

TEKST: Anna Krasuska

KONSULTACJA: Agnieszka Czapczyńska,
psycholog z fundacji „Miejsce Kobiet”

Dreńczy, bo kocha?

Przemoc w związkach nastolatków występuje równie często jak w relacjach dorosłych. **Ale trudniej ją rozpoznać, bo zakochana dziewczyna rzadko się skarży, przekonana, że spotkała miłość życia.**

Chodzę z moim chłopakiem już 2 lata. Teraz jesteśmy w trzeciej gimnazjum i do niedawna wszystko było jak w bajce. Spędzaliśmy ze sobą dużo czasu. Nieraz nawet spałam u niego w domu (nie mylić, że coś robiliśmy!) i wszystko było super. Do pewnego czasu... Ostatnio on zachowuje się jakoś dziwnie. Jest zazdrosny o byle co, nie mogę już nic zrobić, zagadać z innym chłopakiem, bo zaraz jest afera. Kiedy chciałam z nim zerwać, zagroził, że tego pożałuję... Nie wiem, co robić. Pomocy!

Na forach internetowych jest mnóstwo takich listów, a statystyki biją na alarm. Według badań amerykańskich

co trzecia nastolatka doświadczyła jakiejś formy przemocy na randce, zapewne polskie dane niewiele się różnią. Tak jak w dorosłych związkach, w ok. 90 proc. przypadków sprawcami przemocy są chłopcy. W początkowej fazie znajomości jest to najczęściej przemoc psychiczna, która zwykle stanowi prelu-

Miłość aż po grób?

Mój chłopak jest chorobliwie zazdrosny. Sprawdza mnie na każdym kroku, nie mogę się nigdzie bez niego ruszyć, moje archiwum Gadu-Gadu jest ciągle przeglądane, tak samo jak komórka. Czasami potrafi mnie zrównać z ziemią, jak coś zrobię nie tak. Jest opryskliwy i okropny. Nie chce chodzić ze mną na imprezy, bo mówi, że kogoś poznam i go zostawię. Nie wolno mi rozmawiać z kolegami. Nawet z przyjaciółkami nie mogę się sama wyrwać. On mi nie daje spokoju. Już tyle razy próbowałam zerwać, ale on straszy, że jak go zostawię, to się zabije.

– Podstawową formą przemocy psychicznej jest kontrola wynikająca z zazdrości – tłumaczy Agnieszka Czapczyńska, psycholog. – Chłopak zawłaszcza życie dziewczyny. Kontroluje ją na każdym kroku, tłumacząc, że się o nią martwi i że nie może bez niej żyć. Niestety, doskonałą pożywką dla tego typu zachowań jest mit romantycznej miłości funkcjonujący w naszym kręgu kulturowym. Literatura i kino potwierdzają panujące wśród młodych ludzi przekonanie, że wielka miłość wymaga absolutnego poświęcenia i wyrzeczenia się wszystkiego. Nie ma na świecie nastolatki, która nie marzyłaby o takim związku. Widziałam niedawno zdanie na murze: „Kocham Maciusia. Jestem w stanie za

niego umrzeć”. To przerażające, ale młode dziewczyny tak właśnie rozumieją miłość i rzeczywiście są często w stanie oddać wszystko: rodzinę, przyjaciół, zainteresowania i pasje, byle tylko utrzymać przy sobie chłopaka i czuć, że są kochane. Obie strony związku mają więc często wewnętrzną zgodę na okazywanie sobie zaborczości i kontroli, bo takie jest ich wyobrażenie o miłości. W imię tejże miłości

Warto przeczytać

Wsparcie dla rodziców i dzieci stanowi lektura bestsellerowej książki amerykańskiej psychoterapeutki Jill Murray, która od lat prowadzi w Kalifornii wykłady na temat związków pomiędzy nastolatkami. Bogate doświadczenie autorka zawdzięcza pracy terapeutycznej w schronisku dla maltretowanych kobiet i dzieci. Jill Murray, „Ale ja go kocham. Książka dla zrozpaczonych rodziców i ich dorastających córek”, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

chłopak ogranicza swobodę dziewczyny i sprawuje nad nią władzę. A wszystko to za przyzwoleniem i poparciem środowiska rówieśniczego, dla którego takie zachowanie jest normą. Z czasem więc to, co zaczyna się jako „wielka miłość”, staje się dla dziewczyny więzieniem. W obawie przed gniewem ukochanego sama ogranicza ona swoje prawa. Izoluje się od rówieśników i rodziny, porzuca zajęcia pozalekcyjne. A im bardziej jest osamotniona, tym bardziej staje się zależna od uczuć i opinii partnera, który może stać się z czasem jedyną ważną osobą w jej życiu.

