

فصل 18

درین فصل :

- 314..... قصه لورایس
- 316..... چرا یک مرد یک زن را لت و کوب می نماید؟
- 317..... انواع اعمال زور یا تشدد
- 318..... علایم هشدار دهند
- 319..... دوران (حلقه) تشدد
- 320..... تاثیرات مضر تشدد
- 321..... چرا زنها بامردانیکه آنها را لت و کوب می نمایند باقی می مانند؟
- 322..... چه باید کرد؟
- 322..... ترتیب نمودن یک پلان مصوون
- 323..... اگر شما خانه را ترک می نمائید
- 323..... کار کردن برای ایجاد تغییر
- 323..... راجع به آن صحبت نمائید
- 324..... برای زنانیکه خانه های خود را ترک می نمایند تسهیلات فراهم سازید
- 324..... از فشار های اجتماعی کار بگیرید
- 325..... برای کارمند صحتی



« هیچ يك دليل منطقي وجود ندارد که چرا يك شخص مورد لت و کوب و سوء استفاده قرار گیرد.»



تجاوز بوسیله آشنایان

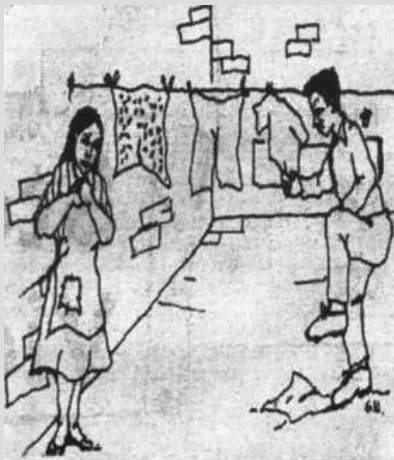
هر روز زنان به وسیله شرکای جنسی خویش سیلی و لگد می خورند، لت و کوب می شوند، تهدید می شوند، تحقیر میگردند، مورد سوء استفاده جنسی قرار میگیرند و حتی کشته می شوند. اما اغلباً ما از آن بی خبر می باشیم زیرا خانم های که مورد سوء استفاده قرار می گیرند، احساس خجالت، تنهایی و ترس نموده و در مورد آن صحبت نمی کنند. اکثریت داکتران و کارکنان صحتی اعمال زور بر ضد زنان را به حیث يك مشکل صحتی جدی نمی شناسند.

این فصل در مورد تشدد یا اعمال زور بین يك زن و شوهرش می باشد. خواندن آن به شما کمک مینماید تا بدانید که چرا تشدد واقع می شود، شما درین ارتباط چه کرده می توانید و چگونه می توانید برای ایجاد تغییر در جامعه خود کار نمائید.

با وجودیکه این فصل در مورد اعمال زور بین يك مرد و يك زن صحبت مینماید اما امکان وقوع اعمال زور در هر نوع رابطه نزدیک موجود است مانند: بین عروس و خشو یا بین اطفال و والدین، بین يك طفل خورده سال و يك طفل بزرگسال فامیل، بین دیگر اعضای فامیل و يك عضو مسن که در خانه زندگی مینماید، و بین چند انباغ (زن هاي يك مرد).

قصه لورالویس:

لویس 12 سال بزرگتر از لورا و یک تجار موفق بود. او اجناس تجارتي خود را به مغازه میفروخت که لورا برای بدست آوردن پول کرایه خانه در آنجا بحیث کاتب کار میکرد. لویس یک مرد جذاب بود راجع به طرز زندگی آینده با لورا صحبت میکرد. او به لورا میگفت که برایش هر چیزی را که او بخواهد میخرد و او "بهترین زن" برایش خواهد بود. او اکثر اکالاهای تازه برای لورا میخرد و از وی توصیف میکرد. لویس به زودی از لورا تقاضا نمود که وظیفه خود را ترک نموده و با او عروسی کند. بعد از ازدواج لورا توقع داشت که لویس وعده های خود را انجام بدهد. اما اوضاع شکل دیگری را بخود گرفت لویس به لورا اجازه خروج از منزل را نمی داد زیرا بگفته او لورا "بسیار بدشکل بود" و او تمام کالاهای قشنگی را که برای لورا خریداری کرده بود سوختاند لویس میگفت "این زن بدشکل و احمق ارزش این کالاهای را ندارد" یک روز چاشت لویس به خانه آمد و تمام کالا های پاک و شسته شده بالای طناب را پاره کرد و لورا را متهم نمود که همراهی دوستش همبستر شده است. موقعی که لورا گفت که او همین لحظه از خانه مادرش آمده لویس او را بد اخلاق و دروغگو خوانده و لت و کوب نمود و برایش گفت که بعد از این اجازه رفتن به خانه مادرت را نداری زیرا آنها نیز ترا دوست ندارند. او بیشتر از این در این مورد صحبت نکرد. اما شب نا وقت به خانه آمده و به لورا تحفه آورده و گفت که او را بسیار دوست دارد و میخواهد از او پرستاری کند.



زمانیکه لورا حامله شد فکرمی کرد که لویس با او رویه بهتری خواهد کرد اما حاملگی بهانه دیگر برای لت و کوب او شد زمانیکه لویس قهر میشد با لگد به شکم لورا می زد.

لورا ترس داشت که طفل خود را از دست ندهد اما جایی نداشت که برود. لورا گفته لویس را که "فامیل لورا او را نمی خواهند" باور کرده بود. و بر علاوه سرمایه شخصی نداشت بعضی اوقات لویس برای هفته ها غایب می شد لورا خود را قناعت می داد که همه چیز منظم است.

با وجود همه اینها او مرا دوست دارد. و فکرمی کرد که اگر تنها میتوانست او را از بیجا نشینی منع نماید. لورا باز هم بیشتر از پیش تلاش نمود اما هیچ چیزی کمک نکرد.

