

# در صورت سکونت در مسکن نامناسب، زن می تواند تمکین نکند

موسی برزین خلیفه لو - پژوهشگر حقوق

گرچه خشونت خانگی از لحاظ مفهومی کما بیش روشن بوده و به هزر رفتار خشونت آمیز یک عضو علیه عضو دیگر خانواده اطلاق می شود، اما مصادیق خشونت خانگی نسبت به هر جامعه ای ممکن است متفاوت باشد. وجود برخی آداب و رسوم و باورهای مذهبی و یا فرهنگ حاکم بر افراد می تواند مصادیق و موارد متعددی از خشونت خانگی را به وجود آورد. یکی از مسائلی که در جامعه ایران از قدیم الایام رواج داشته است، زندگی با خانواده شوهر یا زن در یک محل است. گرچه این امر رفته رفته بسیار کم رنگ شده و هم اکنون بیشتر زوج ها تمایل به زندگی مستقل دارند، اما بازهم شاهد اختلاف در مورد زندگی با خانواده همسر هستیم. در برخی موارد به دلیل فقدان شرایط مالی مناسب زن و شوهر پس از ازدواج مجبور به اقامت در خانه خانواده خود می شوند در برخی موارد نیز فرد به دلیل سالخورده گی والدین خود، آنها را در خانه خود سکونت می دهد. در هر دو مورد استقلال محل سکونت خدشه دار می شود.

زندگی با مادر و پدر شوهر یکی از مواردی است که معمولا باعث بروز اختلاف بین زن و شوهر ها می شود. بعضا مشاهده می شود که برخی از مردان، همسر خود را مجبور به نگهداری از پدر و مادر خود می کنند در حالی که همسر راضی به زندگی کردن در کنار آنان نیست. همین امر باعث بروز تشتت در خانواده و بعضا خشونت خانگی می شود. برخی از مراجعه کنندگان به خانه امن چنین مشکلی را داشته اند. به عنوان مثال خانمی با مرکز مشاوره خانه امن تماس گرفته و اظهار می کرد که شوهرش مادر 70 ساله خود را به خانه آنان آورده است. این شوهر همسر خود را مجبور به نگهداری از مادر شوهر می کرده است. علاوه بر آن افرادی که به دیدار مادر سالخورده می آمده اند زحمات مضاعفی برای وی ایجاد کرده بودند. همین مساله سبب بروز اختلاف بین ایشان و همسرش شده بود. این زن و شوهر در نهایت نتوانسته بودند به توافق برسند و زن خانه را ترک کرده بود.

شاید بتوان تعداد زیادی از این گونه موارد را ذکر کرد اما سوال مهم در این موارد این است که از لحاظ حقوقی آیا زن یا مرد می تواند خانواده خود را به صورت دائم در خانه سکونت داده و همسر خود را موظف به نگهداری از آنان کند؟ و یا اینکه آیا زن موظف به سکونت در منزل خانواده مرد است؟

بر اساس قوانین ایران حق انتخاب مسکن بر عهده شوهر است اما این بدان معنا نیست که شوهر بتواند بدون توجه به وضعیت زن، وی را مجبور به سکونت در هر خانه ای که خود صلاح بداند کند. یعنی اینکه در انتخاب مسکن توسط شوهر، لازم است شان و موقعیت اجتماعی وی در نظر گرفته شود. این بدان معنی است که مرد گرچه حق انتخاب مسکن را دارد اما نمی تواند مسکنی انتخاب کند که آشکارا با شان و منزلت زن در تعارض باشد. شان و موقعیت اجتماعی نیز بر اساس زندگی قبل از ازدواج زن و یا وضعیت زندگی اقبای نزدیک زن تعیین می شود. موقعیت مالی زن، شغل وی، موقعیت اجتماعی پدر و مادر وی و مسائلی از این قبیل، موقعیت اجتماعی زن را تعیین می کند. به عبارتی مرد باید با رجوع به عرف، مسکن مناسبی با وضعیت زن تهیه کند. البته این بدان معنا نیست که مرد موظف به تهیه مسکنی کاملا برابر یا برتر از مسکن قبل از ازدواج زن است بلکه لازم است نزدیک به آن باشد. از ماده 1107 قانون مدنی این مساله به خوبی قابل برداشت است. بر اساس این ماده: «نفقة عبارت است از همه نیازهای متعارف و متناسب با وضعیت زن از قبیل مسکن، البسه، غذا، اثاث منزل و هزینه های درمانی و بهداشتی و خادم در صورت عادت یا احتیاج به واسطه نقصان یا مرض» همانطور که از متن ماده پیداست قانونگذار تهیه مسکن متعارف و متناسب با وضعیت زن را مد نظر قرار داده و آن را از وظایف مرد دانسته است. بنابراین اگر زندگی در خانه خانواده شوهر متعارض با شان زن باشد می تواند از آن امتناع کند. زن در صورت عدم تهیه مسکن مناسب می تواند به دادگاه رجوع کرده و بخواهد که شوهرش را ملزم به تعیین مسکن مناسب کند. ضمانت اجرای دیگر این است که اگر سکونت در مسکن نامناسب، خطر ضرر شرافتی به زن را ایجاد کند، وی می تواند زندگی مشترک را ترک کرده و تمکین نکند. بر طبق ماده 1115 قانون مدنی ایران: «اگر بودن زن با شوهر در يك منزل متضمن خوف ضرر بدنی یا مالی یا شرافتی برای زن باشد زن می تواند مسکن علی حده اختیار کند و در صورت ثبوت مظنه ضرر مزبور محکمه حکم بازگشت به منزل شوهر نخواهد داد و مادام که زن در بازگشتن به منزل مزبور معذور است نفقه بر عهده شوهر خواهد بود.» بنابراین دو ضمانت اجرا در این مورد وجود دارد یکی مراجعه به دادگاه و الزام شوهر و دومی عدم تمکین.

اما در فرضی که شوهر خانواده خود را در منزل خود سکونت دائم می دهد تا از آنان نگهداری کند در این مورد قوانین ساکت هستند فقط در قانون مدنی ذکر شده است که نفقه پدر و مادر بر عهده اولاد است. شاید از این مقررره بتوان استنباط کرد که نگهداری از پدر و مادر سالخورده و ناتوان نیز بر عهده اولاد است. اگر از لحاظ اخلاقی هم به مساله نگاه شود، می توان گفت فرزندان موظف به تامین مخارج زندگی والدین خود و مکلف به نگهداری از آنان هستند. قطعاً چه از لحاظ حقوقی و چه از لحاظ اخلاقی نمی توان فرزندی را هر چند متاهل از زندگی در کنار پدر و مادر خود بازداشته و مانع نگهداری کردن از آنان شد. اما در برخی موارد این حق و وظیفه با حقوق دیگری

تعارض پیدا می کند. فرزندى خواهان نگهدارى از پدر و مادر ناتوان خود د از طرف ديگر همسر رضايتمى به زندگى با خانواده همسرش را نداشته و تمایلى به نگهدارى از آنها ندارد. بنابراین در این مواقع از یک طرف شوهر موظف به تهیه مسکن مناسب و مستقل برای زن است از طرف ديگر لازم است از والدین خود نگهدارى کند. قطعاً الزام به نگهدارى از والدین توسط همسر معارض با قوانین است اما زندگى با پدر و مادر حقى قانونى است .

---

## دوره آموزشی رایگان خانه امن: خانه بدون خشونت در ساختار حقوقی ایران

خانه امن سیزدهمین دوره آموزشی رایگان خود را برگزار می کند. در این دوره سه جلسه ای با قوانین مربوط به خشونت خانگی علیه زنان و کودکان به زبان ساده آشنا می شوید. این دوره برای هر کدام از شما در هر جایگاهی که هستید می تواند مفید باشد.

در این دوره آموزشی ثبت نام کنید.

کمال جلاييان، وکیل پایه یک دادگستری، لیسانس حقوق قضایی از دانشگاه شیراز و فوق لیسانس جزا و جرم شناسی از دانشگاه تهران وی با بیش از پانزده سال سابقه وکالت، مسئولیت پرونده های بسیاری را در رابطه با خشونت خانگی برعهده داشته است. جلاييان سابقه تدریس در دانشگاه و نیز تالیفات متعددی را در کارنامه علمی خود دارد.

• **جلسه اول:** درباره قوانین مربوط به زنان و خشونت خانگی چه می دانید؟

• تاریخ: چهارشنبه، ۲۱ خرداد (۱ جون) - ساعت ۸ شب به وقت تهران

• **جلسه دوم:** خانواده بدون خشونت در پناه قوانین ایران

• تاریخ: چهارشنبه، ۹۱ خرداد (۸ جون) - ساعت ۸ شب به وقت تهران

• **جلسه سوم:** حمایت از کودکان در مقابل خشونت خانگی، ممکن یا ناممکن؟

• تاریخ: چهارشنبه، ۶۲ خرداد (۵۱ جون) - ساعت ۸ شب به وقت تهران

در این دوره آموزشی ثبت نام کنید.

---

## راهکارهای کاهش کودک آزاری در کشور

Photo: obey leesin/Bigstock.com

هنوز مدت زمان زیادی از کودک آزاری هایی که در حق نیما، باربد، بهانیه و ... اتفاق افتاد نگذشته و متأسفانه اخباری مبنی بر پیگیری و یا اصلاح قوانین مربوط به کودک آزاری در ایران شنیده نمی شود. اخباری که پس از مدتی هرچند به ظاهر فراموش می شود اما شدیداً جامعه را متاثر می کند و افکار عمومی را تحت تاثیر قرار می دهد و در دراز مدت می تواند اثرات سوئی بر ذهن آگاه جامعه باقی بگذارد.

جالب است بدانید در کشور آلمان کودک آزارانی که بیش از ۵۲ سال سن داشته باشند با نظر موافق کمیسیون پزشکی با استفاده از دارو عقیم می شوند. در سوئد نیز قانون مشابهی وجود دارد. در فرانسه و اسپانیا نیز تمهیداتی برای اجرای مورد مشابه انجام گرفته است.

روبرو شدن جامعه ایران با تعدد جرایم کودک‌آزاری در جامعه سبب شد تا در سال ۱۸ قانون حمایت از کودکان و نوجوانان تصویب شود. در این قانون کلیه اشخاصی که به سن هجده سال تمام نرسیده‌اند، مورد حمایت قرار می‌گیرند و هر نوع اذیت و آزار کودکان و نوجوانان که موجب شود به آنان صدمه جسمانی یا روانی و اخلاقی وارد شود و سلامت جسم یا روان آنان را به مخاطره اندازد، ممنوع است و مجازات دارد.

براساس این قانون کودک‌آزاری از جرایم عمومی محسوب می‌شود و نیاز به شاکی خصوصی ندارد. یعنی هرکس می‌تواند به محض دیدن مورد کودک‌آزاری آن را گزارش دهد و دادستان هم به‌عنوان مدعی‌العموم باید موضوع را پیگیری کند. حداکثر مجازاتی که در این قانون پیش بینی شده است ۶ ماه حبس و ۱ میلیون تومان جزای نقدی است. تصویب این قانون اگرچه خود، قدم بزرگی در کمک به کودکان قربانی محسوب می‌شد اما نواقص آن هنوز بسیار زیاد است.

