

# JAK PRAWO CHRONI OSOBY DOZNAJĄCE PRZEMOCY DOMOWEJ



**Małgorzata Łojkowska**

# Czym jest przemoc domowa w świetle prawa?

Zgodnie z polskim prawem (Ustawa z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy domowej), **przemoc domowa to jednorazowe lub powtarzające się, umyślne działanie albo zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste innej osoby.**

Przemocą będą w szczególności zachowania:

- narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia,
- naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność (także seksualną),
- powodujące u niej szkody fizyczne lub psychiczne,
- wywołujące cierpienie lub krzywdę,
- ograniczające albo pozbawiające ją dostępu do środków finansowych, możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej,
- istotnie naruszające prywatność tej osoby,
- wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia.

## KTO MOŻE DOZNAWAĆ PRZEMOCY DOMOWEJ?

Osobami doznającymi przemocy – zgodnie z przepisami ustawy, mogą być osoby spokrewnione ze sobą – niezależnie od tego, czy mieszkają razem, czy też nie. Mogą być nimi także inne osoby, jeżeli razem mieszkają – czyli nie tylko osoby będące w związku, ale także współlokatorzy, współlokatorki. Przemocy domowej mogą doznawać nie tylko obecni, ale także byli partnerzy oraz małżonkowie. Doznawać jej mogą także krewni małżonka. Osobą doznającą przemocy może być też małoletni.

Formy przemocy domowej:

- **Fizyczna** – bicie, kopanie, szarpanie, popychanie, duszenie.
- **Psychiczna** – wyzywanie, ośmieszanie, upokarzanie, krytykowanie, grożenie, kontrolowanie, izolowanie.
- **Seksualna** – zmuszanie do obcowania płciowego lub innych czynności seksualnych.
- **Ekonomiczna** – zabieranie pieniędzy, nielożenie na utrzymanie osób, wobec których istnieje taki obowiązek, uniemożliwianie podjęcia pracy, kontrola wydatków.
- **Zaniedbanie** – wobec dzieci, osób starszych lub zależnych.
- **Cyberprzemoc** – wyzywanie, straszenie, poniżanie w internecie, publikowanie lub rozesyłanie zdjęć, filmów, które kogoś obrażają lub ośmieszają.

# Prawo w ochronie przed przemocą

Każda osoba ma prawo do życia bez przemocy. W Polsce obowiązują przepisy, które mają chronić osoby krzywdzone.

Obowiązujące akty prawne w obszarze przeciwdziałania przemocy domowej to m.in.:

- Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej,
- Rozporządzenie Rady Ministrów w sprawie procedury „Niebieskie Karty” oraz wzorów formularzy „Niebieska Karta”,
- Kodeks karny i Kodeks postępowania karnego,
- Kodeks rodzinny i opiekuńczy,
- Ustawa o Policji,
- Konwencja Rady Europy o zapobieganiu i zwalczaniu przemocy wobec kobiet i przemocy domowej (tzw. Konwencja stambulska).

## **PROCEDURA „NIEBIESKIE KARTY”**

Procedura „Niebieskie Karty” to formalna procedura wszczynana w celu ochrony osoby doznającej przemocy domowej.

Zobowiązany do wszczęcia procedury „Niebieskie Karty” jest:

- policjant,
- pracownik socjalny,
- asystent rodziny,
- osoba wykonująca zawód medyczny, czyli np. lekarz, pielęgniarka, ratownik medyczny, położna,
- nauczyciel,
- przedstawiciel gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych,
- pedagog, psycholog, terapeuta – z ośrodka pomocy społecznej, policji, gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, oświaty, ochrony zdrowia lub organizacji pozarządowej.

Każdy z tych specjalistów może wszcząć procedurę. Nie trzeba składać żadnego formalnego wniosku – wystarczy, że podczas rozmowy np. z lekarzem, nauczycielem czy pracownikiem socjalnym powiemy, że doznajemy przemocy, a oni zobowiązani są podjąć działania. Działania mogą zostać uruchomione także podczas interwencji policji.

Do wszczęcia procedury „Niebieskie Karty” może dojść również wtedy, kiedy nauczyciel lub pedagog szkolny podejrzewa przemoc wobec dziecka.

## ***Jak przebiega procedura?***

Specjalista, będący przedstawicielem jednej z wymienionych wyżej instytucji, rozmawia z osobą, która doznaje przemocy, dokonuje wstępnej diagnozy sytuacji, udziela tej osobie wsparcia i informacji. Jeżeli sprawa wymaga pilnej reakcji, zapewnia osobie doznającej przemocy domowej m.in. pomoc medyczną, psychologiczną, schronienie

np. w specjalistycznym ośrodku wsparcia dla osób doznających przemocy domowej, wzywa policję, podejmuje działania w celu zapewnienia jej bezpieczeństwa. Wypełnia także formularz „**Niebieska Karta – A**”, opisujący sytuację.

Osobie doznającej przemocy domowej specjalista przekazuje formularz „**Niebieska Karta – B**”, zawierający podstawowe informacje na temat form przemocy, konsekwencji jej stosowania oraz o instytucjach i organizacjach, w których można uzyskać pomoc.

Następnie specjalista, który wypełnił formularz „**Niebieska Karta – A**”, przekazuje go **Zespołowi Interdyscyplinarnemu ds. Przemocy Domowej**.