بعد از چند سال لویس الکل بیشتر می نوشید و لورا را به دیوار می زد و حتی در زمانیکه تمام بدنش از اثر لت و کوب درد می کرد او را مجبور به داشتن مقاربت جنسی می نمود. یک شب لورا از خواب بیدار شد و دید که لویس کارد را در گلوئی او گرفته است. روز بعد لویس برایش گفت که تو خیالاتی و دیوانه شده ای لویس همیشه میگفت اگر به کسی سخن دروغی را در مورد من بیان کردی ترا خواهم کشت. به این سبب لورا به کسی سخنی نمی گفت کمتر از خانه بیرون می شد. و ازین نفرت داشت که کسی کوفتگی و جروحات بدن او را ببیند و بفهمد که لویس با او چگونه رفتار مینماید.

لورا همیشه راجع به جدایی فکر می کرد اما نمی دانست که به کجا برود.

12 سال بعد از ازدواج نه تنها او از شوهرش می ترسید بلکه فکر می کرد که بدون شوهرش خانه، پول و پدری برای اطفال خود نخواهد داشت. لویس سخنان بدی در مورد لورا به همکاران قبلی لورا گفته بود و لورا این موضوع را می دانست که مردم او را به سبب اطفالش به نوکری در منزل نمی گیرند. لورا بسیار احساس تنهایی می نمود.

پدر لورا فوت نموده بود و مادر او بافامیل برادرش زندگی می کرد آنها اتاقي براي او و اطفالش نداشتند ، خواهر او بسیار معتقد به مذهب بود و به لورا میگفت این وظیفه تو است که همراهی شوهر خود بمانی حتي اگر کشته شوي. این مفهوم سخنان او بود او در خانه زیاد کار داشت و همیشه مصروف بود. و چون در زمان خارج شدن لورا از منزل و یا آمدن کسی به دیدن او، لویس بسیار قهرو عصبانی میشد به دوستان خود قطع رابطه کرد. زیرا متیقین بود که آنها از مدت ها قبل او را فراموش کرده اند. بر علاوه اکثر مردم به این عقیده بودند که لت و کوب و توبیخ زن توسط شوهر کار درستی می باشد.

یک شب دختر 11 ساله لورا گریه کنان نزد مادرش آمد که پدرش او را لت و کوب کرده است. لورا وحشت زده شد. لورا فکر می کرد که اطفال آنها از عادت خراب لویس متاثر خواهند شد. لورا می دانست که قناعت دادن او فایده ندارد اما دوباره فرصت چنین عملی را به لویس نخواست داد.

موقعیکه لورا حمل آخري خود را سقط نمود کارکن صحي ايکه او را معاینه نمود از او راجع به جروحات وي پرسید لورا بهانه هائی نمود کارکن صحي سرخود را نکان داده و به لورا کارت و آدرسي را که در شهرداری موقعیت داشت داد، او به لورا گفت اگر لورا مایل به ترک خانه باشد میتواند یکجا با اطفالش به آنجا برود اما باید مطمئن باشد که آماده ترک گفتن خانه میباشد لورا فعلا آماده ترک خانه بود.

چرا لویس لورا را لت و کوب می نمود؟ اینها بعضی از مفکوره های غلطی اند که مردم دارند: [Type a text box]



[note text box.]

یک مرد میتواند هر چه بخواهد بالای زنش انجام بدهد.



تنها با خرابی که او الکول می نوشید

حقیقت: هیچ مردی حق لت و کوب زن خود را ندارد با وجودیکه زن این حق را به مرد بدهد حتي اگر مرد فکر نماید که او این شایستگی را دارد و یا حتي اگر زن خودش فکر نماید که ارد او را لت و کوب نماید.

حقیقت: الکول سبب اعمال زور نمی شود اما اکثرا آنرا تشدید می نماید اعمال زور در مناطقی که مردم الکول نمی نوشند نیز معمول است.

اگر زنش را بسیار دوست نمیداشت آنقدر لت و کوب نمی کرد.



این مسئله شخصی آنها است. این درست نیست که به مسائل شخصی یک زوج مداخله شود

حقیقت: لت و کوب علامه دوستی نمی باشد. دوست داشتن به مفهوم احترام و مهربانی است

حقیقت: اعمال زور یک موضوع فامیلی نمی باشد. اکثریت خانم ها مجروح و یا کشته می شوند. اعمال زور یک مشکل صحي اجتماعي و همگاني می باشد.



تنها مردان غریب و جاهل زنان خویش را لت و کوب می نمایند.

باقی ماندن همراه مرد برای آینده اطفال خانم بهتر می باشد او میتواند که هنوز هم یک پدر خوب برای آنها باشد.



حقیقت: اعمال زور تنها مشکل اشخاص فقیر و جاهل نمی باشد. اعمال زور در هر خانه دیده شده میتواند: غریب و پولدار، تعلیم یافته و کم سواد، در شهر و یا دهات.

حقیقت: همیشه اینکار به صلاح فامیل نمی باشد که خانم با وجود اعمال زور در آنجا باقی بماند. چون مرد به اطفال وحشت، طرز غلط برخورد با احساسات و چگونگی تهدید زنان را می آموزند. بر علاوه پدر خوبی به فرزندش نخواهد بود در حالیکه مادر خود آنها را لت و کوب می کند.

مرد ممکن بهانه های مختلف برای لت و کوب زن ارابه نماید (مانند نوشیدنالکول ، ازدست دادن کنترل یا اینکه زن ارزش آنرا ندارد). اما مرد به سببی این اعمال را انجام میدهد که به این وسیله ضروریات او یا چیزی را که فکر مینماید منحیث يك مرد حق او می باشد ، و برآورده می شود.

زمانیکه يك مرد فکرمی نماید درزندگی شخصی خود قدرتی ندارد، ممکن از تشدد کارگرفته و کوشش نماید تا برزندگی شخص دیگری کنترل داشته باشد.