مهمترین چالش این قانون، در خصوص قتل فرزند توسط پدر است که در ماده ۲۲۰ قانون مجازات اسلامی گفته شده است که پدر یا جد پدری که فرزند خود را بکشد، قصاص نمی‌شود و به پرداخت دیه قتل به ورثه مقتول و تعزیر محکوم خواهد شد. این تعزیر هم با استناد به ماده ۲۱۶ قانون مجازات اسلامی است که تصریح می‌کند در صورتی که فردی به قصاص محکوم و این حکم از او سلب شود به لحاظ جنبه عمومی جرم به سه تا ۰۱ سال حبس محکوم می‌شود. این ماده باعث سوءاستفاده برخی پدران قرار گرفته است و در موارد زیادی سبب فرار مجرم از مجازاتی در خور شده است. در قانون سال ۱۸ پدر همچنان به‌عنوان ولی کودک از قصاص معاف است.

نواقص زیاد این قانون دولت را وادار ساخت تا به منظور کاهش خلاهای مربوط لایحه حمایت از کودکان و نوجوانان را تصویب و آماده ارائه به مجلس شود. این لایحه نکات مثبت زیادی دارد از جمله این که در این لایحه پیش‌بینی شده تا کودکان هم بتوانند اعلام شکایت کنند که این مورد تا کنون در کشورمان سابقه نداشته است اما با این وجود در ماده ۱۱ این لایحه آمده است هر کس مرتکب قتل عمد یا ضرب و جرح عمدی کودک یا نوجوان شود و به هرعلتی قصاص نشود، علاوه بر پرداخت دیه طبق مقررات، حسب مورد به بیش از دو سوم حداکثر مجازات مقرر قانونی محکوم خواهد شد.

بنابراین از آنجا که باز هم به نوعی، درباره قصاص یا عدم قصاص پدر در صورت کشتن فرزند سکوت کرده است، می‌توان گفت هنوز هم در خصوص قتل فرزند امکان قصاص پدر وجود ندارد. آموزش به کودکان، نظارت و سرکشی از کودکانی که به خانه‌های بازگشته‌اند که در آن موردآزار بوده‌اند، تصویب قانون برای حمایت از حقوق کودکان، تاسیس خانه‌های امن برای کودکان آسیب‌دیده و ایجاد معاضدت‌های قضایی و حقوقی برای کودکان ازجمله اقداماتی است که باید برای حمایت از کودکان در برابر چنین جرایمی صورت گیرد.

شیوا دولت‌آبادی، رئیس انجمن حمایت از حقوق کودکان با بیان این که کودکان بیش از بزرگسالان نیازمند توجه و حمایت از جانب بزرگسالان هستند، گفت: «دلیل نیاز به حمایت و محبت این است که کودکان بدون حمایت بزرگسالان نمی‌توانند از پس زندگی خود برآیند. شکل‌گیری شخصیت، اعتماد، مسئولیت‌پذیری کودکان و شناخت جهان و انسان ناشی از روابط اولیه کودکان و بزرگسالان است و اگر این رابطه به ضرر کودک باشد و حمایتی از جانب بزرگسالان برای کودکان وجود نداشته باشد، منجر به آسیب‌پذیری ذهنی کودکان، غیر قابل اعتماد بودن دنیا از دید کودکان و آسیب‌پذیری آن‌ها در برابر هر تجربه از زندگی می‌شود.»

به گفته رییس انجمن روان‌شناسی ایران، اغلب کودکانی که به صورت مداوم مورد آزار قرار می‌گیرند، به ناچار خود را با شرایط آزار دهنده وفق می‌دهند که آسیب عمیق و درازمدت در شخصیت کودکان دارد و منجر به افسردگی، عدم اعتماد به نفس و نبود نگاه مثبت به دنیا می‌شود، اما اگر آزار و اذیت حادثه‌ای باشد بنابر سن کودک آثار متفاوتی بر جای می‌گذارد همچنین برخی کودکان در روابطی قرار می‌گیرند که بزرگسالان کودکان را تهدید به افشا نکردن آزار و اذیت می‌کنند بنابراین به دلیل این که نمی‌تواند از کسی کمک بگیرد، آسیب‌های مضاعفی مانند فشار روانی را تجربه می‌کنند.

وی افزود: «آزارهای جنسی با تعرض به قلمرو بسیار خصوصی بدن شکل می‌گیرد و هر کدام از آزارها بسته به شدت و مدت زمان آزار و اینکه آزارگر چه کسی بوده، عوارضی با شدت و شکل‌های متفاوت برجای می‌گذارد اما به طور عام شخصیت، اعتماد به نفس و کارایی کودک آسیب می‌بیند که در نتیجه با یک عارضه درازمدت که نیاز به درمان دارد، مواجه می‌شود. باید توجه داشته باشیم که پیش‌گیری از کودک‌آزاری مانند همه موارد بهداشتی دیگر بهتر از درمان است و خانواده‌ها و مدارس باید به شکل مناسب تربیت شوند تا از کودک‌آزاری پرهیز شود.»

### بیش‌ترین کودک‌آزاری در خانواده‌ها اتفاق می‌افتد

دولت‌آبادی تصریح کرد: «طبق آمار بیشترین کودک‌آزاری در خانواده‌ها اتفاق می‌افتد، بنابراین خانواده باید در برابر نعمت الهی بزرگ کردن کودک مسئولیت‌پذیر باشند و به رشد و کمال کودکان بپردازند و باید به والدین آگاهی داده شود که کوچک‌ترین رفتار آن‌ها نیز در شخصیت و بالندگی کودکان موثر است و رفتار پرخاشگرانه والدین از آن‌ها افرادی مضطرب، بی‌اعتماد به دنیا و افسرده می‌سازد. لازم است توجه کرد که هرگونه تحمیل بیش‌تر از توان تحمل یک انسان آزار دادن فرد است. مشکل خانواده‌ها این است که فشار کودکی خود را فراموش می‌کنند و آن را مجدد برای کودکان خود تکرار می‌کنند اما این کار درست نیست و والدین باید با کودکان هم‌دلی کنند.»

## نبرد آموزش شیوه‌های فرزندپروری در سیستم آموزشی کشور

به گفته دکتر لیلیا ارشد، عضو هیات مدیره انجمن حمایت از حقوق کودکان، انواع کودک‌آزاری جسمی، عاطفی، روحی و جنسی وجود دارد که در حال حاضر بیش‌تر با کودک‌آزاری جسمی، عاطفی و همچنین کودک‌آزاری آموزشی مواجه هستیم که در برخی از مکان‌های آموزشی کودکان به دلیل آموزش‌های سنگین و وظایف تحصیلی مورد آزار قرار می‌گیرند. ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که هیچ‌کدام از جوانان ما شیوه‌های فرزندپروری را آموزش نمی‌بینند و به همین دلیل در بسیاری از مواقع والدین رفتار خود را روش درست تربیتی می‌دانند. در قانون آمده است که تنبیه به قدر کفایت برای تربیت کودک مانعی ندارد اما تربیت، تنبیه به قدر کفایت تعریف نشده است.

این عضو هیات مدیره انجمن حمایت از حقوق کودکان توجه در چند بخش را لازمه کاهش کودک‌آزاری دانست و گفت: ابتدا باید به ایجاد قوانینی به نفع و دوستدار کودکان در بخش قوانین پرداخت تا ما را به پیمان‌نامه جهانی حقوق کودک که در سال ۲۷۳۱ به امضا رسید، نزدیک کند و تغییرات باید در جهت منافع کودکان باشد. باید کار آموزشی و فرهنگی برای نوجوانان و جوانان صورت گیرد تا شیوه‌های فرزند پروری را آموزش ببینند و تنها در این صورت می‌توان با آموزش‌های گسترده، فرزندان را با مشکلات کم‌تری تربیت کرد.

### لزوم وجود بانک اطلاعاتی برای ثبت کودک‌آزاری

ارشد وجود نهادی برای ثبت و ضبط اطلاعات کودک‌آزاری را مهم‌تر از هرگونه اقدامی دانست و افزود: کشور ما هیچ نهادی به عنوان بانک اطلاعاتی برای ثبت و ضبط اطلاعات کودک‌آزاری ندارد و شاید هر سازمانی اطلاعات جداگانه‌ای مبنی بر کودک‌آزاری داشته باشد اما تمامی این اطلاعات باید تحت نظر یک نهاد قرار بگیرد تا امکان ارائه اطلاعاتی در خصوص کودک‌آزاری در پایان هر سال به صورت این‌که در چه بخش‌هایی و چگونه و توسط چه کسانی کودک‌آزاری صورت گرفته به برنامه‌ریزان جهت برنامه‌ریزی برای کاهش کودک‌آزاری ارایه شود. همچنین ما هیچ بانک اطلاعاتی برای کسانی که آزار جنسی نیز رسانده‌اند وجود ندارد، بنابراین باید علاوه بر ایجاد بانک اطلاعاتی برای ثبت اطلاعات کودک‌آزاری، یک بانک اطلاعاتی برای افرادی که تجربه آزار جنسی نیز داشته‌اند ایجاد شود تا دیگر از این افراد برای کار با کودکان و نوجوانان استفاده نشود تا در نهایت از این طریق بتوان به پیشگیری و کاهش کودک‌آزاری پرداخت.

### لزوم به کارگیری مددکاران اجتماعی در آموزش و پرورش

وی با اشاره به عدم وجود افرادی در مدارس که آشنا با مسائل اجتماعی کودک و در رابطه با آن‌ها باشند، گفت: «سیستم نظارتی برای انتخاب افرادی که در آموزش و پرورش به آموزش و تربیت کودکان می‌پردازند، باید از مددکاران اجتماعی نیز استفاده کند تا این افراد با مسائل و مشکلات کودکان آشنایی داشته باشند و در ابتدا حتی حضور دو روز مددکاران اجتماعی در مدارس نیز می‌تواند کافی باشد. باید آموزش‌هایی به کودکان جهت محافظت از خودشان ارائه شود و همچنین تربیت جنسی را آموزش ببینند تا بدانند که قسمت‌هایی از بدن آن‌ها خصوصی است و در صورت داشتن مشکلات از والدین، معلم و مدیر مدرسه کمک بگیرند که این روش هم یک راه پیشگیری از کودک‌آزاری است.»

منبع: سلامت نیوز

## بیکاری زنان دو برابر مردان است

مرکز آمار ایران اعلام کرد: نرخ بیکاری زنان در فصول مختلف سال ۴۹۳۱ همواره دو برابر مردان بوده است. نرخ بیکاری مردان در چهار فصل سال گذشته به ترتیب ۹، ۹.۸، ۹، ۲۰.۱ درصد و برای زنان ۹.۹۱، ۲۰.۹۱، ۹.۸۱ و ۷.۹۱ درصد ثبت شده است..

نتایج طرح آمارگیری نیروی کار سال ۴۹۳۱ نشان می‌دهد نرخ مشارکت اقتصادی مردان حدود پنج برابر زنان بوده، به طوری که این نرخ برای مردان همواره حدود ۳۶ درصد و برای زنان اندکی بیش از ۳۱ درصد است..

تفاوت نرخ بیکاری و همچنین مشارکت اقتصادی مردان و زنان نشان می‌دهد جامعه ایران هنوز در خصوص حضور زنان در بازار کار نتوانسته است در ریل توسعه قرار گیرد زیرا یکی از شاخص‌های توسعه، حضور زنان در عرصه‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی است.

پایین بودن حضور زنان در عرصه‌های گوناگون در شرایطی اتفاق می‌افتد که سالانه حدود ۰۶ درصد متقاضیان تحصیلات دانشگاهی را این گروه جنسیتی به خود اختصاص می‌دهد و در جامعه‌ای که مسیر آموزشی برای زنان فراهم است چگونه می‌شود در بازار کار چنین نابرابری وجود داشته باشد.

