

Wsparcie dla osób doświadczających przemocy i planowanie bezpieczeństwa podczas pandemii COVID-19

Materiał dla Społeczności Lokalnych

Pomimo tego, że podczas kryzysu zdrowia publicznego związanego z koronawirusem spędzamy ze sobą mniej czasu niż zazwyczaj, wciąż możemy wesprzeć nasze przyjaciółki/przyjaciół, rodzinę oraz osoby z naszej społeczności lokalnej, które doświadczają przemocy w rodzinie lub w związku

Wiadomym jest, że zjawisko przemocy w rodzinie i związku nasila się podczas kryzysów społecznych na wielką skalę. Albo przemoc, której osoby doświadczają już wcześniej może się nasilić, albo osoby mogą jej doświadczyć po raz pierwszy. Podczas kryzysu zdrowia publicznego związanego z koronawirusem jesteśmy proszeni/proszone o utrzymywanie fizycznego dystansu od innych osób i pozostanie w domach, ale dla wielu osób doświadczających przemocy dom wcale nie jest najbezpieczniejszym miejscem.

COVID-19 może wywierać wpływ na osoby doświadczające przemocy w następujący sposób:

- Ryzyko poważnego uszkodzenia ciała oraz śmierci przy przemocy domowej wzrasta razem z trudną sytuacją finansową (włącznie z sytuacją kiedy osoba wyrządzająca krzywdę jest bezrobotna), zwiększony kontakt z osobą wyrządzającą krzywdę, ryzyko bezdomności oraz izolacja. Wszystkie te czynniki ryzyka zwiększają się podczas kryzysu związanego z COVID-19.
- Zamknięcie szkół/przedszkoli, izolacja społeczna oraz choroba mogą spowodować zwiększone zapotrzebowanie na opiekę nad dzieckiem, a brak zwyczajnych mechanizmów wsparcia sprawia, że trzeba polegać w większy sposób na osobie wyrządzającej krzywdę.
- Zamknięcie bibliotek, miejsc pracy oraz innych przestrzeni publicznych, oraz zwiększony czas spędzony w domu z osobą, która wyrządza krzywdę oznaczają, że dostęp do miejsc prywatnych gdzie można rozmawiać przez telefon lub otrzymać informację o możliwości wsparcia jest utrudniony.
- Restrykcje związane z poruszaniem się mogą znacznie ograniczyć możliwość wyjścia z domu, opuszczenia relacji oraz otrzymania wsparcia od innych.
- Wiele organizacji udzielających wsparcia funkcjonuje w sposób ograniczony, np. przez telefon, co może nie być dostępne lub skuteczne dla każdej osoby.
- Osoby doświadczające przemocy mogą się obawiać spędzenia czasu w schronisku, ze względu na możliwość zakażenia koronawirusem.

Osoby wyrządzające krzywdę mogą skorzystać z sytuacji związanej z COVID-19 aby jeszcze bardziej kontrolować i używać przemocy. Może to wyglądać w następujący sposób:

- Zastraszanie koronawirusem w celu ograniczenia czyichś kontaktów z dziećmi, rodziną oraz przyjaciół(ka)mi.
- Odmówienie dostępu do koniecznych środków, na przykład do środków dezynfekujących, lub powstrzymywanie od korzystania z pomocy medycznej w razie potrzeby.
- Wykorzystywanie sytuacji dystansowania się społecznego w celu jeszcze większego odizolowania osoby od świata, na przykład poprzez utrudnianie dostępu do internetu lub telefonu.
- Zrzucanie winy i karanie osób za rozprzestrzenianie koronawirusa (niezależnie od tego czy jest to prawda czy nie).
- Oznajmianie, że organizacje wsparcia nie udzielą pomocy, gdyż są zbyt zajęte odpowiadaniem na kryzys zdrowia publicznego.
- Oznajmianie, że organizacje wsparcia i telefony zaufania są niedostępne ponieważ 'wszystko jest zamknięte'.

Undercurrent Vic uznaje, że nasza praca odbywa się na skradzionej ziemi Narodów Wurundjeri i Bunurong Narodu Kulin. Składamy wyrazy szacunku ich Starszyźnie, obecnej i przyszłej.