این طبیعی است که بعضی افراد بخواهند بصورت عادی روی زندگی خویشکنترول داشته باشند مگر این اشتباه است که کوشش نمائیم برزندگی دیگران کنترل داشته باشیم. بخصوص اگر اینکار با تشدد همراه باشد. درینجا بعضی دلایلی آمده است که چرا یکتعداد مردان، زنان خویشرا لت وکوب مینمایند:

1- کارهای تشدد آمیز:

- يك وسیله برای خاتمه دادن سریع به عدم توافقات است، بدون آنکه مجبور باشد درموردمشکل واقعی بحث نموده و راه حل واقعی آن را دریافت نمایند.
- مرد این مبارزه را هیجانی یافته و باعث نیرومندی او می شود و به همین دلیل میخواهد مکرراً این احساس را داشته باشد.
- به وسیله اعمال زورمرد برنده شده و خودرا حق بجانب می سازد و امکان دارد که قربانی تشدد برای جلوگیری از تکرار لت وکوب درآینده او را حق بجانب بداند و این عمل قدرت مرد را بیشتر می سازد.

2- مرد برداشت درستی از اوصاف مردانگی ندارد:

- اگرمرد معتقد باشدکه برای اثبات مردی ، او باید بالای اعمال زن کنترل داشته باشد، این احساس را خواهد کردکه لت وکوب زن معقول است.
- بعضی مردها فکرمی نمایند که آنها حق اینرا دارند تاچیزهائی را برای يك زن "خوب" و معین نموده و تمام تصامیم را خودشان بگیرند تنها بخاطراینکه آنها مرد هستند.

3- مردفکرمی کند که زن به او تعلق دارد یا اینکه زن به او ضرورت دارد:

اگرخانم قوی باشدمردترس خواهد داشت که او را از دست بدهد یا اینکه خانم درآنصورت به او ضرورت نخواهد داشت. او اقداماتی را روی دست میگیرد که بتواند زن را متکی به خود بسازد.

4- او طریقه دیگرزندگی را نمی داند:

اگر يك مرد درزندگی خویش دیده باشد که پدرش و دیگر مردم درمقابل مشکلات و ناملایمات زندگی با تشدد و خشونت برخورد نموده اند پس او ممکن است هیچگاه طریقه دیگری را برای زندگی

نیاموزد.

چرا يك مرد يك زن را لت وکوب می نماید

◀ این دلایل ممکن واضح سازند که چرا مرد با خانم خود سوء رفتار می نماید اما به او اجازه این عمل را نمی دهند.

◀ خشونت و سوء رفتار در روابط اغلباً زمانی واقع می شود که يك فرد قدرت بیشتری بالای فرد دیگر داشته باشد.

