

بررسی دلایل افزایش خشونت‌های خانگی؛

به دل عزیز باش؛ نه به چشم

تهران (پانا) - یک روانشناس و کارشناس خانواده با اشاره به دلایل خشونت‌های خانگی، گفت: یکی از باورهای اشتباه خراسان جنوبی‌ها این است که "به دل باید عزیز باشی نه به چشم" و این باور بسیار اشتباهی است؛ برای مثال افراد معتقد هستند که نباید به کودک و همسر توجه بیش از حدی داشته باشیم، اما در علم روانشناسی به این موارد، نوازش‌های کلامی می‌گوییم که تاثیرات بسیار بالایی بر عزت نفس ما دارند و به آن‌ها نیاز داریم.

به ZWNJ& گزارش ایسنا، دکتر عفت آی اظهار کرد: خشونت خانگی در واقع به این معناست که یک عضوی از خانواده بر علیه عضو دیگر خانواده اقدام کند؛ این خشونت عضوی بر علیه عضو دیگر خانواده دارای یک ترتیب است.

وی افزود: بیشترین و اولین خشونت بر روی فرزندان است و حتی در بیشتر مواقع مادر سهم بیشتری در خشونت بر علیه فرزند دارد چرا که زمان بیشتری را با فرزند خود می‌گذراند، در رده خشونت خانگی اول بر روی کودکان و نوجوانان و در جایگاه بعد بانوان و سپس در جایگاه سوم آقایون هستند که مورد خشونت همسر و فرزندان خود قرار می‌گیرند.

این مشاور با بیان اینکه در مرحله اول اسم خشونت ZWNJ&؛ که به زبان آورده می‌شود ZWNJ&؛ شود ذهن ZWNJ&؛ها به سمت خشونت فیزیکی کشیده می‌شود مثل کتک زدن، قتل، شکستگی و یا سوختگی که مرد بر علیه همسر و فرزندان خود انجام می‌دهد، تصریح کرد: دومین نوع خشونت، خشونت جنسی است که درصد بالایی ZWNJ&؛ از تجاوزهای جنسی به کودکان مربوط به محیط خانواده است و این اتفاق بیشتر در بستر خانواده ZWNJ&؛های گسترده رخ می‌دهد.

آی با بیان اینکه در خشونت جنسی علیه کودکان کمتر پیش می‌آید که ZWNJ&؛ غریبه ZWNJ&؛ها این کار را انجام دهند، افزود: سومین نوع خشونت که از تمامی خشونت ZWNJ&؛ها به خصوص در ایران و خانواده ZWNJ&؛های ایرانی بالاتر است، خشونت روانی است که این خشونت شامل؛ خشونت روانی پدر نسبت به مادر، مادر نسبت به پدر و همچنین خشونت مادر و پدر نسبت به فرزندان می‌شود.

وی ادامه داد: طیف وسیعی از این فرزندان به ZWNJ&؛ سبب توهین، تحقیر، مقایسه، سرکوب کردن هیجانات فرزندان، نادیده گرفتن این سری از هیجانات کودکان و همچنین در بستر خانواده توهین پدر و مادر به یک دیگر و یا توجه نکردن مرد به زن دچار خشونت روانی می‌شوند.

این مشاور با بیان اینکه با توجه به این موضوع که خشونت ZWNJ&؛های روانی در رتبه بالایی از طیف خشونت ZWNJ&؛های خانگی در ایران قرار دارد و به این موضوع آن طور که شایسته توجه است پرداخته نشده است، تصریح کرد: این امر بیشتر در حاشیه قرار دارد که این خود می‌تواند باعث عواقب مخرب و زیان باری در آینده فرد مبتلا به این خشونت شود.

آی با اشاره به اینکه یکی دیگر از خشونت ZWNJ&؛های خانگی که به آن پرداخته نشده، محدود کردن اعضای خانواده است، اظهار کرد: گرفتن هر گونه استقلال فردی از اعضای خانواده و اعمال فشارهای مختلفی که باعث محدود کردن اعضای خانواده در زندگی ZWNJ&؛شان می‌شود، جز این خشونت است و اکثر مواقع افراد برای توجیه این رفتار خود بر روی آن عنوان "مراقبت و محافظت از حریم خانواده" را می‌گذارند.

وی افزود: تمامی این خشونت ZWNJ&؛های خانگی ضربات روحی و روانی هستند که در مدت طولانی بر روی زندگی اثرات منفی فراوانی دارند و در واقع فرزندان که این خشونت ZWNJ&؛ها را می‌بینند یک اختلال استرس پس از ضایعه ZWNJ&؛ روانی را متحمل می‌شوند و هیچ کس متوجه این کودکی که بسیار مقایسه، تحقیر و توهین شده و

طعم محبت را نچشیده نمی‌شود.

