

Alicja Szostkiewicz

Uniwersytet WSB Merito w Gdańsku  
aszostkiewicz@wsb.gda.pl; ORCID: 0000-0002-5270-2739

## Projekt „Wydź z cienia” jako przykład działań na rzecz przeciwdziałania przemocy wobec kobiet

**Abstrakt:** Celem prezentowanego artykułu jest opis zjawiska przemocy domowej wśród kobiet a także efektów projektu realizowanego w Polsce w 2022 roku oraz umiejscowienie go w dyskursie krytycznym. Projekt „Wydź z cienia”, sfinansowany z Programu „Aktywni Obywatele – fundusz regionalny”, był skierowany do dziesięciu kobiet zagrożonych wykluczeniem społecznym ze względu na doświadczenie przemocy domowej z powiatu inowrocławskiego. Podczas realizacji projektu przy wykorzystaniu partycypacyjnych badań w działaniu zebrano materiał empiryczny dotyczący potrzeb kobiet dotkniętych przemocą domową. W wyniku analizy materiału empirycznego wyłoniono obszary dla teorii i praktyki dotyczące obszarów i form działań organizacji pomocowych na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej wobec kobiet. **Słowa kluczowe:** przemoc domowa, kobiety, partycypacyjne badania w działaniu, wychowanie bez przemocy, budowanie kultury pokoju.

### Przemoc domowa wśród kobiet – założenia teoretyczne

Zjawisko przemocy w rodzinie coraz częściej staje się przedmiotem badań naukowych. W myśl definicji o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie – jako przemoc rozumie się jednorazowe albo powtarzające się umyślne działanie lub zaniechanie, naruszające prawa lub dobra osobiste członków rodziny. W szczególności te, które narażają na niebezpieczeństwo utraty zdrowia i życia. Naruszające także ich godność, nietykalność cielesną (w tym seksualną), a w konsekwencji powodujące

szkody na ich zdrowia fizycznym lub psychicznym a także wywołujące cierpienia i krzywdy moralne. Irena Pospiszyl definiuje przemoc krócej, określając to zjawisko jako „wszelkie nieprzypadkowe akty godzące w osobistą wolność jednostki lub przyczyniające się do fizycznej lub psychicznej szkody osoby, wykraczające poza społeczne zasady wzajemnych relacji” (Pospiszyl 1999, s. 16).

Wśród wielu rodzajów przemocy szczególnie problem społeczny stanowi przemoc w rodzinie, która dotyczy szeroko rozumianych nadużyć, mających miejsce w warunkach funkcjonowania rodziny. O skali zjawiska mogą świadczyć wyniki badań przeprowadzonych przez Światową Organizację Zdrowia, które pokazują, że w skali całego świata jedna na trzy kobiety doświadczyły przemocy w rodzinie (World Health Organization 2014).

Występowanie w rodzinach zjawisk o charakterze szeroko pojętej przemocy jest traktowane jako element procesu marginalizacji społecznej. Oznacza to, że przemoc domowa występuje jako efekt marginalizacji społecznej i może się przyczyniać do wykluczenia społecznych jednostek i całych rodzin. Podstawowe pytanie, które pojawia się w kontekście analizy przemocy domowej, dotyczy właśnie relacji, jaka występuje pomiędzy tym zjawiskiem a przemocą domową.

Wśród czynników ryzyka przemocy domowej wymienia się wiek, wykształcenie oraz zawód. Istotne są także relacje rodzinne i przekonania religijne (Farooq i in. 2008, s. 453–462). Za istotny czynnik ryzyka, pozostający po stronie ofiary, uważa się także brak wsparcia społecznego (Montesó-Curto i in. 2016). Konsekwencjami przemocy domowej może być również pogorszenie funkcjonowania fizycznego i psychicznego, w tym objawy depresji oraz lęku (Ahmadzad-Asl i in., s. 861–869).

Brunon Hołyst podkreśla istnienie „potencjału wiktydogennego”, który rozumieć można jako system cech osobniczych jednostki, jak również struktur społecznych, które wraz z cechami związanymi z warunkami życia jednostki predysponują ją do wejścia w sytuację zagrażającą zaistnieniem przestępstwa. Potencjał ten może wystąpić m.in. w cechach kondycji psychicznej, biologicznej, społecznej czy ekonomicznej (Hołyst 2000.)