Zespół Interdyscyplinarny to zespół złożony z przedstawicieli różnych instytucji, które pomagają w sprawach dotyczących przemocy domowej. W skład zespołu wchodzi przedstawiciele jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, policji, oświaty, ochrony zdrowia, organizacji pozarządowych oraz kuratorzy sądowi. W skład zespołu mogą wchodzić także prokuratorzy oraz przedstawiciele innych podmiotów działających na rzecz przeciwdziałania przemocy.

Zespoły funkcjonują we wszystkich gminach i powoływane są przez wójtów, burmistrzów lub prezydentów miast. Zadaniem zespołu jest przeciwdziałanie przemocy domowej na terenie gminy.

Kiedy do Zespołu wpływa formularz „**Niebieska Karta – A**”, zespół powołuje **grupę diagnostyczno-pomocową**, której celem jest pomoc konkretnej rodzinie.

W skład grupy diagnostyczno-pomocowej wchodzi zawsze policjant i pracownik socjalny. Jeżeli to jest potrzebne w konkretnym przypadku, w skład grupy może wejść także asystent rodziny, nauczyciel, osoba wykonująca zawód medyczny – np. lekarz, przedstawiciel gminnej komisji rozwiązywania problemów alkoholowych, pedagog, psycholog, kurator lub przedstawiciel innej służby działającej na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej.

### ***Indywidualny plan pomocy***

Sposób, w jaki pracuje grupa diagnostyczno-pomocowa, w dużym stopniu uzależniony jest od potrzeb danej rodziny. Na początku członkowie grupy kontaktują się z osobą doznającą przemocy i zapraszają ją na spotkanie. W trakcie tego spotkania przygotowywany jest **indywidualny plan pomocy** – który może potem zmienić się, jeżeli zmienia się sytuacja. Członkowie grupy wypełniają także formularz „**Niebieska Karta – C**”, w którym odnotowywane są wszystkie działania i ustalenia dotyczące danej sprawy.

Członkowie grupy diagnostyczno-pomocowej wykonują zadania zgodnie ze swoimi kompetencjami zawodowymi.

### ***Działania wobec osoby stosującej przemoc***

Na spotkanie z przedstawicielami grupy diagnostyczno-pomocowej wzywana jest także osoba stosująca przemoc. Podczas tego spotkania przedstawiciele grupy pouczają ją, jakie konsekwencje prawne wiąże się ze stosowaniem przemocy oraz informują ją o pomocy, jaką może otrzymać np. w formie programów korekcyjno-edukacyjnych lub psychologiczno-terapeutycznych. W czasie spotkania wypełniany jest formularz „**Niebieska Karta – D**”.

## ***Nakaz opuszczenia miejsca zamieszkania, zakaz kontaktu***

Ważnym zadaniem, zarówno osoby, która rozpoczyna interwencję, jak i grupy diagnostyczno-pomocowej, do której wpłynął formularz „Niebieska Karta – A”, jest sprawdzenie, czy osoba doznająca przemocy nie znajduje się w niebezpieczeństwie.

W tym celu grupa może inicjować zastosowanie przez policję tzw. **nakazów ochrony**. Może poinformować osobę doznającą przemocy o możliwości powiadomienia policji o konieczności zastosowania takich środków, ale także może sama powiadomić o tym policję. Nakazy ochrony mogą zostać wydane również przez policję podczas interwencji w domu, w którym dochodzi do przemocy.

Na podstawie Ustawy o Policji, policjant ma możliwość – oprócz zatrzymania osoby stosującej przemoc, wydania wobec niej nakazu natychmiastowego opuszczenia mieszkania zajmowanego z osobą doznającą przemocy, zakazu zbliżania się do wspólnie zajmowanego mieszkania na określoną odległość, zakazu zbliżania się do osoby doznającej przemocy oraz kontaktowania się z nią. Policjant może także wydać zakaz zbliżania się do miejsca, w którym osoba doznająca przemocy często przebywa – np. do szkoły lub miejsca pracy.

Przesłanką do zastosowania wymienionych środków jest sytuacja zagrożenia życia lub zdrowia osoby doznającej przemocy.

Nakaz lub zakaz obowiązuje przez 14 dni. Może zostać przedłużony przez sąd cywilny na wniosek osoby doznającej przemocy. Wspomniane nakazy i zakazy mogą być zastosowane przez policję niezależnie od tego, czy wszczęta została procedura „Niebieska Karta”. Wniosek do sądu cywilnego o wydanie nakazu lub zakazu może zostać złożony niezależnie od tego, czy wcześniej policja wydała taki nakaz lub zakaz. Nakazy i zakazy orzekane są bezterminowo.

Wniosek przygotować można, wypełniając formularz dostępny na stronie <https://www.gov.pl> w zakładce „Pomoc prawna”.

**O wydanie nakazu opuszczenia mieszkania można wystąpić również wtedy, gdy osoba stosująca przemoc jest wyłącznym właścicielem mieszkania.**

## ***Programy korekcyjno-edukacyjne lub psychologiczno-terapeutyczne dla osób stosujących przemoc domową***

W ramach procedury „Niebieskie Karty” zespół interdyscyplinarny ma możliwość skierowania osoby stosującej przemoc do dwóch typów programów: korekcyjno-edukacyjnych i psychologiczno-terapeutycznych. Ich celem jest pomoc osobie stosującej przemoc w zaprzestaniu jej stosowania. Jeżeli zespół skieruje daną osobę do udziału w programie, to wzięcie udziału w nim jest obowiązkowe.