تردیدی نیست، بازار کار کشور با مشکلات عدیده‌ای مواجه است که ناشی از هشت سال سوءمدیریت و نبود تعهد به اجرای برنامه‌های توسعه علی‌رغم درآمدهای بالای نفتی است.

زنان نیمی از جمعیت نیروی کار را تشکیل می‌دهند بنابراین نرخ بیکاری بالای ۰۴ درصد برای زنان جوان ۵۱ تا ۴۲ ساله حاکی از آن است که در خصوص اشتغال به ویژه بیکاری زنان غفلت کرده‌ایم.

کارشناسان معتقدند پس از توافق بر سر برنامه جامع اقدام مشترک (برجام) و اجرایی شدن آن، امید به بهبود شرایط اقتصادی در کشور افزایش یافته است. در صورتی که اجماع مسئولان نظام و دولت‌مردان برای بهبود وضعیت اقتصادی در گیر و دارهای مسائل حاشیه‌ای و جناحی که به نفع جامعه و کشور نیست، نادیده گرفته شود، نه تنها معضل بیکاری حل نخواهد شد بل که بر ابعاد آن به ویژه برای زنان افزوده می‌شود.

منبع: [ایرنا](#)

## اجبار به کار خانگی، شکلی از خشونت است

Photo: Voy/Bigstock.com

محسن فرشیدی

هر ساله و با نزدیک شدن به ایام نوروز موضوع خانه‌تکانی و به صورت کلی کار خانگی نیز به یکی از بحث‌های روز، میان خانواده‌ها و همچنین فعالین اجتماعی تبدیل می‌شود. جامعه‌شناسان و فعالین برابری‌خواه جنسیتی هر سال و با استفاده از این فرصت به معضلات و مشکلات کارهای خانگی می‌پردازند. یکی از این اقدامات نوشتن از تجربه‌های تلخ و شیرین کار خانگی است. اما موضوعی که این میان‌حائز اهمیت است پیدا کردن پاسخ به سوال‌هایی از جمله این که چرا عموماً کار خانگی در جوامع مردسالار یک کار زنانه تصور می‌شود است. یا این که به کار خانگی باید به شکل یک شغل نگاه شود؟ و یا این که چه مقدار از زنان با انتخاب خود و با علاقه، مسئولیت کارهای خانه را به عهده می‌گیرند؟

یکی از گروه‌های فعال در شبکه‌های اجتماعی که به موضوع کار خانگی می‌پردازد «صفحه کار خانگی» نام دارد. این صفحه در معرفی خود می‌نویسد: «موضوع کار خانگی موضوع مهمی است که معمولاً کمتر از آن نوشته می‌شود. کارهایی که معمولاً بی‌هیچ مزد و منتی توسط زن‌ها انجام می‌شود، و هر چند که «امروزه در انجام کار خانگی، مردان هم به زنان کمک می‌کنند، اما همان‌طور که از جمله قبل هم پیداست مردان فقط «کمک» می‌کنند، و همچنان اعتقاد راسخ و محکمی وجود دارد که این کارها اساساً وظیفه زنان است. در این جا می‌خواهیم از کار خانگی بخوانیم؛ از چیزی که معمولاً به سادگی از کنارش رد می‌شویم. «این گروه اینترنتی در انتها تاکید می‌کند که «کار خانگی، وظیفه همه اعضای یک خانه است؛ نه لطفی همیشگی از جانب زنان. «این صفحه در شبکه‌های اجتماعی از جمله [فیسبوک](#) و [تلگرام](#) نیز به مانند سال‌های گذشته در فراخوانی از مخاطبان خود خواست با نزدیک شدن به سال جدید از کار خانگی بنویسند و توجه عموم را از این طریق به این موضوع جلب کنند.

برای پاسخ به پرسش‌های مرتبط با کارخانگی و واکاوی این موضوع مصاحبه کرده‌ام با نجمه واحدی، کارشناس ارشد جامعه‌شناسی و فعال حقوق زنان ساکن ایران که در زمینه کار خانگی مطالعات و فعالیت‌هایی در سال‌های گذشته داشته است. این مصاحبه که در دو بخش تنظیم شده است سعی می‌کند به رابطه میان کار خانگی، حق انتخاب، اجبار و خشونت بپردازد.

**خانم واحدی به عنوان اولین سوال لطفاً بگویید چرا موضوع کار خانگی مهم است و باید به آن توجه شود؟**

به باور من، نابرابری و تبعیض‌های جنسیتی به هر کجا ختم شود، بدون شک از تبعیض و نابرابری در کار خانگی آغاز شده‌اند. همه ما در

یک خانه و در کانون یک خانواده زندگی کرده‌ایم و اگر فرهنگ جامعه ما بیش‌تر به سمت نابرابری‌های جنسیتی متمایل بوده است، این به این معناست که کلیشه‌های جنسیتی را از همان آغاز زندگی مان در خانه و در رابطه با کار خانگی، تجربه کرده‌ایم. فرهنگی که کلیشه‌های جنسیتی را به رسمیت می‌شناسد، عموماً کار خانگی که در حریم شخصی خانه اتفاق می‌افتد، و مجموعه‌ای از کارهای روتین خدماتی را از جمله پختن و شستن و مرتب کردن، و هم‌چنین مراقبت و تامین رفاه و آسایش اعضای خانه است، وظیفه اصلی «زن» می‌داند. در واقع فرهنگ‌های جنسیت زده، نقش اصلی جنس زن را، پیش از هر چیز در «همسر و مادر» بودن او می‌دانند و پیوندش با خانواده؛ که البته این دو نقش ارتباط مستقیم و تنگناگی با کار خانگی دارند، و در مراحل بعدی و هنگامی که زنان از پس این دو نقش خود به خوبی برآمدند می‌توانند در جامعه انسانی نیز، حضور اجتماعی داشته باشند و نقش‌آفرینی کنند. می‌بینیم که در پرداختن به تبعیض‌های جنسیتی نمی‌توان نقش پررنگ کار خانگی را نادیده گرفت یا آن را کم‌اهمیت انگاشت.

### چرا عموماً در جوامع مردسالار، کارهای خانگی کاری زنانه تصور می‌شوند؟

دلیلی که عموماً برای چنین تقسیم کاری فرض گرفته می‌شود، سبک‌تر و ساده بودن کار خانگی در قیاس با سخت و تخصصی بودن مشاغل بیرون از خانه است - و ذهنیت جامعه مردسالار هم بر ناتوان‌تر بودن زنان و توانمندی بالاتر مردان، شکل گرفته است - که البته چنین دلیلی بسیار ساده‌انگارانه است، چرا که هر روزه و تکراری شدن چنین کار خدماتی‌ای هرچقدر هم از پیچیدگی و تخصصی بودن آن بکاهد، اما آن را به کاری ساده و سبک بدل نمی‌کند و هم‌چنان این کار انرژی‌بر و وقت‌گیر است. کما این که بعضی از کارهای خانگی مانند مدیریت یک مهمانی به صرف غذا، یا مراقبت از کودکان و سالمندان، یا تیمارداری از بیماران - که به شکل سنتی جزء وظایف تعریف‌شده در یک خانه بوده - کارهای سنگین و نسبتاً تخصصی‌ای هستند و نیاز به کسب مهارت دارند.

### آیا ارتباطی میان دوگانه «زن در خانه و مردان در اجتماع» در این تصور که کار خانگی، کاری مختص زنان است وجود دارد؟

می‌توان گفت یکی از دلایلی اصلی برای زنانه پنداشتن کار خانگی، انجام گرفتن این کارها در حوزه خصوصی خانه است. همان‌طور که می‌دانیم، در دوگانه عمومی/خصوصی، نظام‌های تبعیض جنسیتی عموماً مردان را در قلمروی عمومی جامعه فرض می‌گیرند و زنان را در قلمروی خصوصی. از این رو، خانه، که حریمی خصوصی در زندگی اعضای جامعه تصور می‌شود، محل مناسبی است برای حضور زنان و کارهایی که در این قلمرو صورت می‌گیرد هم عموماً به عهده زنان گذاشته می‌شود.

### آیا می‌توان گفت از آن جایی که کارهای خانگی، کارهایی نه چندان اقتصادی و باارزش محسوب می‌شوند، در یک جامعه که مردان در اولویت مشاغل پرسود هستند، زنان مجبور به کارهای خانگی می‌شوند؟

نمی‌توان منزلت پایین‌تری که کار خانگی به نسبت مشاغل دیگر دارد را نادیده گرفت. کار خانگی عموماً مجموعه‌ای از کارهای کم‌ارزش، بی‌منزلت اجتماعی، بی‌اجر و دست‌مزد و ساده و غیرتخصصی محسوب می‌شوند و همان‌طور که جامعه کارهای با منزلت پایین‌تر را برای شهروندان درجه دوم مناسب می‌داند، نظام استوار بر تبعیض جنسیتی هم کار خانگی را مناسب جنس دوم جامعه می‌داند. البته شاید موارد دیگری نیز در زنانه پنداشتن کار خانگی موثر باشند، که این‌جا از قلم افتاده‌اند.

### آیا زنان عموماً کار خانگی را انتخاب می‌کنند، یا به آن‌ها تحمیل می‌شود؟

به طور کلی و در شرایط عموماً تبعیض‌آمیز فرهنگ عرفی جامعه ما، کار خانگی برای زنان یک «انتخاب» نیست. نه تنها زنان غیرشاغل، بل که بسیاری از زنان شاغل ما هم از انجام کار خانگی به عنوان یکی از وظایف اصلی خود، هیچ راه‌گزینی ندارند. در واقع فرهنگ عمومی جامعه بر مشارکت و تقسیم کار کامل کارهای خانگی در یک خانه بنا نشده، بل که عموماً مردان در بهترین حالت به زنان در انجام کار خانگی «کمک» می‌کنند، به این معنا که کار خانگی را هم‌چنان وظیفه اصلی او می‌دانند، حتی در حالی که زن شاغل باشد، و حتی در حالی که ساعات کار او بیرون از خانه بیش‌تر از مرد باشد.

### چه ارتباطی میان کار خانگی و خشونت خانگی وجود دارد؟

از آن‌جا که استفاده از کلمه «خشونت» همیشه با مصادیقی مانند ضرب و شتم و آزار و اذیت‌های شدید همراه بوده، غالب اعضای جامعه، اشکال خفیف‌تر آن را که اتفاقاً در بلند مدت اثراتی چه بسا مخرب‌تر از ضرب و شتم فیزیکی دارند، خشونت به حساب نمی‌آورند. اما با در نظر گرفتن این که خشونت خانگی، به انواع مختلفی از جمله خشونت فیزیکی، خشونت روانی، خشونت اقتصادی، و خشونت جنسی تقسیم می‌شود می‌توان گفت آن‌چه ما در تحمیل شدن کار خانگی به زنان با آن مواجهیم می‌تواند نوعی از خشونت‌ها، از جمله اجتماعی، اقتصادی، روانی و حتی با در نظر گرفتن این که کار خانگی به مرور زمان آسیب‌های جسمانی و تحلیل بردن توان فیزیکی فرد را به همراه دارد، شکلی از خشونت جسمی هم محسوب شود. خشونتی که لزوماً با کتک زدن اعمال نمی‌شود، اما در بلند مدت سلامت فرد را از بین می‌برد. خشونت خانگی‌ای که شاید فاعل مشخصی ندارد و شاید نتوان گفت که به طور مثال در یک خانه پدر خانواده است که با کار خانگی به مادر خانواده اعمال خشونت می‌کند، بلکه این فرهنگ عمومی جامعه است که خشونت‌گر اصلی است و تک‌تک اعضای

جامعه اعم از پدر، مادر، فرزندان و اطرافیان هر خانواده هم در اعمال شدن و بازتولید آن نقش دارند.

