

Ο κύκλος της κακοποίησης

Τα στάδια της κακοποίησης είναι τρία, άλλοτε εμφανή στους τρίτους άλλοτε όχι.

1ο στάδιο: Το στάδιο που χτίζεται ο θυμός.

Ο θύτης γίνεται όλο και πιο ελεγκτικός σε αυτή τη φάση, που μπορεί να διαρκέσει μέρες, εβδομάδες ακόμα και μήνες. Αρχίζουν και μπαίνουν και περιορισμοί στο θύμα. Για παράδειγμα, ο θύτης μπορεί να αποφασίσει ποια είναι καλή ώρα για το θύμα να πάει να ψωνίσει, με ποιον θα μιλήσει, τι θα πει, τι θα βάλει κλπ. Ο έλεγχος είναι ύπουλος και προοδευτικός. Όσο αυξάνεται ο έλεγχος και η ένταση, το θύμα προσπαθεί να ικανοποιήσει τις απαιτήσεις του θύτη του προκειμένου να τον έχει ευχαριστημένο, ήρεμο κλπ. Όσο όμως και αν προσπαθεί το θύμα, ο θύτης γίνεται όλο και πιο απόμακρος, περιφρονητικός, κριτικός, και φτάνει στα άκρα. Η ένταση και ο έλεγχος αυξάνονται μέχρι να περάσει στο στάδιο της κακοποίησης

2ο στάδιο: Το στάδιο της κακοποίησης

Ο θύτης προκαλεί ένα έντονο λεκτικό ή συναισθηματικό επεισόδιο κακοποίησης. Ένα ασήμαντο επεισόδιο συχνά προκαλεί το κύριο γεγονός. Ο θύτης, εσκεμμένα ψάχνει να βρει ευκαιρία να εκραγεί, και βάζει και το θύμα του σε μία κατάσταση που κανείς δεν κερδίζει και δεν βγάζει πουθενά. Για παράδειγμα, ο θύτης πάει να φάει και δεν του αρέσει το φαγητό και αρχίζει να μιλάει άσχημα και προσβλητικά στο θύμα του. Φυσικά το φαγητό δεν έχει να κάνει με το θυμό του θύτη. Είναι μόνο η αφορμή που έψαχνε ο θύτης για να εκτονώσει τα νεύρα του πάνω στο θύμα του. Το θύμα νιώθει πληγωμένο και μπερδεμένο.

3ο στάδιο: Το στάδιο της μετάνοιας

Μόλις εκτονωθεί το θύμα, μετά ηρεμεί. Ανακτά πάλι την αυτοπειθαρχία του και αρχίζει να ζητάει συγγνώμη και δίνει υποσχέσεις ότι δεν θα το ξανακάνει ποτέ – αν το θύμα φέρει αντιρρήσεις και προβάλλει αντιστάσεις. Όσο πιο απόμακρο είναι το θύμα τόσο πιο έντονα ο θύτης επιμένει και επιμένει και επιμένει. Ο θύτης μπορεί επίσης να είναι τόσο γοητευτικός και να λέει τόσα πολλά κομπλιμέντα που το θύμα το στο τέλος λυγίζει και ενδίδει. Υπάρχει τόσο έντονη ανάγκη από το θύμα να πιστέψει στις υποσχέσεις του θύτη του και στις παρακλήσεις του να είναι πάλι μαζί. Όσο πιο εξαρτημένο και ανασφαλές είναι το θύμα τόσο πιο πολύ ευάλωτο είναι στην μετάνοιά του. Ο θύτης σε αυτή τη φάση είναι τόσο καλός. Ένας φυσιολογικός άνθρωπος είναι απίθανο να είναι τόσο ψυχαναγκαστικά πιεστικός στο να κερδίσει πίσω το σύντροφο που αγαπάει, γιατί απλά δεν έχει λόγο να είναι.

Όσο η σχέση εξελίσσεται, τα στάδια της κακοποίησης αυξάνονται σε ένταση. Η κακοποίηση κρατάει περισσότερο και γίνεται όλο και πιο σκληρή ενώ το στάδιο της μετάνοιας μικραίνει.

Ο θύτης αγαπάει τις προκλήσεις. Σκοπός είναι να κερδίσει πίσω το θύμα, με οποιοδήποτε κόστος. Όσο πιο μακριά το θύμα, τόσο περισσότερα συναισθηματικά ασφαλές είναι. Όσο πιο δύσκολο είναι να κερδίσει ο θύτης το θύμα του, τόσο πιο πολύ ο θύτης εκτιμάει το θύμα του. Μόλις η σχέση αρχίζει πάλι, η δυσπιστία του θύτη βγαίνει πάλι στην επιφάνεια, ανακαλώντας τα τρυφερά συναισθήματα του θύτη. Ο φόβος αναπόφευκτα προκαλεί την επανάληψη του κύκλου της κακοποίησης.