

# خشونت گران رفتارهای دوقطبی دارند

Photo: axelbueckert/bistock.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:** زن جوانی هستم که به تازگی ازدواج کرده‌ام. پدرم با ازدواج من مخالف بود. اما با اصرار زیاد من، خانواده‌ام بالاخره راضی شدند.

همسر من ایرانی نیست و در خانه با هم انگلیسی صحبت می‌کنیم. دو هفته بعد از ازدواج برای اولین بار دعوایمان شد و صدایش را بلند کرد. سوتفاهمی بود که شاید به خاطر تفاوت فرهنگ و زبان ایجاد شده بود. اما او از داد زدن دست بر نمی‌داشت و تهدید کرد که من را می‌کشد.

زرف چند ماه، دوباره موضوع چند بار تکرار شد و سرانجام تصمیم به جدایی گرفتم اما وقتی فهمیدم باردار هستم از جدایی منصرف شدم. سعی کردم او را ببخشم و به زندگی‌ام برگردم.

دوباره همین هفته پیش به خاطر یک برداشت اشتباه از صحبت‌های من از کوره در رفت و من را هول داد، زمین خوردم و زخمی شدم. به جان وسایل خانه افتاد و هر چه جلوی دستش بود را شکست. بالاخره توانستم برای یک دقیقه آرامش کنم تا برایش موضوع سوتفاهم را توضیح بدهم. وقتی متوجه اشتباه‌اش شد بغلم کرد و مرا بوسید و عذرخواهی کرد. بین دو راهی سقط جنین و زندگی زیر خشونت فیزیکی و روانی گیر افتاده‌ام. چه کنم؟ برای بچه آینده‌ام بهتر گزینه کدام است؟ دوستانم مرا به سقط و طلاق تشویق می‌کنند. اما من باور نمی‌کنم فاصله بین عشق و نفرت چنین کوتاه باشد.

**پاسخ:** دوست عزیز، نوشته غمگین شما با جمله ای شروع شده است که من صدها و هزاران بار در طول سال‌ها کار در این حوزه شنیده و خوانده‌ام: «خانواده‌ام با ازدواج من مخالف بودند اما با اصرار زیاد من، بالاخره راضی شدند.» پیش از پاسخ دادن به سوال شما بار دیگر نظر شما را به **اهمیت نقش خانواده در پیشگیری و مبارزه با خشونت خانگی** که قبلا در همین سایت منتشر شده است جلب می‌کنم.

## خشونت توجیهی ندارد

دخترم، بگذار خاطرت را جمع کنم که رفتار همسر شما به هیچ وجه به خاطر تفاوت فرهنگی و زبانی و ... نیست. اصولاً به یاد داشته باشید که خشونت و پرخاشگری هرگز هیچ توجیهی ندارد. همه انسان‌های روی زمین خشمگین می‌شوند ولی تعداد کمی هستند که پرخاشگری می‌کنند. تفاوت این دو دسته افراد چیست؟ حرفی که شما می‌زنید ایده‌آل افراد پرخاشگر است. آنها همیشه می‌گویند: «تو مرا عصبانی می‌کنی.»

یک بار در کلینیک مشاوره من، یک فرد بسیار تحصیل کرده در حضور خانواده‌اش به من گفت: «اگر این‌ها پا روی دم من نگذارند، من کاری به کار آنها ندارم!» پاسخ من به ایشان این بود: «اولاً بسیار متأسفم شما دم دارید! «همگی خندیدند و فرد مورد نظر هم متوجه معنایی که در مثال عامیانه‌اش پنهان بود، شد. فقط یک حیوان است که با پا گذاشتن روی دم، فوراً و بدون فکر به کسی حمله می‌کند. سوال دوم من از کسانی که این بهانه‌ها را می‌آورند این است: «آیا شما هرگز در محیط کار از رئیس خود خشمگین شده‌اید؟ آیا به ایشان پرخاش می‌کنید؟ کتک می‌زنید؟ ناسزا می‌گویید؟ چیزی به طرفش پرتاب می‌کنید؟ «پاسخ همیشه چیزی در این ردیف است:» مگر من دیوانه هستم؟! «این پاسخ نشان می‌دهد که خشونت این افراد کاملاً انتخابی است و توانایی کنترل آن را دارند.

## خشونت گر می‌تواند خودش را کنترل کند

این مقدمه را گفتم تا شما بدانید که همسران توانایی کنترل خود را دارد و این شما هستید که با رفتارتان به او اجازه خشونت را می‌دهید. توصیه همیشگی من به همه افراد این است که هرگز کوچک‌ترین مورد خشونت و پرخاشگری را تحمل نکنند و با آن برخورد خیلی جدی داشته باشند. خشونت گران معمولاً از همان ابتدای آشنایی نشانه‌های رفتاری خاصی را از خود نشان می‌دهند. شما در این مورد چیزی نوشته‌اید. علت مخالفت پدرتان را هم ذکر نکرده‌اید. شاید ایشان ردپای پرخاشگری را در رفتارهای همسر شما دیده بودند. ایکاش پیش

از ازدواج جوانان و والدین آنها نسبت به این مسائل حساس باشند تا از این وضعیتی که امثال شما گرفتار آن هستید، جلوگیری کنند.

من هرگز نمی‌توانم به شما توصیه‌ای در مورد سقط یا عدم سقط جنین بکنم. اما می‌توانم بگویم که مشکل شوهر شما کاملاً قابل حل است و توصیه کنم که حتماً و در اسرع وقت این مسئله را پیگیری کنید. این وقایع هرگز نباید در طول بارداری شما تکرار شوند. در دوران بارداری حتی کسی نباید با شما با صدای بلند حرف بزند. جنین تحت تاثیر مستقیم حالات روحی و جسمی مادرش است و خوشی و ناخوشی شما روی جسم و روان او تاثیر مثبت و منفی می‌گذارد.

معمولاً افراد خشونت‌گر رفتارهای دو قطبی دارند. یعنی به همان اندازه که خشونت می‌ورزند، می‌توانند مهربان و دوست داشتنی باشند که شما از آن به عنوان فاصله کوتاه بین عشق و نفرت یاد کرده‌اید. اگر همسر شما هم همین حالت را دارد، در اولین فرصت هنگامی که اخلاقش خوب است با ملایمت به او بگویید که نگران فرزندتان هستید و باید فکری به حال خشم و رفتارهای خشمگینانه خود بکند. به قول و قرارهای ایشان توجه نکنید و از او بخواهید که کمک تخصصی بگیرد. امکانات کشورهای مختلف در این رابطه متفاوت است. شما نگفته‌اید که کشور محل اقامتان کجاست. کلاس‌ها و گروه‌های تخصصی مدیریت خشم می‌تواند برای ایشان مفید باشد ولی قبل از آن باید برای تشخیص نیازهای درمانی خود به یک روان‌پزشک یا روان‌شناس بالینی مراجعه کنند. اگر این تلاش‌ها در ایشان تاثیری نگذاشت، حتماً از دیگران کمک بگیرید. اگر در ایران هستید، از افراد خانواده و اگر خارج از ایران هستید از مراجع قانونی کمک بگیرید و تا وقتی که ایشان به گواهی متخصصین رفتارهای پرخطرانه خود را کلاً برطرف نکرده است، به زندگی مشترک باز نگردید.