Konsekwencje przemocy w rodzinie wpływają zarówno na funkcjonowanie fizyczne, jak i psychiczne. W badaniach dotyczących jakości życia kobiet doświadczających przemocy w rodzinie podczas ciąży, wykazano pogorszenie stanu zdrowia fizycznego oraz, w przypadku przemocy psychicznej, obniżenie poziomu funkcjonowania społecznego i samopoczucia (Tavoli, Tavoli 2016). Jeszcze inną konsekwencją przemocy domowej jest wykluczenie społeczne, związane ze wstydem i poczuciem winy, często pojawiającymi się u ofiar. Jak podkreślają liczni badacze – wykluczenie społeczne ma wiele twarzy. Powiązane z nim pojęcia to: ostracyzm, dyskryminacja, dehumanizacja i izolacja społeczna. Ze względu na pojemność zjawiska, proponuje się jego szeroką definicję, rozumiejąc wykluczenie społeczne jako doświadczenie oddzielenia od innych, związane z fizycznym (np. izolacja społeczna) lub emocjonalnym (np. odrzucenie) aspektem funkcjonowania

jednostki (Riva, Eck 2016). Szerszą definicję proponują Suzanne Moffatt i Nina Glasgow, które postrzegają wykluczenie jako separację jednostki lub grupy od szeroko rozumianego społeczeństwa (Moffatt, Glasgow 2009, s. 1291–1303). Według Kipa Williamsa wykluczenie społeczne zagraża czterem podstawowym potrzebom ofiary i powoduje dążenie jednostki do ich odzyskania. Do zagrożonych przez wykluczenie potrzeb zalicza on: samoocenę, sens życia, poczucie przynależności oraz poczucie kontroli (Williams 2009, s. 275–314).

Opierając się na tej koncepcji, Gili, Williams i Beer podkreślają, że należy dokonać podziału wykluczenia społecznego na dwie kategorie: odrzucenie niejednoznaczne oraz wyraźne, spośród których to drugie będzie miało większe konsekwencje dla potrzeb oraz emocji jednostki, a tym samym powinno być traktowane jako bardziej wyniszczające (Freedman i in. 2016).

Przemoc w rodzinie jest bezpośrednim uszkodzeniem rozwojowi. Środowisko rodzinne jest przestrzenią, w której tworzą się wzorce, przenoszone do późniejszych relacji. To w nich ujawniają się silnie zakorzenione, często uwarunkowane przez relację z rodzicami, cechy osobowości. Te same czynniki wydają się decydować w sposób bezpośredni o ryzyku wykluczenia społecznego kobiet krzywdzonych i ich rodzin (Skwarek 2001, s. 44–52).

## Założenia metodologiczne projektu badawczego

Na potrzeby nieniejszego projektu badawczego wykorzystano badania w działaniu (ang. *action research*). Są to badania, które umożliwiają m.in. powiązanie teorii z praktyką, działania z eksploracją oraz uczenie się z nauczaniem. Dają także przestrzeń do patrzenia w głąb badanego zjawiska społecznego, w którym znajduje się badacz z zamiarem ulepszenia, czyli udoskonalenia jakości swego działania w trakcie jego trwania. „Badanie to jest systematycznym zbieraniem informacji o zjawiskach wywołujących jakieś zmiany, przy czym badacz jest inspiratorem i aktywnym uczestnikiem wydarzeń. Badania w działaniu prowadzi się wówczas, gdy się dostrzeżę możliwość zmiany na lepsze jakieś sytuacji, przygotowuje się wówczas projekt jej udoskonalenia, wprowadza się go w życie i obserwuje co z tego wszystkiego wynikało” (Bauman, Pilch 2001 s. 307).

Jedną z głównych cech badań w działaniu jest to, że włączają one w proces badania nie tylko wyszkolonych, profesjonalnych badaczy, lecz także tych, którzy zazwyczaj traktowani są jako grupa badawcza. Realizacja tego założenia jest możliwa na wiele różnych sposobów, a badania mogą być realizowane zarówno przez samych praktyków i członków społeczności lokalnych, jak i we współpracy z nimi (Góral i in. 2016, s. 51–52).