## فکر می‌کنید شبکه‌های اجتماعی و کمپین‌های مجازی چه تاثیری در ترویج این نگاه که کار خانگی، کار مشترک زنان و مردان است خواهند داشت؟

رسانه‌ها یکی از منابع آگاهی‌بخش مهم در زندگی روزمره اعضای جامعه شده‌اند. بسیاری از مردم، جای خالی مطالعه و کتاب‌خوانی و روزنامه‌خوانی خود را با خواندن مطالبی که در شبکه‌های اجتماعی دست به دست می‌چرخند، پر می‌کنند. آگاهی‌بخشی و توجه نشان دادن به حوزه‌های مختلف مسائل جنسیت، از جمله کار خانگی و تاکید بر زنانه نپنداشتن آن، می‌تواند در شبکه‌های اجتماعی هم مفید فایده باشد و مانند خواندن کتاب و مجله، در فضای مجازی نقش خود را ایفا کند. که البته استقبال عموم جامعه از این مسائل، نیازمند این پیش‌زمینه است که ابتدا، خود فعالان و دغدغه‌مندان این حوزه، با نگاهی کارشناسانه ابعاد مختلف این موضوع را برای مخاطب عام باز کنند و نسبت به آن‌ها توجه نشان دهند. به عبارتی چنین مسائلی باید ابتدا توسط خود فعالان به یکی از گفتمان‌ها یا موضوعات روز بدل شود، تا عموم اعضای جامعه هم نسبت به آن حساس‌تر شوند.

بخش دوم این مصاحبه به زودی در وبسایت خانه امن منتشر می‌شود.

## در کارهای خانه مشارکت کنیم

Photo: [VadimGuzhva/Bigstock.com](https://www.bigstock.com/author/VadimGuzhva/)

مشارکت یعنی اثر انگشت تو جایی بماند. یعنی نشانه‌ای از تو در یک کار جمعی وجود داشته باشد.

مهارت‌هایی که داریم و آن‌چه بلدیم هرچه قدر هم که کوچک باشد در یک کار جمعی، مفید است.

دیروز صبح یادت هست که برای پیدا کردن یک تکه لباس چه قدر لابه‌لای وسایل خانه گشتی؟ این اتفاق خیلی تکرار می‌شود.

وقتش است؛ حالا می‌توانیم به شکل نامرئی اثر انگشت‌مان را روی وسایل خانه، دیوارها و... بگذاریم.

### برنامه‌ای به نام هم‌یاری!

خانواده‌ای را می‌شناسم که هر شب یک برنامه مشخص دارند با رمز «هم‌یاری». هم‌یاری در واقع به معنای این است که حواس‌مان به یکدیگر باشد و به هم کمک کنیم.

ماجرای از یک شب زمستانی آغاز شد که هر یک از اعضای خانواده خسته، گوشه‌ای لمیده بودند و سرشان توی موبایل‌شان بود. مادر خانواده هم که از همه خسته‌تر بود تند و تند شام را آماده می‌کرد و بدون این‌که حواسش باشد با خودش زیر لب درددل می‌کرد که کاش من هم الآن می‌توانستم مثل بقیه استراحت کنم و...

پدر شنید و برنامه هم‌یاری را تنظیم کرد. آن شب همه با هم در آماده‌سازی سفره، جمع‌آوری و شستن ظرف‌ها و جمع‌آوری فضای خانه کمک کردند.

از آن به بعد، هر شب ۵۱ دقیقه برای کار جمعی در خانه گذاشته می‌شود. جمع‌آوری وسایل، شست‌وشو و یا جمع کردن ظرف‌ها و حتی گاهی یک جاروبرقی و گردگیری مختصر هم انجام می‌دهند.

هرشب قبل از خواب، همه اعضای خانواده درگیر کار مشترکی می‌شوند که علاوه بر افزایش صمیمیت، روح همکاری را در آن‌ها تقویت می‌کند.

نامرئی شویم!

فکر کنید معجونی را سر کشیده‌اید که شما را نامرئی کرده است.

در خانه جا برای پا گذاشتن نیست و همه اسباب و اثاثیه به هم ریخته‌اند. الان برای غافلگیر کردن مادرتان چه می‌کنید؟

البته که ما مسئول وسایل شخصی خودمان هستیم و البته که در قبال آن چه در محل زندگی‌مان می‌گذرد نمی‌توانیم بی‌تفاوت باشیم. کم‌ترین کار ما جمع‌آوری و مرتب کردن وسایل خودمان است و همراهی در جابه‌جایی وسایل خانه!

وقتی قبل از این که کاری را از ما بخواهند، خودمان دست به کار شویم یعنی نامرئی شده‌ایم!

### اتاق مرتب نیست

بخواهیم یا نخواهیم بیشتر تصویرهایی که از اتاق نوجوان‌ها منتشر می‌شود معمولاً اتاق‌های شلوغ و بی‌نظمی است که هیچ‌چیزی سر جای خودش نیست.

البته حداقل این روزهای آخر سال که بیشتر فضاهای خانه شبیه اتاق نوجوان‌هاست باعث می‌شود قدر نظم را و لذتی را که از آن می‌بریم بدانیم.

«ثنا» ۵۱ ساله تا یک سال قبل اتاق مرتبی داشت. اما یک دفعه ورق برگشت و حالا برای پیدا کردن يك لنگه جوراب در اتاقش باید نیم‌ساعت وقت بگذارد.

او می‌گوید: «وقتی دارم دنبال وسایلم می‌گردم به خودم قول می‌دهم این بار که اتاق تمیز شد دیگر مراقب باشم؛ اما دوباره وقتی از مدرسه برمی‌گردم خسته‌ام و وسایل را در اتاق پرت میکنم و این‌طوری کم‌کم به نامرتبی اتاق اضافه می‌شود.»

ثنا این روزها برای اولین بار در خانه‌تکانی به مادرش کمک کرد. به گفته خودش تمیز کردن اتاق او از مرتب کردن همه خانه سخت‌تر بوده و بیش‌تر زمان برده است. حالا ثنا می‌خواهد مثل ۳۱ سالگی‌اش دوباره منظم باشد.

«پارسا» ۶۱ ساله هم می‌گوید: «خب، اتاق معمولاً مرتب نیست، اما این روزها که همه خانه از تمیزی می‌درخشند، من هم سعی می‌کنم اتاق دوباره نامرتب و کثیف نشود.» پارسا در جابه‌جایی وسایل به مادرش کمک کرده است.

البته اغلب پدر و مادرها معتقدند که مهم‌ترین کار فرزندان‌شان فعلاً درس خواندن است، ولی ما نوجوان‌ها از این مسئله سوءاستفاده نمی‌کنیم و می‌دانیم که هر نوجوانی در خانه براساس توانایی و برنامه کاری و درسی‌اش، می‌تواند زمان مشخصی برای مشارکت در این کار گروهی در نظر بگیرد.

### به اشتراک بگذاریم!

این روزها همه‌چیز را به اشتراک می‌گذاریم! غذایی که می‌خوریم، لباسی که می‌پوشیم، مهمانی‌ای که می‌رویم، کار و حتی مطالب علمی، آموزشی، وضعیت خانه‌مان در روزهای خانه‌تکانی و ... را برای گروه‌های دوستانه یا فامیلی به اشتراک می‌گذاریم!

حالا اگر از فضای مجازی بیرون بیاییم در خانه کوچک‌مان می‌توانیم داشته‌ها و توانایی‌های‌مان را به اشتراک بگذاریم و همراه شویم.

این کار تمرین خوبی برای مشارکت و همکاری است. ضمن این که اغلب روان‌شناسان معتقدند همکاری و مشارکت باعث پیشرفت انسان می‌شود و قدرتش او را افزایش می‌دهد.

نفیسه مجیدی‌زاده/همشهری آنلاین

---

## ای است؟ جنسی برابر و ایمن چه نوع رابطه رابطه



اگر چه در طول تاریخ و میان جوامع انسانی، رابطه میان زنان و مردان رایج‌ترین نوع رابطه جنسی بوده است، اما روابط جنسی میان انسان‌ها به آن محدود نمی‌شود. امروزه در بسیاری از کشورهای توسعه یافته، شکل‌های دیگر از رابطه مثل همجنس‌گرایی، دوجنس‌گرایی و... نیز به رسمیت شناخته می‌شود. اما هر کدام از این رابطه‌ها، با در نظر گرفتن برخی شرایط می‌توانند یک رابطه برابر و همچنین ایمن نام بگیرند.

## رابطه جنسی ایمن و غیرایمن

در یک قرن گذشته و با پیشرفت اطلاعات و علوم مختلف، بسیاری از مناسبات انسانی دچار تحولات و تغییرات اساسی گردید. شناخت و در ادامه کاهش بیماری‌های مختلف، یکی از مهمترین آن‌ها بوده است. برخی از این بیماری‌ها از طریق روابط جنسی قابلیت انتقال را داشته و امروزه با در نظر گرفتن شرایطی آسان می‌توان از انتقال آن‌ها جلوگیری کرد. مرکز ملی پیشگیری از ایدز ایران در تعریف یک رابطه ایمن **می‌نویسد**: «رابطه جنسی ایمن به هر نوع ارتباط جنسی گفته می‌شود که احتمال انتقال بیماری‌های مقاربتی از جمله ایدز از طریق آن به هیچ‌وجه وجود نداشته باشد.» «این مرکز همچنین به یک رابطه جنسی ایمن‌تر اشاره و تاکید می‌کند در این رابطه جنسی احتمال انتقال بیماری کم‌تر است و به هرگونه رابطه جنسی نفوذی با استفاده مناسب از کاندوم گفته می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت رابطه‌ای غیر ایمن است که احتمال انتقال انواع بیماری‌های مقاربتی در آن زیاد باشد و یا هرگونه رابطه جنسی نفوذی که در آن از کاندوم استفاده نشود و دیگر شرایط یک رابطه ایمن در آن در نظر گرفته نشده باشد.»

## اهمیت رضایت طرفین در یک رابطه جنسی

شرط اول برای برقرار کردن یک رابطه جنسی، رضایت طرفین است. بدین معنا که اصرار بر شروع و یا ادامه دادن یک رابطه، در صورتی که هر کدام از طرفین بدان رضایت نداشته باشند، می‌تواند به خشونت بیانجامد. اصرار بر ادامه چنین رابطه‌ای مصداق تجاوز نیز خواهد بود. اهمیت رضایت طرفین به همان اندازه که میان دو فرد نه چندان آشنا اهمیت دارد، میان همسران نیز از اهمیت زیادی برخوردار است. امروزه در بسیاری از کشورها از رابطه بدون رضایت همسران نیز لحاظ حقوقی در تعاریف خشونت و تجاوز قرار می‌گیرد. بنابراین اطمینان حاصل کردن از رضایت افرادی که در یک رابطه جنسی هستند از شروط اولیه و مهم شکل‌گیری و ادامه آن است.

