

زندگی نولا در خشونت خانگی، تکرار و باز هم تکرار

Photo: wrangler/bigstockphoto.com

برگردان: مهدی بابامهدی از [Hidden Hurt](#)

ماجرای خشونت خانگی نولا نشان می‌دهد که چگونه قربانی‌های خشونت خانگی در یک رابطه خشونت‌بار می‌مانند، یا چرا زمانی که برای ترک آن برنامه می‌ریزند، دوباره خود را در رابطه با خشونت‌گر پیدا می‌کنند ... با امید به اینکه این دفعه همه چیز درست شود اگرچه شواهد نشان‌دهنده عکس این موضوع است.

چگونه شروع شد...

او انسان خوبی بود، یک پدر مجرد، جاذبه عجیبی بود که ما را به هم جذب می‌کرد. رابطه‌ی ما خیلی سریع شروع شد. زمان زیادی قبل از حاملگی من برای فرزند نخستان نبود. او خیلی زود مرا ترک کرد با این دلیل که برای یک خانواده دیگر آمادگی ندارد و قصد دارد تا برای خانواده‌ی دیگرش وقت بگذارد. برایش من حتی به عنوان خانواده تعریف نمی‌شدم ... برای تمام مدت بارداری من از هم جدا بودیم. به او پیشنهاد می‌کردم که با هم به دکتر یا وقت آزمایش سونوگرافی برویم، ولی نمی‌آمد. قلبم را می‌شکست، ولی من همچنان ادامه می‌دادم. می‌گفت برای زمان وضع حمل پیش من خواهد بود. من زایمان کردم و بهانه‌اش این بود که چون سرش شلوغ است نمی‌تواند بیاید. روز بعد از وضع حمل من بود که او برای دیدن فرزندش آمده بود. زمانی که او فرزندش را دید دلش به رحم آمد و در حالی که کنار تخت من نشست بود گفت که می‌خواهد تا در کنار هم به عنوان یک خانواده، خانواده من، باشند. قلب من آرام گرفت. این تمام چیزی بود که می‌خواستم: یک خانواده در کنار هم. من قبول کردم که آرام برویم.

چند هفته بعد از زایمان

تنها چند هفته بعد اوضاع به هم ریخت: او از من می‌خواست که تمام راه را رانندگی کنم تا او را ببینم، ولی هیچ تلاشی برای دیدن دخترش یا من نمی‌کرد. در روزهای تعطیل برای دیدن او می‌رفتم، و در یکی از همان روزهای تعطیل بود که او را درحالی که با زن دیگری در بستر بود یافتم. قلبم شکست. به یاد ندارم که چگونه، ولی ما بحث کردن را به اتمام رساندیم و رابطه‌مان را شروع کردیم. او برای زندگی به خانه من آمد و این زمانی بود که آزار و اذیت او شروع شد: کنترل‌کردن‌ها، اجازه ندادن به من برای خروج از منزل و استفاده از کامپیوتر، و چیزهای دیگر. من هیچ فکری در مورد این موضوع ها نمی‌کردم. تنها فکر می‌کردم که من در مسیر اشتباهی هستم و باید این جریان متوقف شود. همیشه در دعواها، کسی که عذرخواهی می‌کرد، من بودم.

چند سال بعد، فرزند بعدی

هر کاری که او می‌خواست انجام می‌دادم و تصور می‌کردم این شرایطی است که باید باشد. من ساکت می‌ماندم و چون رفتار او را می‌شناختم و اجازه نمی‌دادم که مشکلی پیش بیاید. تصور می‌کردم که خوشحالم، و رابطه با وجود یک بچه شبیه همین رابطه‌ای که من تجربه می‌کردم است. بچه دوم ما هم به دنیا آمد و همه چیز بدتر شد. من از بچه‌ی تازه به دنیا آمده و بچه‌ی بزرگمان نگهداری می‌کردم، و به کارهای خانه می‌رسیدم، اما اینها کافی نبود. او همچنان بر پول و درآمد خانه و اینکه من کجا می‌روم کنترل داشت. حتی رفتن به دانشگاه هم معضل بود. به هر حال، توانستم واحدهای درسی را بگذرانم با اینکه به ندرت به دانشگاه می‌رفتم. شروع اکثر مشکلات ما زمانی بود که من فهمیدم او به من خیانت می‌کند. البته، این خطای من بود. من چندان به او توجه نمی‌کردم. او عذرخواهی کرد و گفت که دیگر این اتفاق تکرار نخواهد شد. من حرفش را قبول کردم. اما همه چیز همچنان بد بود. با یکی از دوستانم صحبت کرده بودم و او به من هشدار داده بود که شرایط درست نیست.

