

خشونت خانگی در همسایگی‌مان

با توجه به این که شرایط کرونایی می‌تواند باعث افزایش خشونت‌های خانگی شود، این مطلب به اصول یک مداخله کاربردی در همین خصوص خواهد پرداخت.



با توجه به این که شرایط کرونایی می‌تواند باعث افزایش خشونت‌های خانگی شود، این مطلب به اصول یک مداخله کاربردی در همین خصوص خواهد پرداخت.

به گزارش ایسنا، در یادداشتی در روزنامه خراسان به قلم پرستو امیری، روانشناس، آمده است: «خشونت خانگی مصادیق متنوعی دارد؛ خشونت‌های روانی، عاطفی، جسمی، جنسی، محرومیت‌ها و محدودیت‌ها و ... بیشتر قربانیان خشونت خانگی علیه بزرگسالان، زنان هستند اما این به آن معنا نیست که مردان مورد خشونت قرار نمی‌گیرند. همچنین بسیاری از این خشونت‌ها در بیرون از فضای خانه قابل مشاهده نیستند اما گاهی هم خشونت‌ها به خصوص از نوع فیزیکی آن از سمت اطرافیان و همسایه‌ها قابل رویت و شناسایی است. اگر در همسایگی خود شاهد نوعی از خشونت خانگی هستید؛ دعوا و کتک کاری، حبس کردن در منزل یا هر نوع دیگری، بی تفاوت نباشید، چون بسیاری از خشونت‌های خانگی با مداخله اطرافیان کاهش می‌یابد. با توجه به این که شرایط کرونایی می‌تواند باعث افزایش خشونت‌های خانگی شود، این مطلب به اصول یک مداخله کاربردی در همین خصوص خواهد پرداخت.

کاش یک نفر زنگ خانه را بزند!

در جایی از زبان یکی از قربانیان خشونت خانگی می‌خواندم که گفته بود: «در تمام مدتی که مورد خشونت و ضرب و شتم بودم، آرزو می‌کردم یک نفر به بهانه ای زنگ خانه را بزند.» این که چه مداخله ای می‌تواند مفید باشد، جای بحث دارد زیرا مسئله خشونت خانگی و راهکارهای مقابله با آن بسیار وابسته به فرهنگ و امکاناتی است که فرد قربانی در اختیار دارد. برای مثال ممکن است مداخله مستقیم برای شما مشکل ساز شود یا تماس با پلیس برای فرد قربانی تبعات دیگری داشته باشد. در این یادداشت تلاش کرده‌ام با توجه به فرهنگ ایرانی، چند راهکار برای کسانی که تمایل دارند به این قربانیان کمک کنند، پیشنهاد کنم.

از مداخله نترسید

نگران عاقبت مداخله تان نباشید اما هیجان زده هم اقدام نکنید! برای شروع بهتر است زمانی که مطمئن هستید آزاردهنده در منزل نیست، با آزاردهنده صحبت کنید. منتظر نشوید تا خود آزاردهنده (قربانی)، شروع کننده گفت و گو و درخواست کننده کمک باشد زیرا بسیاری از قربانیان آن قدر ترسیده و آسیب دیده‌اند که جرات انجام چنین اقدامی را ندارند. در فرصتی مناسب و زمانی که قربانی تنهاست سر صحبت را باز کنید.

در گفت و گو به این نکات توجه کنید

قضاوت و سرزنش نکنید

شما در جریان زندگی، امکانات و حق انتخاب‌های قربانی نیستید. بنا بر این قضاوت شما احتمالاً پر از خطا خواهد بود و علاوه بر آن احساس بدتری به قربانی خواهد داد.

سوال اضافه و خصوصی مطرح نکنید

از سر کنجکاوی سوال نکنید. سوالاتی باید مطرح شود که هم به قربانی حس بدی ندهد و هم پاسخ آنها راهنمای شما برای کمک باشد.

فوری و بدون شناخت از شرایط قربانی راهکار ندهید

مثلاً نگویید طلاق بگیر برو! به پلیس زنگ بزن! تو هم او را کتک بزن! و ... به جای راهکارهای شتاب زده، شنونده خوبی باشید و

درخصوص نحوه ای که می توانید کمک کنید از خود قربانی سوال کنید. مثلا آیا مایل است به طور مستقیم وارد شوید و مداخله کنید؟ اگر امکان مداخله مستقیم و قطع خشونت نیست، آیا مایل است هنگامی که سر و صدا را شنیدید به بهانه ای زنگ در خانه را بزنید و به این ترتیب به طور غیر مستقیم خشونت را قطع کنید؟ آیا مایل است با پلیس یا اورژانس اجتماعی تماس بگیرید؟ آیا مایل است وقتی دعوا می کنند، بچه ها را به منزل خود ببرید و از آنها مراقبت کنید؟ آیا مایل است شماره اقوام و آشنایانش را در اختیار شما قرار دهد تا در مواقع ضروری با آنها تماس بگیرید؟ و یادتان باشد، هرگز قولی ندهید که نتوانید انجام دهید. این یک کار داوطلبانه اما بسیار حساس است. قول های بزرگ و نشدنی ندهید. اگر همان کار کوچکی را که از دست تان برمی آید انجام دهید، بسیار ارزشمند و مثرتر خواهد بود.

به خاطر همکاری نکردن قربانی عصبانی نشوید!

ممکن است قربانی در برخوردهای اولیه تمایلی به همکاری با شما و مداخله شما نداشته باشد. عصبانی نشوید و گمان نکنید خودش مایل است مورد خشونت قرار بگیرد. قربانیان خشونت به مرور زمان اعتمادشان را به دیگران از دست داده و درمانده و مستاصل شده اند، بنابراین بسیار طبیعی است که در برخورد اولیه تمایلی به افشای مشکلات یا درخواست کمک نداشته باشند. اگر در کمک کردن مصر هستید، صبور باشید و سعی کنید اول یک ارتباط امن با او برقرار کنید. ابتدا درباره مسائل معمولی گفت و گو کنید. به یک چای عصرانه دعوتش کنید یا برای دقایقی در راهرو صحبت کنید.

احساس ناتوانی نداشته باشید

حتی اگر کار اساسی هم نتوانید انجام دهید، همین که شنونده فعالی باشید و کمک کنید قربانی اعتماد به نفس خود را بازیابی و به شما هم اعتماد کند، گام بزرگی است. همچنین اگر اطلاعات موثقی درباره نحوه رسیدگی به خشونت های خانگی دارید، به قربانی بدهید. مثلا درباره نحوه تماس با اورژانس اجتماعی و خدماتی که ارائه می دهند، مشاوره های تلفنی و ... آگاهی رسانی کنید. بسیاری از قربانیان از امکانات اجتماعی موجود و حق و حقوق خود آگاهی ندارند.»