

افغانستان آزاد – آزاد افغانستان

AA-AA

چو کشور نېاشد تن من مېباد بدین بوم و بر زنده یک تن مېباد
همه سر به سر تن به کشتن دهیم از آن به که کشور به دشمن دهیم

www.afgazad.com

afgazad@gmail.com

Social

اجتماعی

داکتر عباس آزادیان



خشونت

قسمت چهاردهم

تأثیرات روحی و روانی خشونت در خانواده

من

از زخمهای خاطر

به خاطره های زخمی

گریختم

فهیمة غنی نژاد – از کتاب گهواره های ساکن

در فصل گذشته به جنبه های مختلف روحی و روانی "سندرم زنان کتک خورده" اشاره کردم و بر پنج خصوصیت این سندرم تاکید کردم که عبارت بودند از کمبود اعتماد به نفس، سرزنش خود، خشم و عصبانیت، احساس گناه و احساس ناتوانی و بی پناهی شدید. در این مطلب به جنبه های دیگر روحی و روانی خشونت مکرر میپردازم.

کوچک کردن و انکار مشکل:

در مواردی خشم و ترس "زن کتک خورده" به آنجا میرسد که این خشم و ترس غیر قابل تحمل میشود. در چنین مواقعی زن ممکن است دست به انکار مشکلات بزند و یا آنها را بی اهمیت تلقی کند. از این طریق فرد به خود

امکان می‌دهد که در چهارچوب محدودی دست به مقاومت بزنند و بتوانند به جای دچار افسردگی غیر قابل بازگشت شدن و احتمال دست به خودکشی زدن، به زندگی ادامه بدهد. این انکار کردن به اشکال مختلف صورت می‌گیرد از جمله با گفتن اینکه "در مجموع مرد بدی نیست ولی فشار زندگی بر او زیاد است و در نتیجه کنترل اعصابش را ندارد" و یا "حادثه ای که پیش آمد چیز مهمی نبود" یا اینکه "واقعاً قصد خشونت نداشت و هر کس جای او بود همینگونه واکنش نشان میداد" مسأله را کم اهمیت جلوه می‌دهد و از آن می‌گذرد. متأسفانه این برخورد نه تنها خشونت را متوقف نمی‌کند بلکه به آن دامن هم می‌زنند.

ایوان پاولف^۱ فیزیولوژیست، پزشک و روانشناس برجسته روسی بود که بین سالهای ۱۸۴۹ - ۱۹۳۶ زندگی میکرد. پاولف یکی از سه روانشناس برجسته ای است که به خاطر عمق کارهای تحقیقاتی خود جایزه نوبل پزشکی را به دست آورد. حتی سیگموند فروید نتوانست به این جایزه دست پیدا کند و این نشانه اهمیت کارهای تحقیقاتی پاولف میباشد. ایوان پاولف مطالعات معروفی در مورد سگها دارد که به احتمال قوی اکثر خوانندگان با آن آشنا هستند و از طریق این مطالعات پاولف مفهوم شرطی شدن کلاسیک^۲ [انعکاس مشروط]^۳ را مطرح کرد.

در شرطی شدن کلاسیک نوعی یادگیری ارتباطی^۴ بین یک عامل محرک و واکنش حیوان ایجاد میشود. کار تحقیقاتی به این صورت است که به طور مرتب و قبل از غذا دادن به سگ صدای زنگ به گوش حیوان میرسد. قبل از همراه کردن صدای زنگ با غذا دادن به سگ، این صدای زنگ به تنهایی باعث هیچ گونه واکنش فیزیولوژیک در حیوان نمیشود. در نهایت و با تکرار همزمانی زنگ و غذا صدای زنگ میتواند به تنهایی دستگاه گوارش سگ را تحریک کند. سگ که یاد گرفته است که بین صدای زنگ و غذا رسیدن به او ارتباط وجود دارد به صدای زنگ تنها واکنش نشان میدهد و معده او شروع به ترشح آنزیمهای گوارشی میکند.

مطالعات پاولف در زمینه واکنشهای طبیعی بدن بود که فرد آگاهانه نقشی در آنها ندارد. معده همه ما هنگام گرسنه بودن و هنگامی که بوی غذای خوب را احساس کند شروع به ترشح میکند. محققان دیگر سعی کردند یافته های پاولف را در مورد رفتارهای آگاهانه انسان به کار ببرند.

جان واتسن^۵ روانشناس برجسته آمریکایی و بانی مکتب رفتارگرایی^۶ در روانشناسی بود. واتسن ادعا کرد که شرطی شدن سگهای پاولف را در مورد انسانها هم میتوان به کار برد. او مطرح کرد که از طریق ارتباط شرطی حالتی خاص رفتاری و یا روحی را در انسانها میتوان ایجاد کرد. مثلاً شما میتوانید به تدریج انسانی را از یک چیز خاص بترسانید به شکلی که هر زمان آن چیز خاص در مقابل فرد قرار بگیرد، فرد دچار ترس بشود.