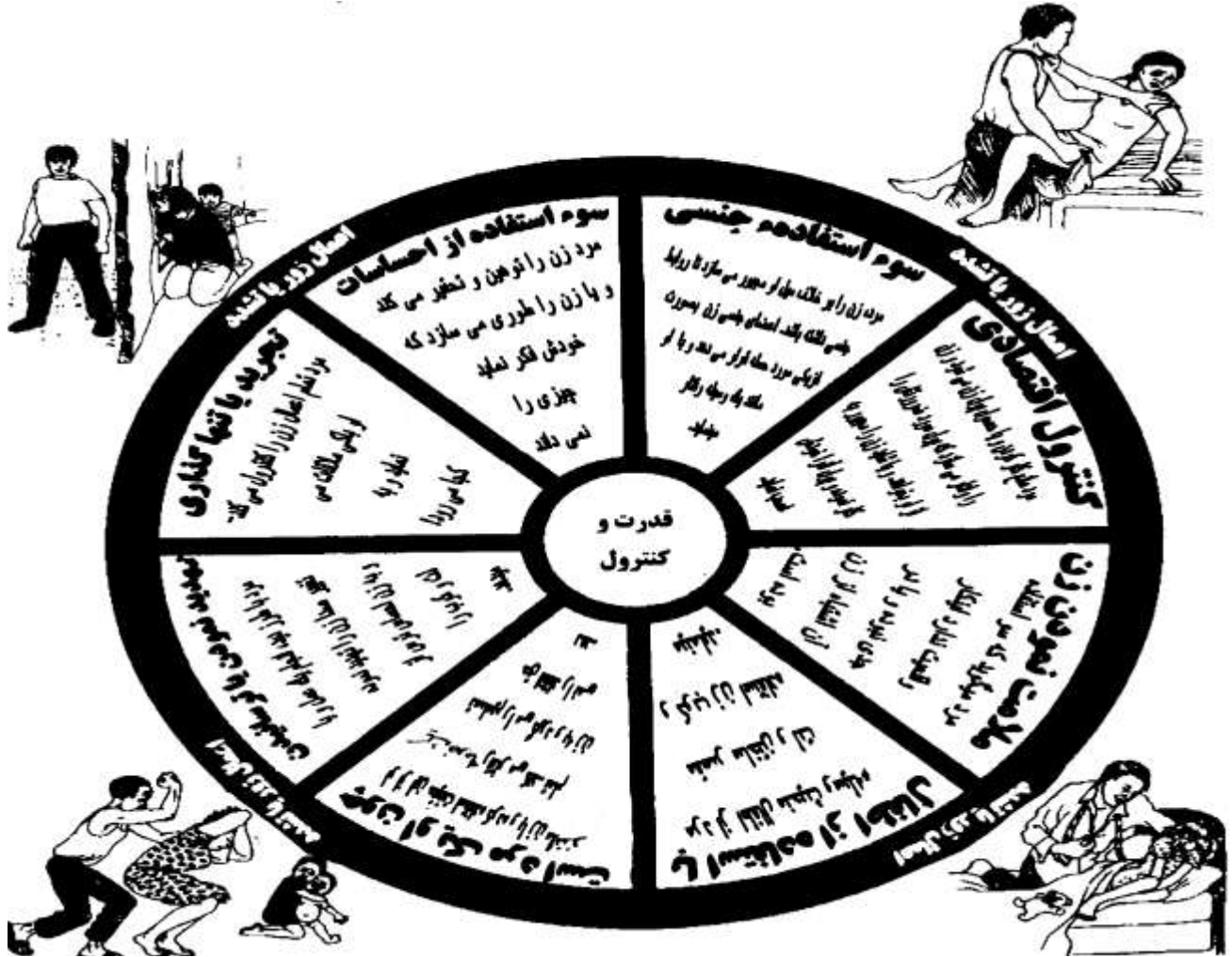


نقش جنس و جندر



انواع اعمال زور

مرد به شیوه های مختلف میخواهد بالای زن حاکمیت پیدا کند. لت و کوب يك نوع آن است. اما تمام این شیوه ها به زنها صدمه وارد می کنند، تصور کنید که این دایره يك چرخ است. قدرت و کنترل در مرکز چرخ قرار دارد. زیرا اینها دلایلی اند که در عقب هر يك از اعمال قرار دارند. هر قسمت چرخ يك عمل و رفتاری است که مرد متشدد برای کنترل زن ممکن است از آن استفاده کند. اعمال زور حلقه چرخ است یا وسیله که این چرخ را یکجا نگهداشته و آنرا تقویه مینماید.



اکثراً يك شکل سوء رفتار به اشکال دیگر تحول می کند

در اکثریت واقعات، توهین زبانی به سوء استفاده فیزیکی میانجامد. در ابتدا تصور آن نمی رود اما مرد ممکن به آهستگی شروع نموده و بعضاً زن را تپله کرده یا می اندازد و یاد رجائی می نشیند که اکثراً زن در آنجا می نشیند و به این ترتیب زن مجبور می شود که حرکت نماید. اگر این رفتار موثر واقع شد شاید اوضاع وخیم تر شود تا آنکه مرد متشدد گردد. تمام زنهایی که از دیگر انواع سوء رفتار رنج میبرند لت و کوب نمی گردند اما تمام زنهایی که لت و کوب شده اند از دیگر انواع سوء استفاده نیز رنج برده اند.

موقعیکه سوء استفاده جنسی مبدل به تشدد گردد ، ترك خانه مشكلتر می باشد . با افزایش مدتیکه زن در خانه می ماند ، اعتماد به خود در او کمتر می گردد و به همان اندازه حاکمیت مرد بالای او زیاد تر می شود . بعضی مردان نسبت به دیگران بیشتر امکان دارد که خشن و متشدد گردند . اینها علایمی اند که نشان می دهند يك مرد شاید متوصل به اعمال زور گردد در صورت مشاهده این نشانه ها درباره خاتمه دادن به روابط مشترك دقیقا فكر كنید.

سوالات ذیل را از خود بپرسید:

• آیا زمانیکه شما افراد دیگری را میبینید او حسادت نشان میدهد، و یا شما را در رابطه به دروغگوئی مقصر می شمارد؟ اگر این موضوع را در یافتید و کوشش نمودید که عادات خود را تغییر دهید تا او حسادت نشان ندهد ، در آنصورت او شما را کنترل می نماید.

• آیا او کوشش مینماید که شما را از بازدید دوستان و خانواده و یا از اجرای کاری برای خودتان ممانعت نماید؟ فرق نمی کند که چه دلیلی را استفاده می نماید ، او کوشش میکند تا شما از تقویت آنها محروم شوید. در صورتیکه شما جای دیگری برای رفتن نداشته باشید برایش آسانتر خواهد بود تا شما سوء رفتار نماید.

• آیا او به شما توهین نموده و یا شما را در مقابل دیگران مسخره مینماید؟ شما ممکن است به گفتار او معتقد شوید. اینکار میتواند به شما این احساس را بدهد که شما سزوار این بد رفتاری می باشید.

• در هنگام خشم مرد چه کاری را انجام میدهد؟ آیا وسایل را شکستاده و دور میاندازد؟ آیا مرد شما را لت و کوب کرده و یا به آن تهدید نموده است؟ آیا مرد گاهی زن دیگری را لت و کوب کرده است؟

همه موارد فوق نشان میدهد که مردم مشکلاتی در کنترل اعمال خود دارد.

• آیا مرد احساس میکند که توسط افراد با قدرت آمرین ، استادان یا پدرش مورد توهین قرار گرفته است؟ او شاید احساس ضعیفی کند و این مسئله او را وامیدارد که به وسیله اعمال زور بالای دیگران در ساحات دیگر زندگی ، قدرت حاصل کند.

• آیا مرد ادعا میکند که الکل و مواد مخدره یا فشار های روحی سبب می شوند تا او این اعمال را انجام بدهد؟ اگر مرد خود را مسوول نداند شاید بگوید که با پیدا نمودن وظیفه تازه کوچ کردن به شهری دیگر یا ترك الکل و مواد مخدره همه چیز بهتر خواهد شد.

• آیا مرد شما یا يك شخص دیگر را مسوول اعمال خود میداند؟ یا انجام کارهای غلط خود را انکار می کند؟ درین صورت احتمال اصلاح مرد کمتر می باشد زیرا او فکر میکند که تقصیر شما است.

علایم هشدار دهنده

◀ بی تفاوت است که به چه اندازه شخص را دوست دارید. دوست داشتن سبب تغییر رفتار او نمی شود. مگر آنکه خود شخص تصمیم بگیرد که خود را تغییر دهد.

زن احمق برایت نگفته بودم که از خانه بخصوص یا این لباس و وضعیت بیرون نروی



خانم های ذیل از دیگران در معرض سوء استفاده قرار دارند

دراکثریت زوج ها ، مرد برای بار اول موقعی که زن حامله می شود به اعمال زور دست میزند.

شاید او احساس می کند که حاکمیت خود را از دست داده است زیرا که نمی تواند تغییرات عضویت زن را کنترل کند . مرد ممکن قهر شود زیرا زن توجه بیشتر به طفل

داشته و کمتر به او میرسد یا اینکه زن نمی خواهد مقاربت جنسی داشته باشد ، بر علاوه بسیاری زوج ها شاید نگران مصارف طفل شوند.