Wśród najpopularniejszych form badań w działaniu Kathryn Herr i Gary L. Anderson wymieniają m.in.: badania w działaniu (*action research*), partycypacyjne badania w działaniu (*participatory action research*), partycypacyjne badania

w działaniu z młodzieżą (YPAR – *participatory action research with youth*) oraz badania edukacyjne (*educative research*) (Herr, Anderson 2015).

Na potrzeby prezentowanych analiz wykorzystano partycypacyjne badania w działaniu. Ukształtowały się one jako pełnoprawne podejście naukowe, zakładające swoisty sposób zbierania danych i rozwijania teorii sięgającą lat 40. XX w. (Lewin 2010).

Rozpoczęcie dyskusji na temat badań w działaniu przypisuje się najczęściej Kurtowi Lewinowi (Adelman 1993, s. 7–24), a niekiedy Jacobowi Moreno (Gunz 1996, s. 145–148) lub Johnowi Collierowi (Neilson 2006, s. 389–399). Sam K. Lewin nie posługiwał się terminem PAR, ale już wczesne jego projekty zakładały wyraźną partycypację. Podejmował on się rozwiązywania wielu praktycznych problemów społecznych związanych m.in. z poprawą jakości relacji wewnątrzgrupowych (Marrow 1969). Inspiracją dla tego nurtu było proste założenie, że ludzie bardziej angażują się we wspólne działania, jeśli mają wpływ na to, jak są one projektowane i zarządzane. Nurt PAR wyrósł przede wszystkim na gruncie filozofii pragmatyzmu, której jednym z założeń jest stwierdzenie, że prawda jest odkrywana w toku działań społecznych oraz opiera się na interakcjach i konsensusie (Góral i in. 2019). Na przestrzeni dekad różni badacze i praktycy próbowali adaptować to podejście do swoich potrzeb. W różnych państwach popularność PAR przypada na inne czasy, np. w Stanach Zjednoczonych są to lata 50. XX w., a w Skandynawii – lata 70. W latach 80. XX wieku ruchy emancypacyjne, kładące nacisk na upodmiotowienie PAR, dotarły również do Europy i Ameryki Północnej. Obecnie badania te są raczej niszowe oraz kojarzą się z aktywizacją obywateli czy przejawami procesów demokratycznych (Afeltowicz i in. 2021, s. 1–25).

Oryginalna koncepcja PAR zakładała synergię trzech niezbędnych elementów. Pierwszym jest tytułowa partycypacja. Oznacza ona, że wiedzę i rozwiązania problemów praktycznych badacz tworzy we współpracy z badanymi (beneficjentami). Drugim elementem jest działanie. Oznacza to, że badanie wymaga dokonywania interwencji w istniejące instytucje oraz projektowania i wdrażania zupełnie nowych rozwiązań dla rozpatrywanych problemów. Trzeci element ma charakter poznawczy. Pamiętając o tym, że jest to podejście naukowe, interwencje i współpraca z badanymi mają wzbogacać naukę, co może przyjmować postać wyciągania wniosków z interwencji dla teorii naukowych (Afeltowicz i in. 2021).

Partycypacyjne badania w działaniu zakładają realizację cyklu od projektowania przez wdrażanie i pomiar do ewaluacji działań (Koshy 2006). Zatem zacierą się podział na naukę będącą uporządkowanym systemem zagadnień odnoszących się do pewnej dziedziny rzeczywistości i wynikającymi z niej praktycznymi zaleceniami, które są następnie aplikowane. Rozwiązywanie problemów praktycznych i teoretycznych przebiega tu równocześnie (Whyte 1989, s. 367–385).