دوباره عاشق شدم

فرستی برای رفتن به خانه یکی از اعضای خانواده‌ام پیدا شد، و من فکر کردم که خانه خواهرم فرصت ایده‌آلی برای ترک این خانه است. بنابراین با بچه‌ها به آنجا رفتم و او در خانه‌ی اجاره‌ای ما ماند. ناگهان او همان فرد شیرین و جذابی شد که من دوباره عاشقش شدم. نظرم عوض شد و او پیش من و بچه‌ها آمد. مسائل برای مدتی خوب پیش رفت، اما دوباره جر و بحث‌ها شروع شد: زمان زیادی پشت کامپیوتر بودم و دوست داشتم با دوستانم بیرون بروم.

شبی را به یاد می‌آورم که تولد یکی از دوستانم بود که می‌خواستم بروم - او تا آن شب مشکلی با بیرون رفتن من نداشت - اما یک

دفعه از اینکه من می‌خواهم بیرون بروم و در خانه با خانواده‌ام نمی‌مانم، عصبانی شد. تصمیم گرفتم که بروم و او آن شب را به یک کابوس تبدیل کرد. نمی‌توانستم از مهمانی لذت ببرم و او مرتب پیامک‌های آزاردهنده می‌فرستاد. واقعا احساس می‌کردم که کار اشتباهی انجام دادم.

مادرم گفت بمان

مسائل به دعوا کشید، هر دو ما به این نتیجه رسیدیم که این یک رابطه سالم نیست و این دعوها شروع به تاثیرگذاری روی بچه‌ها کرده است. تصمیم گرفتیم که او باید از خانه برود- به مادرم اطلاع دادم (او از مسائل اطلاعی نداشت). تنها به او گفتم که ما از هم دور شدیم و فکر می‌کنیم که بهترین راه جدائی است. به یاد می‌آورم که مادرم گفت که اشتباه می‌کنم و باید تلاش کنم تا شرایط را بهتر کنم. احساس تنهایی و ترس می‌کردم، تمام افرادی که به من گفته بودند در کنارم خواهند بود حضور نداشتند.

تنها بودم. دوسال شبیه جهنم بود. شوهرم بدتر شد. مرا تعقیب می‌کرد، روزی کلی پیامک می‌فرستاد، این احساس را در من ایجاد می‌کرد که این خطای من بوده و باید پیش مشاوره بروم و آن وقتی بود که من فهمیدم قربانی خشونت خانگی هستم.

تلاش دوباره

تصمیم گرفتیم که دوباره تلاش کنیم. بعد از چیزی که مادرم به من گفته بود، احساس می‌کردم که این وظیفه‌ی من است که تلاش کنم و دوباره خانواده را در کنار هم جمع کنم. در طول دو سال بعد او در آپارتمانش زندگی کرد و من در این خانه ماندم و اینگونه من گاهی اینجا و گاهی آنجا بودم. هیچ کس اطلاعی نداشت که ما دوباره رابطه‌مان را شروع کردیم. بسیار شرمسار بودم که این را در خفا نگه دارم و به دیگران بگویم که ما به خاطر بچه‌ها تلاش کردیم که با هم دوستیمان را از سر بگیریم. وقتی شرایط خوب بود، مسائل خوب بودند، ولی وقتی شرایط غیرقابل می‌شد، واقعا بد بود.

اقدام قانونی نکردم

در شرایط نامساعد برای تکفل بچه‌ها شروع به اقدام قانونی می‌کردم. وکیل (همچنین مشاور) از من خواست که برای DVO اقدام کنم، اما نمی‌توانستم. تهدید کرده بود بود که اگر این کار را بکنم، خودش را می‌کشد. نمی‌توانستم مسئولیت آن را قبول کنم.

به یاد می‌آورم که یک شب در حال جر و بحث بودیم. واقعا عصبی شد و اولین مشتش را به پام زد. احساس کردم که این خطای من بوده که او را بیش حد عصبانی کردم. ضربه‌ی او کیبودی به اندازه یک توپ گلف ایجاد کرد. البته عذرخواهی کرد و قسم خورد که هیچگاه این برخورد را تکرار نمی‌کند. در طول آن دوسال من حس کردم که دوباره باردار شده‌ام. بعد از اینکه ما این موضوع را متوجه شدیم جر بحث زیادی داشتیم. از دست دادن کودک بسیار استرس‌زا و غم‌انگیز بود. حس می‌کردم و هنوز هم چنین حسی دارم که این خطای من بوده است.

