,
* poczucie winy,
* strach przed ponownym skrzywdzeniem,
* tajemnicę,
* lojalność wobec sprawcy przemocy.

# Ważne adresy i telefony:

Celem pomocy dla rodzin, w których występuje zjawisko przemocy, Prezydent Miasta Łodzi powołałZespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie. Zadaniem wspomnianego Zespołujest koordynowanie systemu przeciwdziałania przemocy domowej na szczeblu samorządu terytorialnego.

W każdym Wydziale Pracy Środowiskowej Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzipowołano stanowiska ds. przeciwdziałania przemocy w rodzinie, do których także możesz zgłosićsię o pomoc w godzinach działania urzędu:

* **I Wydział Pracy Środowiskowej ul. Kutrzeby 16 – tel. 42 207 14 57,** adres e-mail: zi1@mops.lodz.pl
* **II Wydział Pracy Środowiskowej ul. Grota-Roweckiego 30** – tel. 42 677 15 53 wew. 20,adres mail: zi2@mops.lodz.pl
* **III Wydział Pracy Środowiskowej ul. Będzińska 5** – tel. 42 684 44 81 wew. 30 lub 35, adres e-mail: zi3@mops.lodz.pl

# Pozostałe pomocne numery telefonu dla osób dotkniętych przemocą:

* Miejski numer telefonu dla ofiar przemocy przy Ośrodku Interwencji Kryzysowej - 800 112 800(bezpłatna i anonimowa linia dostępna 24 godziny na dobę i przez siedem dni w tygodniu);
* Telefon Zaufania - 19 288 (linia dostępna od poniedziałku do piątku w godz. 20:00 - 08:00;w soboty, niedziele i święta - całodobowo);
* Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” – tel. 800 120 002(linia dostępna 24 godziny na dobę i przez siedem dni w tygodniu) oraz e-mail: niebieskalinia@niebieskalinia.info;
* Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” Instytutu PsychologiiZdrowia – tel. (22) 668 70 00 oraz 116 123 (linia dostępna 24 godziny na dobę i przez siedem dni w tygodniu);
* Fundacja Feminoteka - Telefon przeciwprzemocowy dla kobiet doświadczających przemocy(w tym kobiet transseksualnych) – tel. 888 88 33 88 (telefon czynny od poniedziałku do piątkuw godz. 11 – 19);
* Centrum Praw Kobiet – tel. 800 107 777 (telefon interwencyjny czynny całą dobę; po połączeniunależy wybrać 1 i potem 3);
* Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę – Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – tel. 116 111 (linia dostępna 24 godziny na dobę i przez siedem dni w tygodniu) oraz Telefon dla rodzicówi nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocypsychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności takie jak: agresja i przemoc w szkole – tel. 800 100 100 (linia czynna od poniedziałku do piątku, w godz. 12 – 15);
* Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka – tel. 800 12 12 12 (linia dostępna 24 godzinyna dobę i przez siedem dni w tygodniu);
* Anonimowa Policyjna Linia Specjalna „Zatrzymaj Przemoc” – tel. 800 120 148 – (bezpłatna linia dostępna 24 godziny na dobę i przez siedem dni w tygodniu);
* Linia wsparcia psychologicznego Polskiego Czerwonego Krzyża – tel. (22) 230 22 07 (liniadostępna od poniedziałku do piątku w godz. 16 – 20);
* Bezpłatna aplikacja mobilna „Twój parasol”.

# Instytucje i organizacje, do których można się zwrócić o pomoc:

* **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi, ul. Kilińskiego 102/102a** – pomaga w sprawach socjalnych, bytowych i prawnych, może też udzielić wsparcia psychologa i pedagoga.
* **Ośrodek Interwencji Kryzysowej**, ul. Niciarniana 41 – bezpłatna pomoc psychologiczna dlaosób, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej. W ramach pomocy udzielanej przez telefon(tel. 42 630 11 02) są świadczone następujące rodzaje usług:
* przekazywanie informacji oraz elementów edukacji;
* wsparcie;
* obniżenie napięcia, lęku i innych przykrych stanów emocjonalnych;
* krótkie interwencje kryzysowe.

Głównym celem interwencji jest przywrócenie człowiekowi zdolności do skutecznego zmagania sięz problemami, a jeśli to niezbędne - wskazanie, gdzie może uzyskać dalszą pomoc psychologiczną.

Pomoc udzielana przez telefon nie służy natomiast systematycznej psychoterapii czy też do celów diagnostycznych.

Dla osób doświadczających głębokiego kryzysu istnieje także możliwość bezpośredniego kontaktuz terapeutami Ośrodka Interwencji Kryzysowej.

* **Centrum Interwencji Kryzysowej, ul. Kilińskiego 36** – placówka powstaje obecnie w kamienicy poddawanej rewitalizacji. Będzie funkcjonowała na zlecenie Miasta Łodzi i pod nadzoremMiejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzi i będzie dostępna dla mieszkańców od 2024 r.
* **Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie, ul. Franciszkańska 85** —placówka całodobowa, dysponująca miejscami noclegowymi dla osób dotkniętych przemocą(bez skierowania i bez względu na dochód); oferuje bezpłatną, kompleksową pomoc schroniskową, terapeutyczną, pedagogiczną, socjalną, medyczną i prawną.
* **Prokuratura Okręgowa w Łodzi, ul. Kilińskiego 152** – można tam złożyć zawiadomienieo przestępstwie i poprosić o udzielenie podstawowej informacji prawnej.
* **Komisariaty Policji Komendy Miejskiej Policji w Łodzi:**
* I KMP, ul. Sienkiewicza 28/30;
* II KMP, ul. Ciesielska 27;
* III KMP, ul. Armii Krajowej 33;
* IV KMP, ul. Kopernika 29/31;
* V KMP, ul. Organizacji WiN 60;
* VI KMP, ul. Wysoka 45;
* VII KMP, ul. 3 Maja 43;
* VIII KMP, ul. Wólczańska 250.
* **Sąd :**
* Sąd Rejonowy dla Łodzi-Śródmieścia w Łodzi, VII i VIII Wydział Rodzinny i Nieletnich, al. Kościuszki 107/109;
* Sąd Rejonowy dla Łodzi-Widzewa w Łodzi, V Wydział Rodzinny i Nieletnich, ul. Kopcińskiego 56.

W sądach można złożyć pozew w sprawach rodzinnych lub wniosek dotyczący spraw opiekuńczych wobec dzieci.

* **Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Łodzi:**
* Łódź-Bałuty, Łódź-Śródmieście, Łódź-Widzew - ul. Zachodnia 47, pokój: 113,I piętro;
* Łódź-Polesie, Łódź-Górna - ul. Krzemieniecka 2b, pokój: 114, I piętro.

Jeżeli przemocy towarzyszy picie alkoholu, można zwrócić się do Komisji z wnioskiem o skierowaniesprawcy przemocy na leczenie odwykowe lub uzyskać inną pomoc związaną z nadużywaniemprzez niego alkoholu.