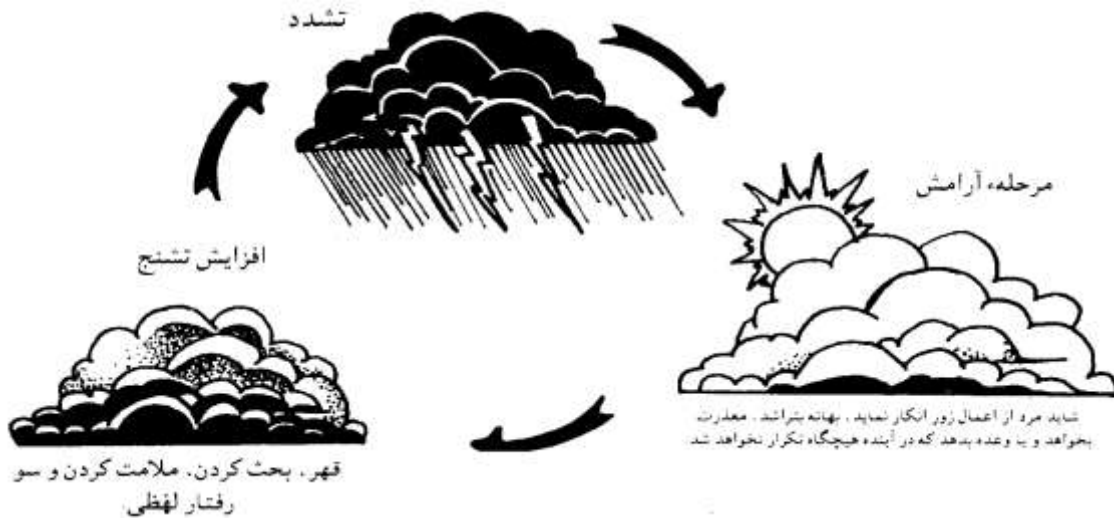
خانم های معلول نیز در معرض سوء استفاده بیشتر قرار دارند زیرا که :

- بعضی مردها شاید به سبب آنکه زن "سالم" ندارند خشمگین شوند.
- مرد شاید فکر کند که کنترل يك زن معلول آسانتر است ، چون ممکن است کمتر بتواند از خود دفاع نماید.



سیکل معیوبهء اعمال زور

اولین اعمال زور به شکل يك واقعه مجزا به نظر می رسد ، اما در اکثر واقعات اعمال زور حلقه یا دوران معیوبه ذیل را می پیماید:



بعضی خانم ها تلاش می کنند تا تشدد زودتر واقع شده و برطرف گردد تا سریعتر به مرحله آرامش برسند

با ادامه اعمال زور در بسیاری زوج ها مرحله آرامش اکثرا کوتاه تر میشود با شکست خواست های زن ، کنترل مردبالاتر و تکمیل شده تا جائیکه دیگر برایش ضرورت نمی باشد تا وعده بدهد که کارها بهتر خواهد شد.

تشدد یا خشونت نه تنها به زنان صدمه میزند ، بلکه بر اطفال آنها و تمام جامعه نیز تاثیر مینماید.

زنان

خشونت مردان در زنان میتواند سبب حالات ذیل گردد:

- کاهش تشویق و کاهش احساس ارزش به خود.
- مشکلات صحت روانی مانند اضطرابات ، تشوشات خواب و مشکلات در خورد غذا.

• منحيث يك طريقه مجادله با این خشونت ها ، زنان ممکن است به سلوك مضر یا بی باکانه دست بزنند مانند استفاده از دواهای مخدره ، الكول و یا مقاربت جنسی با چندین شخص.

• درد وجروحات شدید: شکستگی استخوان ها ، سوختگی ، کوری ، جروحات و تخریسات و همچنان سردردی ، دردهای بطنی و دردهای عضلی که شاید برای سال ها بعد از سوء رفتار ادامه یابند.

• مشکلات صحت جنسی: اکثریت خانم ها از سقط هایی که در اثر لت و کوب بوجود میاید رنج می برند. بر علاوه ممکن است آنها از حمل های نا خواسته ، امراض مقاربتی به شمول ایدز در نتیجه سوء استفاده جنسی رنج ببرند. همچنان سوء رفتار جنسی اغلباً سبب ایجاد ترس از مقاربت جنسی ، درد در جریان مقاربت جنسی و کاهش تمایل به آن میشود.

• مرگ.

اطفال

در اطفال با مشاهده سوء رفتار نسبت به مادران آنها اغلباً حالات ذیل بوجود میاید:

• خشم ، سلوك تهاجمی (باتقلید از اعمال زور) و یا خاموشی و بی علائقی ما حول .

- خواب های وحشتناك و دیگر ترس ها.
- اطفال در خانواده های متشدد اکثراً غذای درست نمی خورند و به مقایسه اطفال دیگر رشد بطنی تر دارند و مصاب امراض زیادی مانند دردهای معده ، سردردی و استما میباشند.
- جروحات و مرگ: در صورتیکه تشدد متوجه آنها گردد.

اجتماع

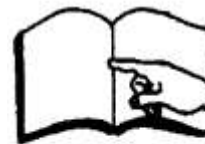
در جامعه تشدد میتواند سبب حالات ذیل گردد:

- حلقه یا دوره معیوبه اعمال زور به نسل بعد انتقال می کند.
- مفکوره کاذب برتری مرد بر زن ادامه می یابد.
- کیفیت زندگی هر فردی پایین می آید زیرا آنها موقعیکه خاموش کرده شوند یا کشته شوند در امور اجتماعی سهم کمتری می گیرند.

تأثیرات مضر اعمال زور



صحت روانی



امراض مقاربتی. ۲۶۱
ایدز. ۲۸۳
کاهش تمایل جنسی. ۱۹۳

اگر با يك زن در خانه سوء رفتار صورت میگیرد اطفالش میاموزند که با دختران باید همین گونه رفتار گردد.