Można również motywować osobę stosującą przemoc domową do podjęcia terapii uzależnienia, wówczas program korekcyjno-edukacyjny lub psychologiczno-terapeutyczny może być wdrożony dopiero po zakończonym programie psychoterapii uzależnień.

### **Powiadomienie sądu**

Jeżeli grupa diagnostyczno-pomocowa stwierdzi, że w rodzinie doszło do popełnienia przestępstwa, inicjowane jest wszczęcie postępowania karnego. Jeżeli grupa dojdzie do wniosku, że zagrożone jest dobro dziecka – powiadamia sąd rodzinny.

### **Zakończenie procedury**

Procedura „Niebieskie Karty” zostaje zakończona, gdy przemoc ustanie lub wtedy, gdy podejmowanie działań nie jest zasadne (np. wtedy, gdy „Niebieską Kartę” wszczęto niezgodnie z przepisami ustawy o przeciwdziałaniu przemocy domowej). Decyzje o zakończeniu działań zespół musi podejmować ostrożnie i tylko wtedy, gdy ma absolutną pewność, że w rodzinie nie ma przemocy.

Po zakończeniu procedury, przez okres 9 miesięcy, muszą być prowadzone działania monitorujące. Polegają one na sprawdzaniu, czy sytuacja w rodzinie się nie zmieniła. Jeżeli służby lub przedstawiciele, realizujący zadania na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej, będą mieli podejrzenie ponownego stosowania przemocy, procedura może zostać wszczęta od nowa.

## **Prawo karne a przemoc domowa**

### **PRZEMOC JAKO PRZESTĘPSTWO**

W rodzinie dotkniętej przemocą zazwyczaj dochodzi do wielu zachowań, które prawo klasyfikuje jako przestępstwa. Podstawowym przestępstwem, które dotyczy przemocy domowej, jest **znęcanie się**, opisane w art. 207 Kodeksu karnego:

§ 1. Kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą najbliższą lub nad inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności od sprawcy, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.

§ 1a. Kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą nieporadną ze względu na jej wiek, stan psychiczny lub fizyczny, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 8.

§ 2. Jeżeli czyn określony w § 1 lub 1a połączony jest ze stosowaniem szczególnego okrucieństwa, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.

§ 3. Jeżeli następstwem czynu określonego w § 1–2 jest targnięcie się pokrzywdzonego na własne życie, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od lat 2 do 15.

Inne przestępstwa, do których może dojść w rodzinie, w której stosowana jest przemoc, to między innymi:

- groźby karalne (art. 190 k.k.),
- uporczywe nękanie, czyli stalking (art. 190 k.k.),
- zmuszenie do określonego działania (art. 191 k.k.),
- spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu (art. 156 k.k.),
- spowodowanie lekkiego lub średniego uszczerbku na zdrowiu (art. 157 k.k.),
- zgwałcenie (art. 197 k.k.),
- przemoc seksualna wobec dziecka (art. 200 k.k.),
- utrwalenie wizerunku nagiej osoby (art. 191a k.k.),
- rozpijanie małoletniego (art. 208 k.k.),
- porzucenie małoletniego (art. 210 k.k.),
- uchylanie się od obowiązku alimentacyjnego (art. 209 k.k.),
- naruszenie nietykalności cielesnej (art. 217 k.k.).

## JAK ZGŁOSIĆ PRZESTĘPSTWO?

Większość przestępstw związanych z przemocą domową, jest ścigana z urzędu – to znaczy, że policja i prokuratura muszą wszcząć postępowanie karne za każdym razem, kiedy dowiedzą się o popełnieniu przestępstwa (np. znęcanie się, zgwałcenie, przemoc seksualna wobec małoletnich), niezależnie od źródła tej informacji.

Niektóre przestępstwa ścigane są na wniosek – to znaczy, że do prowadzenia postępowania karnego potrzebny jest wniosek osoby pokrzywdzonej (np. groźby karalne, stalking).

Istnieją także przestępstwa ścigane z oskarżenia prywatnego – to takie przestępstwa, w przypadku których osoba pokrzywdzona musi samodzielnie złożyć do sądu prywatny akt oskarżenia. Wyjątkowo, jeżeli wymaga tego interes społeczny, może zrobić to prokurator. Przestępstwem prywatnoskargowym, co do zasady, jest naruszenie nietykalności cielesnej, jednak aktualnie obowiązujące wytyczne dla prokuratorów stanowią, że w sytuacjach przemocy domowej regułą powinno być objęcie tego czynu ściganiem z urzędu.

Zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa złożyć można:

- ustnie lub na piśmie,
- na policji lub w prokuraturze.

Może je złożyć nie tylko pokrzywdzony, ale także każda inna osoba, która wie o popełnieniu przestępstwa.

**W sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia, zawsze wezwij policję na interwencję!**

W zawiadomieniu zwięźle opisujemy, do czego doszło, kiedy i kto jest podejrzanym. Jeżeli to możliwe, wskazujemy także dowody. Organy ścigania nie mogą odmówić przyjęcia zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa. Muszą je przyjąć i podjąć czyn-



ności sprawdzające. Dopiero, jeżeli po ich podjęciu, okazuje się, że prowadzenie postępowania nie jest zasadne, mogą odmówić jego formalnego wszczęcia. Postanowienie o odmowie wszczęcia postępowania zostaje wydane na piśmie, a osoba lub instytucja, która zawiadomiła o popełnieniu przestępstwa, musi to pismo otrzymać. Na postanowienie o odmowie wszczęcia postępowania przysługuje zażalenie.