Warto zwrócić uwagę na pojęcie partycypacji (*participation*) jako kluczowe dla idei tych badań w działaniu, które odróżnia je od innych podejść akcentujących proces zaangażowania (*involvement*). Partycypacja oznacza bowiem branie udziału w podejmowaniu decyzji, które dotyczą danej społeczności. Jest to udział

w zyskach, ale i kosztach tych przedsięwzięć. Innymi słowy, jest to posiadanie pełnego prawa własności do prowadzonego procesu badawczego. Uczestnicy biorący udział w badaniu ponoszą pełną odpowiedzialność za generowanie wiedzy, projektowanie metodologii czy wprowadzanie i analizowanie skutków zaistniałych zmian. Zaangażowanie oznacza raczej włączanie kogoś w proces badawczy i umożliwienie mu realizacji pewnych działań przygotowanych jednak przez innych (Góral i in. 2019).

Prowadząc PAR, stosuje się triangulację, łącząc ze sobą różne metody, techniki i narzędzia badawcze w zależności od danego problemu (Pant 2014, s. 583–588). Wykorzystuje się zatem zarówno tradycyjne metody, techniki i narzędzia badań jakościowych, takie jak: wywiady, grupy fokusowe czy obserwacje, jak i bardziej innowacyjne metody, czy narzędzia badawcze – związane z nowymi technologiami, metodami i technikami wizualnymi czy performatywnymi, takimi jak np. photovoice (metoda fotografii partycypacyjnej), drama, storytelling, community art, spacerowanie badawcze oraz partycypacyjne tworzenie mentalnych map i diagramów społeczności (Kendon i in. 2007). Brzozowska-Brywczyńska zauważa, że zwłaszcza w badaniach ze społecznościami marginalizowanymi tego rodzaju narzędzia, które umożliwiają uczestnikom badania wypowiedzenie się w najbardziej przyjaznych dla nich warunkach, z powodzeniem zwiększają inkluzyjność badań oraz docierają do możliwie najszerszego spektrum wiedzy i doświadczeń zaangażowanych osób uczestniczących w badaniu (Brzozowska-Brywczyńska 2019, s. 91–102).

Zważywszy na powyższą charakterystykę PAR podejście to wydaje się znaczące i użyteczne w kontekście wyłonienia obszarów dla teorii i praktyki dotyczących obszarów i form działań na rzecz przeciwdziałania przemocy wobec kobiet.

## **Współpraca na rzecz zmiany, czyli o partycypacyjnych badaniach w działaniu podczas projektu „Wyjźdź z cienia”**

W odpowiedzi na coraz bardziej powszechny problem przemocy domowej w gminie Gniewkowo (woj. kujawsko-pomorskie) został zrealizowany projekt pod tytułem: „Wyjźdź z cienia”. Pomysłodawcą oraz realizatorem tego przedsięwzięcia było Stowarzyszenie Gildia Superbohaterów. Był on finansowany z Programu „Aktywni Obywatele – fundusz regionalny”. Projekt był skierowany do dziesięciu kobiet zagrożonych wykluczeniem społecznym ze względu na doświadczenie przemocy domowej z powiatu Inowrocławskiego. Jego celem było podniesienie umiejętności radzenia sobie bez przemocy dziesięciu kobiet i ich dzieci, którzy byli podopiecznymi Gminno-Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Gniewkowie.

Działanie projektowe obejmowało dwadzieścia sześciogodzinnych warsztatów, realizowanych raz w tygodniu (łącznie 120h). Tematyka spotkań oscylowała w następujących obszarach: komunikacja interpersonalna, asertywność, radzenie

sobie ze stresem, umiejętności szukania pomocy, samoocena, toksyczne relacje, uzależnienia. Taki wymiar godzinowy zajęć pozwolił uczestniczkom na swobodne wyjście z domu i nie był dla nich obciążeniem czasowym.

Podczas zajęć i warsztatów zastosowano m.in. innowacyjne metody edukacji z wykorzystaniem motywów superbohaterskich. Superherosi mogą stanowić wzór radzenia sobie z różnego typu trudnymi doświadczeniami; ich perypetie pozwalają zrozumieć własne przeżycia i doświadczenia, nadać im właściwe znaczenie, pomagają wreszcie odkryć swoje własne supermoce. Istnieje już naukowa literatura potwierdzająca przydatność motywów superbohaterskich w działaniach terapeutycznych i edukacyjnych, skierowanych zarówno do dzieci i młodzieży, jak i dorosłych. Te innowacyjne podejście przeniosło ciężar wsparcia z deficytów i problemów na zasoby i rozwiązania. Sprzyjało to także budowaniu potencjału uczestników oraz pozytywnie wpłynęło na ich poczucie wpływu na rzeczywistość.