Na karuzeli

Jakiś czas temu on mnie uderzył. Wybaczyłam. Po jakimś czasie to się powtórzyło, znowu wybaczyłam. Teraz

Jesteś ofiarą przemocy w związku, jeśli twój chłopak:

- ➔ obwinia cię o własne problemy
- ➔ chce podejmować za ciebie wszystkie decyzje, mówi ci, co masz robić, jak się ubierać i zachowywać
- ➔ sprawdza przez cały czas, gdzie jesteś i co robisz (ciągłe SMS-y, telefony)
- ➔ okazuje silną zazdrość i traktuje cię jak swoją własność
- ➔ jest przewrażliwiony i reaguje przesadnie w stosunku do mało znaczących spraw lub wyolbrzymia drobne problemy
- ➔ wywiera presję albo zmusza do aktywności seksualnej
- ➔ wyraża złość w sposób wybuchowy, np. wyżywa się przy tobie na przedmiotach (rzuca nimi lub niszczy je)
- ➔ manipuluje tobą
- ➔ izoluje cię od przyjaciół, rodziny, kolegów z klasy
- ➔ grozi użyciem siły wobec siebie, ciebie, innych osób lub twoich zwierząt
- ➔ wyżywa cię i poniża
- ➔ używa wulgaryzmów jako formy adoracji
- ➔ deprecjonuje twoje poczucie własnej wartości, np. krytykując twój wygląd
- ➔ szturcha cię, szarpie, popycha

wystarczy, że powiem coś nie tak, a on już się na mnie rzuci. Muszę uważać na każde słowo. Nie maltretuje mnie za bardzo, zazwyczaj nie mam nawet zadrapania, jednak szarpie, popycha, ciągnie za włosy. Wiem, że powinnam od niego odejść, ale nie potrafię. Tak bardzo go kocham. Z drugiej strony wykańcza mnie to wszystko. Nie mam nic do powiedzenia w tym związku. On wie, że może robić, co tylko mu się podoba, bo ja i tak mu wybaczę. Dochodzi do tego, że czuję się winna, jak mnie pobije, i jeszcze przepraszam, że go zdenerwowałam.

Przemoc fizyczna rzadko bywa dla dziewczyny ostrzeżeniem. Zwykle zaczyna ona wtedy szukać w sobie winy za zachowanie chłopaka. Poddała nieustannemu praniu mózgu, osamotniona (bo nie poskarży się mamie), naiwnie wierzy, że kiedy złość minie, chłopak znowu będzie dla niej dobry. – Te historie są do siebie bardzo podobne – mówi Agnieszka Czapczyńska. – Młodzi spotykają się np. na jakiejś imprezie albo na wakacjach. Miłość wybuchła nagle, od pierwszego wejrzenia. Umawiają się, a po kilku

dniach on już zapewnia, że znalazł kobietę swojego życia. Ona jest w siódmym niebie, że oto zjawił się rycerz na białym koniu i wybrał właśnie ją. Jest cudowny, opiekuńczy, daje jej czułość, której tak bardzo potrzebowała. Odprowadza ją do szkoły, wysyła SMS-y, z czasem coraz częściej. Ona nie rozstaje się z telefonem, wciąż czeka na znak od niego.

Kolejny etap: on zaczyna okazywać złość, jest zazdrosny – o kolegów, potem o koleżanki, czas wolny, zainteresowania. Ona rezygnuje ze wszystkiego, byle tylko jej chłopak był zadowolony. Staje się jego niewolnicą. Ubiera się tak, jak on chce, robi to, co on jej dyktuje. Usprawiedliwia jego wybuchy złości i maskuje przed rodziną siniaki, kiedy on ją pobije. Znosi wyzwiiska i upokorzenia, bo wie, że po nich przyjdą przeprosiny, kwiaty, zapewnienia miłości.

Dlaczego ona to znosi?

Mój chłopak nie potrafi opanować zazdrości. Zabrania mi noszenia dekolotów. Zgodziłam się na to. Druga kwestia to spódniczki. Sama ich nie noszę, jednak nie widzę w tym nic złego, ale on wyśmiewa każdą dziewczynę na

Niepokojące sygnały

Najbardziej oczywiste to ślady przemocy fizycznej, które dziewczyna stara się ukryć lub dla których znajduje dziwne wytłumaczenie. W jej zachowaniu może zająć nagła zmiana. Zaczyna unikać dotychczasowego towarzystwa, rezygnuje z ulubionych zajęć, przestaje rozwijać pasje. Zmienia się jej styl ubierania się, nawyki i upodobania. Ofiara przemocy może mieć trudności z koncentracją, obniżony nastrój, może okazywać lęk na dźwięk telefonu, popaść w depresję. W niektórych przypadkach dziewczyna przestaje dbać o wygląd, maskuje figurę za pomocą stroju, gwałtownie chudnie lub tyje. Pytana przez rodziców o chłopaka broni go i usprawiedliwia.