

جنبه‌های روان شناسانه دلایل کتک خوردن بیش از ۵هزار شوهر در سال گذشته از زن شان

اگه شوهرت بشم منو با چی می‌زنی؟!



رضا یعقوبی | روان شناس سلامت

جدیدترین آمار پزشکی قانونی، نشان می‌دهد در سال ۹۵، حدود سه هزار مرد به این سازمان برای اعلام خشونت توسط همسران خود مراجعه کرده بودند که در سال ۹۶، این تعداد به حدود پنج هزار نفر رسیده است. به عبارت دیگر تا سال ۹۵ فقط ۵درصد از مدعیان همسرآزاری را مردان تشکیل می‌دادند اما سال گذشته مدعیان مرد به رقم ۷درصد افزایش یافت (منبع: فارس). با این حال، کارشناسان معتقدند تعداد مردانی که قربانی خشونت از سوی همسران خود می‌شوند بیشتر از آمارهای رسمی اعلام شده است چراکه تعداد زیادی از مردان از ترس قضاوت و مورد مضحکه قرار گرفتن حاضر نیستند شکایات خود را به پزشکی قانونی اعلام کنند. از آنجایی که به مباحث مرتبط با خشونت علیه زن‌ها بارها پرداخته‌ایم در ادامه نگاهی خواهیم داشت به دلایل افزایش آمار کتک خوردن مردان و این که چه نوع مرد و زن‌هایی با چه ویژگی‌های شخصیتی به این مشکل دچار می‌شوند و راهکار مدیریتش چیست؟

تفاوت خشم سازگار و خشم ناسازگار

خشم از دیدگاه روان‌شناسی یکی از احساسات بنیادین انسان است، هرچند در ظاهر یک هیجان منفی به نظر می‌رسد و جنبه حفاظتی برای انسان دارد. معمولا تاکید افراد بر سرکوب و تحمل کردن این هیجان است در حالی که امروزه تاکید روان‌شناسان هیجان مدار بر ابراز صحیح آن است. اما منظور از ابراز صحیح چیست؟ امروزه خشم به صورت «سازگار» و «ناسازگار» بررسی می‌شود. خشم ناسازگار همان است که به صورت پرخاشگری و خشونت خود را نشان می‌دهد و می‌تواند منجر به آسیب رساندن به خود و دیگران شود و حتی در صورت درست ابراز نشدن از درون فشار زیادی به فرد وارد می‌کند و منجر به بیماری‌هایی مانند زخم معده، فشار خون و حتی سکته قلبی می‌شود. با این حال، خشم سازگار نه تنها مضر نیست بلکه می‌تواند یک عامل انگیزشی برای رشد و حرکت فرد باشد. بسیاری از افراد با جهت دادن این هیجان در فعالیت‌هایی مانند ورزش، تحصیل، کار و سازندگی از آن به درستی استفاده می‌کنند.

ویژگی‌های شخصیتی زنان شوهرآزار

کنترل خشم، یک نوع مهارت در نظر گرفته می‌شود و طبیعتا افرادی که در یک رابطه اقدام به پرخاشگری و خشونت می‌کنند، نیاز به یادگیری و مهارت‌آموزی دارند. خشونت همچنین می‌تواند شکلی از تکانه باشد. افرادی که مبتلا به اختلال کنترل تکانه هستند، بیشتر احتمال دارد که هنگام تجربه خشم و ناکامی، اقدام به خشونت، شکستن اشیا و حتی آسیب به خود و دیگران کنند. پیشنهاد می‌کنم علاوه بر یادگیری مهارت‌های لازم برای رویارویی با هیجاناتی مانند خشم، در حضور روان‌شناس به بررسی ریشه‌ای آن بپردازید تا به صورت اساسی مشکل حل شود.

جنبه‌های مهم پرخاشگری زنان علیه مردان

موضوعی مانند پرخاشگری زنان علیه مردان از این بابت حائز اهمیت است که از نظر تکاملی، مردان قوی‌تر از زنان هستند و به طور طبیعی، زنان نمی‌توانند خشونت بیشتری نسبت به مردان داشته باشند اما با این فرض که عوامل دیگری بتواند تعیین کننده قدرت در زنان باشد، می‌توان این افزایش خشونت را توجیه کرد. این عوامل می‌تواند شامل افزایش حمایت‌های قانونی و پشتوانه‌هایی مانند مهریه باشد. این گونه زنان چنان چه متوجه شوند که در صورت اقدام به خشونت علیه مردان، دردسر زیادی را تجربه نمی‌کنند، حاضر به پرداخت هزینه‌های آن هستند اما به طور کلی این موضوع از چند جنبه روان شناسانه قابل بررسی است که در ادامه مطرح می‌شود.

