خانواده و مشاوره

تحلیلی بر ماجرای «گرگ پیر»، قاتلی که در کودکی قربانی آزار جنسی بوده

می‌توانست آزارگر نشود اگر...

نرگس عزیزی | کارشناس ارشد مشاوره

تحلیل حوادث

خبر بی‌نهایت تلخ به قتل رسیدن کودک ۱۱ ساله توسط مردی ۶۰ ساله بعد از آزار دادن او که در اواخر هفته گذشته منتشر شد، تکان دهنده و بسیار ناراحت کننده بود. قاتل این کودک معصوم در مصاحبه‌اش با روزنامه خراسان مدعی شده در شرایطی دست به آزار این پسر و دیگر بچه‌ها زده که خود او پیش از این قربانی آزار جنسی در نوجوانی بوده است. البته این فرد اولین آزارگری نیست که ادعا کرده خود قربانی این مسئله بوده است. در این مطلب نگاهی خواهیم داشت به موضوع قربانی بودن آزارگران و این که با چه راهبردهایی می توان این زنجیره تبدیل شدن قربانیان دیروز به آزارگران امروز را از بین برد؟

دلایل آزارگر شدن قربانیان آزارهای جنسی

مطالعات و بررسی های متعدد در ایران و دیگر کشورها نشان می دهد که غالب افرادی که در بزرگسالی دست به آزار جنسی دیگران و به‌ویژه کودکان می‌زنند، خود در کودکی قربانی چنین رفتارهایی بوده‌اند. دلیل این موضوع هنوز به صورت کامل روشن نیست که چرا فردی که خود از رفتاری آزار دیده است، حاضر می‌شود دست به آزار دیگران بزند. البته توجیهاتی در این زمینه وجود دارد از جمله این که این سبک رفتار برای این افراد آشناست و به عنوان یک گزینه در ذهن آن‌ها وجود دارد. تبیین دیگر این است که افرادی که سابقه آزار دیدن دارند، احساس شرم، بی لیاقتی و بی کفایتی می کنند و خود را مستحق روابط برابر با دیگران نمی دانند. یک توجیه دیگر نیز به عصبانیت این افراد اشاره دارد و این که آن‌ها در پی نمایش قدرت و کنترل کردن دیگران هستند. هر چه هست اما نکته قابل تامل این جاست که صرف آزار دیدن در کودکی، باعث چنین انتخاب هایی نیست و افراد حتی بعد از قربانی شدن می توانند با توجه به برخی نکات و کمک گرفتن از متخصص، مانع از تبدیل شدن خود به فردی آزارگر شوند.

۸ نکته برای پیشگیری از تبدیل شدن به فردی آزارگر

افرادی که سابقه قربانی شدن چه به صورت خشونت جسمی و چه به صورت آزار جنسی دارند، برای پیشگیری از تبدیل شدن به فردی آزارگر بهتر است به چه نکاتی توجه داشته باشند؟

۱- یکی از اشتباهات رایج این است که چون گفته می شود غالب آزارگران خود سابقه قربانی بودن داشته اند، افراد تصور می کنند پس هر کسی در گذشته آزار دیده، هیولایی بالقوه است! این گزاره صد در صد خطاست و به هیچ عنوان درست نیست. در واقعیت غالب افرادی که در گذشته قربانی شده اند، دست به آزار دیگران نمی زنند. با توجه به این نکته اگر سابقه مورد آزار قرار گرفتن دارید، خود را بد، کثیف و غیر قابل اعتماد ندانید.

۲- درست است که بسیاری از قربانیان دست به آزار دیگران نمی زنند اما این به آن معنا نیست که آن‌ها در این مورد آسیب پذیر نیستند و اگر فکری برای خاطرات آزار دهنده خود

انجام ندهند، مشکلی پیش نخواهد آمد. بسیاری از متخصصان بر این باورند تنها زمانی که قربانیان اتفاق روی داده را پذیرفته و مراحل سوگواری را برای آن چه از دست داده‌اند (کودکی شاد یا سلامت جسمانی) پشت سر بگذارند، می‌توانند زندگی مشابه افراد عادی داشته باشند.