## ارگاسم، نشانه‌ای از یک رابطه برابر

اگر چه برای شروع یک رابطه جنسی رضایت طرفین شرط اول است، اما بعد از آن و برای داشتن یک رابطه مطلوب، رسیدن به اوج لذت جنسی اهمیت دارد. این موضوع تنها زمانی حاصل می‌شود که نسبت به انواع و چگونگی رسیدن به آن اطلاعات و آگاهی لازم وجود داشته باشد. بخش قابل توجهی از مشکلات افراد در یک رابطه، به عدم رضایت از رابطه جنسی میان آن‌ها بر می‌گردد که نرسیدن یا توانایی نرسیدن افراد به ارگاسم یکی از مهم‌ترین آن‌هاست. یک رابطه جنسی را می‌توان رابطه‌ای برابر نامید، که طرفین در آن به اوج لذت جنسی برسند. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در تحقیقی تاکید می‌کند ۳۲ تا ۳۴ درصد زنان ایرانی در روابط جنسی به ارگاسم نمی‌رسند. در ادامه‌ی این **تحقیق** آمده است «نزدیک به ۷۸ درصد زنان اعلام کرده‌اند تقریباً هیچ‌وقت در روابط زناشویی پیش قدم نمی‌شوند و ۵.۳۲ درصد اظهار می‌کنند ابراز نیاز جنسی زن کاری ناشایست است و ۴۳ درصد می‌گویند حتی در صورت تمایل نباید زن شروع‌کننده باشد.» «واقعیت این است که در کشورهای با ساختارهای مردسالار از جمله ایران، روابط جنسی و هر مسئله‌ای که به لذت جنسی مرتبط شود تابو حساب شده و از سنین نوجوانی آموزش‌های لازم از طریق کتب آموزشی و یا دیگر ابزارهای فرهنگی مثل رسانه‌ها داده نمی‌شود. در خلاء چنین مواردی نقش خانواده‌ها و دیگر نهادهای غیردولتی دو چندان است. عموماً در چنین جوامعی و به دلیل عدم آموزش و آگاهی لازم، یک رابطه جنسی میان زن و مرد به لذت بردن مردان خلاصه شده و مردان در محوریت قرار می‌گیرند و چنین رابطه‌هایی با به ارگاسم رسیدن آنان پایان پیدا می‌کند. عوامل زیادی وجود دارند که وقتی در کنار هم قرار می‌گیرند چنین نتیجه‌ای حاصل می‌شود. یکی از آن‌ها همان‌طور که گفته شد عدم آموزش درست و وجود ساختارها و آموزه‌های فرهنگی مردسالار است. مورد دیگر عدم آگاهی زنان در چگونگی رسیدن به ارگاسم به دلیل نبود آموزش‌های جنسی لازم است. نرسیدن هر کدام از طرفین یک رابطه جنسی به ارگاسم، یکی از موارد اصلی یک رابطه نابرابر است.»

## پیشگیری از بارداری

رابطه‌ای می‌تواند ایمن باشد و به اوج لذت جنسی ختم شود که با آسایش و خاطر جمعی طرفین همراه باشد. یک رابطه جنسی که با ارگاسم همراه است، در صورت در نظر گرفتن برخی شرایط به سادگی می‌تواند به بارداری ختم شود. موضوعی که انتخاب بسیاری از زنان شاید در آن زمان نبوده و برای آن آمادگی نداشته باشند و یا چنین تصمیمی را به صورت کلی نداشته باشند. بنابراین هر کدام از طرفین یک رابطه موظف هستند دیگری را در این مورد آگاه کنند و به کمک هم احتمال بروز بارداری را از بین ببرند. با پیشرفت‌های مختلف، راه‌های

پیشگیری از بارداری نیز سهل و وسایل آن در دسترس همگان قرار گرفته است. اما افراد قبل از برقراری یک رابطه جنسی باید از آن‌ها آگاهی داشته باشند. در کشورهایی که در آن‌ها قوانین سخت‌گیرانه برای سقط جنین، حتی در صورت بارداری ناخواسته وجود دارد، لزوم توجه بیشتر به این مقوله ضروری است. رایج‌ترین نوع پیشگیری از بارداری استفاده از کاندوم است. کاندوم‌ها جدای از اینکه یک رابطه ایمن را تا حدود زیادی تضمین می‌کنند، یک رابطه بدون نگرانی از احتمال بارداری را نیز تضمین می‌کنند. امروزه در بسیاری از کشورهای دنیا در داروخانه‌ها و فروشگاه‌ها به سادگی می‌توان انواع مختلف کاندوم را تهیه کرد. از جمله راه‌های دیگر، استفاده از قرص‌های ضدبارداری است. اضافه بر آن مقالات فراوانی در سایت‌ها و وبلاگ‌های اینترنتی در زمینه آموزش و راه‌های پیشگیری از بارداری در دسترس هستند که قبل از ایجاد یک رابطه جنسی، طرفین بهتر است آن‌ها را مطالعه و اطلاعات لازم را داشته و در اختیار هم بگذارند. به هر میزان که نگرانی‌ها از هر کدام از موارد ناخواسته، مثل انتقال بیماری‌ها یا احتمال بارداری کاهش پیدا کنند، یک رابطه جنسی با کیفیت‌تر و برابرتر خواهد بود.

## سوال و خواسته‌های خود را مطرح کنید

بعد از چند مورد اصلی و در نظر گرفتن شرایطی که ذکر شد، جزئیات یک رابطه جنسی نیز اهمیت بسزایی دارد. یک رابطه جنسی مطلوب رابطه‌ای است که لحظه به لحظه آن و در جزئیات نیز برای طرفین رضایت‌بخش باشد. واقعیت این است هر چقدر هم که شناخت میان طرفین در یک رابطه بالا باشد، اما هیچ چیز به اندازه طرح خواسته‌ها نمی‌تواند رابطه را به سمت مطلوب و اوج لذت پیش ببرد. کلام و یا رفتاری که برای هر کدام از طرفین مطبوع نباشد، می‌تواند تمایل به ادامه رابطه را از بین برده و آن را در همان نقطه متوقف کند. بهترین و راحت‌ترین اقدام، عنوان کردن آن‌ها در تمامی لحظات یک رابطه جنسی است. بسیاری از سوءتفاهم‌ها و مشکلات صرفاً به دلیل عنوان نکردن آن‌ها ایجاد می‌شوند.

## نه یعنی نه، در هر لحظه از رابطه

یک رابطه جنسی اگر تمامی شرایط بالا را نیز داشته باشد و در جزئیات نیز با رضایت کامل و کیفیت مطلوب برای طرفین پیش رود، منتها در هر لحظه از رابطه، چنانچه یکی از طرفین به هر دلیلی تمایلی به ادامه آن نداشته باشد، آن رابطه باید در همان زمان متوقف شود. گفتن "نه" در هر سطحی از رابطه جنسی به معنی پایان آن است تا مجدداً شرایط رابطه با رضایت طرفین ایجاد شود. سایت زنان تی‌وی در یک کلیپ با نام "رضایت پیش از سکس، به سادگی به جای دم کردن" و در تایید این موضوع می‌نویسد: «رضایت در هر فعلی که بین انسان‌ها به وقوع می‌پیوندد از مهم‌ترین مؤلفه‌هاست. سکس هم فعلی است که بین دو انسان یا بیشتر اتفاق می‌افتد. به عبارت دیگر سکس یک فعل با دو فاعل یا بیش‌تر است و رضایت همه طرفین برای وقوع این فعل مهم‌ترین نکته است و این کلیپ کوتاه سعی می‌کند اهمیت رضایت همه طرفین را در سکس نشان دهد.»

یک رابطه زمانی برابر است که تمامی این موارد را دارا باشد. بدین معنا که ایمن باشد، با رضایت کامل طرفین بوده و اجباری در آن نباشد. طرفین از روش‌های مختلف پیشگیری از بارداری آگاهی داشته باشند. خواسته‌ها و علایق خود را مطرح کنند و برای رساندن خود و دیگری به اوج لذت جنسی تلاش کنند. چنانچه هر کدام از شرایط ذکر شده در یک رابطه جنسی وجود نداشته باشد، آن رابطه را نمی‌توان یک رابطه جنسی برابر و ایمن دانست. اضافه بر آن، دولت‌ها این مسئولیت را دارند که از سنین نوجوانی مقدمات آموزش‌های لازم در این زمینه را برای افراد فراهم کنند و همچنین قانون‌گذاران باید پیش‌بینی‌های لازم برای شرایطی که خشونت و اجبار در یک رابطه جنسی صورت می‌دهد را کرده و از فرد آزاردیده حمایت‌های لازم را صورت دهند.

## همسرم را در تخت خواب خودم با زن جوانی دیدم

Photo: fmarsicano/Bigstock.com

فریده موسوی

افسانه نمونه یک زن قوی و بااراده است که توانست با تلاش و همت، خود و فرزندانش را پس از ازدواج دوم همسرش نجات دهد و امروز یک زندگی شاد و راحت و توأم با آرامش را سپری کند. البته افسانه سخت کار می‌کند ولی از کارش لذت می‌برد و خوشحال است که توانسته روی پای خودش بایستد.

افسانه امروز ۴۵ ساله است و ۳ پسر دارد. در بیست سالگی با عشق ازدواج می‌کند و در ۰۴ سالگی متوجه می‌شود که همسرش ازدواج دوم کرده و در تمام این سال‌ها ازدواج‌های کوتاه‌مدت داشته است. روایت افسانه را از زبان خودش بشنوید:

خانواده ما متوسط بود و پرجمعیت اما پدر و مادرم از گل بالاتر به هم نمی‌گفتند و من فکر می‌کردم همه زن و شوهرهای دنیا مثل پدر و مادرم هستند. عاشق پسر همسایه شدم که دوست خانوادگی ما بودند. برای همین خانواده‌ها با هم صحبت کردند و من و اسماعیل ازدواج کردیم. من عاشق اسماعیل بودم و فکر می‌کردم او هم عاشق من است. شاید هم بود. اسماعیل هم مرد خوبی نشان می‌داد. نه خشن بود و نه شکاک و نه خسیس و خلاصه مرد خوبی بود. وضع مالی ما هم متوسط بود و اسماعیل در لاله‌زار با پدرش یک مغازه وسایل الکتریکی داشت. من ۳ پسر دنیا آوردم و خانه خوبی در خیابان فروردین نزدیک دانشگاه تهران داشتیم. من به خیاطی علاقه داشتم و در این مدت خیاط خوبی شده بودم ولی اسماعیل اجازه کار به جز برای فامیل و آشنا نمی‌داد.

یک روز که برای خرید به کوچه مهران رفته بودم و قرار بود بعد از خرید به خانه مادرم بروم تصمیم عوض شد و به خانه برگشتم. مادرم آن روز سفره انداخته بود ولی من لباسم را دم در جا گذاشته بودم. رفتم که لباسم را بردارم ولی وقتی به خانه رسیدم همسرم را در تختخواب با زن جوانی دیدم. دنیا دور سرم چرخید. دنیا روی سرم خراب شد. نمی‌دانم چه کردم. داد زدم و هر چه دم دستم بود شکستم. او را زدم و خودم را و بی‌هوش شدم.

داستان طولانی است فقط بگویم که شوهرم، به جای معذرت‌خواهی ولو ظاهری گفت که آن دختر از او باردار است. اول او را عقد کوتاه‌مدت کرد و بعد هم با هم ازدواج کردند. من افتادم گوشه‌خونه با افسردگی شدید و حملات عصبی که مرا تا مرز خودکشی می‌برد. دو سال تمام افتادم گوشه‌خونه. بچه‌هایم دربه‌در شده بودند و من تبدیل به یک انسان بی‌اراده و ضعیف شده بودم. یا گریه می‌کردم و یا سردردهای طولانی با تهوع و تشنج. هر چه دکتر و دوا می‌کردم فایده نداشت. شوهرم من را نمی‌دید. زجرها و دردها و عذاب‌هایم را نمی‌دید و با آن دختر و پسر چهارمش روزگار می‌گذراند.