مسائل بعد از آن بسیار بد شد. من او را مقصر می‌دانستم و او هم من را، و آزارهای او بدتر شد. شروع به تعقیب من کرد و روزی بیش از هفتاد پیامک برای من می‌فرستاد. با سلامتی روانم در حال کلنجار بودم. به نقطه‌ای رسیدم که از نظر روحی درهم شکستم. این موضوع را از خانواده‌ام هم مخفی نگاه داشتم اما به چند نفر از دوستانم گفتم. در نهایت تحت نظر گروه سلامت روان قرار گرفتم و پیش روانشناس می‌رفتم. بیماری من افسردگی شدید تشخیص داده شد. سپس در طول دو سالی که با همدیگر زندگی می‌کردیم دریافتم که چند باری به من خیانت کرده بود. البته او من را مقصر می‌دانست و می‌گفت تقصیر من است. اینجا زمانی بود که من احساس کردم شاید همه این مشکلات تقصیر من بوده و من باید بیشتر تلاش می‌کردم تا خانواده‌ام را در کنار هم جمع کنم. زمانی که او در حالت خویش باشد شرایط خیلی بهتر بود. این امر من را زیاد تحت تاثیر قرار نمی‌داد، و اگرچه بچه‌ها از بودن با او لذت می‌بردند، آنها دوست نداشتند که به خانه‌ی او بروند. برای من بهتر بود که در سمت او قرار بگیرم تا علیه او.

شروع دوباره و دوباره

واقعا یاد ندارم که چگونه دوباره آغاز شد، اما الان ما دوباره با هم زندگی می‌کنیم. به خاطر می‌آورم که در ماه سپتامبر من بیمار بودم و او برای مراقبت از بچه‌ها به خانه‌ی من آمد. از من خواست که به او اجازه بدهم که در خانه‌ی من بماند، و علیرغم میل قبول کردم، در غیر این صورت دعوا و جر و بحث شروع می‌شد. از جر و بحث خسته شده بودم. همه چیز خوب پیش می‌رفت. فردی مراقب و مقید شده بود و من دوباره عاشقش شده بودم. جنبه خوب او چیزی بود که من عاشقش بودم. او به من اطمینان داد که از بچه‌ها و من مراقبت خواهد کرد. ارتباط ما دوباره از سر گرفته شد و به من گفت که پیش مشاور می‌رود، من هم در مورد مشکل روحی اخیرم به او گفتم، و او عذرخواهی کرد و گفت که این موضوع دیگر اتفاق نخواهد افتاد. ما شروع به اشک ریختن کردیم و همدیگر را در آغوش گرفتیم. در آغوش او احساس امنیت کردم.

چند ماه بعد دوباره بیمار شدم، در تمام مدت در منزل اقامت داشت. به هیچ کس نگفتم که ما دوباره با هم زندگی می‌کنیم. من احساس

می کردم دوستانم را ناامید کرده بودم. آنها مرا حمایت کرده بودند و زمانی که شرایط سخت شده بود در کنارم بودند، و من می خواستم به آنها بگویم که ما دوباره با هم زندگی می کنیم. نمی دانستم آنها چگونه واکنش نشان می دهند. آرام آرام شروع به گفتن جریان کردم و به آنها گفتم که همه چیز عالی است و او تغییر کرده است و قضایا در حال بهبود است. او قصد دارد در منزل ما زندگی کند و ما دوباره در کنار هم به عنوان یک خانواده باشیم. به آنها گفتم که ما در این دو سال خیلی عاقلتر شدیم و همه چیز عالیست...

باز سریع جلو رفت و زندگی مان با هم شروع شد. بازگشت ما به هم و ماندن او در خانه ی من و الان او در خانه ی من زندگی می کند. احساس می کنم دور خودم گیج می خورم و نمی توانم جلویش را بگیرم. همه چیز خوب است، اما علائم گذشته (دروغگویی هایش، مشروب خوری هایش و...) در حال پدیدار شدن است. احساس می کنم نمی توانم کاری بکنم. از هم جدا می خوابیم، اما من نمی توانم دوباره بچه ها را به جای دیگر ببرم.

در نهایت اینجا جایی است که من هستم. به دو سال قبل بازگشتم. من نمی دانم که این دفعه شرایط خوب می شود یا نه. امیدوارم. من عاشق او هستم. احساس می کنم با توجه به حمایت دوستان در این سالها اگر شرایط دوباره به هم بریزد نمی توانم با دیگران مسائل را در میان بگذارم. اما امیدوارم که اگر شرایط خراب شد قدرت این را داشته باشم که دوباره او را ترک کنم.