

Κατανοώντας το θύμα

Η θυματοποίηση αφορά τρεις τύπους ανθρώπων. Αυτούς που είναι θύματα, αυτούς που υπήρξαν και αυτούς που θέλουν να μάθουν και να βοηθήσουν χωρίς ποτέ οι ίδιοι να έχουν υπάρξει θύματα. Η λέξη θύμα είναι βαριά και έχει αρνητική χροιά. Ποιος επιθυμεί να θεωρεί τον εαυτό του θύμα?

Πολλοί, ωστόσο, μένουν με ανθρώπους που είναι βίαιοι και δέχονται επαναλαμβανόμενη κακοποίηση και θυματοποίηση. Αξίζεις αξιοπρέπεια, ελευθερία, να μην ζεις μέσα στο φόβο, κατανόηση και συμπόνια από τους γύρω σου. Δεν χρειάζεται να κατηγορείς τον εαυτό σου. Αν θέλεις πραγματικά θα βγεις από αυτήν την κατάσταση.

Αυτοί που έχουν καταφέρει να βγουν από μία σχέση κακοποίησης, που κατάφεραν να φύγουν μακριά και να επιβιώσουν και ξέρουν ότι κάποτε υπήρξαν θύματα, αποτελούν την ελπίδα για όλους εκείνους που υποφέρουν. Ξέρουν πόσο μπορεί να σε παραλύσει και να σε αποδιοργανώσει ο φόβος του άλλου. Γνωρίζουν πόσο δύσκολος και επικίνδυνος είναι ο δρόμος για την ελευθερία. Ξέρουν πόσο μάταιο είναι να δαιωνίζουν μία τέτοια μάταιη κατάσταση, χτυπώντας την άγνοια και την καλή τους πρόθεση πάνω στον αλαζονικό μισογυνισμό του άλλου.

Αυτοί που δεν έχουν προσωπική εμπειρία και θέλουν να καταλάβουν και να βοηθήσουν, μπορεί να βοηθηθούν να καταλάβουν αν σκεφτούν κάποια στιγμή στη ζωή τους που ένιωσαν να απειλούνται, να πληγώνονται ή να προσβάλλονται από κάποιο πρόσωπο με περισσότερη δύναμη ή ισχύ, χωρίς να μπορούν να αντιδράσουν λόγω της αδυναμίας τους.

Παρόλο που συναντάμε και περιπτώσεις κακοποίησης από γυναίκα σε άντρα, τις περισσότερες φορές η κακοποίηση γίνεται από τον άντρα. Ας σκεφτούμε ότι οι περισσότεροι δολοφόνοι, κακοποιοί και βιαστές είναι άντρες. Οι άντρες χρησιμοποιούν πολύ περισσότερα όπλα από ότι οι γυναίκες. Ο εγκέφαλος του θηλαστικού διαφοροποιείται ως προς το φύλο, συνδέοντας την επιθετικότητα με το αρσενικό. Η αντρική ορμόνη τεστοστερόνη, ενοχοποιείται για βίαιες συμπεριφορές.

Γιατί βλέπουμε συχνά γυναίκες κακοποιημένες να μην μπορούν να φύγουν μακριά από τον κακοποιητή τους? Η πόρτα είναι ανοιχτή αλλά αυτές μένουν εκεί. Άλλοτε είναι ο φόβος, μήπως της πάρουν τα παιδιά της, μην τη δειρεί ο άλλος, οικονομική ανασφάλεια, ο φόβος της μοναξιάς. Άλλοτε η ντροπή. Η ντροπή για το τι θα πουν οι άλλοι, κάτι που οδηγεί συχνά στην απομόνωση. Άλλοτε η ελπίδα ότι κάτι θα αλλάξει. Συνήθως ο κύκλος κακοποίηση – μετάνοια, έχει και περιόδους «αισιοδοξίας». Στην φάση της ηρεμίας, όπου ο κακοποιητής «μετανοεί» συνήθως το θύμα, ελπίζει ότι θα σταματήσει η άσχημη συμπεριφορά. Πειράματα σε ζώα έχουν δείξει ότι δεν υπάρχει πιο θετική ενίσχυση για μία επιθυμητή συμπεριφορά από την

ανακούφιση μετά το βασανιστήριο. Για μερικές κακοποιημένες γυναίκες ακόμα και η ελάχιστη ελπίδα μαζί με τις παροδικές εμπειρίες ανακούφισης στη φάση της «μετάνοιας και της ειρήνης» από τον κακοποιητή τους ενισχύουν την απόφασή τους να μείνουν.

Μία κακοποιημένη γυναίκα μπορεί να αγαπάει τον σύντροφό της επειδή είχε μάθει από τη νηπιακή της ηλικία να αγαπάει ένα γονέα που την κακοποιούσε, είτε σωματικά είτε ψυχολογικά. Αυτό σημαίνει ότι είχε εξισώσει την αγάπη με την στενή και διαρκή εξάρτηση που κάποιος έχει απέναντι σε κάποιον άλλο που του παρέχει τα απαραίτητα για να ζήσει, αλλά παράλληλα προκαλεί πόνο ή και χτυπάει.

Μία κακοποιημένη γυναίκα μπορεί να αγαπάει τον σύντροφό της επειδή η ανακούφιση από την τιμωρία – τυραννία είναι τόσο έντονη. Προκειμένου η γυναίκα να βιώσει το συναίσθημα αυτό που είναι τόσο έντονο, ξεχωριστό και ευχάριστο, αρνείται τον πόνο από την συναισθηματική κακοποίηση.

Μία κακοποιημένη γυναίκα, επίσης, μπορεί να αγαπάει προσόντα στον σύντροφό της, που όντως είναι αξιαγάπητα, και να καταπιέζει άλλα που προκαλούνται από τις βίαιες συμπεριφορές του. Η αγάπη αυτή θα λέγαμε ότι είναι παράλογη, πολύπλοκη και παράδοξη. Η αγάπη μέσα σε μία σχέση κακοποίησης σαν προϊόν της κακοποίησης δεν είναι πραγματικές και δεν εξυπηρετούν πουθενά.

Τέλος, μην ξεχνάμε ότι σχεδόν καμία γυναίκα δεν θέλει να την χτυπάνε ή να της φέρονται άσχημα.