آسیب‌های استقلال طلبی زنان

موفقیت و استقلال زنان در ذات خودش بد نیست اما در کنار محسناتش می‌تواند معایبی هم داشته باشد. به نظر می‌رسد یکی از ترس‌های قدیمی زنان در برخورد با مردان، ترس از دست دادن حمایت‌های اجتماعی و اقتصادی بوده است. نگاه سنتی به این ماجرا نشان می‌دهد مردان در خانواده، نان‌آور بوده‌اند و زنان عمدتا وظیفه خانه‌داری و نگهداری از فرزندان را به عهده داشته‌اند و این موضوع زنان را همیشه برای داشتن احساس امنیت به مردان وابسته نگه داشته و حتی در مواردی که تمایل به برخورد با مردان داشته‌اند، به خاطر ترس از دست دادن منابع حمایتی، از این اقدام خودداری و بیشتر احساسات خود را سرکوب کرده‌اند. در حالی که امروزه اشتغال زنان افزایش یافته و زنان پابه پای مردان کار می‌کنند، در جامعه حضور دارند و حتی در مواردی مانند ادامه تحصیل و حضور در دانشگاه از مردان پیشی گرفته‌اند. این امکان که در سایه رشد صنعتی جوامع ایجاد شده، باعث افزایش استقلال زنان و تا حد زیادی از بین رفتن ترس آنان از تنهایی و طلاق شده است. از طرف دیگر فرهنگ سنتی در ایران همواره ویژگی‌هایی مانند مطیع بودن، کم حرفی، نجابت و... را برای زنان ارزش تلقی کرده است در حالی که امروزه تاکید بیشتر بر استقلال، جسارت و خوداتکایی زنان است و این موضوعات از طرق مختلف مانند ماهواره، شبکه‌های اجتماعی، گروه‌های زنان و حتی در دانشگاه‌ها تشویق می‌شود. واقعیت این است همان طور که گفته شد استقلال طلبی زنان به خودی خود مشکلی نیست اما می‌تواند تبعاتی به همراه داشته باشد.

کاهش اقتدار مردان

نکته بعدی، تغییر نگرش مردان در بازخوردشان نسبت به رفتارهای زنان است. بسیاری از مردان اقتدار لازم برای بازداری خشونت زنان علیه خود را از دست داده‌اند. رفتارهای منفعلانه در برخی مردان امروزی از آن‌ها افرادی ضعیف و توسری خور ساخته است. هر چند این مسئله یک فرض است چرا که مردان نیز فهمیده‌اند امروزه با رفتار متقابل نمی‌توانند خشونت زنان را پاسخ دهند. رفتار متقابل آقایان با زنان می‌تواند عواقب سنگینی مانند پرداخت دیه یا بازداشت و زندانی شدن برایشان ایجاد کند بنابراین ترجیح برخی از آقایان، این است که از مسیر قانونی و با دردسر کمتری از حقوق خود دفاع کنند. این اتفاق باعث شده که حتی این دسته از مردان بتوانند زنان را به پرداخت دیه وادار و تئوری با نام «کتک بخور تا پول در بیاری» را ایجاد کنند.

افزایش بی‌وفایی‌های مردان

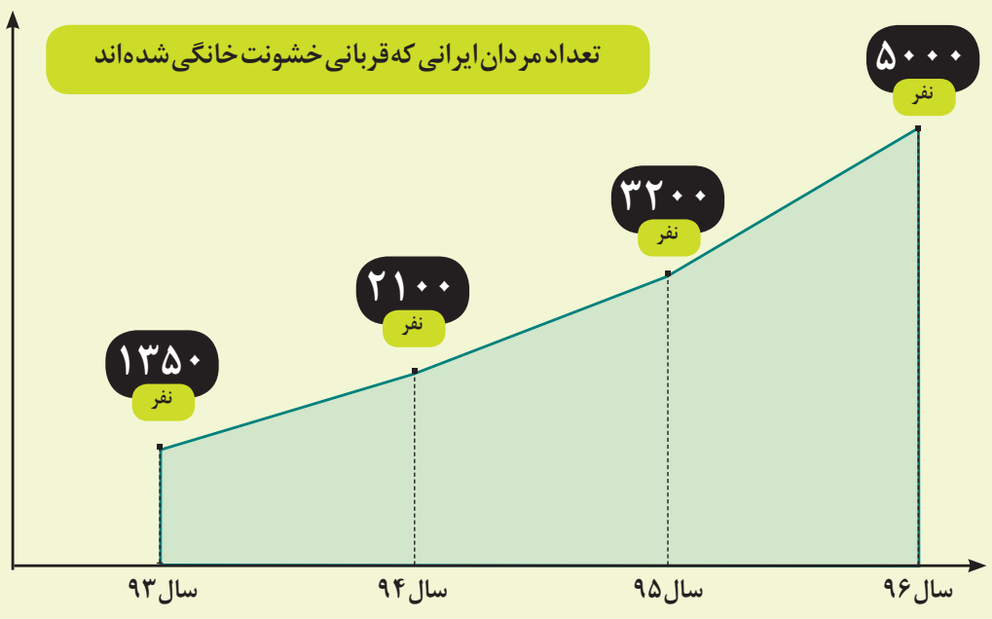
از زاویه‌ای دیگر، می‌توان این طور نگاه کرد که افزایش آسیب‌های اجتماعی مانند بی‌وفایی در مردان، زمینه را برای افزایش هیجاناتی چون خشم فراهم کرده است. این مسئله مستقیما با موضوعی به نام «هویت» و شکل‌گیری هویت نیز با موضوعات مهم دیگری در ارتباط است که می‌تواند رفتار انسان‌ها را تحت تاثیر قرار دهد. یکی از این موضوعات مهم در این زمینه، خودآگاهی و ارتباط است. هویت به شدت می‌تواند ارتباطات انسانی و چگونگی آن را تحت تاثیر قرار دهد. یک رابطه زناشویی موفق نیاز به شکل‌گیری هویت سالم دارد.

