



نیم‌نگاهی به انواع خشونت و اثرات آن

نوید شفیعی
روانشناس

خشونت علیه زنان یکی از مهمترین مشکلات بهداشت عمومی و از مصادیق بارز نقض حقوق بشر است. روز ۲۵ نوامبر (معادل پنجم آذر) از سوی سازمان ملل متحد «روز جهانی رفع خشونت علیه زنان» برگزیده شده و هدف از آن مبارزه با خشونت علیه زنان است. مجمع عمومی سازمان ملل متحد در ۱۷ اکتبر ۱۹۹۹ نامگذاری این روز را به عنوان روزی جهانی تصویب کرد. رنگی که برای این روز انتخاب شده رنگ نارنجی است؛ نماد دنیایی بهتر برای زنان و دختران. به همین دلیل این روز را «روز نارنجی» نیز می‌نامند. این تاریخ به‌خاطر ترور «سه خواهر میرابال»، فعالان سیاسی اهل جمهوری دومینیکن در سال ۱۹۶۰ انتخاب شده است. این سه خواهر در زمان مبارزه با «رافائل ترخیو»، دیکتاتور اهل دومینیکن، توسط عوامل او به قتل رسیدند. برآوردهای جهانی نشان می‌دهد که به ازای هر سه زن یک تن در طول زندگی خود حداقل یکبار خشونت جسمی، جنسی یا روانی را تجربه می‌کند. بخش بزرگی از این خشونت‌ها از سوی شرکای جنسی و همسران زنان به آنان تحمیل می‌شود. حدود ۳۰ درصد از زنانی که در طول زندگی‌شان روابط عاطفی و زناشویی را داشته‌اند، فرم‌های گوناگونی از خشونت را از سوی شرکای زندگیشان گزارش کرده‌اند. خشونت علیه زنان می‌تواند اثرات منفی بر سلامت جسمی، روانی، جنسی و باروری آنان بگذارد و زندگی آنان را به انواع مختلف تحت تأثیر قرار دهد.



انواع خشونت علیه زنان چیست؟

زنان در همه دوران زندگی خود ممکن است با خشونت روبه‌رو شوند. خشونت‌هایی از دست خشونت جسمی، خشونت روانی و عاطفی، خشونت اقتصادی و خشونت جنسی. بیشتر ما به آثار و پیامدهای خشونت فیزیکی که شامل کبودی‌ها و آسیب وارده به جسم است، توجه کرده‌ایم. چیزی که شاید کمتر مورد توجه قرار گرفته آسیب‌های روانی وارده به شخصی است که مورد خشونت قرار گرفته و این امر سلامت روان زنان را بشدت مورد تهدید قرار می‌دهد. خشونت‌های روانی و کلامی که شاید بیشتر مورد غفلت قرار گرفته‌اند در میان مردم رواج یافته و پذیرفته شده است. طبیعی است که محروم شدن از کار و عملی آن هم به دلیل نوع جنسیت، آزاردهنده باشد. همین جملات مرسوم درباره زنان که حق انتخاب، اختیار و رشد را به دلیل زن بودنشان از آنها سلب می‌کند نمونه بارزی از خشونت علیه زنان است. خشونت فقط ضرب و شتم نیست و چه‌بسیا جملاتی که از هر ضربی سنگین‌تر و از هر شتمی کشنده‌تر هستند. این نوع از خشونت تأثیر بسیاری در میزان اعتماد به نفس و چگونگی تصمیم‌گیری آنها دارد. در اغلب اوقات، این نوع از خشونت با کاهش اعتماد به نفس زنان، توانایی اظهار وجود را در آنها از بین برده و آنها را به زنانی وابسته تبدیل می‌کند که در خودشان این توانایی را نمی‌بینند که از پس خودشان برآیند و بتوانند فکر و عقیده شخصی خودشان را به زبان بیاورند.

آشنایی با پیامدها

در موارد شدید خشونت علیه زنان می‌تواند سبب مرگ آنان شده یا احساس خودکشی در آنان را تقویت کند. در بیش از ۴۰ درصد از موارد خشونت علیه زنان، آسیب جسمانی گزارش شده است. خشونت علیه زنان همچنین می‌تواند منجر به پدید آمدن اختلالاتی چون افسردگی، اختلال استرسی پس از ضایعه روانی، اختلال اضطرابی، مشکلات خواب، اختلال غذا خوردن و تلاش برای خودکشی شود. همچنین خشونت جنسی در دوران کودکی می‌تواند تأثیرات عمیقی بر زندگی آینده فرد بگذارد و وی را در معرض اعتیاد به الکل و مواد مخدر یا تن دادن به روابط جنسی نامتعارف و پرخطر قرار دهد. بهای اجتماعی و اقتصادی انواع خشونت علیه زنان بسیار زیاد و گسترده است. این زنان از انزوا و دوری جویی، عدم توانایی در کار کردن، کاهش حقوق، عدم مشارکت در فعالیت‌های عادی و محدودیت‌هایی برای مراقبت از خود و فرزندان‌شان در رنج و عذاب هستند.

راه‌های جلوگیری از خشونت کدامند؟

مهمترین راه کمک به زنان در مقابل خشونت و سوءاستفاده، افزایش حمایت‌های قانونی از آنها است، اما در کنار این راه مؤثر، کارشناسان شیوه‌های دیگری نیز برای بهبود وضع آنها در جامعه پیشنهاد می‌دهند که عبارتند از:

افزایش آگاهی‌های خانواده‌ها

افزایش آگاهی‌های خانواده‌ها بویژه در جوامع روستایی و شهرهای کوچک درباره چگونگی رفتار با زنان و دختران و محافظت از آنها و دادن اطلاعات حیاتی به خانواده‌ها درباره خطراتی که زنان و دختران را تهدید می‌کند، از اهمیت بالایی برخوردار است. باید با آگاه‌سازی، به تدریج مردمان را متقاعد به تغییر شیوه رفتاری در مقابل زنان و دختران کرد.

مبارزه با خشونت علیه دختران در مدارس؛ پیگیری خانواده‌ها و گروه‌های مدافع حقوق بشر

بر اساس برآوردها، سالانه شمار زیادی دانش‌آموز دختر و پسر در مسیر مدرسه یا در داخل مدرسه مورد آزار و سوءاستفاده قرار می‌گیرند و دختران در این موضوع بیش از پسران قربانی بوده‌اند. برگزاری پیوسته جلسات مشاوره در مدارس برای کمک به دانش‌آموزان، شنیدن مشکلات آنها و افزایش اعتماد به نفس آنها از اهمیت بالایی برخوردار است.

کمک به زنان و دختران برای گزارش خشونت‌ها

باید این اطمینان به زنان و دختران داده شود که در صورتی که در داخل خانه و یا هر مکان دیگر با سوءاستفاده و خشونت دست به گریبانند، آن را تحمل نکرده و به پلیس یا دیگر مراکز مسئول گزارش دهند. در ایران، اورژانس اجتماعی سازمان بهزیستی کشور از مردم خواسته است تا خشونت‌های خانگی بویژه کودک آزاری و همسر آزاری را با مرکز اورژانس اجتماعی یا شماره تلفن ۱۲۳ درمیان بگذارند.

گوش دادن به سخنان زنان و دختران قربانی خشونت

به زنان و دختران فرصت و شجاعت دهید تا درباره خشونت‌هایی که علیه آنها به کار رفته صحبت کنند. برگزاری کارگاه‌های آموزشی درباره بهره‌کشی جنسی، حقوق دختران و حمایت از کودکان مؤثر خواهد بود. اگر افرادی در این کارگاه‌ها داوطلبانه تجربه‌های تلخ خود از خشونت‌ها را شرح دهند، به تدریج دیگر زنان و دختران نیز تشویق به سخن گفتن خواهند شد.

اطلاع‌رسانی

در حال حاضر که برخی افراد در دنیای دیجیتال و فضای مجازی صاحب یک تریبون آزاد هستند، می‌توان از این فرصت برای آگاهی‌بخشی به عموم مردم درباره راه‌های جلوگیری از خشونت علیه زنان استفاده کرد. در صورت مشاهده هر گونه خشونت، می‌توانید با اطلاع‌رسانی، افراد فعال در این حوزه را به یاری بطلبید.

پسران و مردان جوان را تبدیل به عاملان تغییر کنید

با آموزش درست پسران، آنها را به مدافعان دیدگاه‌های برابری جنسیتی تبدیل کنید و نگرش‌هایی را که در آنها منجر به بروز خشونت علیه زنان و دختران می‌شود، تغییر دهید.

سه‌م مردان در پایان دادن به خشونت علیه زنان چیست؟

ما آگاهیم که خیلی از مردان دست به خشونت نمی‌زنند و عمیقاً نسبت به سلامت روان زنان زندگی‌شان ارزش قائل‌اند. در این زمینه پیشرفت‌های زیادی حاصل شده ولی هنوز راه طولانی برای رسیدن به پایان دادن به خشونت علیه زنان پیش رو داریم؛ این مشکل حل نخواهد شد تا زمانی که مردان هم در بابت این موضوع مشکل آنها هم هست، زیرا اکثر مردان مرتکب خشونت می‌شوند. اعمالی که مردان می‌توانند انجام دهند تا به پایان این مسأله کمک نمایند:

- وقتی می‌بینید که دیگران در حال خشونت هستند، تنها یک مشاهده‌گر ساکت نباشید.
- مردانی را که حرف‌های جنسیت‌زده می‌زنند و درباره زنان جوک‌های نامناسب می‌گویند به چالش بکشید.
- از زنان دیگر درباره تأثیر خشونت بر زندگی‌شان سؤال کرده؛ خوب به حرف‌هایشان گوش دهید و اطلاعات کسب کنید.
- از فعالیت‌ها و گروه‌های ضد خشونت حمایت کنید.
- عکس‌های رسانه‌ای از زنان که آنان را تحقیر می‌کنند، در واقع نوعی از خشونت‌اند، آنها را تشخیص دهید و پخش نکنید.

خشونت علیه زنان

یک مشکل و معضل جهانی و همگانی است و بسیاری از زنان و دختران در سنین مختلف و در شرایط گوناگون آن را به نحوی تجربه کرده‌اند. این تجربه ناخوشایند پیامدهای عمیق روحی و روانی را در پی خواهد داشت. صرف نظر از اینکه شما مرد هستید یا زن، می‌توانید با افزایش آگاهی و حس مسئولیت‌پذیری، فرد آسیب‌دیده را نسبت به ظلمی که متحمل می‌شود، آگاه کرده و از او حمایت‌های لازم را انجام دهید.



جملات مرسوم درباره زنان که حق انتخاب، اختیار و رشد را به دلیل زن بودنشان از آنها سلب می‌کند نمونه بارزی از خشونت علیه زنان است