Wsparcie i planowanie bezpieczeństwa

Ten dokument nie jest wyczerpujący, ani nie jest przewodnikiem do planowania bezpieczeństwa krok po kroku - wiele takich przewodników można znaleźć online! Celem tego dokumentu jest podkreślenie tego w jaki sposób wsparcie i planowanie bezpieczeństwa może wyglądać inaczej podczas kryzysu związanego z koronawirusem. Oczywiście wiele aspektów pozostaje bez zmian, na przykład stanowisko etyczne, które zakłada, że osoby doświadczające przemocy są ekspert(k)ami swojej sytuacji.

RAMY TEORETYCZNE DO PLANOWANIA BEZPIECZEŃSTWA

Planowanie bezpieczeństwa to proces polegający na **rozważaniu czynników ryzyka i bezpieczeństwa oraz mapowaniu różnych opcji** i pomysłów na zwiększenie bezpieczeństwa i zmniejszenie ryzyka w sytuacji przemocy w rodzinie/w domu.

Osoby doświadczające przemocy w rodzinie/w domu najlepiej rozumieją czynniki ryzyka oraz opcje bezpieczeństwa. Jako osoby wspierające musimy koniecznie **współpracować na zasadach partnerskich** z osobą doświadczającą przemocy aby wspólnie zaplanować jak może wyglądać zwiększone bezpieczeństwo.

W związku z tym, że jedną z głównych konsekwencji przemocy w rodzinie/w domu jest brak możliwości podejmowania decyzji na temat swojego życia, naszą rolą jest zapewnienie osobom doświadczającym przemocy **wsparcia w podejmowaniu własnych decyzji, wyzwoleniu, autonomii oraz samostanowieniu.**

Uszanuj to, że **osoby doświadczające przemocy cały czas 'pracują' nad swoim bezpieczeństwem.** Kryzys związany z COVID-19 może być przytłaczający, szczególnie w połączeniu z doświadczaniem przemocy w tym bardzo szybko zmieniającym się kontekście. Zbyt wiele pytań na temat obu tych zjawisk może być zniechęcające i może sprawić, że osoby poczują się pasywne i bezsilne wobec przemocy, a my możemy pozbawić ich możliwości wyrażenia ich własnych poglądów, zdolności oraz zachowań. Ważnym elementem planowania bezpieczeństwa jest zapytanie osób **w jaki sposób odpowiadają na przemoc i jakie już podejmują kroki.** Aby zidentyfikować strategie, których osoby już używają w celu dalszego ich rozbudowania możemy zadać następujące pytania:

'W jaki sposób odpowiadasz na przemoc w tej nowej sytuacji?' 'Co robisz, albo czego nie robisz w celu zwiększenia swojego bezpieczeństwa?'

Nasze wsparcie musi **budować na istniejących już strategiach, na których osoby doświadczające przemocy polegają** w celu zwiększenia bezpieczeństwa swojego i swoich dzieci.

Opuszczenie związku może być jedną ze strategii, ale **nie jest jedyną strategią.** Jeżeli chodzi o planowanie bezpieczeństwa nie istnieje jedno uniwersalne rozwiązanie. Priorytetem planowania bezpieczeństwa jest skupienie się na perspektywie i priorytetach osoby doświadczającej przemocy. Te perspektywy i priorytety mogą ulec zmianie **wraz z upływem czasu.** Zmieniony plan bezpieczeństwa nie oznacza porażki.

Według nas warto zawsze pamiętać następujące rzeczy: słuchaj tego co osoby doświadczające przemocy mówią, **uwierz że mówią prawdę,** odpowiadaj z empatią, podkreślaj ich mocne strony, uszanuj ich wybory i autonomię, zidentyfikuj istniejące już kroki, rozważ razem różne opcje, kontynuuj współpracę oraz uszanuj ich prywatność.

Dodatkowe uwagi dotyczące planowania: zmiany w poruszaniu się i komunikacji podczas COVID-19

Oprócz wymienionych powyżej unikalnych czynników ryzyka i skutków przemocy dla osób jej doświadczających, COVID-19 zmienił wiele aspektów poruszania się, podróżowania i metod komunikacji, a także wymaga unikalnych względów jeśli chodzi o planowanie bezpieczeństwa.