Jeżeli są podstawy do prowadzenia postępowania, policja i prokuratura prowadzą tzw. postępowanie przygotowawcze.

## KTO MA OBOWIĄZEK ZŁOŻYĆ ZAWIADOMIENIE?

Prawo przewiduje dwa rodzaje obowiązków złożenia zawiadomienia. Pierwszy obowiązek to **obowiązek prawny**. Taki obowiązek ciąży na instytucjach publicznych (np. na szkołach, szpitalach) – te instytucje muszą zawiadomić prokuraturę lub Policję, gdy w związku z wykonywaniem swoich zadań dowiedzą się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu.

Drugi rodzaj obowiązku to **obowiązek społeczny** – zobowiązuje on wszystkich do zawiadomienia o popełnieniu przestępstwa, ale za jego niedopełnienie nie grożą kary. **Wyjątkiem** jest kilka przestępstw wskazanych w Kodeksie karnym – m.in. zabójstwo (art. 148), ciężki uszczerbek na zdrowiu (art. 156), gwałt ze szczególnym okrucieństwem, zbiorowy lub wobec dziecka (art. 197 § 3-5) oraz seksualne wykorzystanie dziecka (art. 200). Brak zawiadomienia o tych przestępstwach, także jest przestępstwem – zagrożonym karą do 3 lat więzienia.

## CO MOŻE BYĆ DOWODEM W SPRAWIE SĄDOWEJ?

Najczęściej dowodem w sprawie dotyczącej przemocy są:

- zeznania świadków,
- nagrania audio lub wideo,
- zdjęcia,
- SMS-y, e-maile i wiadomości z komunikatorów (Messenger, WhatsApp itp.),
- rejestr połączeń telefonicznych,
- dokumentacja interwencji policyjnych,
- dokumentacja dotycząca procedury „Niebieskie Karty”,
- dowody rzeczowe,
- obdukcje, dokumentacja medyczna, zaświadczenie lekarskie,
- zaświadczenia z instytucji,
- dowody z opinii biegłych.

## ZAŚWIADCZENIE LEKARSKIE O PRZYCZYNACH I RODZAJU USZKODZEŃ CIAŁA ZWIĄZANYCH Z UŻYCIEM PRZEMOCY DOMOWEJ

Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej stanowi, że osoba doznająca przemocy ma prawo do **badania lekarskiego** w celu ustalenia przyczyn i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy oraz **wydania zaświadczenia lekarskiego** w tym przedmiocie. Oznacza to, że każdy lekarz – także rodzinny, ma prawo i obowiązek wydać pacjentce lub pacjentowi takie zaświadczenie bezpłatnie.



Wzór zaświadczenia można znaleźć w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 29 sierpnia 2023 r. w sprawie wzoru zaświadczenia lekarskiego o przyczynach i rodzaju uszkodzeń ciała związanych z użyciem przemocy domowej.

## JAK WPROWADZIĆ DOWÓD DO SPRAWY?

Dowody mogą (a nawet powinny) być wskazane w **zawiadomieniu** o popełnieniu przestępstwa. Wprowadzenie dowodu do postępowania na dalszym etapie polega na złożeniu **wniosku dowodowego**, czyli formalnej prośby, aby prokuratura lub sąd przeprowadziły określony dowód (np. przesłuchali świadka, dołączyli dokument, odtworzyli nagranie). Wniosek dowodowy można złożyć ustnie albo na piśmie, wskazując, jaki dowód chcemy wprowadzić, na jaką okoliczność i krótko uzasadniając naszą prośbę. Jeżeli dowodem jest dokument, to od razu dołączamy go do wniosku.

## UMORZENIE POSTĘPOWANIA – CO DALEJ?

Postępowanie przygotowawcze może zakończyć się **umorzeniem postępowania** lub skierowaniem **aktu oskarżenia** do sądu.

Jeśli postępowanie karne zostało umorzone, osoba pokrzywdzona może złożyć zażalenie. Zażalenie składa się do sądu – za pośrednictwem prokuratury, która wydała postanowienie. Czas na złożenie zażalenia jest krótki – to 7 dni.

## POSTĘPOWANIE SĄDOWE

Jeżeli do sądu został skierowany akt oskarżenia, rozpoczyna się etap postępowania karnego, nazywany **postępowaniem sądowym**. Sąd bada, czy zostało popełnione przestępstwo, przesłuchuje świadków, wysłuchuje argumentów obu stron – oskarżenia i obrony. Strony, które nie zgadzają się z wyrokiem wydanym przez sąd na końcu postępowania, mogą złożyć **apelację**.

## OSKARŻYCIEL POSIŁKOWY

Na etapie postępowania przygotowawczego pokrzywdzonemu przysługuje szereg uprawnień – może między innymi składać wspomniane wyżej wnioski dowodowe, korzystać ze wsparcia pełnomocnika procesowego, przeglądać akta postępowania. Te uprawnienia traci, kiedy sprawa trafia do sądu. Pokrzywdzony, który chciałby na etapie postępowania sądowego nadal korzystać z tych uprawnień, powinien wejść w rolę **oskarżyciela posiłkowego**. Oskarżyciel posiłkowy to pokrzywdzony, który przystępuje do procesu karnego jako strona, działając obok prokuratora, by dochodzić sprawiedliwości karnej wobec sprawcy przestępstwa. Pokrzywdzony, który chce dołączyć do sprawy jako oskarżyciel posiłkowy, musi złożyć oświadczenie najpóźniej do rozpoczęcia przewodu sądowego na pierwszej rozprawie głównej. Sporządzenie oświadczenia jest proste – wystarczy napisać, że w danej sprawie zamierzamy działać w charakterze oskarżyciela posiłkowego.