توصیه‌هایی به همسران زنان شوهرآزار

مردان بیش از هر چیز، باید بتوانند از انباشته شدن احساس خشم در همسرشان پیشگیری کنند و قبل از این که خشم به حد انفجار برسد، سوپاپ اطمینان برایش در نظر بگیرند. زنان وقتی در رسیدن به خواسته‌ها و نیازهایشان ناکام شوند یا رفتارهایی مانند نپذیرفتن مسئولیت، خیانت و بی‌توجهی را ببینند، عصبانی خواهند شد و این خشم به مرور انباشته و سپس با یک جرقه کوچک منفجر خواهد شد. هنگام عصبانیت زن، او را متوجه خشمش کنید. اجازه دهید درباره این احساس حرف بزند تا از فشار آن کاسته شود. بدترین جمله‌ای که در این مواقع گفته می‌شود، این است: «عصبانی نشو». به او بگویید: «تو الان عصبانی هستی و اجازه بده تا درباره چیزی که تو را عصبانی کرده صحبت کنیم» یا «وقتی عصبانی هستی، دوست ندارم فحاشی کنی، کتک بزنی یا چیزی را بشکنی». به او بفهمانید که می‌تواند صدایش را بلند کند، گریه کند و خشمش را بیان کند اما دوست ندارید که آسیبی به کسی یا چیزی وارد شود. بعدا در فرصتی که همسرتان آرام شده درباره خواسته‌ها و نیازهایش بیشتر صحبت کنید.

داستان زندگی مردی که از زنش کتک می‌خورد

از آغاز زندگی مشترک کامران، هشت سال می‌گذرد و این روزها با همسرش اختلاف‌های زیادی دارد. با این حال کامران درباره اولین روزهای زندگی مشترکش می‌گوید: «خانمم از همان روزهای اول ازدواج‌مان، تندخو و خشن بود اما اوایل ازدواج مشکل بزرگی با این موضوع نداشتم تا این که بعد از چند ماه بر سر یک موضوع جزئی حرف‌مان شد و کار به بگومگو و دادو فریاد رسید و او یک سیلی محکم به من زد.» کامران از این بی‌احترامی‌ها و حتی دست بزن همسرش دل پری دارد و ادامه می‌دهد: «از آن روز به بعد بر سر هر مسئله‌ای که اختلاف داریم، زنم با من درگیر می‌شود و اگر به قول خودش حرف‌هایم قانع کننده نباشد، من را به باد کتک می‌گیرد. در ضمن جلوی دختر کوچکم هم دیگر آبرویی برایم نمانده است، از بس همسرم با من بدرفتاری می‌کند. حتی یک بار وقتی سر دخترم داد کشیدم که چرا تکالیفش را انجام نداده با عجله به سمت مادرش رفت و از او خواست مرا بزند». او درباره این که چرا از همسرش شکایت نمی‌کند، می‌گوید: «بروم کلانتری چه بگویم؟ بگویم زنم مرا می‌زند؟ کم در خانه و در و همسایه مسخره شدم، حالا بروم خودم را سوژه خنده ماموران پلیس کنم؟ اصلا کسی باور نمی‌کند که مرد از زنش کتک بخورد! مامور کلانتری از من نمی‌پرسد تو با ۱۰۰ کیلووزن چطور از یک زن ۶۰ کیلویی کتک خوردی؟»



> بررسی افزایش شوهرآزاری از این بابت حائز اهمیت است که از نظر تکاملی، مردان قوی‌تر از زنان هستند و به طور طبیعی زنان نمی‌توانند خشونت بیشتر نسبت به مردان داشته باشند

جالب است بدانید در سایر نقاط دنیا نیز مسئله خشونت زنان علیه همسرانشان به‌ویژه خشونت‌های فیزیکی، مسئله‌ای عجیب و نامانوس است و به همین دلیل آمار دقیقی در این باره وجود ندارد. با این حال، گزارش سازمان‌هایی که در راستای دفاع از حقوق مردان فعالیت دارند، نشان از افزایش پدیده شوهرآزاری و سکوت مردان در این باره دارد. بنابراین درصد مردانی که قربانی خشونت خانگی هستند نسبت به کل پرونده‌های تشکیل شده در این حوزه عبارت است از:



منابع: سازمان پزشکی قانونی، فارس، خبرآنلاین و مهرخانه

دختر ۱۴ ساله‌ام خیلی به ظاهرش می‌رسد

دختری ۱۴ ساله دارم. خوشگل است و هر وقت می‌خواهد از خانه بیرون برود، خیلی به ظاهرش می‌رسد. می‌خواهم درباره خطراتی که ممکن است در جامعه او را تهدید کند، با او صحبت کنم اما نمی‌دانم چطور و چگونه؟

زهره حسینی | مشاور

دوره نوجوانی به دوره کسب استقلال از والدین معروف است و البته با ویژگی‌های دیگری از جمله جلوه‌گری و توجه طلبی همراه است بنابراین والدین بهتر است برای برقراری ارتباط موثر با فرزند خود، با ویژگی‌های این دوره سنی، آشنایی بیشتری داشته باشند و با درک دنیای نوجوان انتظارات منطقی‌تری از او داشته باشند.

بهترین راه تاثیرگذاری

با این حال نگرانی شما قابل درک است. هم اکنون دختر نوجوان خود را به دلیل ناپختگی روانی و کم‌تجربگی در معرض آسیب‌های اجتماعی می‌بینید. به نظر می‌رسد صحبت کردن با نوجوان به دلیل نصیحت ناپذیری و حساسیت در برابر انتقاد، کار سختی باشد اولین نکته برای تاثیرپذیری از والدین، داشتن ارتباط خوب با نوجوان است. بدون شک نوجوانانی که رابطه بهتری با والدین دارند، علاقه‌مندی بیشتری به الگوپذیری از آن‌ها نشان می‌دهند و والدین بهتر می‌توانند ارزش‌های خود را به آن‌ها منتقل کنند.

همدلی با نوجوان

نکته دیگر، درک دنیای نوجوان و توجه به علایق او در این سن است. در واقع زمانی که می‌خواهید از آسیب رفتارهای جلب توجه کننده در اجتماع با فرزندتان صحبت کنید، ابتدا با او همدلی کنید و به او بفهمانید که می‌دانم در این سن دخترها خیلی به ظاهرشان توجه می‌کنند و این جزو ویژگی‌های سنی و البته جزو ذات دخترهاست که جلوه‌گری را دوست دارند. بعد از بیان این مطلب، حالا زمان آن است که نگرانی خود را از بابت میزان رسیدگی به ظاهرش، نوع مراقبت کردن از خود و آسیب‌ها مطرح کنید. به طور مثال، بگویید بهتر است وقتی در خیابان و بازار است، ظاهری معمولی‌تر داشته باشد تا شما احساس امنیت خاطر بیشتری کنید. البته بهتر است در بیان کلمات و عبارت‌ها، به او این پیام را بدهید که من به تو اعتماد دارم و تو می‌توانی از خودت مراقبت کنی.

دادن حق انتخاب

برای رسیدن به خواسته خود و البته دادن آزادی به او، از روش دادن حق انتخاب استفاده کنید یعنی به او بگویید این ظاهر مناسب نیست اما اگر می‌خواهی با این نوع ظاهر بیرون بروی، تنها بیرون نرو. چنین صحبت‌هایی باعث می‌شود تا او هم حق انتخاب داشته باشد و هم به فکر فرو رود. البته باید توجه داشت که این توصیه‌ها زمانی درست به نظر می‌رسد که شما درباره فرزندتان سخت‌گیری نکرده یا برخورد افراطی نداشته باشید.

داشتن رابطه صمیمی با پدر

در پیامک‌تان به این نکته اشاره نکرده‌اید که پدر این دختر هستید یا مادرش اما در مجموع باید بدانید طبق چندین پژوهش روان‌شناسانه، ثابت شده است هر قدر رابطه پدر و دختر در نوجوانی، محکم‌تر و صمیمی‌تر باشد، مصونیت فرزندتان در مقابل خطرات و آسیب‌های اجتماعی تضمین شده‌تر است.