یک روز پسر کوچکم به خانه آمد. روزی که زندگی من متحول شد. باور نکردنی و خنده‌دار است ولی برای من یک فیلم سینمایی گذاشت و گفت مادر ببین تو تنها نیستی. آدم‌های زیادی مشکلاتی مانند تو و یا جورهای دیگر دارند. فقط تو نیستی. خانه شیشه‌ات شکست و فرو ریخت مانند خیلی‌های دیگر. هیچ کدام آن‌ها نمرده‌اند و زنده هستند. رفتن بابا پایان دنیا نیست شروع دنیای دیگر است. دنیایی که خودت به دست خودت بسازی.

حرف‌هایم مثل پتک توی سر من خورد. لغت حرف‌هایم افکار پوسیده من را در هم ریخت و پایه‌هایی جدیدی در من بنا کرد. فیلم سینمایی را گذاشت. داستانی دیگر از سرنوشتی دیگر. فیلمی از ته‌مینه میلانی بود و من دیدم که تنها نیستم. همان روز تصمیم گرفتم و اراده کردم. همان روز دگرگون شدم و تصمیم گرفتم خودم و بچه‌هایم را نجات دهم. چطور شروع کردم شرح مفصلی دارد فقط همین بس که بدانید امروز خیلی خوشبختم. البته این روزها در آستانه سال جدید سرم شلوغ است و ده‌ها دست سفارش لباس و مانتو و چند دست لباس عروس دارم. ۷ زن در خیاط‌خانه برایم کار می‌کنند و درآمد بسیار خوبی دارم.

### چراغ راه نجات را بشناسید

اعتمادبه‌نفس کلید طلایی نجات قربانیان خشونت خانگی است. اعتماد به خود و این‌که نجات خواهی یافت و زندگی ادامه دارد. امید راز دوم نجات است. قربانیانی که امید خود را از دست می‌دهند قادر به نجات خود نیستند. امید ترس آن‌ها را می‌شکند و چراغ راهی می‌شود که در فرآیند نجات و پس از نجات می‌تواند راه را برای آن‌ها روشن کند.

اگر قربانی خشونت خانگی هستید و یا می‌خواهید به یک قربانی برای زندگی دوباره کمک کنید راه‌های تقویت اعتمادبه‌نفس و ایجاد امید را فراموش نکنید. کمک به قربانی خشونت مانند کمک به مصدومی در تصادف است که در ماشین میان آهن‌ها گیر کرده و شما باید او را از میان آهن‌ها بیرون بکشید و امکان تنفس دوباره را برایش فراهم کنید.

اگر خودتان قربانی خشونت هستید نیز باید به نجات امید داشته و خود را از دست مرگ تدریجی نجات دهید. یادتان باشد کسی که اعتمادبه‌نفس ضعیفی دارد، احساس می‌کند که مورد قبول و علاقه هیچ‌کس نیست و نمی‌تواند هیچ‌کاری را درست انجام دهد بنابراین در تقویت اعتمادبه‌نفس و باور خود و توانایی‌های خود کوشا باشید.

### از قضاوت مردم نترسید

افسانه می‌گوید: من برای خودم برنامه‌ریزی کردم. برای کار و حتی برای تفریح خودم و بچه‌هایم. آن‌قدر نیازمند کمک بودم که وقتی به دکتر روان‌شناس مراجعه کردم و او به من گفت از قضاوت مردم نترس، این جمله را در ذهنم حک کردم و هر روز با خودم این جمله را تکرار می‌کنم و ده‌ها بار زمانی که کوک می‌زنم و می‌دوزم می‌گویم «از قضاوت مردم نترس.»

اگر می‌خواهید به قربانی خشونت کمک کنید دوباره او قضاوت نکنید. او را سرزنش نکنید و شنونده‌ای موثر باشید. انتقاد کردن و متهم

کردن قربانی راه به جایی نمی‌برد پس اجازه دهید که قربانی خودش را از میان آواری که روی سرش خراب شده نجات دهد. به او و خودتان فرصت دهید تا بتواند راه را پیدا کند. قربانی خشونت خانگی مانند فردی است که در شب میان راه‌هایی تو در تو گم شده است و به شدت می‌ترسد.

خودانگاره در شکل‌گیری اعتماد به نفس شخص نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند. بسیاری از این تصورات براساس تعامل ما با دیگران و تجربیات زندگی مان شکل می‌گیرد. اعتماد به نفس به این موضوع بستگی دارد که شخص احساس می‌کند از نظر دیگران تا چه حد مورد قبول و علاقه است و همچنین خودش چقدر احساس ارزشمند بودن دارد. بنابراین قربانی را ضعیف تلقی نکنید و او را محترم و توانا بشمارید تا او نیز خود را باور کند. از قربانی انتظارات نابه‌جا نداشته باشید تا بتواند شناخت درستی از توانایی‌ها و یا امکاناتی که به او توانایی می‌دهد داشته باشد و حرکت کند.

## مثبت فکر کنید

به قربانی کمک کنید مثبت فکر کند و جلوی او منفی‌بافی نکنید. منفی‌بافی مانند ماشینی است که در حال تمام کردن بنزین است و بالاخره می‌ایستد در حالی که مثبت‌اندیشی مانند پر کردن باک بنزین برای حرکت است.

مثبت فکر کردن خود به تنهایی لذت‌بخش است و به انسان قدرت می‌دهد. مثبت فکر کردن امید به زندگی را تقویت می‌کند و افسردگی را کاهش می‌دهد. اگر در مسیر حرکت هم اشتباه کردید اشتباهات را فرصتی برای یادگیری در نظر بگیرید؛ همیشه به خود بگویید که هرکسی ممکن است اشتباه کند و از اشتباه کردن نهراسید، اشتباه بخشی از یادگیری است. به قربانی کمک کنید مهارت‌های جدید یاد بگیرد و اگر خود قربانی هستید هر روز به دنبال یادگیری باشید. کسب مهارت‌های جدید به شما احساس رضایت از خویشتن می‌دهد.

همچنین از تغییر نهراسید. آن‌چه را که می‌توانید، تغییر دهید و آن‌چه را که نمی‌توانید، مشخص کنید؛ درباره عادات و خصلت‌های خود فکر کنید. اگر دریافتید که برخی از آن‌ها شما را ناراحت می‌کند، برای تغییر آن اقدام کنید، اما اگر چیزی است که نمی‌توان آن را تغییر داد (مانند قد و شکل و شمایل) سعی کنید از آن‌چه که هستید لذت ببرید و سازگاری کنید.

خلاصه آن‌که در آستانه سال جدید قرار داریم. سال جدید می‌تواند سال امید و اعتماد به نفس برای تک‌تک ما باشد. سالی که مهارت‌های جدید یاد بگیریم. مثبت‌اندیش و مهربان باشیم. تغییرات لازم را با برنامه‌ریزی انجام دهیم و از خود احساس رضایت کنیم.

می‌توانیم سالی شاد و پر از امید داشته باشیم و یا تن به روزمرگی‌ها بدهیم و در جا بنزیم.

انتخاب با شماست.

## خشونت جنسی شریک زندگی

Photo: Kasia Bialasiewicz/Bigstock.com

ترجمه: خانه امن

### واقعیات

- خشونت علیه زنان به‌ویژه خشونت توسط شریک زندگی و خشونت جنسی علیه زنان از جمله معضلات بهداشت عمومی و نقض حقوق زنان به شمار می‌رود.
- پژوهشی که توسط سازمان بهداشت جهانی در چند کشور صورت گرفته نشان می‌دهد که بین ۵۱٪ تا ۱۷٪ زنانی که ۵۱ تا ۹۴ سال دارند، در طول زندگی‌شان توسط شریک زندگی خود تحت خشونت فیزیکی و یا جسمی قرار می‌گیرند.
- این نوع خشونت‌ها منجر به مشکلات سلامتی جسمی، روحی، بهداشت اندام‌های جنسی می‌گردد و احتمال ابتلاء به ویروس اچ‌آی‌وی را نیز افزایش می‌دهد.
- عوامل خطرزایی که موجب می‌شوند شخص بزه‌کار شود از جمله آموزش و پرورش محدود، در دوران طفولیت مورد سوءرفتار قرار داشتن و یا شاهد خشونت در خانواده بودن، سوء مصرف مشروبات الکلی، و ارزش‌هایی که خشونت و عدم تساوی جنسیت را می‌پذیرند.

- عوامل خطر که موجب می‌شود قربانی شریک زندگی و خشونت جنسی شود از جمله آموزش و پرورش محدود، شاهد خشونت والدین بودن، در معرض آزار و اذیت در طفولیت قرار گرفتن و ارزش‌هایی که خشونت و عدم تساوی جنسیت را می‌پذیرد.
- در قشرهای پر درآمد برنامه‌هایی در سطح مدرسه اجراء می‌شود تا از روابط صمیمانه خشونت‌آمیز بین جوانان (خشونت طی دوست‌یابی) جلوگیری شود و شواهد موجود نشان می‌دهد که این برنامه‌ها تا حدودی مؤثر بوده‌اند.
- در نواحی و مناطق کم درآمد انواع دیگر استراتژی‌ها برای پیش‌گیری از خشونت علیه زنان اتخاذ می‌شود که تا حدودی نیز موفق هم بوده‌اند استراتژی‌هایی مانند: در اختیار گذاشتن وام‌های کوچک برای آموزش مردان در رابطه با برابری جنسیتی و ایجاد فعالیت‌ها و برنامه‌های مربوطه توسط انجمن‌های مختلف.
- این استراتژی‌ها همه نابرابری‌های جنسیتی را مخاطب قرار می‌دهند و سعی در بهبود و بالا بردن مهارت‌های ارتباطی دارند.
- شرایط جنگی، شرایط پس از جنگ، جا به جا شدن و تغییر مکان احتمال دارد خشونت فعلی را شدیدتر سازد و انواع جدید خشونت علیه زنان را به وجود آورد.

## مقدمه

سازمان ملل متحد خشونت علیه زنان را چنین تعریف می‌کند: «هر گونه عملی که ناشی از خشونت بر اساس جنسیت باشد که احتمالاً منجر به آسیب و یا تحمل رنج فیزیکی، جنسی و روانی زنان گردد، از جمله تهدید کردن به انجام چنین اعمالی، مجبور نمودن و یا محرومیت از آزادی‌ها، چه در زندگی خصوصی و چه در زندگی عمومی شخص.»

منظور از خشونت از طرف شریک زندگی به رفتار شریک زندگی و یا شریک زندگی سابق اشاره دارد که موجب آسیب فیزیکی، جنسی و یا روانی، از جمله تجاوز فیزیکی، به زور وادار به انجام اعمال جنسی نمودن، اذیت و آزار روانی و رفتار کنترل‌کننده شود.