چرا زنها با مردانیکه آنها را لت و کوب می نمایند باقی میمانند؟



اگر ما می پرسیم که چرا زن خانه را ترک نمی کند، نشان میدهد که ما فکری نمائیم تشدد مشکل شخصی وی بوده و باید آنرا حل نماید. ضرورت است که تمام جامعه در رابطه به صحت و خوب زیستن هر فرد اتماع مسوولیت دارد.

"چرا آن زن خانه را ترک نمیکند؟" این اولین سوالیست که به ذهن اشخاصیکه میشنوند يك خانم مورد سوء رفتار قرار دارد خطور میکند. زن به دلایل زیادی ممکن است يك ارتباط خشونت آمیز را ترک ننماید، که بعضی از آنها قرار ذیل اند:

• **تهدید وترس:** شاید مرد گفته باشد که "اگر کوشش کنی خانه را ترک کنی ترا خواهم کشت یا اطفال و یامادرت را خواهم کشت...." زن ممکن است فکر نماید که همه چیز را تحمل کند تا حیات خود و دیگران را حفظ نماید.

• **نداشتن پول و نداشتن جانی برای رفتن:** مخصوصا موقعیکه مرد تمام پول ها را نزد خود نگهدارد و مانع دید و بازدید او با اعضای فامیل و دوستان گردد.

• **نداشتن مصونیت:** شاید هیچ چیزی شوهر را از تعقیب زن و حتی کشتن وی ممانعت نتواند.

• **شرم و خجالت:** زن ممکن فکر کند که تا اندازه مقصر است و مستحق این اعمال می باشد.

• **عقاید مذهبی و کلتوری:** يك زن ممکن فکر کند که وظیفه دارد تا روابط زنا شوهری را حفظ نماید بدون در نظر داشت اینکه چقدر برایش قیمت تمام میشود.

• **امید داشتن برای تغییر و اصلاح مرد:** زن شاید فکر کند که مرد را دوست دارد و میخواهد رابطه آنها ادامه داشته باشد و همچنان فکری کند راهی برای توقف اعمال زور وجود خواهد داشت.

• **داشتن احساس گناه بخاطر دور ساختن اطفال از پدر:** اما شاید بهتر است این سوال را مطرح کنیم که "چرا مرد نمی رود؟" زیرا موقعیکه می پرسیم که "چرا زن خانه را ترک نمی کند؟" بدان معنی است که این مشکل شخصی زن است که باید آنرا حل کند. اما مسئله نادرست است.

• **ضرورت است که تمام جامعه در رابطه به صحت و خوب زیستن هر فرد جامعه مسوولیت بگیرند.**

• **این مرد است که با تهدید حقوق زن در رابطه به زندگی عاری از صدمات فیزیکی و یا باکشتن وی مرتکب جرم می شود با این اعمال باید مبارزه صورت گرفته و متوقف گردد.**

يك زن اعمال زور يا خشونت شوهر خود را كنترول کرده نمیتواند. اما راه های مختلف

برای جواب دادن به آن وجود دارد. بر علاوه زن میتواند از قبل پلانی را تهیه کند که در

زمان خشونت مرد چگونه خود و اطفال خود را محافظه نماید.

مصونیت قبل از تکرار اعمال زور:

• در مورد اعمال زور با یکی از نزدیکان خود صحبت کنید. از او بخواهید که در موقع ضرورت و یازمانیکه می شنوند شما در رنج هستید به کمک شما بیاید، قبل از آنکه شدیداً مجروح شوید شاید يك همسایه یا یکی از خویشاوندان و یا يك گروه مردان یا زنان بتوانند برای نجات شما بیایند.

• در مورد علامه های مخصوص یا کلمات مخصوص فکر نموده و به اطفال خود و کسانی دیگر از خانواده این علایم را بگویند تا با شنیدن به کمک شما بیایند.

• به اطفال آموزش بدهید که چگونه به يك محل مصون پناه ببرند.

مصونیت در جریان اعمال زور:

• اگر میتوانید زمانیرا که شوهر شما ممکن است به تشدد یا اعمال زور بپردازد تعیین نمائید کوشش کنید تا درجائی این خشونت واقع گردد که در آنجا اسلحه یا دیگر وسایل برای مجروح کردن شما موجود نباشد و یا جائیکه بتوانید فرار نمائید.

• بهترین قضاوت را بکنید به هر وسیله ممکنه مرد را آرام بسازید تا شما و اطفال تا مصون بمانید.

• اگر ضرور باشد که فرار نمائید در مورد فرار مصون ترین محل فکر نمائید.

تامین مصونیت زن، موقعیکه میخواهد خانه را ترك کند:

• به هر وسیله ممکن که میتوانید یکمقدار پول جمع کنید و در محل مناسبی (دور از خانه) نگهداری نمائید و یا بنام خود يك حساب بانکی باز نمائید. تا بیشتر غیر وابسته باشید.

• اگر خطری متوجه شما نباشد، در مورد کارهای دیگری که برای کم شدن وابستگی کمک مینماید فکر نموده و انجام بدهید. مانند پیدا نمودن دوستان، پیوستن به يك گروه و یا بیشتر وقت تان را با فامیل خود به سر ببرید.

• جستجو نمائید که آیا برای خانم های که مورد سوء رفتار قرار گرفته اند خانه مصون و یا خدمات دیگری موجود است؟ در بعضی شهرها محلی مصون برای بود و باش موقتی خانم های که مورد سوء رفتار قرار گرفته اند و اطفال آنها وجود دارد قبل از ترك خانه دریابید که آیا در منطقه زیست شما چنین خانه وجود دارد.

• قبل از ترك خانه از دوستان و اقاربی که به آنها اعتماد دارید تقاضا نمائید تا به شما و اطفال تان اجازه ماندن در خانه خود را بدهند و یا يك مقدار پول را قرض بدهند مطمئن باشید که اگر شما بخواهید آنها به شوهر شما در مورد این موضوع چیزی نمی گویند.

• اسناد مهم مانند کارت هویت خودتان یا کارت واکسین فرزندان تان را کاپی نمائید يك کاپی آنرا در خانه و کاپی دیگر را نزد شخص که به او اعتماد دارید بگذارید.

• پول و کاپی اسناد مهم و کالای اضافی خود را نزد شخصی که شما به او اعتماد دارید بگذارید، تا بتوانید بسرعت خانه شوهر را ترك نمائید.

• برای فهمیدن اینکه میتوانید اینکار را با مصونیت انجام دهید پلان فرار را یکجا با اطفال تمرین نمائید و ارزیابی نمائید که تا چه اندازه موثر است. مطمئن شوید که اطفال از این موضوع به کسی سخنی نخواهند گفت.

چه باید کرد

« حتی اگر فکر مینمائید اعمال زور دوباره واقع نخواهد شد باز هم در مورد این چیزها فکر نمائید.

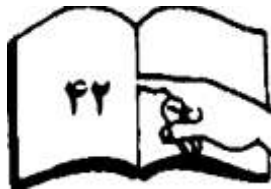


« کسی را پیدا نمائید که بتوانید به او اعتماد کنید، کسیکه بتواند شما را کمک نماید تا احساسات را کنار گذاشته و در مورد راه های حل مشکل فکر نمائید.



آیا مهارتی دارید تا با استفاده از آن پول بیشتری کسب نمائید.

من میخوامم از شوهرم جدا شوم اما پول شخصی نداشتم بنابراین با خاله ام در فروش مواد درمکیت کمک میکردم و همچنان از طریق مراقبت نمودن اطفال اشخاص دیگر یک مقدار پول بدست آوردم بعد از دو سال یک مقدار پول ذخیره داشتم بنام یک روز یکجا با اطفال خود خانه را ترک نمودم بعضی اوقات با پول ناچیزی که دارم زندگی مشکل می باشد اما در مقایسه با زندگی توام با لت و کوب مشکل نمی باشد.



کار کردن برای ایجاد تغییر

◀ احتیاط نمائید! در بعضی جوامع کار کردن برضد اعمال زور میتواند خطرناک باشد.

اگر تصمیم دارید که خانه را ترک کنید. اگر تصمیم دارید که خانه را ترک کنید آماده مقابله با بعضی مشکلات جدید باشید که ذیلاً تذکر داده می شود:

مصونیت: پرمخاطره ترین موقع برای یک زن زمان بعد از ترک خانه است مرد که حاکمیت خود را بالای زن از دست داده میخواد به هر وسیله ممکن آنرا دوباره بدست بیاورد مرد ممکن زن را تعقیب نموده و بکشد زن باید خود را مطمئن سازد که مرد آدرس او را نمی داند و یاوی در محافظت قرار دارد زن باید به هیچکسی محل اقامت خود را نگوید زیرا شاید شوهرش با زور آنها را وادار به گفتن آدرس زن نماید.

تلاش برای زنده ماندن: شما ضرورت به دریافت طریقه برای ادامه حیات خود و فرزندان خود دارید اگر میتوانید در خانه دوستان و با فامیل خود بمانید از این زمان برای تعلیم و آموختن مهارت های کاری استفاده نمائید. برای ذخیره پول میتوانید در یک منزل با یک خانمی که او نیز مورد سوء رفتار قرار گرفته به صورت شریکی زندگی نمائید.

احساسات. در جریان اجرای تمام کارهایی که برای ایجاد زندگی تازه انجام میدهید ممکن به شما این احساس دست بدهد که شما از عهده این مشکلات برآمده نمی توانید ممکن احساس تنهایی و ترس نمائید زیرا به زندگی در یک محل نا آشنا عادت ندارید. شما ممکن احساس کمبود شریکی جنسی را بنمائید

(با وجود کارهایی که او به حق شما انجام داد.) و موقع مواجه شدن با سختی و مشکلات زیاد شما ممکن گذشته بد خود را فراموش نمائید. و بخود وقت بدهید که راجع به ازدست دادن شریکی زندگی و حیات عادی خود افسوس نمایید. کوشش نمائید قوی باقی بمانید سعی نمائید که یک خانم مشابه خود را پیدا نموده و همدیگر را تقویه نمائید.

برای ایجاد تغییر مردم باید مفکوره تشدد علیه زنان را که با گفتن کلماتی مانند "همین طور بوده است" و یا "تقصیر از زن است" تبارز می نماید، از خود دورکنند نظریات ذیل برای جلوگیری از اعمال زور جامعه کمک کننده اند:

صحبت در مورد اعمال زور: گفتگو در مورد رفتار اولین قدم جهت تغییر آن میباشد. سعی نمائید خانم های دیگر را که مورد سوء رفتار قرار گرفته اند دریابید و با آنها تبادل نظر نمائید مردانی را که عقیده دارند اعمال زور کار غلطی است پیدا نمائید مردم را تشویق کنید تا در مورد سوء رفتار صحبت کنند، آنرا به انظار مردم طوری جلوه بدهید تا مردم بدانند که این یک روش نادرست می باشد.

به خانم هاییکه خانه را ترك میکنند انجام بعضی خدمات را ترتیب بدهید.

- يك " خانه یا سرپناه مصوون " برا به زودی ایجاد نموده آن را سری و پنهان نگهدارید.
- حمایت دیگران را جلب نمائید مخصوصا حمایت سازمان های بزرگ و قدرتمند را به طور مثال جستجو نمائید که کدام مرکز صحتی درین زمینه کمک نموده میتواند. همچنان با اشخاص با نفوذیکه بالای آنها اعتماد دارید صحبت نمائید. ونیز مردان زیادی را جهت همکاری جذب نمائید.



- به زنان در فهمیدن حقوق قانونی شان کمک نمائید. شاید قوانین مخصوص در مورد خانواده و سؤ رفتار وجود داشته باشد که زن ها بتوانند از آن استفاده نمایند.
- طرق آموزش مهارتهای تازه را برای خانم ها دریابید تا خانم هاییکه مورد سؤ رفتار قرار گرفته اند وسیله برای پیشبرد زندگی داشته باشند.