۳- افراد قربانی ممکن است بعد از گذشت سال‌ها خاطرات مبهمی از اتفاقات رخ داده داشته باشند و به علت اضطراب بالای مرتبط با آن خاطرات، تمایلی به بازگویی آن‌ها نداشته باشند. اگر شما نیز در چنین وضعیتی هستید، چند نکته را به یاد داشته باشید: شما در چنین تجربه‌ای تنها نیستید. صحبت کردن با فردی متخصص در طولانی مدت اضطراب شما را کاهش می دهد و در نهایت این که فواید صحبت کردن در مقایسه با سکوت، بسیار بیشتر است.

۴- برخی از قربانیان در بزرگسالی ممکن است فانتزی و افکار معطوف به سوءرفتار با دیگران یا آزار جنسی کودکان را تجربه کنند. مطالعات نشان می دهد غالب این فانتزی ها به مرحله عمل نمی رسند اما اگر شما چنین تجربه‌ای را دارید، بهتر است موضوع را جدی و از یک روان‌شناس در این زمینه کمک بگیرید.

۵- برخی موقعیت‌ها احتمال این که افراد دیگران را آزار دهند افزایش می دهد. این موقعیت ها را بشناسید؛ مواردی چون داشتن احساسات شدید شرم، بی لیاقتی، عصبانیت و... از جمله این موارد هستند. پس اگر در وضعیت دشواری قرار دارید، سریع‌تر به دنبال کمک گرفتن باشید.

۶- با هر کسی در دل نکنید. این روزها که به مدد فضای مجازی ارتباط افراد گسترش پیدا کرده است، برخی مواقع افراد بدون شناخت دقیق شروع به تعریف کردن داستان زندگی خود برای دیگران می کنند. هر چند صحبت و درد دل کردن با فردی قابل اعتماد می تواند در این زمینه کمک کننده باشد اما یادتان باشد در صورت انتخاب نادرست، ممکن است مورد سوءاستفاده قرار بگیرید.

۷- شاید با توجه به محیط زندگی خود، در پیدا کردن مشاور مشکل داشته باشید. اول این که سعی کنید تمام گزینه ها را به درستی شناسایی کنید و از آن‌ها بهره بگیرید. به عنوان مثال مراکز مشاوره دانشگاهی، به صورت معمول خدماتی خوب با قیمتی مناسب دارند یا شماره تلفن ۱۴۸۰ بهزیستی یکی از گزینه‌های مشاوره تلفنی رایگان است. در نظر داشتن گزینه‌های متعدد می‌تواند به شما کمک کند تا خدماتی مناسب وضعیت خود پیدا کنید.

۸- و در آخر آن که درست است که برخی قربانیان دیروز تبدیل به آزارگران امروز می شوند اما در مقابل، برخی قربانیان بعد از عبور از روزهای دشوار به رشدی مضاعف می رسند. آشنایی با زندگی این افراد می تواند به شما انگیزه دهد تا نه تنها از بخش غم انگیز گذشته خود فاصله بگیرید که از آن پلی برای پیشرفت بیشتر بسازید.

ترفند

۳ اشتباه که خانه‌تان را دلگیر می کند

اگر خانه‌تان کوچک است و می خواهید دلبازتر به نظر برسد، اشتباهاتی را که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌شود مرتکب نشوید.

۱- از اشیای بزرگ استفاده نکنید: مجسمه های بزرگ، گلدان های حجیم، میزهایی با بدنه یک دست و مبل های بزرگ برای خانه های کوچک مناسب نیستند. آن ها ممکن است در مغازه زیبا به نظر برسند اما خانه شما را کوچک‌تر نشان می دهند و احساس خفقان ایجاد می کنند. در واقع هر خانه‌ای اشیای مناسب خودش را می خواهد.

۲- خانه را رنگارنگ نکنید: در کل خانه چه برای مبلمان و پرده ها و چه دیوارها از دو یا سه رنگ استفاده کنید. رنگ های متنوع باعث احساس آشفتگی و کلافگی در شما می شود. همچنین این دو، سه رنگ هم باید با هم جور باشد. به طور مثال انتخاب یک ترکیب دوتایی یا سه تایی از آبی، سفید و قهوه‌ای یا سبز، سفید و قهوه‌ای یا قهوه‌ای، سفید و کرم می‌تواند انتخاب مناسبی باشد.

۳- کاغذ دیواری گل درشت نخرید: اگر می خواهید خانه تان را کاغذ دیواری کنید از کاغذ دیواری های ساده یا با بافت ریز استفاده کنید. بافت های درشت، اتاق ها و خانه را کوچک‌تر نشان می دهند. طرح فرش هایی با گل بوته ها و نقش های ریزتر، اتاق کوچک را بزرگ نشان می دهد. حتی گلدان هایی با برگ های ریز برای این اتاق ها مناسب‌تر هستند و آن ها را بزرگ‌تر جلوه می دهند.