Poniższe pytania są punktami wyjścia do zastanowienia się nad niektórymi specyficznymi wyzwaniami, które mogą się teraz pojawić - nie jest to wyczerpująca lista!

Jeśli osoba, która doświadczyła przemocy może wyjść z domu, **czy są miejsca, w których nadal można się z nią osobiście spotkać** lub do których może się ona dostać w razie kryzysu? Jeśli kawiarnie, domy lub służby wsparcia nie byłyby dostępne, czy mogą to być parki, otwarte tereny, apteki, supermarkety lub ruchliwe parkingi?

Jeśli osoba, która doznaje przemocy, jest poddana kwarantannie i możesz rozmawiać z nią tylko przez telefon, czy możesz **zadawać pytania na które mogłaby odpowiedzieć „tak” lub „nie” aby nie wzbudzać podejrzeń?**

Czy to dobry moment na rozmowę?
Proszę odpowiedzieć „tak” lub „nie”

Jeśli „nie”: „Czy chcesz, żebym oddzwonił/a innym razem?”
Proszę odpowiedzieć „tak” lub „nie”

Czy jest im teraz **trudniej uzyskać prywatność** w celu bezpiecznego wykonywania i odbierania połączeń telefonicznych lub wyszukiwania informacji na temat pomocy? Czy **możesz nauczyć się umiejętności, które mogą zwiększyć bezpieczeństwo technologiczne i dzielić się nimi**, na przykład tym, jak wyczyścić historię przeglądarki, usunąć wiadomości tekstowe lub czaty na Facebooku, tworzyć bezpieczne hasła lub wyłączyć usługi lokalizacyjne? Istnieje wiele zasobów online na ten temat, takich jak <https://www.esafety.gov.au/key-issues/domestic-family-violence/video-library>

Jeśli „tak”: „Aby znaleźć dobry moment na rozmowę, proponuję alternatywne dni i godziny. Proszę odpowiedzieć „tak” lub „nie” na te dni i godziny.

Jeśli osoba, która doznała przemocy dzieli się opieką nad dziećmi lub musi zorganizować wizyty kontaktowe z osobą, która jest tej przemocy sprawcą, **w jaki sposób nakaz ograniczonego poruszania się wpłynął na istniejące ustalenia dotyczące dzieci?** Czy są dostępne ruchliwe miejsca publiczne, które mogą być odpowiednie do przekazania dzieci??

Jeśli osoba, która doznaje przemocy, nie będzie w stanie powiadomić kogoś, jeśli jest w niebezpieczeństwie, czy istnieje sposób, **aby z wyprzedzeniem zaplanować z tobą lub kimś innym, jak wszcząć alarm?** Czy możesz ustalić **zakodowane hasło lub wyrażenie?** Na przykład „zamierzam popracować w ogrodzie” może oznaczać „Potrzebuję teraz pilnej pomocy”.

Czy zastanawiałeś/zastanawiałaś się, **jakie działanie lub odzew zostaną wywołane przez uzgodnione zakodowane wiadomości?** Na przykład uzgodniona wiadomość, taka jak „Pogoda jest dziś zimowa”, może być sygnałem, który zachęca przyjaciela do dostarczenia artykułów spożywczych do domu. Jak zawsze, wszelkie wiadomości i działania aktywowane w odpowiedzi na zakodowany tekst powinny opierać się na wiedzy osoby odbierającej wiadomość o tym, co może zapewnić osobie pokrzywdzonej bezpieczeństwo a co może zwiększyć ryzyko.

W jaki sposób upewnimy się, że nasze reakcje nie zwiększają ryzyka?

Wiemy, że reagowanie na przemoc często zwiększa jej ryzyko, jednak przemoc w rodzinie/związku często nie kończy się bez tego. Jak nasze reakcje mogą być tak bezpieczne dla poszkodowanych jak to tylko jest możliwe?

Jak utrzymać **spójność lub regularność** komunikacji lub wsparcia? Jeśli wystąpią znaczące lub nagłe zmiany sytuacji, czy istnieje ryzyko, że osoba stosująca przemoc może stać się podejrzliwa lub zwiększyć nadzór?

Jak możemy ograniczyć sposoby, w jakie możemy **pośrednio lub nieumyślnie zwiększyć ryzyko** dla osoby doświadczającej przemocy? Na przykład pukanie do drzwi sąsiada/sąsiadki w celu interwencji w sytuacji przemocy domowej lub bezpośrednia konfrontacja z osobą stosującą przemoc może zwiększyć ryzyko dla osoby, która jest krzywdzona, szczególnie w czasie, gdy wiele osób ma ograniczone możliwości opuszczenia domu lub skorzystania z usług organizacji wspierających ofiary przemocy.

Czy istnieją **kreatywne sposoby działania w ramach ograniczeń** obowiązujących podczas kryzysu COVID-19, na to aby bezpiecznie dotrzeć do ofiar przemocy? Wymyśliliśmy/Wymyśliłyśmy kilka sposobów, ale to, co działa w kontekście twojej sytuacji, może być inne!

Czy **wzajemna pomoc i dzielenie się zasobami, których brakuje**, mogą być okazją do sprawdzenia czy ktoś doznał przemocy? Na przykład, co powiesz na dostarczanie żywności co tydzień? A może zaoferujesz wspólne wizyty w różnych aptekach w celu znalezienia niezbędnych środków medycznych?

Czy możesz **zbudować zaufanie i pokazać, że jesteś gotowy do rozmowy** na inne sposoby? Czy jesteś przystępny? Czy spędzasz czas na balkonie lub na podwórku? Czy uszanujesz czyjś wybór, aby nie komunikować się z tobą, jednocześnie pokazując otwartość, jeśli to się zmieni?



Dostęp do usług dla osób dotkniętych przemocą w rodzinie podczas COVID-19

Czy wiesz, które organizacje pomocowe w Twojej okolicy są nadal otwarte podczas kryzysu COVID-19? Czy wiesz, jaki rodzaj wsparcia obecnie zapewniają? Jak dostępna jest ta forma wsparcia dla osoby, która doznała przemocy? Na przykład, jeśli usługa działa teraz tylko zdalnie i przez telefon, jak możesz pomóc takiej osobie w bezpiecznym dostępie do telefonu?

Dalsze zasoby i usługi

Niektóre usługi związane z przemocą w rodzinie pozostaną otwarte podczas kryzysu zdrowia publicznego związanego przez COVID-19. W Wiktorii w Australii:

- **Safe Steps nadal zapewnia całodobowe wsparcie kryzysowe**, w tym dostęp do zakwaterowania kryzysowego. Safe Steps może również zaoferować informacje, wsparcie, porady na temat bezpieczeństwa i inną pomoc wszystkim kobietom (w tym transpłciowym) doświadczającym przemocy. Skontaktuj się z **1800 015 188 lub safesteps@safesteps.org.au**.
- **Infolinia dla osób LGBTIQ+ i ich rodzin**, które doświadczają przemocy w rodzinie/związku, jest również otwarta w środę 17–11, sobotę 15–22 i niedzielę 15–22. Kontakt **1800 542 847 lub e-mail afterhours@switchboard.org.au**.

Tutaj i na całym świecie wiele organizacji wsparcia dla ofiar przemocy w rodzinie ogranicza lub zmienia świadczone usługi podczas kryzysu zdrowia publicznego spowodowanego przez COVID-19. To oznacza, że ważniejsze niż kiedykolwiek jest zwiększenie naszych umiejętności wspierania w naszej społeczności ludzi, którzy doświadczają przemocy.

Choć w naszym podejściu do planowania bezpieczeństwa i pomocy w tej chwili może zaistnieć potrzeba zmian, nasze zaangażowanie w koncentrowanie wiedzy specjalistycznej dotyczącej osób, które doznały przemocy, jest niezachwiane. W czasach izolacji wszyscy musimy zwiększyć naszą zdolność do kreatywnego i zbiorowego myślenia o tym, jak wygląda wsparcie.

Rozszerzona lista usług wsparcia w stanie Victoria, Australia jest dostępna tutaj:
<http://www.undercurrentvic.com/support-services-and-resources-during-covid19>