



## Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

### Cykl i fazy przemocy

Przemoc w rodzinie nie jest jednostajna, występuje fazowo. Od narastającego napięcia emocjonalnego i agresji słownej po przemoc fizyczną. Często po niej następuje tzw. „miodowy miesiąc” okres względnego spokoju. Po tej fazie zwykle cykl rozpoczyna się na nowo.



**Faza narastania napięcia** – stanowi początek cyklu. W niej następuje wzrost napięcia. Przyczyny napięcia mogą tkwić poza rodziną. Czasami są to błahostki przyczyniające się do powstawania agresji.

**Faza ostrej przemocy** – to wybuch agresji sprawcy, który zamienia się w bijącego kata. W tej fazie ofiary najczęściej decydują się na wzywanie pomocy, złożenie skargi.

**Faza miodowego miesiąca** – to faza skruchy. Sprawca przeprosza, obiecuje poprawę, próbuje załagodzić sytuację, staje się uczynny i miły. Chce przekonać ofiarę, że jego zachowanie się nigdy nie powtórzy. Ofiara daje wiarę tym słowom i odwołuje zeznania. Jednak po jakimś czasie wszystko zaczyna się od nowa.

Przemoc z biegiem czasu nasila się, a akty przemocy, których dopuszcza się sprawca zwykle zaczynają się od uszczypliwej uwagi, lekkiego popchnięcia, siarczystego przekleństwa, by po jakimś czasie przejść do ciężkiego uszkodzenia ciała, wymyślnych psychicznych tortur, trwałego okaleczenia ofiary a nawet jej zabójstwa.