W ramach spotkań wykorzystywano do zebrania materiału empirycznego następujące metody badawcze: obserwacja, wywiad fokusowy, *photovoice* oraz *storytelling*.

Omawiane badanie podzielić można na trzy zasadnicze etapy, cyklicznie po sobie następujące i wpisujące się w spiralno-cykliczny charakter *action research*:

- 1) fazę planowania i przygotowania (opracowania planu działań, które mają poprawić aktualną sytuację, podjęcia działań w celu realizacji planu);
- 2) fazę realizacyjną i obserwacyjną (działanie, obserwacja efektów działań w kontekście, w którym one następują);
- 3) fazę analizy i interpretacji (rozważania obserwowanych efektów jako bazy dalszego planowania i działania) (Červinková 2012, s. 273).

Fazy te zostały zaplanowane w taki sposób, by rozwinąć w uczestniczkach projektu zdolność krytycznego myślenia, pobudzić ich do współdziałania, merytorycznej dyskusji oraz rozwoju kompetencji społecznych, obywatelskich, które oscylują wokół widzenia/dostrzegania, a nie tylko patrzenia. W czasie trwania każdej z nich miało miejsce przenikanie się myślenia i generowania nowych pomysłów/rozwiązań, podejmowanie działania oraz jego rejestracja, analiza i ewaluacja (Czerepaniak-Walczak 2010, s. 327).

W fazie planowania i przygotowywania uczestniczki projektu w czasie zajęć grupowych (m.in. przy wykorzystaniu metod *photovoice* oraz *storytelling*), ale także będąc respondentkami w wywiadzie fokusowym, zastanawiały się na tym, jaką wiedzę i umiejętności mogłyby uzyskać w trakcie następnego projektu. Z kolei faza realizacji i obserwacji otwarta była na zewnętrzną grupę odbiorców oraz opierała się na publicznej debacie z otoczeniem (sytuacja dotycząca tragicznie zmarłej uczestniczki w czasie trwania projektu). Bazowała ona na pełnym emocji zaangażowaniu, aby wzmacniać dalszą możliwość uczenia się (Červinková 2012, s. 276). Dzięki performatywnemu charakterowi tej fazy uczestniczki projektu miały również możliwość praktycznego sprawdzenia konfrontacji swojej sytuacji domowej z otoczeniem. Z kolei w fazie analizy i interpretacji uczestniczki projektu dokonywały refleksyjnej analizy przebiegu całego projektu i jego rezultatów. Kry-

tycznie oceniały zaangażowanie swoje i innych. Sformułowały zalecenia mające podnieść efektywność podejmowanych w przyszłości działań.

## Zamiast zakończenia, implikacje i wyzwania

Prowadzone w trakcie projektu partycypacyjne badania w działaniu wskazały obszary do rozwoju osobistego oraz formy działań dla organizacji pomocowych na rzecz przeciwdziałania przemocy domowej wobec kobiet.

Głównym obszarem wymagającym dodatkowego wsparcia wśród uczestniczek jest podjęcie procesu edukacyjnego w zakresie niepowielania przemocowych wzorców wobec własnych dzieci i innych istotnych dla siebie osób. Poprzez to zjawisko rozpoczęło się budowanie kolejnego ogniwa przekazującego wzorce przemocy kolejnemu pokoleniu. W związku z tym istnieje pilna potrzeba przerwania tego łańcucha, nauczania osób dotkniętych przemocą domową radzenia sobie z żywymi trudnościami i wychowywania dzieci bez przemocy. Warto też podkreślić, że psychologiczne skutki długotrwałej przemocy to m.in.: problemy emocjonalne, obniżenie samooceny, nasilenie lęków, poczucie beznadziejności i braku możliwości wyjścia z sytuacji, odseparowanie od innych osób, izolacja, ale także osobiste stosowanie przemocy. Podobne jest z dziećmi, które doświadczają przemocy, bądź ją obserwują. Im szybciej dostaną wsparcie, tym bardziej możliwe do przepracowania będą psychologiczne skutki.