## دامنه مشکل

آمارهایی که در سطح انبوه جمعیت از طریق گزارشاتی که از قربانیان بدست آمده دقیق‌ترین تخمین‌ها را از شیوع خشونت توسط شریک زندگی و خشونت جنسی در محیط که جنگ نیست را ارائه می‌نماید. پژوهشی که توسط سازمان بهداشت در چند کشور در رابطه با سلامت زنان و خشونت خانگی علیه زنان در ۰۱ کشور پیشرفته دنیا انجام شد نشان می‌دهد که بین زنان سنین ۵۱ تا ۹۴ سال:

- ۵۱٪ زنان در ژاپن و ۱۷٪ زنان در اتیوپی در طول دوران زندگی‌شان گزارش داده‌اند توسط شریک زندگی خود تحت خشونت فیزیکی و یا جنسی قرار گرفته‌اند.
- بین ۳۰ تا ۵۱٪ زنان گزارش دادند که از سن ۵۱ سالگی توسط شخصی که شریک زندگی‌شان نبوده مورد خشونت جنسی قرار گرفته‌اند.
- بر اساس گزارشات اولین تجربه جنسی بسیاری از زنان اجباری بوده است به عنوان مثال ۷۱٪ در مناطق روستایی تانزانیا، ۴۲٪ در مناطق روستایی پرو و ۰۳٪ در مناطق روستایی بنگلادش.

اعمال خشونت جنسی توسط شریک زندگی غالباً توسط مردان علیه دختران و زنان است. اذیت و آزار جنسی کودکان گریبان‌گیر پسران و دختران هر دو می‌شود. پژوهش‌های بین‌المللی نشان می‌دهد که ۰۲٪ زنان و ۵ تا ۰۱٪ مردان در طفولیت مورد خشونت جنسی قرار گرفته‌اند.

تحقیقاتی که بر اساس انبوه جمعیت در رابطه با خشونت بین جوانان انجام شده (یا خشونت هنگام دوست‌یابی) نشان می‌دهد که بر بخش قابل توجهی از جمعیت جوانان تأثیر می‌گذارد. مثلاً در آفریقای جنوبی بررسی از افراد ۳۱ تا ۳۲ ساله نشان می‌دهد که ۲۴٪ زنان و ۸۳٪ مردان قربانی خشونت فیزیکی در زمان دوست‌یابی هستند.

## عوامل خطر

عواملی که مربوط به خشونت جنسی از جانب شریک زندگی هستند بیشتر بین افراد، خانواده‌ها، و جوامع بزرگ‌تر وجود دارند. برخی از عوامل مربوط به افراد متجاوز و برخی دیگر مربوط به کسانی که خودشان تحت خشونت بوده‌اند می‌شوند.

## عوامل خطر برای شریک زندگی و شخص قربانی شامل نکات ذیل است:

- سطح پائین تحصیلات (شخصی که مرتکب خشونت جنسی می‌گردد و شخصی که خشونت جنسی را تجربه می‌کند).
- در معرض سوء رفتار با کودک قرار گرفتن (شخص بزهکار و قربانی خشونت)
- اختلال شخصیت ضد اجتماعی (شخص بزهکار)
- استفاده بیش از حد از مشروبات الکلی (شخص بزهکار و تجربه قربانی خشونت)
- داشتن چند همسر یا شریک زندگی یا وقتی شریک زندگی‌شان شک می‌کند که به او خیانت شده است. (شخص بزهکار)

- روش و رفتاری که خشونت و نابرابری جنسیتی را می‌پذیرد. (شخص بزهکار و قربانی خشونت)

**عواملی که به خصوص مربوط به خشونت شریک زندگی می‌شود شامل موارد ذیل است:**

- سابقه قبلی خشونت (شخص بزهکار و تجربه قربانی خشونت)
- اختلافات زناشویی و نارضایتی (شخص بزهکار و قربانی)

**عواملی که مربوط به خشونت جنسی بزهکار می‌شود:**

- عقاید و باورهای خانوادگی راجع به ناموس و پاکدامنی
- عقیده به تبعیض جنسی به نفع مرد
- مجازات‌های قانونی ضعیف در مقابل خشونت جنسی

موقعیت نابرابر زنان نسبت به مردان و عادی بودن اعمال خشونت در حل اختلافات، به شدت به خشونت اعمال شده از جانب شریک زندگی و خشونت جنسی اعمال شده از طرف افراد دیگر مربوط است.

**پیامدهای مربوط به سلامتی**

شریک زندگی و خشونت جنسی دارای معضلات و مشکلات کوتاه‌مدت و دراز مدت فیزیکی، روانی، جنسی و تناسلی برای بازماندگان و فرزندان‌شان است که منجر به هزینه‌های اقتصادی بالایی برای دولت می‌شود.

- از جمله تأثیراتی که بر سلامتی دارد: سر درد، پشت درد، درد شکم، فیبرومیالژیا، اختلال دستگاه گوارش، تحرک محدود و ناخوشی کلی. در برخی موارد نیز می‌تواند منجر به جراحات کشنده و غیرکشنده شود.
- خشونت شریک زندگی و خشونت جنسی می‌تواند منجر به بارداری ناخواسته، سقط جنین عمدی، ناراحتی‌ها و امراض زنانه، عفونت‌های مقاربتی از جمله آچ‌آی‌وی شود. اعمال خشونت توسط شریک زندگی می‌تواند احتمال سقط جنین، زایمان بچه مرده، زایمان زودرس و وزن پائین در نوزادان را افزایش دهد.
- انواع خشونت منجر به افسردگی، اختلال تنش پس از وقوع حادثه، مشکلات خواب، اختلال در خوردن، ناراحتی‌های عاطفی و سعی به خودکشی می‌شوند.
- خشونت جنسی، به خصوص در طی دوران طفولیت منجر به سیگار کشیدن بیشتر، سوء استفاده از مواد مخدر و مشروبات الکلی و رفتارهای جنسی خطرناک در دوران بعدی زندگی می‌شود. این نوع رفتارها به افراد بزهکار (برای مردها) و قربانیان خشونت (برای خانم‌ها) نسبت داده می‌شود.

**تأثیر بر کودکان و اطفال**

اطفالی که در خانواده‌هایی بزرگ می‌شوند که در معرض خشونت قرار دارند احتمال دارد از نارسایی‌های عاطفی و رفتاری رنج ببرند. این می‌تواند به بزهکاری و یا تجربه نمودن خشونت در آینده نسبت داده شود.

- اعمال خشونت توسط شریک زندگی همچنین به میزان بالای مرگ و میر بین نوزادان و اطفال ارتباط داده شده است (مثل بیماری‌های اسهالی و سوء تغذیه)

**هزینه اجتماعی و اقتصادی**

هزینه اجتماعی و اقتصادی اعمال خشونت جنسی توسط شریک زندگی بسیار سنگین است و اثراتش را در سراسر جامعه می‌گذارد. زنان احتمالاً از انزوا، عدم توانایی برای کار کردن، از دست دادن دستمزد، عدم شرکت در فعالیت‌های منظم و توانایی محدود برای مراقبت از خود و فرزندان‌شان رنج می‌برند.

**پیشگیری و پاسخگویی**

در حال حاضر راه‌های متعددی وجود دارند که مؤثر بودن آن‌ها طی مطالعاتی تنظیم شده به اثبات رسیده است. باید منابع بیشتری را در دست داشت تا بتوان از اعمال خشونت جنسی توسط شریک زندگی، به‌طور جدی‌تری پیشگیری کرد، منظور پیش از وقوع خشونت برای اولین بار است.

در رابطه با پیشگیری اولیه شواهدی در دست است که نشان می‌دهد کشورهای پر درآمد که در آن برنامه‌هایی در سطح مدارس در رابطه با

روابط دوست‌یابی برای پیشگیری از خشونت تنظیم شده است مؤثر بوده است. اما باید تناسب آن‌را در محیطی که منابع کافی را ندارد، مورد ارزیابی قرار داد. استراتژی‌های اولیه دیگری نیز وجود دارند؛ استراتژی‌هایی که آموزش تساوی جنسیتی همراه با سرمایه‌گذاری خرد، ارتباط برقرار کردن و روابط درست زندگی را در سطح اجتماعات ترویج می‌کنند، دسترسی و استفاده بیش از حد از مشروبات الکلی را کاهش می‌دهد و عادات جنسیتی سنتی را تغییر می‌دهد و تا حدودی مثبت بوده‌اند اما باید بیشتر مورد بررسی قرار گیرند.

برای حصول به تغییرات اساسی، باید قانون تصویب و اساسنامه‌هایی تنظیم کرد که زنان را محافظت کنند؛ تبعیضات علیه زنان را مورد نظر قرار داده و تساوی جنسیتی را ترویج دهند.

پیگیری و رسیدگی مناسب از جانب بخش بهداشت کشور می‌تواند نقش مهمی در پیشگیری و پاسخ‌گویی به خشونت داشته باشد. همچنین آگاه‌سازی و آموزش مردم و سازمان‌های خدمات بهداشتی دیگر می‌تواند استراتژی مهم دیگری محسوب گردد. برای اینکه پیامدهای حاصل از خشونت و نیازهای قربانیان را در نظر بگیریم باید پاسخ چند بخشی تهیه کنیم.

منبع: سازمان بهداشت جهانی

## مجبور شدم پنهانی ازدواج کنم

Photo: AntonioGuillem/Bigstock.com

فریده موسوی

همسر جوان فوت کرد و من ماندم و ۳ دختر. آپارتمان کوچکی به ارث گذاشت که برادر شوهرم به عنوان قیم همه اختیار زندگی ما را در دست داشت. با مستمری همسر و خیاطی شبانه‌روزی دخترها را بزرگ کردم و دختر اولم را شوهر دادم و دو دختر دیگرم دانشجوی هستند. یکی در اصفهان و دیگری در شیراز دوران دانشجویی‌شان را می‌گذارند.

دو سالی است که با آقای آشنا شدم که بسیار مرد خوبی است ولی وقتی پیشنهاد ازدواج آن آقا را با بچه‌ها مطرح کردم دختر بزرگم و دامادم به شدت مخالفت کردند و مدت‌ها با من سر و سنگین بودند. مجبور شدم پنهانی با آن آقا که واقعا عاشق هم هستیم ازدواج کنم ولی مدتی است که دختر و دامادم شک کرده‌اند و بعد از یک دعوی مفصل با من قهر کرده‌اند. دخترم می‌گوید که من آبروی او را جلوی خانواده شوهرش برده‌ام و دامادم هم به رگ غیرتش برخورده است. همسر من مرد خوب و شریفی است و معنای زندگی زناشویی موفق را به من چشاند است. البته همسر اولم هم مرد خوبی بود ولی هر دو جوان و کم تجربه بودیم و هر دو از زندگی چیزی نفهمیدیم.

دختر بزرگم بعد از این جریان هم سهم الارث پدرش از خانه را می‌خواهد که در تدارک فروش آن هستم. من در آن خانه سال‌ها خیاطی کردم و هنوز هزینه دو دختر دیگرم را از همان خیاطی پرداخت می‌کنم و به این ترتیب به درآمد لطمه می‌خورد ولی به هر حال حق پدری‌اش است و من چاره‌ای جز فروش ندارم. همسرم البته خانه کوچکی دارد که به آن نقل مکان می‌کنم ولی درآمد ایشان در حد پرداخت شهریه دانشگاه بچه‌هایم نیست.

زری خانم میان‌سالی است که فکر می‌کند رفتار و گفتار و طعنه و تحقیرهای دختر و دامادش خشونت است که چه بسا در ایران نسبت به ازدواج والدین از سوی فرزندان اتفاق می‌افتد و وب‌سایت خانه امن به آن توجه نکرده است. وقتی از او درباره کلمات و تحقیرها می‌پرسم ترجیح می‌دهد سکوت کند و درباره آن حرفی نزنم ولی می‌گوید: «انتظار نداشتم که دخترم با چنین لحنی با من حرف بزند و قهر کند. دلم برایش تنگ شده به‌خصوص که شنیده‌ام باردار است.»