## NAKAZ OPUSZCZENIA MIESZKANIA, ZAKAZ KONTAKTÓW, ZAKAZ ZBLIŻANIA SIĘ W POSTĘPOWANIU KARNYM

Nakaz opuszczenia mieszkania zajmowanego wspólnie z pokrzywdzonym, zakaz zbliżania się oraz zakaz kontaktów, może zostać zastosowany także na podstawie przepi-

sów o postępowaniu karnym – w trakcie takiego postępowania. Pokrzywdzony – a na etapie postępowania sądowego, oskarżyciel posiłkowy, może składać wnioski w tej sprawie (pokrzywdzony, który nie został oskarżycielem posiłkowym, może o złożenie takiego wniosku prosić prokuratora).

Przepisy stanowią, że tytułem środka zapobiegawczego można nakazać oskarżonemu o przestępstwo popełnione z użyciem przemocy na szkodę osoby wspólnie zamieszkującej, okresowe opuszczenie lokalu zajmowanego wspólnie z pokrzywdzonym. Można także orzec zakaz zbliżania się i zakaz kontaktów. Taki środek można zastosować, jeżeli zachodzi uzasadniona obawa, że oskarżony ponownie popełni przestępstwo, zwłaszcza gdy popełnieniem takiego przestępstwa groził. Środki te stosowane są czasowo – na czas trwania postępowania.

Warto także pamiętać, że w pewnych sytuacjach wobec osób stosujących przemoc na czas trwania postępowania karnego sąd może zastosować **tymczasowe aresztowanie**.

Sąd ma możliwość zastosowania podobnych środków (nakazu opuszczenia mieszkania, zakazu zbliżania się, zakazu kontaktów) także wtedy, kiedy zapada wyrok skazujący (jako tzw. środek karny). Może zakazać skazanemu przebywania w określonych miejscach, kontaktowania się z określonymi osobami oraz zbliżania się do określonych osób. Ten środek jest stosowany przez sąd na czas określony – na czas trwania kary.

Możliwość orzeczenia nakazu opuszczenia mieszkania czy zakazu kontaktów istnieje także w sytuacji, kiedy sąd warunkowo zawiesza wykonanie kary (tzw. obowiązki probacyjne) – na czas zawieszenia.

Sąd może wówczas także zobowiązać skazanego do poddania się terapii uzależnień lub poddania się innej terapii (np. uczestnictwa w oddziaływaniach korekcyjno-edukacyjnych).

**Podsumowując** – istnieje kilka możliwości orzeczenia nakazu opuszczenia mieszkania przez sprawcę przemocy, uzyskania zakazu kontaktów lub zakazu zbliżania się. W sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia takie nakazy i zakazy może wydać policja – wówczas są one ważne przez 14 dni. Osoba doznająca przemocy ma możliwość wniesienia o wydanie tych nakazów i zakazów przez sąd cywilny. Podobne nakazy oraz zakazy mogą jednak zostać orzeczone także w postępowaniu karnym.

## Prawo rodzinne a przemoc domowa

W jaki sposób można wykorzystać prawo rodzinne i opiekuńcze do przeciwdziałania przemocy w rodzinie? Prawo rodzinne i opiekuńcze to zbiór przepisów, które regulują relacje między członkami rodziny – małżonkami, krewnymi, a także pomiędzy rodzicami i dziećmi. Można z nich skorzystać w sytuacji przemocy w rodzinie, żeby ochronić siebie i dzieci.

## PRAWA W MAŁŻEŃSTWIE

Prawo mówi, że małżonkowie mają **równe prawa i obowiązki** i o wszystkich sprawach powinni decydować wspólnie. Przemoc – fizyczna, psychiczna, ekonomiczna czy seksualna, jest naruszeniem tych obowiązków.

Oboje małżonkowie zobowiązani są, każdy **według swych sił oraz możliwości**, przyczynić się do zaspokajania potrzeb rodziny. Prawo stanowi jednak także, że zadośćuczynienie temu obowiązkowi może polegać również na osobistych staraniach o wychowanie dzieci i **pracy we wspólnym gospodarstwie domowym**. Prawo mówi więc wprost, że praca w domu to też praca – nieuprawniona jest więc przemoc ekonomiczna związana z przyznawaniem sobie większych praw ze względu na wyższe zarobki lub wykonywanie pracy zawodowej, jeżeli drugi małżonek pracuje w domu.

Prawo rodzinne stanowi również, że w sytuacji, w której małżonkowie **nie są się w stanie porozumieć** w sprawie ważnej dla rodziny, każdy z nich może wystąpić o rozstrzygnięcie jej przez sąd. Przykładowo – jeżeli małżonkowie nie są się w stanie porozumieć w sprawie tego, do jakiej szkoły – prywatnej czy publicznej, ma chodzić dziecko, może rozstrzygnąć to sąd.

