

زنگ خطر خشونت خانگی

Photo: Antonuk/Bigstockphoto.com

خانه امن: پاسخ‌های این قسمت به صورت عمومی و برای عرضه به گروه بزرگی از مخاطبان طراحی شده است و به هیچ‌وجه نمی‌تواند پاسخگوی نیازهای خاص و شخصی افراد باشد. برای بررسی دقیق‌تر مشکلات ما مشاوره‌های انفرادی را توصیه می‌کنیم، که از حوزه توانایی‌های خانه امن خارج است.

رزا خورشیدی، مشاور خانواده

پوشش: زنی هستم ۴۰ ساله که در ۸۱ سالگی ازدواج کردم و سه فرزند دارم. همسر من خشونت جسمی اعمال می‌کند و هم فحش می‌دهد و تهدید می‌کند. من به خوبی می‌دانم که باید جدا شوم ولی به شدت می‌ترسم.

می‌ترسم بلایی سر مادرم بیاورد. من از کتک‌هایش نمی‌ترسم. از خودش می‌ترسم. فریاد می‌زند. من از دست این مرد رهایی ندارم

پاسخ: دوست عزیز در درجه اول از وضعیت زندگی شما که سال‌هاست ادامه دارد متأسفم و آرزو می‌کنم که زودتر از این‌ها کمک می‌گرفتید. هرچند برای توقف چرخه خشونت هرگز دیر نیست.

اجازه بدهید از سوال شما جهت افزایش آگاهی عموم استفاده و موضوع را کمی باز کنم. به دلیل آمار بسیار بالای خشونت مردان علیه زنان در خانواده، مطالب مربوط به خشونت خانگی با این پیش فرض نگاه‌شده می‌شوند که شوهر خشونت‌گر و زن قربانی است. این کار بخاطر سهولت نگارش است و گرنه صد در صد قطعیت ندارد.

زنگ خطر خشونت خانگی

از مهم‌ترین عوامل خشونت خانگی سن پایین زنان هنگام ازدواج است. مردان خشونت‌گری که با دختران نوجوان ازدواج می‌کنند، یا از اول به دنبال تسلط بوده‌اند و یا بدون قصد اولیه، بعدها شرایط را مهیا دیده و دست به انواع خشونت می‌زنند. اغلب این افراد در مورد چرایی انتخاب یک همسر نوجوان می‌گویند: «می‌خواهم مطابق میل خودم تربیتش کنم.» «این عبارت خود زنگ خطر خشونت خانگی است.»

عروس نوجوان هنوز به رشد شخصیتی، عاطفی و اجتماعی لازم نرسیده و شخصیتش شکل نگرفته است. او مسلماً تحصیلات بالا و شغل ندارد، بی‌تجربه، خجالتی، شکننده، مردد در مورد خود، و سخت به دنبال تایید دیگران، بخصوص همسرش است. چه کسی می‌تواند هدف بهتری برای خشونت خانگی باشد؟

وابستگی مالی

نمی‌دانم هنگام ازدواج همسر شما چند سال داشته ولی به نظر می‌رسد که توانسته بر شما مسلط شود. وابستگی مالی به ایشان قدرت بیشتری برای اعمال انواع خشونت می‌دهد.

خشونت تنها برخورد فیزیکی نیست. فرد خشونت‌گر ممکن است ظاهراً بسیار آرام باشد و هرگز دست روی همسر خود بلند نکند ولی از ابزارهای کنترل دیگری استفاده کند. خشونت می‌تواند به صورت عاطفی، اقتصادی، اجتماعی، روانی، فیزیکی، جنسی و غیره باشد. خشونت‌گران هویت قربانی خویش را سرکوب می‌کنند. آن‌ها تمامی وجود قربانی را با تحقیر و ناسزا گفتن زیر پا می‌کنند و برای کنترل بیشتر، تهدید به صدمه زدن به دیگران می‌کنند. در نتیجه این فرایندها، قربانی کاملاً احساس درماندگی می‌کند و به فکر تلاش برای رهایی هم نمی‌افتد چرا که معتقد است توانایی این کار را ندارد و به علاوه نگران سلامتی عزیزان خویش است. دو سه جمله آخر شما این نظریه را تایید می‌کند.