Uczestniczki projektu wskazywały także na potrzeby rozwoju w poszczególnych obszarach lub wzbogacenie dotychczasowych o nowe zakresy, m.in. o:

- (1) Komunikacje bez przemocy w rodzinie [Julia: *zależy mi na tym, żebym mogła tak mówić do konkubenta, aby nie krzyczeć, nie szantażować. Chciałabym mówić bez lęku, gniewu i wstrętu do niego*].
- (2) Elementy szkoły rodzica [Monika: *Chciałybyśmy i chyba mówię za nas wszystkie rozumieć emocje naszych dzieci, bo to jest bardzo trudne*].
- (3) Dbanie o własne potrzeby i granice bez naruszania granic dziecka [Katarzyna: *Myszę, że chciałabym wiedzieć jak zadbać o siebie w relacjach, żeby było mi dobrze samej ze sobą*].
- (4) Bezpieczeństwo dziecka w sieci [Kamila: *Chcę wiedzieć jak uchronić moje dzieci przed złym wpływem Internetu. Ile tego zła jest w nim: pornografia, przemoc i inne*].
- (5) Komunikacja interpersonalna [Teresa: *Nie wiem czasem jak mówić do mojego męża, bo wydaje mi się, że jak grochem o ścianę*].
- (6) Asertywność [Milena: *Chciałybyśmy mieć swoje zdanie, potrafić wyrażać swoje emocje i mówić „nie”*].
- (7) Techniki radzenia sobie ze stresem [Milena: *Dużo by tu mówić, jestem tak zestresowana, że szkoda gadać i nie wiem jak sobie z tym poradzić*].
- (8) Coaching [Joanna: *Często mam tak, że nie mogę utrzymać kursu, niby sobie coś zaplanuję, mam jakiś cel, a potem się coś zdarzy i już nie mam motywacji*].

Powyżej zostały przytoczone wypowiedzi kobiet uczestniczących w badaniu, które wskazują na ich konkretne potrzeby dotyczące wyposażenia je w wiedzę i umiejętności, które mogą być przyczynkiem do poprawienia ich sytuacji w środowisku domowym.

Oprócz zidentyfikowanych obszarów i form działań wynikających z analizy zebranego materiału empirycznego, warto też przyjrzeć się wyzwaniom jakie towarzyszyły badaczce podczas wykorzystywania samej metody jaką są partycypacyjne badania w działaniu.

Martyn Denscombe podaje następujące kluczowe cechy PAR. Po pierwsze są oparte na aktywnym uczestnictwie badanych. Po drugie służą rozwiązywaniu problemów praktycznych, które wynikają przede wszystkim z potrzeb społeczności, a nie niewiedzy naukowej dostrzeżonej przez badacza. Po trzecie są nastawione na zmianę rzeczywistości społecznej. Są to cechy charakterystyczne PAR, które przesądzają o ich swoistości, ale z którymi jednocześnie wiążą się pewne wyzwania. Za sprawą PAR kładziony jest także nacisk na aktywne zaangażowanie uczestników w każdym etapie realizacji założeń projektu. To siłą rzeczy zmienia relacje między badaczem i badanymi oraz dynamikę relacji władzy w procesie badawczym (Denscombe 2010).

W myśl tego założenia natrafiano czasem na pewne przeszkody. Z jednej strony, osobie przeprowadzającej badanie zależało na tym, by uczestnicy projektu nie postrzegali jej tylko jako badaczkę, lecz raczej jako osobę, która współtworzy z nimi projekt. Z drugiej strony, jednocześnie jako osoba przeprowadzająca badanie musiała skutecznie zarządzać działaniami i procesem edukacyjnym.