فشارهای روانی در کالبد مشکلات جسمی

این روانشناس با بیان اینکه استرس‌ها؛ که در مدرسه به کودک وارد می‌شود؛ به سبب محیط خانواده است که بعدها حتی در زندگی زناشویی فرد نیز متجلی می‌شود، افزود: در دراز مدت تمامی این خشونت‌ها اثرات روانی را بر جای می‌گذارد و این امر بسیار بد است که مشکلات جسمی همچون کبودی و شکستگی را همه می‌بینند، اما افراد متوجه مشکلات روانی همچون اضطراب‌ها؛ ترس‌ها؛ ترس‌های زیاد، استرس‌ها؛ فویبایی و سردردهای میگرنی نمی‌شوند و افراد فکر می‌کنند تمامی این موارد مشکلات جسمی هستند در صورتی که تمامی اینها اثرات روانی هستند که ما به آن بیماری‌ها؛ روان تنی می‌گوییم.

آی ادامه داد: در بیشتر کودکانی که خشونت همزاد زندگیشان است، می‌بینیم؛ که سطح تحصیلاتی پایینی دارند، تمایلی به ادامه تحصیل ندارند و در آینده به یک فرد بیکار تبدیل می‌شوند که گاهی حتی مصرف الکل و مواد مخدر نیز در بین آنان زیاد دیده می‌شود و اگر ریشه زندگی افراد معتاد را مورد بررسی قرار دهیم، اکثر آن‌ها در خانواده مورد خشونت جسمی یا روانی قرار داشته‌اند.

وی با بیان اینکه بسیاری از بانوان دارای استقلال نیستند و اگر سرکار نیز می‌روند همسرشان حقوق دریافتی‌شان را به زور می‌گیرد که ما در واقع می‌گوییم که این فرد مورد خشونت اقتصادی یا مالی قرار گرفته است، تصریح کرد: در رابطه با خشونت خانگی در خراسان جنوبی، آن چیزی که ما به عنوان مشاور مشاهده می‌کنیم، بیشتر خشونت روانی است و اینکه آن توجهاتی که باید افراد به همسر و فرزندان خود داشته باشند بسیار کم است و آزادی به اندازه کافی به آنها داده نمی‌شود یا به اندازه کافی مورد تشویق قرار گرفته نمی‌شوند چراکه باورهای غلطی دارند.

باورهای غلط و از هم پاشیدن ساختمان روانی افراد

وی افزود: یکی از باورهای اشتباه خراسان جنوبی‌ها این است که "به دل باید عزیز باشی نه به چشم" و این باور بسیار اشتباهی است؛ برای مثال افراد معتقد هستند که نباید به کودک و همسر توجه‌ها؛ بیش از حدی داشته باشیم، اما در علم روانشناسی به این موارد، نوازش‌ها؛ کلامی می‌گوییم که تاثیرات بسیار بالایی بر عزت نفس ما دارند و به آن‌ها نیاز داریم.

وی با بیان اینکه عزت نفس به معنای خود ارزش بینی است و فردی که از کودکی مورد کلام محبت آمیز پدر و مادر قرار گرفته در آینده تبدیل به یک فرد ارزشمند می‌شود، تصریح کرد: در خراسان جنوبی در اتاق‌های مشاوره بیشتر خشونت روانی را دیده‌ام؛ تا خشونت فیزیکی.

آی با اشاره به اینکه گاهی خشونت روانی حتی در خانواده‌ها؛ تحصیل کرده نیز به وفور دیده می‌شود، اظهار کرد: مقایسه کردن، ایجاد محدودیت به خصوص برای دختران از جمله باورهای اشتباه و مصداق خشونت‌ها؛ روانی است.

آی با بیان اینکه یکی از محدودیت‌ها؛ که برای دختران وجود دارد، محدودیت در تصمیم‌گیری آنها است، افزود: برای مثال به دلیل اینکه خانواده‌ها؛ به سبک سنتی عمل می‌کنند در اکثر مواقع این اجازه را به دختر خود نمی‌دهند تا خود تصمیم بگیرد که ما در مشاوره پیش از ازدواج تاکید داریم که زمان آشنایی در ازدواج باید شش ماه باشد، اما بعضی از خانواده‌ها؛ به سبب محدودیت این اجازه را نمی‌دهند، اما برای پسران این موضوع موردی ندارد و پسر می‌تواند با دختر صحبت کند و اگر تمایلی نداشت نظر خود را می‌گوید، اما برای دختران پس از دو جلسه آشنایی دختر و پسر باید عقد کنند چرا که خانواده‌ها؛ این باور را دارند که بسیار بد است که پسی از مدتی آشنایی دختر جواب منفی دهد که این در واقع یک نوع خشونت است، اما اسم آن را دلسوزی می‌گذاریم.

وی با بیان اینکه گاهی یک سری محدودیت‌ها و نادرست‌ها برای دخترانی که ازدواج نکرده‌اند قرار می‌دهیم و این یک نوع خشونت است که علیه دختران اتفاق می‌افتد، تصریح کرد: مسائل فرهنگی نقش بسیار مهمی را در باورهای ما ایفا می‌کنند و از سویی، انسان‌هایی که در روستا زندگی می‌کنند چون با جوامع بزرگتر در ارتباط نبودند و یا انسان‌های کمی که در اطرافشان وجود دارند، دنیا را در قالب همان افکار خود می‌بینند برای همین شاید نتوانند بسیاری از مسائل را بپذیرند.

