

Bezpośrednio po przyjęciu zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa, policja rozpocznie zbieranie dowodów. Niezwłocznie skieruje osobę pokrzywdzoną na badania lekarskie, aby umożliwić zabezpieczenie próbek materiału genetycznego sprawcy. Twoim zadaniem może być towarzyszenie osobie pokrzywdzonej w całym tym procesie. Oględziny ciała osoby po doświadczeniu przemocy seksualnej to jeden z najlepszych dowodów w sprawie o zgwałcenie. Chodzi zarówno o badanie ginekologiczne, jak i ogólne.

Poza pierwszymi działaniami, czyli zgłoszeniem sprawy i umożliwieniem zebrania dowodów, ważne jest codzienne wspieranie osoby pokrzywdzonej w dochodzeniu do równowagi. Troska o jej stan psychiczny to priorytet. Powrót do równowagi po początkowym etapie szoku może być trudny i długotrwały. Osoba pokrzywdzona może popadać w stany odrętwienia. Mogą występować okresy pozornego spokoju, na przemian z narastającymi lękami, paniką, stanami depresyjnymi. Mogą także pojawić się myśli samobójcze. Stąd tak ważne jest wsparcie psychologiczne, do którego warto zachęcać osobę po doznaniu gwałtu. Pomocny może być także kontakt z grupami wsparcia skierowanymi do osób z takim doświadczeniem, a czasami także pomoc lekarza psychiatry.

Wspieranie osoby po doświadczeniu zgwałcenia wymaga również wiedzy, że niestabilność emocjonalna, duże trudności psychiczne są naturalną reakcją i oznaczają jedynie wewnątrzpsychiczną walkę o to, by pomieścić to doświadczenie w sobie i wpisać w przeszłość, bez utraty wiary oraz zaufania do ludzi i świata. Podstawową rolą osoby wspierającej jest to, by towarzyszyć w wychodzeniu z szoku i dezorganizacji wynikającej z pokrzywdzenia i wprowadzić w fazę stopniowego powrotu do równowagi.

Oznacza to rolę przewodnika świadomego, że procedury prawne, choć początkowo niekomfortowe, z punktu widzenia zdrowia, są niezwykle potrzebne.

Co istotne, uważnością w takim pomaganiu warto objąć także siebie i własne siły, a w razie potrzeby również korzystać ze wsparcia specjalisty.

Autorka: Justyna Rzytki-Sroka, psycholożka

 **Niebieska Linia**
INSTYTUT PSYCHOLOGII ZDROWIA

kontakt z sekretariatem:



22 824 25 01



sekretariat@niebieskalinia.pl



www.niebieskalinia.pl

adres:

ul. Widok 24 (II piętro)

Warszawa 00-023



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa

Jak mogę pomóc, gdy bliska mi osoba została zgwałcona?

Towarzyszenie osobie po doświadczeniu zgwałcenia jest trudne. Wymaga zrozumienia jej stanu emocjonalnego, a także zachowania spokoju i rozwagi, by zebrać dowody przestępstwa.



Prawna definicja gwałtu

Warto wiedzieć, że definicja gwałtu w zapisach prawa jest szersza niż w potocznym ujęciu. Jako przestępstwo zgwałcenia prawo rozumie każde umyślne działanie sprawcy (lub sprawczyni) podjęte wbrew woli drugiej strony, które ma na celu zaspokojenie jego potrzeb seksualnych – oprócz aktów penetracyjnych (także stosunków seksualnych z użyciem ust czy odbytu), będą to jakiegokolwiek inne czynności, w tym dotykanie intymnych części ciała (np. piersi kobiet).

Gdy bliska osoba opowiada o zbliżeniu seksualnym jako o zdarzeniu, na które pierwotnie wyraziła zgodę, jest w porządku. Jeżeli jednak zgoda została w jakimkolwiek momencie wycofana, a nie zostało to wzięte pod uwagę – był to gwałt. Takie rozumienie granicy pomiędzy zbliżeniem seksualnym a gwałtem pokazuje jak bardzo powszechne są to sytuacje.

Co możesz zrobić, gdy dowiadujesz się o zgwałceniu?

Jeśli informacja o zdarzeniu dociera do Ciebie tuż po jego zaistnieniu, prawdopodobnie osoba, która doświadczyła przemocy, jest w szoku. Dobrze zatem, że podjęła kontakt z kimś bliskim i zaufanym. Jeśli z Twojej strony możliwe jest towarzyszenie jej w danym momencie, możesz i chcesz to zrobić, tzn. przyjechać tam, gdzie się to zdarzyło, to tak zrób. Jeśli nie – bądź wsparciem na odległość. Pilotuj tę osobę, by zadbała o swoje bezpieczeństwo. Jeśli jest w miejscu, gdzie gwałt się wydarzył lub przebywa z kimś, kto skrzywdził ją w ten sposób – niech opuści to miejsce, oddali się od tej osoby.