Osoba przeprowadzająca badanie w trakcie realizacji projektu „Wyjdź z cienia” zdawała sobie sprawę, że zbudowanie odpowiedniej relacji podczas realizacji badań partycypacyjnych wpływa zarówno na sam proces, jak i jego wyniki. Zbudowanie prawidłowych relacji opartych na zaufaniu jest zatem fundamentem, od którego zależy powodzenie badania. Relacje te reprezentują sposób bycia z ludźmi i często wymagają od badaczy oduczenia się podejścia propagującego dystans i obiektywizm. Niezbędna jest transparentność i klarowne określenie wzajemnych oczekiwań. Bycie uczciwym i autentycznym, z jednocześnie szczerym zainteresowaniem uczestnikami projektu jako jednostkami, są szczególnie ważne i jednocześnie stanowią wyzwanie, gdy uczestnikami badań są osoby zagrożone wykluczeniem społecznym.

Z relacjami w badaniach wiąże się kolejna istotna kwestia. W przypadku typowych badań naukowych badacz generalnie ma pewną władzę, przewagę w stosunku do członków badanej społeczności. Prowadzi najczęściej badania „nad” jakimś zagadnieniem, albo „w” jakiejś próbie. Tymczasem PAR zakładają badania wspólnie „z”. W przypadku tego typu studiów empiryczno-społecznych badacz tą władzą musi się umiejętnie podzielić. Niezbędna jest do tego odpowiednia świadomość badacza i jego refleksyjność.

Badania w działaniu polegają na łączeniu przemyśleń i działań, teorii i praktyki, poprzez współpracę z innymi, służącą osiągnięciu praktycznych rozwiązań



kwestii palących dla ludzi, oraz, bardziej ogólnie, wspieraniu rozwoju tak jednostek, jak i całych społeczności (Červinková 2012, s. 7).

Dzięki między innymi prowadzonym partycypacyjnym badaniom w działaniu podczas projektu „Wyjdz z cienia” oraz zaangażowaniu otoczenia zaowocowało to kolejnym projektem Stowarzyszenia Gildia Superbohaterów pod tytułem „Sięgnij PoMoc” finansowanym także z Programu „Aktywni Obywatele – fundusz regionalny (maj–wrzesień 2023). Odpowiada on na zdiagnozowane potrzeby, oferując kobietom pomoc polegającą na podniesieniu kompetencji osobistych i rodzicielskich, nauce radzenia sobie z trudnościami wychowawczym i życiowymi bez przemocy, coachingu oraz indywidualnym wsparciu psychologicznym. Równolegle przewiduje wsparcie dla ich dzieci.

### **Abstract:** The ‘Step out of the Shadows’ Project as an Example of Actions Against Violence Towards Women

The goal of the presented article is to describe the phenomenon of domestic violence among women, as well as the outcomes of the project implemented in Poland in 2022, placing it within a critical discourse. The project was named “Step out of the Shadows.” It was funded by the “Active Citizens – regional fund” Program. The project targeted ten women from the Inowrocław County at risk of social exclusion due to their experience of domestic violence. During the project implementation, using participatory action research, empirical material concerning the needs of women affected by domestic violence was collected. Through the analysis of the empirical material, areas for theory and practice emerged concerning the strategies and forms of activities by support organizations against domestic violence towards women.

**Key words:** Domestic violence, women, participatory action research, non-violent upbringing, building a culture of peace.

## **Bibliografia**

- [1] Adelman C., 1993, *Kurt Lewin and the Origins of Action Research*, „Educational Action Research”, 1 (1).
- [2] Afletowicz Ł., Suchomska J., Goszczyński W., 2021, Partycypacyjne badania w działaniu: analiza polskich doświadczeń. AVANT, „Trends in Interdisciplinary Studies”, 12 (3).
- [3] Ahmadzad-Asl M., Davoudi F., Zarei N., Mohammad-Sadeghi H., Rasoulilian M., 2016, *Domestic Violence Against Women as a Risk Factor for Depressive and Anxiety Disorders: Findings from Domestic Violence Household Survey in Tehran, Iran*, „Archives of Women’s Mental Health”, 19.
- [4] Bauman T., Pilch T., *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*, Warszawa 2001.
- [5] Brzozowska-Brywczyńska M., 2019, *Badania partycypacyjne w działaniu (PAR): między produkcją wiedzy a społecznym zaangażowaniem*, „Rozwój Regionalny i Polityka Regionalna”, 46.

- [6] Denscombe M., 2010, *The good research guide for small scale research projects*, wyd. 4, Open University Pres.
- [7] Červinková H., 2012, *Nauczanie do zmiany społecznej. Uczestniczące badania w działaniu badania w działaniu ludzi młodych i zaangażowane badania etnograficzne: studium przypadku*, „Forum Oświatowe”, 1 (46).
- [8] Czerepaniak-Walczak M., 2001, *Zaangażowanie, jego wymiary i konsekwencje*, „Człowiek–Teraźniejszość–Edukacja”, nr specjalny: Normatywizm – etyczność zaangażowanie. Współczesne dyskusje o praktyczności pedagogiki.
- [9] Farooq N., Irfan M., Qaiser A. Z., Kingdon D., Ayub M., 2008, *Angry wives, abusive husbands: the relationship between domestic violence and psychosocial variables*, „Women’s Health Issues”, 18, 6.
- [10] Freedman G., Williams K. D., Beer J. S., 2016, *Softening the Blow of Social Exclusion: The Responsive Theory of Social Exclusion*, „Frontiers in Psychology”, 7, 1570.
- [11] Góral A., Jałocha B., Mazurkiewicz G., Zawadzki M., 2019, *Badania w działaniu. Książka dla kształcących się w naukach społecznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- [12] Gunz J., Jacob L., 1996, *Moreno and the origins of action research*, „Educational Action Research”, 1996, 4 (1).
- [13] Herr K. G., Anderson G. L., 2015, *The Action Research Dissertation: A Guide for Students and Faculty*, SAGE Publications, Thousand Oaks, California.
- [14] Hołyst B., 2000, *Wiktymologia*, Wydawnictwa Prawnicze PWN, Warszawa.
- [15] Kindon S., Pain R., Kesby M. (red.), 2007, *Participatory action research approaches and methods. Connecting people, participation and place*, Routledge.
- [16] Koshy V., 2006, *Action research for improving practice: A practical guide*, Paul Chapman Publishing.
- [17] Lewin K., *Badania w działaniu a problemy mniejszości*, [w:] *Badania w działaniu. Pedagogika i antropologia zaangażowane*, (red.) H. Červinková, B. D. Gołębiński, Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław.
- [18] Marrow A. J., 1969, *The Practical Theorist. The Life and Work of Kurt Lewin*, Basic Books, New York–London 1969.
- [19] Moffatt S., Glasgow N., 2009, *How Useful Is the Concept of Social Exclusion When Applied to Rural Older People in the United Kingdom and the United States?*, „Regional Studies”, 43, 10.
- [20] Montesó-Curto P., Aguilar C., Lejeune M., Casadó-Marin L., Garrigós Ferré-Grau C., 2016, *Violence and Depression in a Community Sample*, „Journal of Clinical Nursing”, 26.
- [21] Neilson E. H., 2006, *But let us not forget John Collier: Commentary on David Bargal’s ‘Personal and intellectual influences leading to Lewin’s paradigm on action research’*, „Action Research”, 4 (4).
- [22] Pant M., 2014, *Participatory Action Research*, [w:] *The Sage encyclopedia of action research*, (red.) D. Coghlan, M. Brydon-Miller, Sage Publications Ltd.
- [23] Pospiszyl I., 1999, *Praktyczna użyteczność definicji przemocy*, [w:] *Razem przeciw przemocy*, (red.) I. Pospiszyl, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa.
- [24] Riva P., Eck J., 2016, *The Many Faces of Social Exclusion*, [w:] *Social Exclusion: Psychological Approaches to Understanding and Reducing Its Impact*, (red.) P. Ricka, J. Eck, Springer International Publishing, New York.

- [25] Skwarek M., 2001, *Przemoc wobec kobiet w rodzinie – perspektywa społeczno-polityczna*, „Praca Socjalna”, 4.
- [26] Whyte W. F., 1989, *Advancing scientific knowledge through participatory action research*, „Sociological Forum”, 4 (3).

## Netografia

- [27] Tavoli Z., Tavoli A., 2016, *Quality of Life in Woman Who Were Exposed to Domestic Violence during Pregnancy*, „BMC Pregnancy and Childbirth”, 16, <https://bmcpregnancychildbirth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12884-016-0810-6> (dostęp: 20.07.2023).