آی با بیان اینکه امروز خشونت علیه زنان به لحاظ آماری بیشتر است، افزود: مهمترین دلیل خشونت خانگی از این است که ما از کودکی نیاموخته‌ایم؛ که چگونه خشم خود را بروز دهیم و فرق بین خشم و پرخاشگری را نمی‌دانیم.

وی با بیان اینکه چهار هیجان اصلی داریم که خداوند متعال در وجود ما آنها را به نهادینه‌دهنده قرار داده است؛ شامل: خشم، ترس، غم و شادی بوده و این چهار مورد برای بقای ما الزامی است، تصریح کرد: ما اگر که غم و شادی را تجربه نکنیم و یا حتی ترس را نداشته باشیم اصلاً بقای ما غیر ممکن است؛ خشم نیز یکی از هیجاناتی است که برای بقای ما ضروری است.

آی ادامه داد: وقتی کودکی خشمگین است و به در و دیوار لگد می‌زند بیشتر پدر و مادرها با عملکرد نسنجیده‌ای رفتار می‌کنند و آن کودک را کتک زده و با خود می‌برند، اما عملکرد و تربیت درست و سنجیده اینطور است که ما کنار فرزندمان بشینیم و در خصوص علت بی‌قراری‌هایش از او سوال بپرسیم؛ قرار نیست هرچیزی‌اش را که کودک خواست فراهم شود اما ما باید با کودک خود گفت‌وگو کنیم؛ داشته باشیم.

خشم خود را به صورت گفت‌وگو، های سالم بروز دهیم

وی افزود: ما به کودکان خود گفت‌وگو، خود گفت‌وگو، را نیاموخته‌ایم؛ چرا که معمولاً درگیر هستیم و یا حوصله نداریم؛ بنابراین گفتگو نکرده و فقط عمل می‌کنیم، فرزند از روی رفتار ما الگو برداری می‌کند و بنابراین از ما یاد می‌گیرد که در زمان خشم گفت‌وگو نکند بلکه رفتار کند و این باورهای غلط از کودکی شکل می‌گیرد.

آی با بیان اینکه من می‌توانم خشم داشته باشم اما خشم خود را به صورت گفت‌وگو، های سالم بروز دهم، افزود: در لحظه‌ای که هیجان‌ها و خشم من را احاطه کرده باید به طرف مقابل گفت به من فرصت بده تا بعد از اتمام یک فرصت زمانی که احساس کردم آرام تر هستم به شما توضیح بدهم که چرا خشمگین شدم و بعد خشم خود را به صورت گفت‌وگو، بروز بدهم و نه به صورت پرخاشگری.

وی با بیان اینکه این موضوع ابتدا در خانواده جرقه می‌خورد، تصریح کرد: باید دید در جامعه چه فردی مقصر است؛ متأسفانه در مدارس ما این موضوع آموزش داده نشده که کودکان چگونه با خشم و هیجان‌ها خود روبه‌رو شوند بلکه فقط به حفظ و یادگیری دروس مدرسه پرداخته‌اند؛ شده و در طول سال‌های تحصیلی ندیده‌ایم؛ که یک واحد آموزشی به کنترل و رویارویی با خشم و هیجان‌ها کودکان اختصاص داده شده باشد؛ بنابراین جامعه نیز مقصر خشم‌ها است.

نگرش مردسالارانه را در خانه بکشیم

آی ادامه داد: یکی از دلایل دیگر همان مسئله فرهنگی و باورهای غلط و نگرش‌های غالبی و سنتی است که این نگرش‌ها و باورهای غلط باعث می‌شود که خشونت‌ها بروز پیدا کنند؛ نگرش غلط این است که مرد رئیس خانواده است و هرچه او بگوید همان است؛ چه کسی این قانون را نوشته است؟

وی بیان کرد: شاید حرف درست را در مواقعی فرزند خانواده بزند پس باید به آن عمل کرد، اما باور غلط این است که صرفاً حرف، حرف مرد است، و این سنت و نگرش مردگرایانه ما است که خشونت‌ها را با خود به همراه می‌آورد؛ برای مثال پدر سر فرزند خود را می‌برد ولی از نظر قانونی به مجازات او عفو می‌خورد که ناشی

از نقص قانون است.

این مشاور با بیان اینکه گاهی خشونت و عصبانیت در ژنتیک افراد است که در جلسات مشاوره به این موضوع پی می‌بریم، تصریح کرد: این افراد نیاز به روانپزشک و دارو درمانی دارند؛ این خشم به سختی کنترل می‌شود و به سهولت برخورد با خشم ناشی از عوامل محیطی نیست.

وی با بیان اینکه اعتیاد به مواد مخدر نیز یکی از عوامل بروز خشونت خانگی است و بیشتر افرادی که مواد مخدر مصرف می‌کنند، دچار خشونت هستند، یادآور شد: خشم زمانی حالت بدی به خود می‌گیرد که تبدیل به پرخاشگری شود و باید بدانیم در تمام این رفتارها هر فردی از جامعه موثر و اثرگذار است.