پسر ۴ ساله‌ام به شدت عاشق عروسک است!

مادری ۳۱ ساله‌ام و پسری چهار ساله دارم که به شدت به عروسک علاقه مند است. در زمانی هم که با بچه های فامیل دور هم جمع می شوند، بیشتر در جمع دخترهاست. به نظر شما این عیبی دارد؟ چطور باید با او رفتار کنم؟

فهیمه ملکی | روان شناس بالینی دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی

تربیت فرزند

مادر گرامی، مسئله‌ای که شما مطرح کردید مربوط به شکل گیری هویت جنسی و نقش های جنسیتی است که در کودکان از سه تا هفت سالگی به تدریج با آموزش های والدین و مشاهده رفتار بزرگسالان و انتظارات والدین و افراد دیگر رشد پیدا می کند. با این حال و با توجه به سوال تان، در ادامه چند نکته خطاب به شما خواهم گفت.

بازی پسرها با عروسک نگران کننده نیست

رفتارهایی که اشاره کردید مثل بازی با عروسک‌ها و بازی کردن با کودکان جنس مخالف به تنهایی نمی تواند نشان دهنده مشکلی در رشد هویت جنسی کودک شما باشد. برخلاف تصور رایج وقتی کودکان دور از کلیشه های جنسیتی رشد می کنند، فرصت بیشتری دارند که توانایی ها و استعدادهای خود را بروز بدهند. به همین دلیل بازی کردن با اسباب بازی های جنس مخالف یا وقت گذراندن با کودکان جنس مخالف می تواند به کاهش کلیشه های جنسیتی و سازگاری بیشتر کودکان منجر شود.