Jeżeli **prawo do mieszkania** przysługuje jednemu małżonkowi, drugi małżonek jest uprawniony do korzystania z tego mieszkania. Nieuprawnione jest więc np. wyrzucanie kogoś z mieszkania, nawet jeżeli jest ono majątkiem odrębnym jednego z małżonków.

## PRAWA W KONKUBINACIE (W ZWIĄZKU NIEFORMALNYM)

Konkubinaty różni się od małżeństwa pod względem prawnym. Małżonków (jeżeli nie zawrą żadnej umowy majątkowej) łączy ustrój wspólności ustawowej. Osoby, które żyją w konkubinacie, nie mogą mieć wspólnego majątku na takich zasadach, jak małżonkowie. Mogą jednak wspólnie kupować rzeczy – tak, jak wszystkie inne osoby.

Specyficzna sytuacja konkubentów oznacza, że w konkubinacie bardzo ważne staje się dokumentowanie wszystkich wydatków – zwłaszcza w takich sytuacjach, kiedy jedna osoba dokonuje nakładów na majątek drugiej (np. finansuje remont jej mieszkania). Dbanie o dokumentację dotyczącą spraw finansowych zwiększa poziom bezpieczeństwa – także w sytuacji przemocy domowej.

W konkubinacie uregulowania wymagają także różne inne kwestie. Jeśli dziecko urodzi się w małżeństwie, uznaje się, że ojcem jest mąż matki. Jeśli rodzice nie są małżeństwem, ojciec musi uznać dziecko w urzędzie albo trzeba ustalić ojcostwo w sądzie.

Małżonkowie dziedziczą po sobie z ustawy – czyli także wtedy, gdy nie pozostawią testamentu. Żeby doszło do dziedziczenia między konkubentami, musi istnieć testament.

W małżeństwie istnieje możliwość sądowego orzeczenia alimentów na współmałżonka oraz dzieci. W konkubinacie można otrzymać alimenty na dzieci (jeżeli zostały uznane lub ustalono ojcostwo) – na takiej samej zasadzie, jak w małżeństwie, ale nie ma jednak możliwości uzyskania alimentów na partnerkę lub partnera.

**Pamiętaj, że przemoc jest zabroniona, niezależnie od tego, czy sprawcą jest mąż, partner lub inna osoba!**

## **WŁADZA RODZICIELSKA**

Rodzice mają obowiązek dbać o dziecko i chronić je przed krzywdą. Prawo przewiduje, że w sytuacji, w której władza rodzicielska nie jest wykonywana prawidłowo, sąd może w nią zaingerować. Sąd może ingerować we władzę rodzicielską poprzez jej:

- ograniczenie,
- pozbawienie,
- zawieszenie.

Sąd może **ograniczyć** władzę rodzicielską, jeżeli dobro dziecka jest zagrożone. Może **pozbawić** rodziców władzy rodzicielskiej, jeżeli nie może być ona wykonywana z powodu trwałej przeszkody, rodzice nadużywają jej lub w sposób rażący zaniedbują swe obowiązki względem dziecka. Sąd może **zawiesić** władzę rodzicielską w razie przemijającej przeszkody w jej wykonywaniu.

**Ograniczając władzę rodzicielską**, sąd zawsze określa, na czym polegać będzie ograniczenie (ma tutaj wiele możliwości). Może ono polegać np. na poddaniu władzy rodzicielskiej nadzorowi kuratora lub na zobowiązaniu rodziców do wzięcia udziału w warsztatach umiejętności wychowawczych. W sytuacjach szczególnie trudnych, sąd może zarządzić umieszczenie dziecka poza rodziną, w pieczy zastępczej.

Każdy z rodziców może złożyć w sądzie wniosek o ograniczenie, pozbawienie władzy, zawieszenie władzy rodzicielskiej drugiego rodzica.

Do ingerencji sądu we władzę rodzicielską może dojść także w sytuacji, kiedy o zagrożeniu dobra dziecka sąd powiadomiły **śłużby** – np. policja, szkoła. Każda osoba, która zauważy, że zagrożone jest dobro dziecka, powinna powiadomić o tym sąd rodzinny. Można to zrobić, kierując do niego „**wniosek o wgląd w sytuację dziecka**”, w którym wskazujemy dane identyfikujące dziecko, opisujemy, co nas zaniepokoiło i prosimy sąd o zbadanie tej sytuacji. Obowiązek powiadomienia sądu w sposób szczególny ciąży na instytucjach.

## **ZAKAZ STOSOWANIA KAR FIZYCZNYCH WOBEC DZIECI**

**Zgodnie z art. 96<sup>1</sup> Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego w Polsce obowiązuje zakaz stosowania kar fizycznych wobec dzieci.**

## **KONTAKTY Z DZIECKIEM**

Jeżeli rodzice mieszkają oddzielnie, każdy z nich może wystąpić do sądu **z wnioskiem o uregulowanie kontaktów z dzieckiem** – jeżeli nie są w stanie ustalić tego samodzielnie.

Rodzice mają prawo do kontaktów z dzieckiem, ale te **kontakty mogą zostać ograniczone**, jeżeli zagrożone jest dobro dziecka. **W pewnych okolicznościach sąd może także ich zakazać.**

Ograniczenie kontaktów może polegać na przykład na tym, że rodzic może widzieć się z dzieckiem tylko w miejscu jego zamieszkania lub w obecności innej osoby – np. kuratora. Takie orzeczenie może wydać sąd np. wtedy, kiedy rodzic stosował przemoc wobec dziecka.

