

تکاندن خشونت از چهره جامعه

داشتن یک محیط زندگی مناسب و حمایت‌کننده که خانواده‌ها بتوانند در کمال سلامت در آن زندگی کنند، حق طبیعی هر انسانی است که پا به این کره خاکی می‌گذارد.



داشتن یک محیط زندگی مناسب و حمایت‌کننده که خانواده‌ها بتوانند در کمال سلامت در آن زندگی کنند، حق طبیعی هر انسان است که با به این کره خاکی می‌گذارد. جام جم سرا: خانواده‌ها فقط در چنین محیطی می‌توانند برای زندگی‌شان برنامه و اهداف بلند مدت ترتیب داده و با آرامش به موفقیت دلخواه خود دست پیدا کنند. این محیط سالم فقط موقعی ایجاد می‌شود که مردم از مسکن و تسهیلات مناسب زندگی، دسترسی به شبکه‌های حمایت‌کننده اجتماعی، سازمان‌های قدرتمند در اداره امور مختلف اجتماع و مهم‌تر از همه امنیت در جامعه برخوردار باشند. برای این‌که یک جامعه بتواند رشد کند، خانواده‌ها باید چه در خانه و چه در بیرون و در محیط‌های عمومی مانند محل کار، مدرسه و دانشگاه و... احساس امنیت کنند. خشونت چه در خانواده، چه در میان دوستان یا در همسایگی همیشه قربانی می‌گیرد. خشونت به شکل‌های متفاوتی از دزدی گرفته تا حمله، تجاوز و مواردی که افراد جامعه را دچار ترس و وحشت می‌کند، وجود دارد.

خشونت فقط از سوی غریبه‌ها صورت نمی‌گیرد، بلکه بسیاری از خشونت‌ها از طرف فردی آشنا و حتی از اعضای خانواده است که به خشونت‌های خانگی منجر می‌شود. متأسفانه دردنیای امروز در بیشتر جوامع خشونت در تمام شکل‌هایش به درون مدارس، محل کار و اماکن عمومی کشیده شده و از کیفیت زندگی مردم کاسته است و باید در این باره اقداماتی صورت داد.

روش‌های بازدارنده خشونت

پیشگیری یکی از بهترین و موثرترین روش‌ها برای ایمن کردن یک جامعه است. از طرفی یک تلاش جامع و چندجانبه برای خطاب قرار دادن ریشه عواملی که با خشونت در ارتباط هستند از جمله فقر، بیکاری، تبعیض، سوء استفاده، شکست تحصیلی، خانواده‌های از هم پاشیده و سوءاستفاده‌های خانگی باید صورت پذیرد. این امر اتفاق نمی‌افتد مگر این‌که دولت و مردم به کمک یکدیگر آمده و برای خشکاندن ریشه‌های خشونت تلاش کنند.

معمولاً برنامه‌های پیشگیری از خشونت از مدارس و تربیت کودکان و نوجوانان آغاز می‌شود و به دیگر سطوح جامعه می‌رسد. در واقع مهم‌ترین عامل برای کاهش خشونت در هر جامعه‌ای راهنمایی و تربیت تک تک افراد جامعه است که باید از همان کودکی آغاز شود. با روش‌های مختلف می‌توان کودکی ملایم و به دور از خشونت تربیت کرد. از میان این روش‌ها می‌توان به برخی از آنها اشاره کرد:

1- ایجاد حس تعلق

کودکان باید از داشتن سرپرست خوب و حامی مطمئن باشند. همچنین تحقیقات نشان داده است که علاوه بر پدر و مادر، پدر و مادر بزرگ و اقوام نزدیک و سپس معلمان و مشاوران مدرسه تأثیر بسیار زیادی در تربیت فرزندان دارند. کودک وقتی حمایت اطرافیانش را داشته باشد هرگز گرفتار خشونت دیگران نمی‌شود یا خود دست به اعمال خشونت‌آمیز نمی‌زند.

2- رفتارهای مناسب

هرگز در برابر کودکان رفتار خشن نداشته باشید. آنها بلافاصله الگوبرداری می‌کنند. همچنین اگر رفتار نامناسبی از کودک‌تان سر زد او را بشدت تنبیه نکنید. رفتارهای خشن ما چه بدنی و چه کلامی باعث می‌شود آنها در آینده به افراد بی احساس و بی‌عاطفه‌ای تبدیل شوند.

3- آموزش محبت

کودک‌تان را با محبت بار بیاورید. فرض کنید کودک‌تان هنگام بازی، کودک دیگری را کتک می‌زند. در این لحظه ممکن است او را مجبور کنید که صرفاً عذرخواهی کند؛ اما یک عذرخواهی ساده باعث نمی‌شود کودک بفهمد چه کار بدی مرتکب شده است. به او کمک کنید تصور کند اگر او کتک می‌خورد چه حسی داشت. به این ترتیب می‌توانید احساس دلسوزی را در کودک‌تان برانگیزید و بتدریج هوش عاطفی او را تقویت کنید.

4- ایجاد اعتماد به نفس

هرگاه کودک‌تان کارهای خود را بخوبی انجام داد، حتی کوچک، او را تشویق کنید و کاری کنید او احساس باارزش بودن کند و اعتماد به نفسش افزایش یابد. البته بی مورد او را تمجید نکنید که فقط باعث می‌شود خودبینی و غرور در وجودش شکل بگیرد. چنین غرورهایی در نهایت به خشونت منجر می‌شود. اما کودکی که به ارزش واقعی خود پی برده باشد هرگز در بزرگسالی رفتارهای خشن نخواهد داشت.