نشان بدهید که موفق نشده

دوست عزیز، احساس درماندگی شما را درک می‌کنم. بیست و دو سال طول کشیده که شما به اینجا برسید و همسران در این راه تلاش بسیاری کرده. نشان بدهید که موفق نشده. این کار برای شما یک‌شبه ممکن نیست ولی باید شروع کنید.

از خود سوال کنید که آیا مایلید این وضعیت خاتمه یابد یا نه؟ به ستم‌هایی که تا کنون کشیده‌اید و به فرزندان‌تان فکر کنید. ببینید مشاهده کتک خوردن شما از پدرشان چه تاثیری بر حال و آینده آن‌ها دارد؟ انگیزه شما برای خروج از این رابطه خشونت‌بار چقدر نیرومند است؟

این بهانه که «به خاطر بچه‌هایم دارم تحمل می‌کنم» کاملاً بی‌اساس است. همان‌ها بعدها از شما گله خواهند کرد که چرا در آن جهنم ماندید و آن‌ها را هم نگه داشتید؟ در ضمن زندگی در یک خانواده تک‌والدی به مراتب بهتر از خانه شماست. اگر دیدید که باید به این وضعیت خاتمه دهید، سوال بعدی این است: مسئول پایان دادن به این رابطه ظالمانه کیست؟ هروقت گفتید «خودم» قدم اول را برداشته‌اید.

تاج قربانی و تاج مسئولیت

تا وقتی معتقدید که کاری از دستتان برنماید، مشکل شما نه تنها حل نمی‌شود بلکه روز بروز بدتر می‌شود. هرچه کوتاه بیایید شوهرتان گستاخ‌تر می‌شود. این طبیعت یک رابطه ظالمانه است.

قربانی بودن خیلی آسان‌تر است، وجهه اجتماعی مقبولتری هم دارد. اما ضررش این است که شما از خود سلب اختیار می‌کنید و هرگز تلاشی برای رهایی نخواهید کرد. تاج قربانی را بدور بیندازید و تاج مسئولیت را بر سر بگذارید. در زندگی هیچکس نمی‌تواند آدمی را تحقیر کند مگر اینکه خودش اجازه بدهد.

سواى مسئله خشونت خانگی، کمی به خود پردازید. ورزش و مطالعه کنید، یک سرگرمی و ترجیحاً یک حرفه بیاموزید تا درآمدی حتی اندک کسب کنید و کاملاً به همسران وابسته نباشید. کم‌کم اعتماد بنفستان افزایش می‌یابد. مواظب باشید که این کارها توجه همسران را به خود جلب نکند. مردان خشونتگر با هر حرکتی بر علیه سلطه مطلق خود، به شدت مخالفند.

نیاز به مشاوره

پس از آن، در درجه اول نیاز به یک مشاور دارید که احساس کنترل درونی را به شما برگرداند. به هر ترتیب که می‌توانید درمان را دور از چشم همسر شروع کنید. اگر ایشان شکاک و بدبین هستند و اجازه بیرون رفتن را به شما نمی‌دهند، با صدای مشاور شروع کنید.

هم‌زمان، حمایت نزدیکان خود را جلب کنید. مشکل خود را با چند نفر معتمد در میان بگذارید و ببینید به شما پناه خواهند داد یا نه. در جایی که زنان از حمایت قانونی مناسب برخوردار نیستند، می‌توان با رعایت مولفه‌های فرهنگی از خانواده، فامیل، دوستان و همسایگان مورد اعتماد کمک گرفت. با مشاورین حقوقی رایگان خانه امن تماس بگیرید و اطلاعات لازم را کسب کنید.

توانمندسازی روحیه، کسب اطلاعات حقوقی و اجتماعی به همراه کسب حمایت‌های عاطفی، شما را برای خروج از این رابطه آماده می‌کند. آسان نیست ولی غیرممکن هم نیست. خود را باور داشته باشید و از همین الان شروع کنید. بدانید که در زندگی هر کار بدی تاوان و هر کار خوبی هزینه دارد. اگر بمانید باید خودتان و نسل‌های بعدی تاوان آنرا پردازید. اگر هم تصمیم به تغییر وضعیت بگیرید با علم به این نکته که باید هزینه اینکار را پردازید شروع کنید. با درایت می‌توان هزینه را به حداقل رساند ولی هرگز نمی‌توان حذف کرد.