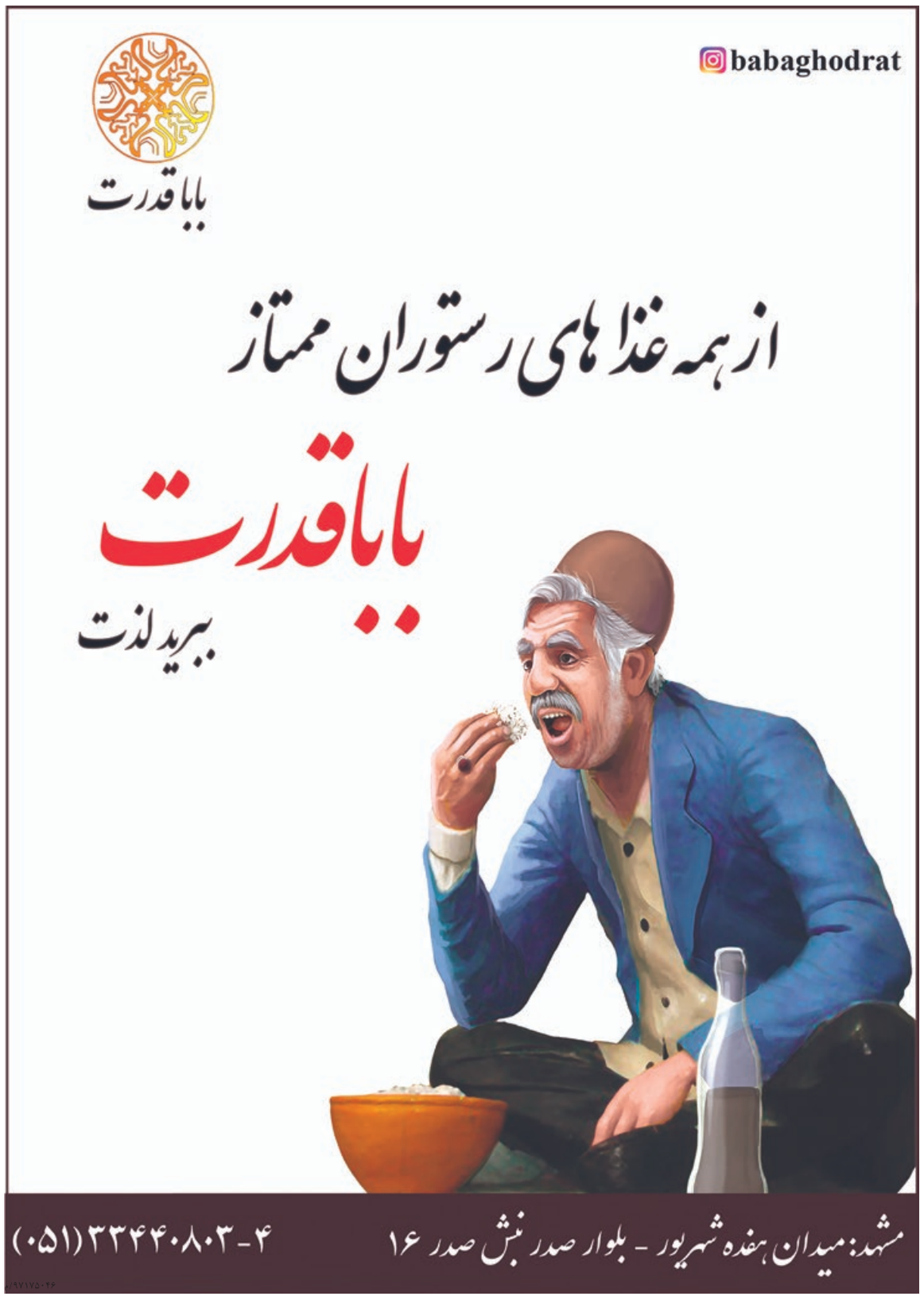
پسرتان را با پسرها سازگارتر کنید

در کنار این لازم است که فرصت بودن با همبازی های همجنس را نیز برای کودک‌تان فراهم کنید. بررسی کنید که علت علاقه نداشتن پسرتان به بازی کردن با همجنس های خودش چیست؟ معمولا در بین همبازی های پسر رفتارهای خشن و بعضا قلدرانه بیشتری دیده می شود و همچنین بازی ها به نوعی هستند که مهارت های حرکتی و توانایی های جسمی بیشتری نیاز دارند. گاهی اوقات پسرانی که از توانایی های جسمی خود اطمینان ندارند یا مهارت های کمتری در دفاع از خود دارند، کمتر جذب گروه های همجنس خود می شوند. در این موارد با تقویت مهارت های کودک و انجام فعالیت های ورزشی بیشتر می توان به سازگاری بیشتر کودک با همجنس های خود کمک کرد.

از پدرش کمک بگیرید

در ضمن و علاوه بر نکات گفته شده، ارتباط کودک با والد همجنس خود در رشد سالم کودک تاثیر زیادی دارد. تعامل بیشتر با پدر و پررنگ کردن نقش پدر به عنوان یک الگو در یادگیری رفتارهای مرتبط با نقش جنسیتی کودک‌تان تاثیر به سزایی دارد.

بازتاب فروش عروسک های ولنتاین کمتر از ۲۴ ساعت بعد از پایان این روز در شبکه های اجتماعی

بگردین و ببینید خرس شما کدوم یکیه؟!

روز ولنتاین در فرهنگ غربی به روز عشق یا روز عشاق معروف است و ارزش هدیه هایی که در این روز داده می شود، به قیمت آن‌ها بر می گردد. به همین دلیل است که بعضی ها تلاش می کنند تا عروسک های خرس بزرگ‌تری برای هدیه بخرند. عروسک های خرس بزرگی که عکس های خنده دار نحوه جا به جا کردن شان در شهر، کم و بیش در شبکه های اجتماعی در چند روز اخیر پربازدید شد. در این بین و تنها بعد از گذشت ۲۴ ساعت بعد از پایان این روز، اپلیکیشن های خرید و فروش اینترنتی از آگهی هایی برای فروش این عروسک ها پر شده است. پیج ها و کانال های زیادی هم با انتشار عکس هایی از فراوانی چنین آگهی هایی، به این مسئله واکنش نشان دادند. در این بین باید پذیرفت که عاقبت توجه به چنین مناسبت هایی توسط ایرانی ها به این دلیل که ریشه در فرهنگ غنی ایرانی ندارد، همین خواهد بود و معمولا تنها دستاوردش، افسوس خوردن بابت هزینه های زیادی است که بعضی جوانان می پردازند. بعضی از کاربران شبکه های اجتماعی با انتشار عکس هایی از تعداد بالای این عکس ها با نگاهی طنزآمیز نوشتند: «بگردین توش ببینید خرس شما کدوم یکیه؟» که اشتباه بودن توجه به چنین مناسبت هایی را ثابت می کند.