## ALIMENTY

Obowiązek alimentacyjny to **obowiązek dostarczania środków utrzymania**. Obciąża on małżonków oraz krewnych w określonej przez prawo kolejności. Małżonkowie są względem siebie wzajemnie zobowiązani do alimentacji. Rodzice obowiązani są do świadczeń alimentacyjnych względem dziecka, które nie jest jeszcze w stanie utrzymać się samodzielnie.

Każdy z małżonków może złożyć w sądzie rodzinnym pozew o alimenty na siebie lub wspólne dzieci. W konkubinacie można wystąpić o alimenty na dzieci.

Zakres świadczeń alimentacyjnych zależy od usprawiedliwionych potrzeb uprawnionego oraz od zarobkowych i majątkowych możliwości zobowiązanego. W każdej sprawie sąd decyduje indywidualnie po przeanalizowaniu sytuacji obu stron.

Obowiązek alimentacyjny obciąża także byłych małżonków – zakres tego obowiązku zależy od tego, czy w trakcie trwania sprawy o rozwód sąd orzekł o wyłącznej winie jednego z małżonków za rozkład pożycia, czy też nie. W przypadku rozwodu bez orzekania o winie, małżonek uzyska alimenty tylko wtedy, gdy znajdzie się w niedostatku (i tylko przez 5 lat po rozwodzie, chyba że ze względu na wyjątkowe okoliczności sąd przedłuży ten termin). W przypadku rozwodu z orzeczeniem o wyłącznej winie jednej ze stron, małżonek niewinny może uzyskać alimenty, jeżeli rozwód pociąga za sobą istotne pogorszenie jego sytuacji materialnej, choćby nie znajdował się w niedostatku.

## MAJĄTEK WSPÓLNY

Jeżeli małżonkowie nie zawarli żadnej **umowy majątkowej**, obowiązuje ich **ustrój małżeńskiej wspólności ustawowej**. Są zobowiązani współdziałać w zarządzie majątkiem wspólnym, w szczególności udzielać sobie wzajemnie informacji na jego temat. Nieuprawnione jest więc zarówno odmawianie małżonkowi prawa do tych informacji, jak i pozbawianie go prawa do korzystania z majątku. Jeżeli małżonkowie nie mogą się porozumieć w sprawach dotyczących majątku, każdy może wystąpić do sądu.

Małżonkowie, którzy nie chcą, żeby łączył ich ustrój wspólności majątkowej, mogą podpisać umowę, w której wprowadzają inny ustrój majątkowy – np. ustrój rozdzielności majątkowej. Ponieważ jest to skomplikowany obszar zagadnień prawnych i omówienie go nie jest możliwe w tej broszurze, warto przed podjęciem decyzji w tym zakresie, porozmawiać z prawnikiem.

## ZNIESIENIE MAŁŻEŃSKIEJ WSPÓLNOŚCI MAJĄTKOWEJ

Z ważnych powodów każdy z małżonków może żądać ustanowienia przez sąd **rozdzielności majątkowej**. Można o to wystąpić np. wtedy, kiedy małżonek zaciąga długi lub wtedy, gdy wspólny zarząd majątkiem jest utrudniony, bo strony nie mogą się porozumieć w ważnych sprawach dotyczących majątku lub nie mieszkają razem.

W pozwie trzeba przedstawić ważne powody, dla których rozdzielność powinna być zniesiona.

W orzeczeniu o ustanowieniu rozdzielności majątkowej sąd określa datę zniesienia wspólności. Strona, która wnosi pozew, może wnieść o zniesienie wspólności z datą wsteczną, jeżeli ważne okoliczności, na które się powołuje, wystąpiły już wcześniej.

Po ustanowieniu rozdzielności majątkowej, możliwe jest wniesienie sprawy o **podział majątku wspólnego**, który został zgromadzony do czasu ustanowienia rozdzielności.

## PODZIAŁ MAJĄTKU WSPÓLNEGO

O podział majątku można wystąpić:

- po rozwodzie lub ustanowieniu rozdzielności majątkowej,
- w trakcie rozwodu – bardzo wyjątkowo, sąd rozpatrzy taki wniosek tylko wtedy, jeśli sąd uzna, że nie przedłuży to postępowania.

Podział majątku polega na ustaleniu, co wchodzi w skład majątku wspólnego i jak zostanie on podzielony. Co do zasady przyjmuje się, że małżonkowie mają równe udziały w majątku wspólnym. Jednak z ważnych powodów każdy z małżonków może żądać, żeby ustalenie udziałów w majątku wspólnym nastąpiło z uwzględnieniem stopnia, w którym każdy z nich przyczynił się do powstania tego majątku. Może mieć to miejsce np. wtedy, gdy jedna ze stron trwale uchylała się od przyczyniania się do zaspokajania potrzeb rodziny. Przy ocenie, w jakim stopniu każdy z małżonków przyczynił się do powstania majątku wspólnego, uwzględnia się także nakład osobistej pracy przy wychowaniu dzieci i we wspólnym gospodarstwie domowym.

## ROZWÓD I SEPARACJA

Rozwód i separacja to instytucje prawne zbliżone do siebie, jeżeli chodzi o skutki prawne. Różnica polega głównie na tym, że **separacja** nie rozwiązuje małżeństwa i można ją znieść w przyszłości.