### برچسب‌ها و تابوهای روزمره

ازدواج زن پس از فوت و یا جدایی از شوهر برای زنانی که به‌خصوص دارای فرزند هستند در کشور ما، بسته به فرهنگ و آداب و رسوم هنوز تابو محسوب می‌شود. زنان معمولاً پس از بیوه شدن دچار اضطراب و حتی خشونت‌های اجتماعی ناشی از بیوه شدن قرار می‌گیرند و برچسب‌های ناعادلانه اجتماعی در صورتی که بخواهند مجدداً ازدواج کنند حداقل در زمان کوتاهی به آن‌ها زده می‌شود. برچسب‌هایی که بسیاری از زنان برای رهایی از آن تنهایی را به ازدواج یا رابطه مجدد ترجیح می‌دهند.

مینا در جزیره قسم زندگی می‌کند و از همسر مغازه‌دارش جدا شده است. مینا ۸۴ ساله است و فرزندانش بزرگ شده‌اند. پای صحبت مینا که می‌نشینم زوایای دیگری از خشونت علیه زنان بیوه برایم روشن می‌شود. مینا می‌گوید: «من خودم شاغلم و واقعا احساس تنهایی می‌کنم. شوهر قبلی من ازدواج کرد و بچه‌دار شد ولی حتی مادر خودم مرتب به من گوش‌زد می‌کند که بچه‌ها مادر می‌خواهند و فکر ازدواج دوم را نکن، در حالی که من واقعا احساس تنهایی می‌کنم. من اهل جزیره نیستم و با ازدواج به اینجا آمدم و همسرم وقتی قصد ازدواج مجدد داشت از او جدا شدم و در تمام سال‌های زندگی با این‌که از خانواده خودم دور بودم احساس تنهایی نمی‌کردم و شوهرم را دوست داشتم. در حال حاضر اصلا انگیزه زندگی را از دست داده‌ام و انگار یک ابر سیاه بر زندگی من سایه انداخته است و می‌دانم اگر ازدواج کنم هزار حرف و حدیث است که بشنوم.»

به مینا می‌گویم که این حرف‌ها بعد از مدتی تمام می‌شود ولی او از قضاوت مردم خیلی می‌ترسد و می‌خواهد که وجهه نامناسی نداشته باشد در حالی که فرزندانش هم تمایلی به ازدواج مادر ندارند. به دکتر مراجعه کرده و دکترش هم به او گفته که روی ازدواج در حالی که که هنوز در دوره سوگواری پس از طلاق است حساب نکنند و گام اول پس زدن طوفانی از احساسات و هیجان‌هایی است مینا درگیر آن است. اما مینا فکر می‌کند و حتی اطمینان دارد آشنایی با یک مرد می‌تواند در گذار از این دوران به او کمک کند ولی حرف مردم او را از چنین ارتباطی دور می‌کند.

### آخر کارتن خواب می‌شوم

یکی از ترس‌های زنان بیوه که از آن سخن نمی‌گویند ترس ناشی از بحران‌های مالی است. احساس بی‌پناهی و این‌که آینده را روشن نمی‌بینند. مریم در ۵۱ سالگی ازدواج کرده و همسرش را در سانحه تصادف از دست داده است. مریم ۲۴ ساله است و از آنجایی که که شوهرش راننده مسافرکش بوده و در حال حاضر درآمدی ندارد به شدت می‌ترسد. شب‌ها کابوس می‌بیند و کم‌خواب شده است. تمایلاتی از خودکشی در او دیده می‌شود و دارو او را بی‌قرار و کابوس‌های شبانه‌اش را بیش‌تر کرده است.

مریم می‌گوید: «من آخر توی کوچه می‌افتم. آخر کارتن خواب می‌شوم. با مردی آشنا شدم ولی به شدت خسیس بود و بیش‌تر می‌خواست که من به عنوان همسر موقت خدمات جنسی بدهم و حاضر نبود من را از نظر مالی طوری تامین کند که این همه ترس از دل من برود. از طرف دیگر اطمینان دارم که خانواده شوهر و در وهمسایه هم انتظار ندارند من سال شوهرم نشده ازدواج کنم. نمی‌دانم پس‌انداز شوهرم تمام شود چه کار کنم و حتی چطور سرپناهی پیدا کنم. ماشین شوهرم فعلا دست برادرش است و او هم چندرغازی جلوی من و بچه‌ها می‌اندازد. چهار تکه فرش داشتم که برای خرج کفن و دفن شوهرم فروختم و مخارج را که می‌بینید چقدر سنگین است. خیلی افسرده هستم و از آینده خودم و بچه‌ها می‌ترسم. درسی نخوانده‌ام و کاری بلد نیستم و هر روز حالم بدتر می‌شود.»

ازدواج مجدد میان‌سالان و سالمندان تابو نیست و می‌تواند شادی و احساس رضایت را به زندگی ببخشد، اما گاهی فرزندان و خانواده نسبت به این انتخاب مادرو حتی پدرشان احساس خوبی ندارند.

### میان‌سالان نیز حق حیات دارند

دکترعالیه شکرپیگی در گفت‌وگو با ایسنا می‌گوید: «متأسفانه معمولا فرزندان با فوت هریک از والدین خود با ازدواج مجدد پدر یا مادر خود مخالفت می‌کنند. در حالی که باید در این نگرش تجدید نظر کرد. این جامعه‌شناس در این گفت‌وگو تصریح می‌کند که احساس تنهایی در میان‌سالانی که طلاق گرفته‌اند یا همسرشان فوت کرده است بیش‌تر دیده می‌شود و آنان احساس انزوای اجتماعی می‌کنند و فردگرایی و فرورفتن در تنهایی، خود پیامد این وضعیت است.»

شکرپیگی تاکید می‌کند: «میان‌سالانی که همسر خود را از دست داده‌اند می‌توانند با ازدواج مجدد تولد دوباره‌ای را تجربه کنند و به جای آن‌که بقیه عمر خود را به فکر مرگ بگذرانند زندگی شادی داشته باشند.»

آمار طلاق و سوانح در کشور ما بالاست و زنان به دلایل مختلف پس از بیوه شدن در معرض آسیب‌های مختلف قرار می‌گیرند. مشکلاتی که صرفا اقتصادی نیست و مشکلات ناشی از بدبینی نیز به آن اضافه می‌شود. ۱

واقعیت این است که زنان پس از بیوه شدن هم‌چنان که قبل از آن، باید باور کنند مالک بدن خود هستند و فرزندان و در وهمسایه مالکیتی بر جسم و روح آن‌ها ندارند.

شاید نوشتن این عبارات راحت باشد و زنان با وجود علم به این موضوع همچنان از قضاوت‌های پیرامون خود بترسند ولی نتیجه پذیرش چنین محدودیت‌های اجتماعی و خانوادگی جز افسردگی و بیماری و از دست رفتن باقیمانده زندگی نیست.

چنین خشونت‌های ابدی پنهان نیست و در گفت‌وگو با زنان بیوه به شکلی عریان به چشم می‌خورد. طاهره می‌گوید: «خشونت شاخ و دم ندارد. اجباری ازدواج کردم و حالا که چند سال از فوت شوهرم می‌گذرد اجباری نباید ازدواج کنم. این‌که نشد زندگی. ماشالله هم پسر و هم دخترم قبل از ازدواج دوست دختر و پسر داشتند ولی حالا که چند سال است پدرشان فوت کرده هی من را مکه و کربلا می‌فرستند. چه



کسی می‌گوید که زن میل جنسی ندارد. چرا ما زن‌ها باید خودمان را سرکوب کنیم. اگر بچه‌ها همین‌طور پیش بروند می‌روم جایی که من را پیدا نکنند. چند ماهی است که پسر عموی پدرم همسرش فوت شده و پیغام داده که ازدواج کنیم. خانم وقتی به پسرم گفتم با کله زد تو دیوار که حالا جلوی در و همسایه و فامیل چه کند. بهش گفتم وقتی دوست دختری داشتی و دوستت را خانه می‌آوردی در و همسایه کجا بودند؟ حالا به من که رسید رگ غیرت از گردنت می‌زند بیرون. خلاصه خانه ما از آن‌روز جهنم شده و خاموش هم نمی‌شود.»

در نهایت بد نیست به نتایج یک تحقیق در دانشگاه ایالتی اوهایو در آمریکا هم توجه کنیم. این پژوهش‌گران بیش از ۳ هزار مرد و زن را که طی یک‌سال به لحاظ افسردگی مورد مصاحبه قرار گرفته بودند و پنج سال بعد نیز دوباره گرایش به افسردگی در آنان بررسی شده بود، زیر نظر قرار دادند و پرسش‌هایی را در ارتباط با میزان رضایت‌مندی آنان در صورت متأهل بودن مطرح کردند.

جالب است بدانید، افرادی که در طول این پنج سال ازدواج کرده بودند، در مصاحبه دوم بهبود وضعیت روانی‌شان را نسبت به آن‌هایی که ازدواج نکرده بودند، گزارش دادند. آن‌ها در یک مقیاس ۴۸ نمره‌ای افسردگی به طور متوسط ۳.۲۴ نمره پایین‌تری پیدا کرده بودند.

وقتی محققان میزان تأثیر ازدواج را بر حسب افسرده بودن در شروع تحقیق در افراد مورد آزمایش اندازه گرفتند، نتایج حاصل بر خلاف انتظارشان بود؛ زیرا افراد افسرده‌ای که ازدواج کرده، نسبت به افراد افسرده‌ای که ازدواج نکرده بودند به طور متوسط ۷.۶۵ نمره کاهش نشان می‌دادند، در حالی‌که این کاهش در مورد افراد شادی که ازدواج کرده بودند تنها ۱.۷۸ نمره بود. به عبارت دیگر ازدواج تقویت روانی بسیار بیشتری در افراد افسرده ایجاد کرده بود تا افراد شاد.

جالب آن‌که در همین تحقیقات عنوان شده است که زندگی کردن در کنار همسر برای سلامت سالمندان نیز مفید است؛ زیرا براساس نتایج بررسی پژوهش‌گران که در نشریه آمریکایی سلامت جامعه به چاپ رسیده، آن دسته از مردان و زنانی که در سنین سالمندی همسر دارند و در کنار او زندگی می‌کنند، از نظر وضع سلامت در شرایط بهتری قرار دارند و بیشتر از سالمندان مجرد تحت مراقبت‌های بهداشتی پزشکی قرار می‌گیرند. پژوهش‌گران با بررسی چندین ساله بر روی بیش از ۳۱ هزار زن و مرد بالای ۵۶ سال به این نتیجه رسیدند؛ سالمندانی که در کنار همسر خود زندگی می‌کنند، امید به زندگی بیشتری دارند و آزمایش‌های دوره‌ای نظیر غربال‌گری سرطان روده بزرگ، اندازه‌گیری فشارخون، میزان کلسترول و قند خون و... را به موقع انجام می‌دهند.

برعکس، سالمندان مجرد زیاد به کنترل سلامت خود علاقه‌مند نیستند و علائم افسردگی در آنان بیشتر مشاهده می‌شود، در حالی‌که سالمندانی که همسر دارند، از روحیه با نشاط‌تر و اعتماد به نفس بیشتری برخوردارند. پس چنان‌چه در سنین میان‌سالی و سالمندی قرار دارید و تنها هستید بهتر است تا دیر نشده در جستجوی یک شریک زندگی برای خود باشید و تلاش کنید به فرزندان یاد دهید که والدین دارای حقوق خود در این مهم هستند.