یکی از مطالعات واتسن بر روی آلبرت کوچک^۶ بود. آلبرت پسری ۱۱ ماهه کاملاً سالمی بود و هیچ مشکل خاصی در عمر کوتاه خودش نداشت. واتسن قبل از شروع کار تحقیقاتی، برای دیدن اینکه آلبرت از چیزی میترسد یا نه، او را در مقابل حیوانات و یا اشیاء- مثل سگ، موش، خرگوش و غیره قرار داد و متوجه شد که آلبرت در واقع از هیچ کدام از این چیزها نمیترسد و سعی میکند با آنها بازی کند. با آزمایشهای بیشتر واتسن متوجه شد که آلبرت از صدای خیلی بلند زدن چکش به یک میله فلزی میترسد و شروع به گریه میکند. در مرحله بعدی آزمایش واتسن موشی را، که قبلاً آلبرت ترسی از آن نداشت، به آلبرت نشان میداد و در همان هنگام صدای بلند ضربه چکش به میله فلزی هم

¹ Ivan Pavlov

² Classical Conditioning

³ Associated learning

⁴ John Watson

⁵ Behaviorism

⁶ Little Albert

به گوش میرسید و آلبرت شروع به گریه میکرد. در نهایت و با تکرار این عمل کار به آنجا رسید که آلبرت وقتی موش را به تنهایی هم میدید شروع به گریه میکرد و سعی میکرد خود را از موش دور کند. به این ترتیب ترس از موش که قبلاً وجود نداشت در آلبرت رخنه کرده و عکس العمل ثانوی شده بود.

در مرحله بعدی آزمایش واتسن سعی کرد ببیند که این ترس عمومیت^۷ داده میشود و به غیر از موش شامل حیوانات دیگر هم میشود و یا نه. او متوجه شد که آلبرت از تمامی حیواناتی که قبلاً ترسی از آنها نداشت میترسید. در قسمت دیگری از مطالعات خود آلبرت واتسن نشان داد که رفتار شرطی شده -یاد گرفته شده- میتواند به مدت طولانی و احتمالاً برای تمامی عمر با شخص باقی بماند.

واتسن با این آزمایش و آزمایشات بسیار دیگری نظرات خود را در مقابل نظرات فروید قرار داد. او در مقابل نظرات فروید که باور داشت رفتارهای انسان ریشه های درونی، غریزی و ناآگاه دارند، ادعا کرد که رفتارهای انسان حاصل برخورد با محیط است و انسان آنها را به تدریج فرا گرفته است

اجازه بدهید به مطلب خود در مورد "احساس نا توانی و بی پناهی" برگردیم. سلیگمن در مطالعات خود نشان داد که بعضی از حیوانات در شرایط دشوار به شکلی که واتسن ادعا کرد شرطی نمیشوند. برای مثال مطالعاتی بر روی سگها صورت گرفت که در حین آزمایش صدای بلندی می آمد و بعد از ۲۰-۱۰ ثانیه یک شوک الکتریکی به سگ وارد میشد. سلیگمن متوجه شد که هنگامی که سگها امکان و وقت کافی نداشتند که خود را به جای امنی برسانند تلاشی برای فرار به خرج نمی دادند. در واقع سگها یاد گرفته بودند که تلاش فایده ندارد و به نوعی، دچار احساس نا امیدی و نا توانی و بی پناهی شده بودند.

در مطالعه ای دیگر، و برای بررسی نقش و تاثیر احساس کنترل داشتن بر محیط، سلیگمن و گروهش سه سگ را وارد آزمایش کردند. سگ اول را در بند کردند به نحوی که توان حرکت چندانی نداشت ولی شوک الکتریکی به او وارد نمی آمد و بعد از آزمایش آزاد میشد. سگ دوم را به بند کردند و بعد از یک صدای بلند به او شوک الکتریکی میدادند ولی سگ یاد گرفته بود که اگر دسته ای را فشار بدهد میتواند شوک الکتریکی را متوقف کند. سگ سوم به سگ دوم وصل بود و همان صدا را میشنید و همان شوک الکتریکی را تجربه میکرد ولی توان جلوگیری از شوک الکتریکی را نداشت. سلیگمن متوجه شد که وقتی آزمایش به پایان رسید سگ اول و دوم به سرعت به حالت اول یعنی حالت طبیعی خود برگشتند ولی سگ سوم دچار گوشه گیری و کم حرکتی و در واقع دچار نوعی افسردگی شد. در مطالعه ای دیگر محققان^۸ به بررسی میزان یاد گیری انسانها در یک فضای پر سر و صدا که حواس آنها را پرت میکرد پرداختند. محققان نشان دادند که کسانی که به تکه ای دسترسی داشتند که با فشار آن میتوانند سر و صدای محیط را قطع کنند خیلی بهتر لیست لغتها را یاد میگیرفتند بدون اینکه چندان از آن تکه استفاده کرده باشند. در واقع دانستن اینکه فرد به شرایط خود کنترل دارد توان غلبه بر محیط را در او زیاد میکند.