W trakcie sprawy o **rozwód** sąd orzeka o różnych kwestiach dotyczących małżonków oraz dzieci. Małżonkowie mogą w pozwie rozwodowym wnieść różne wnioski. Można wnieść o:

- rozwód z orzeczeniem o winie jednej ze stron lub bez orzekania o winie,
- orzeczenia dotyczące władzy rodzicielskiej oraz kontaktów,
- alimenty,
- podział mieszkania do korzystania,
- eksmisję małżonka (w niektórych sytuacjach),
- podział majątku (tylko, jeżeli jego przeprowadzenie nie spowoduje zwłoki w postępowaniu).

Sprawa o rozwód może być skomplikowana i podejmując decyzję, jakie wnioski złożyć, warto skonsultować się z prawnikiem.

We wszystkich sprawach rodzinnych, więc także w sprawie o rozwód, warto pamiętać o tzw. wnioskach o udzielenie zabezpieczenia roszczenia. Wniosek o zabezpieczenie to prośba do sądu, żeby już na czas trwania sprawy sądowej (np. rozwodowej) tymczasowo uregulował jakąś ważną sprawę – zanim jeszcze zapadnie ostateczny wyrok (np. tymczasowo orzekł o alimentach).

# Gdzie szukać pomocy?<sup>1</sup>

- Punkty nieodpłatnej pomocy prawnej – udzielają pomocy we wszystkich sprawach prawnych, nie tylko przemocy domowej. Adresy i dane kontaktowe znaleźć można w urzędach gmin oraz na stronie internetowej <https://www.gov.pl/web/nieodplatna-pomoc>
- Ośrodki Pomocy Społecznej.
- Ośrodki Interwencji Kryzysowej.
- Specjalistyczne Ośrodki Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej – adresy ośrodków są dostępne na stronie internetowej Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej: <https://www.gov.pl/web/rodzina/baza-kontaktowa-specjalistyczne-osrodki-wsparcia-dla-ofiar-przemocy>
- Domy dla Matek z Małoletnimi Dziećmi i Kobiet w Ciąży.
- **Ogólnopolskie Pogotowie dla Osób Doznających Przemocy Domowej „Niebieska Linia”** prowadzone na zlecenie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom przez Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”
  - Telefon dla Osób Doznających Przemocy Domowej – **800 12 00 02**, bezpłatny dla osób dzwoniących i czynny całą dobę przez 7 dni w tygodniu
  - Telefoniczne dyżury prawników (**22) 666 28 50** (pon. i wt. w godz. 17.00–21.00); **800 12 00 02** (śr. w godz. 18.00–22.00), prawnicy udzielają informacji na temat przepisów prawa i procedur związanych z przeciwdziałaniem przemocy domowej
  - porady e-mailowe: [niebieskalinia@niebieskalinia.info](mailto:niebieskalinia@niebieskalinia.info)
  - strona internetowa: [www.niebieskalinia.info](http://www.niebieskalinia.info)
  - czat online dostępny na stronie [www.niebieskalinia.info](http://www.niebieskalinia.info) – pon., śr. i czw. 18.00–20.00 oraz wt. i pt. 8.00–10.00
  - WhatsApp (dla osób posługujących się Polskim Językiem Migowym): numer: 510 404 333 – pon. 13.00–15.00
- **„Niebieska Linia” Instytutu Psychologii Zdrowia:**
  - Poradnia telefoniczna „Niebieskiej Linii” (**22) 668 70 00** dla wszystkich osób pokrzywdzonych przestępstwem, poradnia działa 7 dni w tygodniu przez całą dobę
  - Kryzysowy Telefon Zaufania – **116 123** dla osób dorosłych, bezpłatny i czynny całą dobę przez 7 dni w tygodniu
  - strona internetowa: [www.niebieskalinia.pl](http://www.niebieskalinia.pl)
- Centrum Praw Kobiet **[www.cpk.org.pl](http://www.cpk.org.pl)**
- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę **[www.fdds.pl](http://www.fdds.pl)**
- Lokalne organizacje przeciwdziałające przemocy – warto pytać o nie np. w ośrodku pomocy społecznej.

Nie musisz być sam(a). Istnieją instytucje, które mogą Ci pomóc. Masz prawo do bezpieczeństwa, szacunku i życia bez przemocy.

<sup>1</sup> Informacje odzwierciedlają stan na 31 lipca 2025 r.



Zgodnie z polskim prawem (Ustawa z dnia 29 lipca 2005 roku o przeciwdziałaniu przemocy domowej), przemoc domowa to jednorazowe lub powtarzające się, umyślne działanie albo zaniechanie, wykorzystujące przewagę fizyczną, psychiczną lub ekonomiczną, naruszające prawa lub dobra osobiste innej osoby. Przemocą będą w szczególności zachowania:

- narażające tę osobę na niebezpieczeństwo utraty życia, zdrowia lub mienia,
- naruszające jej godność, nietykalność cielesną lub wolność (także seksualną),
- powodujące u niej szkody fizyczne lub psychiczne,
- wywołujące cierpienie lub krzywdę,
- ograniczające albo pozbawiające ją dostępu do środków finansowych, możliwości podjęcia pracy lub uzyskania samodzielności finansowej,
- istotnie naruszające prywatność tej osoby,
- wzbudzające u niej poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia.

ISBN 978-83-64000-84-3

Egzemplarz bezpłatny



Zadanie współfinansowane ze środków Funduszu Rozwiązywania Problemów Hazardowych na zlecenie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom.