

Zaniedbanie – cicha krzywda, którą każdy z nas może dostrzec i zatrzymać

Zaniedbanie to jedna z tych form przemocy, która rzadko ma dramatyczny, widoczny przebieg. Nie usłyszymy jej zza ściany, nie zobaczymy siniaków ani gwałtownych scen. **Najczęściej rozgrywa się po cichu** – w mieszkaniach, obok których codziennie przechodzimy, nawet nie domyślając się, co dzieje się w środku. Czasem jest przysłonięte usprawiedliwieniami: że ktoś „sobie radzi”, że „takie są warunki” albo że „to nie nasza sprawa”. Tymczasem, zwłaszcza dla osób zależnych – dzieci, seniorów czy osób z niepełnosprawnościami – zaniedbanie może być równie dotkliwe i krzywdzące jak przemoc fizyczna.

Warto pamiętać, że zaniedbanie to nie tylko brak jedzenia czy brudne ubrania. To także **samotność, brak opieki**, niewystarczająca troska, **brak wsparcia emocjonalnego, izolacja** czy zbyt długie pozostawanie bez nadzoru. W praktyce może wyglądać bardzo różnie. Dziecko, które codziennie przychodzi do szkoły smutne i głodne. Starsza sąsiadka, którą coraz rzadziej widzimy, a gdy już wyjdzie, wygląda na przestraszoną i zagubioną. Osoba z niepełnosprawnością, która nie otrzymuje odpowiednich leków czy nie wychodzi z domu, bo nie ma kto jej pomóc. Każda z tych osób może doświadczać zaniedbania – także wtedy, gdy nikt wprost jej nie krzywdzi.

Zaniedbanie dzieci

Dzieci są szczególnie wrażliwe na tę formę przemocy. Mogą nie umieć nazwać swoich potrzeb ani poprosić o pomoc. Zwykle starają się ukrywać problemy w domu, broniąc rodziców, idealizując sytuację lub po prostu wierząc, że „tak ma być”. Dlatego tak ważne jest, by zwracać uwagę nie tylko na to, co mówią, ale także na to, jak się zachowują. Wycofanie, lęk, chroniczne zmęczenie, brak podstawowej opieki czy nagłe pogorszenie nastroju to sygnały, których nie należy lekceważyć.

Osoby starsze

Podobnie jest ze starszymi osobami. Seniorzy często nie chcą nikogo obciążać, boją się „zrobić kłopot”, niekiedy wstydzą się swojej sytuacji albo nie wiedzą, gdzie szukać pomocy. Czasem zaniedbanie ze strony rodziny nie wynika ze złej woli, lecz z przeciążenia obowiązkami, braku czasu czy bezradności opiekunów, którzy nie potrafią sprostać codziennym potrzebom bliskiej osoby. Innym razem przybiera formę świadomego odsuwania się od odpowiedzialności i unikania opieki nad najstarszym członkiem rodziny. Ale w każdym przypadku skutki dla zdrowia i bezpieczeństwa seniora mogą być poważne.

Osoby z niepełnosprawnościami

Osoby z niepełnosprawnościami również często potrzebują wsparcia,

Osoby z niepełnosprawnościami są szczególnie narażone na sytuacje, w których potrzebne wsparcie nie jest im zapewniane. W ich przypadku zaniedbanie może być wyjątkowo dotkliwe – dotyczy nie tylko codziennej opieki, ale także leczenia, rehabilitacji i możliwości uczestniczenia w życiu społecznym. Izolowanie takiej osoby, brak dostępu do specjalistów czy pozostawianie jej samej na wiele godzin może prowadzić do poważnego zagrożenia dla zdrowia, a nawet życia.

Sąsiedzka troska

Choć zaniedbanie może mieć wiele przyczyn – od braku wiedzy, przez bezradność, po kryzysy życiowe czy problemy finansowe – jego skutki zawsze wymagają naszej czujności. Dlatego tak ważna jest rola otoczenia: sąsiadów, znajomych z klatki, ludzi, których mijamy codziennie w windzie czy na podwórku. To my często jako pierwsi możemy zauważyć, że coś jest nie tak.

Czasem wystarczy jedno życzliwe pytanie: „Czy u Pani wszystko w porządku?” albo „Widzę, że dziecko dziś jest bardzo smutne – czy mogę jakoś pomóc?”. Takie sygnały budują zaufanie i pokazują, że druga osoba nie jest sama. Zaskakująco często właśnie od sąsiedzkiej rozmowy zaczyna się droga do zmiany.

Jak zapobiegać?

Profilaktyka zaniedbania nie polega na patrzeniu innym na ręce, lecz na **budowaniu wspólnoty**. Gdy znamy ludzi, którzy mieszkają wokół nas, łatwiej zauważyć, kiedy potrzebują wsparcia. Czasem będzie to pomoc w zrobieniu zakupów starszej mieszkance bloku, czasem – oddanie ubrań po dzieciach rodzinie w trudniejszej sytuacji, a czasem powieszenie na tablicy ogłoszeń plakatu lokalnych instytucji pomocowych. Takie drobne gesty mają ogromne znaczenie.

Nie czekaj! Reaguj

Ale są też sytuacje, w których potrzebna jest reakcja bardziej zdecydowana. Jeśli widzimy, że dziecko jest stale zaniedbane, osoba z niepełnosprawnością nie ma zapewnionej opieki, a starsza sąsiadka żyje w warunkach zagrażających zdrowiu – nie czekajmy. Nie musimy mieć pewności, **wystarczy niepokój**. Wtedy warto skontaktować się z Ośrodkiem Pomocy Społecznej, zadzwonić do dzielnicowego albo porozmawiać

z pedagogiem szkolnym. A w sytuacjach nagłych – wezwać pomoc przez numer 112.

Reagowanie na zaniedbanie nie jest wtrącaniem się w cudze życie. To wyraz odpowiedzialności, troski i odwagi. Czasem jedno zgłoszenie może uratować komuś zdrowie, bezpieczeństwo, a nawet życie. Pamiętajmy: osoby zależne rzadko same poproszą o pomoc. Bardzo często to właśnie my – ludzie z najbliższego otoczenia – jesteśmy ich jedyną szansą na zauważenie i wsparcie.

Zaniedbanie dzieje się po cichu, ale to my możemy sprawić, że cisza zostanie przerwana. Wystarczy uważność, odrobina empatii i gotowość do działania. Dzięki temu nasza klatka schodowa, nasze podwórko, nasza ulica mogą stać się miejscem, gdzie ludzie nie są obojętni. A czasem właśnie to decyduje o czymś bezpieczeństwie i godnym życiu.

Na terenie dzielnicy Wola pomocy udzielają:

- Dział Przeciwdziałania Przemocy Domowej Ośrodka Pomocy Społecznej Dzielnicy Wola m.st. Warszawy Al. „Solidarności” 102, 01-016 Warszawa tel. 22 427 63 81
- Komenda Rejonowa Policji Warszawa IV ul. Żytnia 36, 01-198 Warszawa tel. 47 723 94 50
- Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” ul. Jaktorowska 4, 01-202 Warszawa, tel. 22 499 37 33, e-mail: info@niebieskalinia.org

Projekt realizowany przez Instytut Nowej Kultury, finansowany przez Urząd Dzielnicy Wola m.st. Warszawy