خانمی که بدون آگاهی زیاد و از طریق یک آشنایی کوتاه و خواستگاری به عقد و ازدواج مردی در آمده است. بعد از یکی دو ماه زندگی مشترک متوجه میشود که شوهرش دچار وسواس و توهم شدید است تا حدی که همه جنبه های زندگی مشترک او را تحت تاثیر قرار میدهد. این خانم سعی میکند با خانواده خود صحبت بکند و برای جدائی راهی بیابد اما آنها به شدت مخالفت میکنند و صحبت آبروی خانوادگی را مطرح میکنند. طبیعتاً همسرش هم با جدائی مخالفت میکند. وقتی تلاش میکند از طریق قانونی جدا بشود متوجه میشود که امکان چندان برایش موجود نیست.

⁷ Generalization

⁸ Finkelstein and Ramey (1997)

تنها امکانی که سر راهش گذاشته میشود بررسی حالات روانی مرد است با این امید که اگر پزشک شدت بیماری روانی مرد را تایید بکند تقاضای طلاق امکان پذیر شود. پزشک معالج طبیعتاً میبایستی که مرد را ببیند و حالات او را بررسی کند ولی مرد حاضر به مراجعه به طبیب نمیشود و در نتیجه از این زاویه هم کاری نمیشود کرد. بن بستهای همه جانبه زن را دچار ناامیدی و بی پناهی و افسردگی میکند. خانم احساس میکند که هیچ کنترلی بر زندگی خود ندارد و این احساس ضعف و ناتوانی به زمینه های دیگر زندگی او هم نفوذ کرده و عملاً او را منفعل و فلج میکند.

خانم دیگری را در نظر بگیرید که علی رغم میل خانواده با مردی ازدواج میکند و خیلی زود متوجه میشود که مرد بسیار خشن و زورگو است و به هر دلیلی، یا بدون دلیل، او را به باد کتک میگیرد و از آنجا که فرد شکاک است زن را از هر جهت محدود میکند. زن که خیلی سریع حامله و بچه دار شده در چهارچوب خشن خانواده خود را اسیر و ناتوان و بی پناه میبیند و احساس میکند که راه فرار ندارد زیرا خانواده پشتیبان او نیست، امکانات چندانی برای نگاه داری بچه خود ندارد و راهی هم برای بهبود رابطه و کاهش خشونت شوهرش نمیبیند و بعد این خانم دچار افسردگی شدید میشود.

چهارچوب روانی و نمونه هایی که مطرح کردم نشان میدهد که چرا بسیاری از زنان در برخورد با زندگی خشونت بار دچار تسلیم و انفعال میشوند و احساس ناامیدی و ناتوانی میکنند و توان عمل کردن را از دست میدهند. اگر از زاویه ای دیگر به این مسأله نگاه کنیم شاید بتوانیم بگوئیم این "زنان کتک خورده" یاد گرفته اند که از این طریق فشارها را بر خود کم کنند و بتوانند به زندگی به هر قیمتی که شده ادامه بدهند و هزینه ای این چنین بپردازند. خانمی ۴۰ ساله که در رابطه ای دراز مدت و پر از خشونت بوده است. پس از آنکه فرزندان بزرگ شده اند در نهایت در نتیجه خشونت شوهر و با کمک پلیس ظاهراً از همسرش جدا شده ولی این خانم جرأت نکرده است که به خانواده خود چیزی بگوید زیرا به قول خودش "مادرم از غصه دق خواهد کرد اگر خبر جدائی من را بشنود". از طرف دیگر به خاطر بزرگ کردن بچه ها در هیچ رابطه دیگری قرار نگرفته و سالها در تنهایی زندگی کرده است. به خاطر این مسؤولیتهای و فشارهای مادی درس چندانی نخوانده و توانائی مادی زیادی ندارد و به کمکهای مالی دولتی وابسته است و باید بعضی تحقیرهایی را که در این چهارچوب وجود دارد تحمل کند. حالا که شوهر این خانم دچار بیماری جدی شده و از آنجائی که کس دیگری وجود ندارد که به او کمک کند این خانم، علی رغم تمام سابقه خشونت، او را به خانه آورده تا از او مراقبت کند. متأسفانه خشونت این مرد تمامی ندارد و حتی در موقعیت جدید هم دست از خشونت بر نداشته است. این بار به خاطر بیماری شدید مرد، زن نمیتواند از او بخواهد که خانه را ترک کند. برای او زندگی تبدیل به یک جهنم شده که راه فراری از آن نمیبیند. خانه را تنها محلی برای تنش و ناراحتی و درگیری و خشونت میبیند لذا احساس ناتوانی مطلق میکند و به غیر از فکر خودکشی چاره دیگری برای خود نمی یابد.