بیشتر مردم وقتی ناراحت می‌شوند رفتارهای خشن از خود بروز می‌دهند، زیرا در کودکی یاد نگرفته‌اند چگونه احساسات منفی خود را کنترل کنند. اگر از همان دوران کودکی تکنیک‌های لازم در این باره به کودک یاد داده شود، او از همان دوران یاد می‌گیرد در زمان خشم و ناراحتی، رفتار خود را کنترل کرده و مناسب‌ترین برخورد را نشان دهد.

آموزش صحیح به نوجوانان

نوجوانان در حساس‌ترین سن خود قرار دارند که اگر به درستی هدایت نشوند ممکن است یا خود دست به خشونت بزنند یا گرفتار خشونت از ناحیه دیگران شوند. بنابراین لازم است به آنها نیز آموزش‌هایی داده شود. باید به نوجوانان مهارت‌های لازم زندگی را آموزش داد و به آنها روش‌های موفق شدن بدون اعمال خشونت را آموخت. در واقع مهارت‌های زندگی به آن دسته از توانایی‌های احساسی، اجتماعی و رفتاری گفته می‌شود که اگر افراد بویژه نوجوانان از آن برخوردار باشند دست به خشونت نمی‌زنند. آنها باید بیاموزند که مشکلات با دوستان خود را بدون خشونت حل و فصل کنند. همچنین باید از خطرات نوشیدنی‌های الکلی و مواد مخدر آگاه باشند. بسیاری از افراد که به نوعی با این مواد سر و کار دارند بیشتر دست به خشونت می‌زنند یا گرفتار رفتارهای خشن اطرافیان خود می‌شوند.

اقدامات موثر

هرگز نمی‌توان در جامعه و محله‌ای که پر از خشونت است، احساس امنیت کرد. تحقیقات نشان داده است در جوامع و محله‌هایی که افراد آن همه دست به دست هم داده و برای ایمن ساختن محل زندگی خود تلاش می‌کنند، موفق‌تر هستند. برای این کار به همسایه‌هایتان بگویید که بدون همکاری آنها نمی‌توانید کار موثری پیش ببرید:

- * با همسایه‌هایتان در مورد رفتارهای نامناسب کودکان و نوجوانان‌تان در محله صحبت کنید و البته با کمک کسانی که می‌توانند مشاوره خوبی ارائه دهند راهی برای حل این مشکل پیدا کنید.
- * اگر متوجه وجود خلافکاران، مثلاً کسانی که دست به پخش مواد مخدر در محله‌تان می‌زنند، بلافاصله پلیس را آگاه کنید.
- * انجمنی تشکیل دهید تا هر وقت مشکل یا تهدیدی در محله‌تان به وجود می‌آید با همفکری و جهت‌دهی صحیح آن مشکل را پیش از حاد شدن از میان بردارید.

دولت نیز برای رفع خشونت بخوبی می‌تواند با ارائه برنامه‌های صحیح اقدامات موثری انجام دهد:

* در اکثر جوامع متأسفانه خشونت‌های زیادی علیه زنان دیده می‌شود که بیشترین این خشونت‌ها از خشونت‌های خانگی و از سوی همسران آنها دیده شده است؛ اما دولت‌هایی که توانسته‌اند قوانینی مناسب وضع کنند، به مقدار بسیار زیادی از این خشونت کاسته‌اند.

* دولت باید برنامه و تبلیغات گسترده‌ای علیه خشونت ترتیب دهد و گروه‌های مختلفی را برای اجرای این برنامه‌ها به کار گیرد. همچنین با ایجاد کارگاه‌های رایگان به آموزش مردم برای بالا بردن مهارت‌های اجتماعی آنها بپردازد و خطرات گسترده شدن خشونت در جامعه را به آنها یادآور شود. مردم با شرکت در چنین برنامه‌هایی یاد می‌گیرند با روش‌های مسالمت آمیز به اهداف خود دست پیدا کنند.

* در رفع بیکاری در سطح جامعه بکوشد. بیکاری به فقر منجر شده و فقر با خود بزهکاری می‌آورد. بنابراین جامعه‌ای که افرادش بویژه جوانانش گرفتار بیکاری هستند احتمال این‌که دست به اعمال خشونت‌آمیز بزنند، بسیار وجود دارد. درضمن در کنار ایجاد اشتغال دولت باید به فکر برنامه‌های تفریحی و ورزشی جوانان نیز باشد.

* دولت باید برنامه‌هایی ترتیب دهد تا جلوی هر نوع خشونت در اماکن عمومی چون مدرسه، محل کار و دیگر مکان‌ها را بگیرد و جلوی هرگونه اعمال خشونت را گرفته و با آن با قدرت برخورد کند. با وجود چنین قدرتی کمتر کسی به فکر خشونت و بزهکاری علیه دیگران می‌افتد.

* رسانه‌های گروهی در این باره می‌توانند بسیار موثر عمل کنند. مانند ساختن فیلم و سریال‌هایی عاری از صحنه‌های خشن که متأسفانه این روزها بشدت رایج شده است و صحنه‌های کشت و کشتار به وفور یافت می‌شود. بهتر است به جای ساخت این فیلم‌های خشن، فیلم‌هایی که مهر و محبت را گسترش می‌دهد ساخته و نمایش داده شود.

کل افراد جامعه و مردم در کنار هم و با همیاری هم می‌توانند جامعه و آینده‌ای عاری از خشونت داشته باشند.

lapdonline / مترجم: نادیا زکالوند