از فشار های اجتماعی استفاده نمائید:

در جائیکه شما زندگی می نمائید کدام فشار های اجتماعی مردم را از اجرای کارهایی باز میدارد که اکثریت مردم فکر مینمایند آن کارها اشتباه است. در بعضی مناطق این فشار پولیس می باشد. اما در در دیگر مناطق فشار فامیلی ، نظامیان و یامذهب می باشد. اما در اکثریت مناطق مخلوطی از فشار های فوق موثر است. رهبران اجتماع و دیگر مردان را برای صحبت نمودن علیه اعمال زور بر زنان و تقبیح اعمال مردهاییکه این کارها را میکنند تشویق نمائید. سعی نمائید از تمام فشار های موثر جهت جلوگیری از سؤ رفتار با زنان استفاده نمائید.

در بعضی کشور های امریکای مرکزی مردم به صورت دو طلبانه حاضر شده اند تا وظیفه تامین امنیت و آگاه ساختن مردم را از حملات پیش ببرند و آنها را از جنایات محافظه نمایند. در این جوامع اعمال زور بر زنان قابل تحمل نمی باشد. و مرد میداند که اگر خانم خود را لت و کوب نماید مردان دیگر جامعه او را توبیخ خواهند کرد.

در بعضی کشور ها زنان سازمان هائی را ایجاد کرده و قوانینی را تصویب نموده اند که مطابق آن به مردانیکه با زنان سؤ رفتار مینمایند جزا داده میشود. اما قانون همیشه به نفع زن که مورد سؤ رفتار قرار گرفته عمل نمیکند. در بعضی مناطق محافظین قانون مانند پولیس قانون دان و قاضی قابل اعتماد نمی باشند. اما اگر سیستم قانونی و پولیس هر دو برای محافظت حقوق قانونی زن کار نمایند، کوشش نمائید تا جائیکه امکان دارد در مورد قانون و حقوق زن بیاموزید.

به اطفال طرز زندگی مسالمت آمیز را آموزش بدهید شما میتوانید برای ایجاد تغییر در خانه با کمک به اطفال جهت دریافت راه های صلح آمیز برای حل مشکلات ، کار نمائید. به پسران درس بدهید که به خود احترام قابل شوند و همچنان به دختران و زنان احترام نمایند.



به کارکن صحتی



رابور کلینیک

تاریخ:
وقت:



بیان مریض:

معاینات

« برای معلومات در مورد طرز تدای جروحات زنان به "کتاب آنجا که داکتر نیست" و یا کتاب طبی دیگر مراجعه نمایند.

کارکنان صحتی میتوانند نقش فعالی در جلوگیری از اعمال زور داشته باشند تنها مواظبت از زخم های يك زن کافی نمی باشد.

درثای معاینه يك زن ، علایم سوؤ رفتار را جستجو نمایند. بخاطر داشته باشید که مرد ها اکثرا در آن قسمت های عضویت زن خود ضربه وارد می نمایند که دیده نمی شود.

زنهاییکه لت وکوب شده اند ممکن آن قسمت بدن خود را زیرلباس پنهان نمایند منحصیث يك کارکن صحتی شما یکی از محدود کسانی هستید که نواحی پوشیده بدن او را میتوانید ببینید.

در صورت دیدن يك علامه غیر معمول مانند کبودی یا ندبه از او پرسید که چگونه واقع شده بودیا اگر يك خانم حامله خونریزی ، شکستگی استخوان ها ویدایگر جروحات مراجعه می نماید از او پرسید که آیا لت وکوب شده است؟ به خاطر داشته باشید که اکثریت خانم هایی که لت وکوب شده اند میگویند که این يك واقعه تصادفی بود. اورا مطمئن بسازید که شما کاری را خلاف میل او انجام نمی دهید.

تمام مطالب را بنویسید: در مواجه شدن بايك خانمی که مورد سوء

رفتار قرار گرفته يك تصویر قسمت قدیمی خلفی بدن اورا بکشید و جروحات بدن اورا در آن نشانی نمائید.

نام شخصی که اورا مورد تشدد قرار داده بنویسید. سعی نمائید دریابید که این واقعه چند مرتبه قبل از این واقع شده است؟

از او پرسید که آیا با اعضای دیگر فامیل مانند اطفال یا خواهر وی نیز سوء رفتار صورت گرفته است. اگر خانم مواجه به خطر باشد، با وی راجع به اینکه چه کاری بکنند کمک کنید.

اگر او میخواهد یا نمی خواهد که خانه را ترک نماید برای او پلانی جهت مصونیت تهیه نمائید اگر او بخواد به پولیس مراجعه نماید

همرای او بروید شما میتوانید زن را مطمئن بسازید که پولیس شکایت اورا جدی گرفته است. همچنان شما اورا به خانم های دیگری که مورد سوء رفتار قرار گرفته اند معرفی نموده می توانید. آنها با مشوره یگدیگر شاید راه حلی را برای مشکل خود دریابند.



درمحل زیست شما کدام منابع ذیل برای خانم هائیکه مورد سوؤ رفتار قرار گرفته اند وجود دارد:

- کمک قانونی.
- پروژة های عایداتی برای خانم ها
- خانه های مصوون.
- عرضه خدمات صحتی برای مریضان روانی
- پروگرام هائیکه به جوانان خواندن ، نوشتن و دیگر مهارت های تحصیلی را آموزش دهند.

مردان را کمک نمائید:

مردان متشدد خود شان به کمک نیاز دارند با مردم یا رهبران مذهبی گفتگو کنید تا ببینید که آیا میتوانند برای یافتن طریقه کمک نمایند تا مردان مسوولیت بگیرند که تشدد را علیه زنان متوقف سازند.

« به جامعه خود کمک نمائید تا تأثیرات مضر اعمال زور را ببینند.