Jeśli to możliwe, dobrze jest znać personalia albo chociaż imię czy pseudonim osoby, która dopuściła się przestępstwa. Warto ustalić adres lub chociaż okolicę zdarzenia.

Jako wsparcie dla tej osoby, Twoim zadaniem jest dbanie o jej bezpieczeństwo oraz zabezpieczenie potencjalnych dowodów. Gwałt, zwłaszcza gdy nastąpił z użyciem przemocy lub sprawców było kilku, może spowodować długofalowe i poważne

skutki. Tuż po zdarzeniu osoba skrzywdzona pozostaje w stanie szoku. Wtedy typowym zachowaniem jest niedowierzanie, poczucie zdezorientowania, czasem płacz, histeria i niepohamowany lęk lub też pozorny spokój, odcięcie od emocji. Ta faza może trwać od kilku dni do kilku tygodni. Wówczas podstawowymi elementami mądrego wsparcia są zatrzymanie samoobwiniania u osoby pokrzywdzonej oraz skupienie się na jej emocjach. Warto słuchać empatycznie i wspierająco. Trzeba też pamiętać, że w związku z przeżytą traumą, wspomnienia mogą być nielinearne, fragmentaryczne. Osoba, która opowiada o tym zdarzeniu, może przywiązywać wagę do mało istotnych szczegółów.

Warto skłonić tę osobę do jak najszybszego pojechania na pogotowie. Mimo silnego wstydu i poczucia winy, warto zachęcać osobę poszkodowaną do zgłoszenia przestępstwa policji.

Pamiętaj! Od zachowania przez Ciebie „zimnej krwi” zależy, czy policja będzie miała jakieś dowody przestępstwa. Pokieruj delikatnie działaniami bliskiej osoby, by nie brała prysznic. Czasem jest to trudne, gdyż często po takim doświadczeniu występuje poczucie wstydu i odczucie bycia brudną. Ważne, aby osoba pokrzywdzona zmieniła ubranie, a to, w którym była, łącznie z bielizną, niech włoży do worka foliowego. Również nie należy sprzątać miejsca zdarzenia, gdyż ślady biologiczne mogą ułatwić identyfikację sprawcy.

Z punktu widzenia wymiaru sprawiedliwości – poszukiwania gwałtciciela oraz tego, by poniósł konsekwencje – ważne jest złożenie zawiadomienia na policji lub w prokuraturze. Przestępstwo zgwałcenia jest ścigane z urzędu. Nie ma zatem znaczenia, kto złoży doniesienie – będzie ono tak samo potraktowane niezależnie od tego, czy będzie to osoba pokrzywdzona, ktoś bliski, znajomy czy pracownik instytucji lub organizacja. Osoba pokrzywdzona ma na to 15 lat, gdyż tyle wynosi okres przedawnienia. Jednak im dłużej przestępstwo nie jest zgłoszone, tym trudniej zebrać dowody. Organy ścigania, po otrzymaniu zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa zgwałcenia, powinny

automatycznie podjąć niezbędne działania, by ścigać jego sprawcę. Jest to niezależnie od woli osoby pokrzywdzonej.

Zawiadomienie o tym przestępstwie nie musi zawierać wniosku o ściganie. Oznacza to, że wola lub jej wycofanie przez osobę pokrzywdzoną nie ma znaczenia w kontekście podjęcia i prowadzenia postępowania w sprawie.

Zawiadomienie może być ustne, telefoniczne lub pisemne. Każda jednostka policji i prokuratury, nawet jeśli nie jest właściwa dla prowadzenia tej sprawy, musi je przyjąć.

W trakcie zeznań możesz towarzyszyć osobie pokrzywdzonej. Czynności przesłuchania może prowadzić osoba określonej płci, jeśli osoba pokrzywdzona wyrazi taką wolę. Dobrze też potwierdzić osobie pokrzywdzonej, że nie ma obowiązku informować osoby, która ją skrzywdziła, że sprawa została zgłoszona na policję.

Osoba pokrzywdzona może w pierwszej kolejności zgłosić się też na SOR. Lekarz dyżurny sam powiadamia wówczas policję i jego badanie będzie istotnym dowodem w sprawie. Jeśli pierwsze kroki osoba pokrzywdzona skieruje na policję lub do prokuratury, to dzięki złożonym zeznaniom zyskuje prawo do bezpłatnej terapii PEP (zabezpieczenie przeciw HIV – należy rozpocząć do 48h po zdarzeniu lub AIDS – do 72 h po zdarzeniu). Można także otrzymać skierowanie na szczegółowe badania lekarskie lub wykonać je samodzielnie. Może zostać zlecony test na wykrycie podania tabletki gwałtu (wykrywalna do 8 h we krwi, a w moczu do 12 h od podania).

