

صدمه روانشناختی

و

فشار روانی بعد از صدمه



واحد

آموزشی

اول

اهداف یادگیری واحد آموزشی اول

- فهم تعریف صدمه ی روانی و فشار روانی بعد از صدمه
- فهم تفاوت های متنی ناشی از صدمات
- فهم مولفه ی روانی در حوادث متفاوت صدمه آور

تعاریف و زمینه ها

- تعاریف، گزاره های صوری مربوط به معنا هستند که به روشن شدن وضعیت (ها) کمک می کند.
- زمینه، مجموعه ای از واقعیت ها و شرایط است که یک موقعیت یا حادثه را در بر می گیرد. این واقعیات برای فهم معنی آن موقعیت ضروری اند.

تعاریف صدمه

- صدمه می تواند آسیب جسمی یا عاطفی باشد.
- حادثه ی صدمه آمیز می تواند تجربه ای واحد یا یک حادثه تکرار شده با تاثیرات بلند مدت باشد.
- یک آسیب صدمه آور می تواند عواقب کوتاه یا بلند مدت داشته باشد.

تعریف صدمه

صدمه جسمی نتیجه جراحی و آسیب جسمی است که بر بدن وارد شده است مثل:

- صدمه ی موثر ناشی از نیروی وارد شده.
- صدمه ی وارده ناشی از پارگی یا باز شدن پوست که اغلب باعث آسیب دیدگی بافت می شود.
- از شکل افتادگی به خاطر جراحات ناشی از سوختگی و دیگر حوادث جدی.

صدمه روانشناختی از حوادث یا تجربیاتی نتیجه می شود که:

- زندگی را به مخاطره می اندازند.
- سلامت جسمی را تهدید می کنند.
- سلامت روحی را تهدید می کنند.
- غیر منتظره اند.
- غیر قابل تحمل اند.
- غیر قابل جلوگیری اند.

.

صدمه روانشناختی می تواند ناشی از صدمه جسمی باشد یا به طور مستقل رخ دهد.



خشونت خانگی

- خشونت خانگی شامل است بر ارعاب، ضرب و جرح ، آزار جنسی، یا رفتار آزار دهنده ی که توسط یک عضو در خانواده و خانه، یا توسط یک شریک عاطفی علیه دیگری انجام شده بود.
- آزار دهندگان به طور کلی شامل هستند بر همسر، همسر سابق، یا افرادی که در حال حاضر با یکدیگر زندگی می کنند یا زوجی که از یکدیگر بچه دارند.
- خشونت خانگی در یک طیف رخ می دهد، که در یک سر آن واقعه ای منفرد و در سر دیگر آن رابطه ی آزار دهنده متداوم است.

- خشونت علیه زنان در خانواده در کشورهای توسعه یافته و کم توسعه یافته به نحوی مشابه اتفاق می افتد.
- در دوره ای طولانی خشونت خانگی از نگاه ناظران شامل همسایگان، اعضای اجتماعات محلی، و دولت موضوعی خصوصی تلقی می شده است.
- موضوعاتی چنین خصوصی اغلب به تازدی های عمومی تبدیل می شوند.

کودک آزاری

کودک آزاری رفتاری است که مستقیماً متوجه کودک است. این رفتار از سوی یکی از والدین، سرپرست، نگه دارنده ی کودک ، دیگر عضو خانواده، یا بزرگسال دیگری اعمال می شود و کودک را به لحاظ سلامت جسمی یا عاطفی یا پیشرفت ذهنی به مخاطره می اندازد.

سازمان بهداشت جهانی (دبلیو اچ او)

خشونت خانگی و کودک آزاری

خشونت خانگی و کودک آزاری شامل پنج نوع آزار است:

- آزار جسمی
- آزار جنسی
- آزار عاطفی
- تهدید
- بی توجهی

- **آزار جسمی** زمانی اتفاق می افتد که شخصی صدمه ببیند یا در صدمه زدن به همسر خود با ضرب و جرح، لگد زدن، گرفتن گلوی افراد تا مرز خفه کردن، سوزاندن، یا ضربه های جسمی دیگر اقدام کند.
- **آزار جنسی** وادار کردن فرد به رابطه ی جنسی بدون رضایت است؛ یا تن در دادن به رابطه ی جنسی به دلیل ترس.
- **آزار عاطفی** عبارتند از تهدید همسر، عزیزانش یا متعلقات او، خدشه دار کردن حس ارزش فردی، مزاحمت، ناسزا گویی، ترساندن، یا اجازه ندادن به همسر برای ملاقات دوستان و وابستگانش.
- **تهدید به آزار جنسی و جسمی شامل:** استفاده از کلمات، ایما و اشاره، سلاح، یا راههای دیگر ارتباط گیری که با نیت صدمه زدن انجام گیرد.

- بی توجهی قصور عمدی یا راهبردی (بی ارتباط با فقر) در فراهم آوردن مراقبت و حمایت ضروری شامل سر پناه، غذا، لباس و مراقبت پزشکی کافی است.
- بی توجهی در مورد کودکان فقدان سرپرستی مناسب برای مدتی طولانی است.

عوامل بهداشتی خشونت خانگی و کودک آزاری

- **جراحات جسمی:** جزیی مثل بریدگی ها، خراش ها، زخم های سطحی و تاول؛ جراحات اصلی تر شامل شکستگی استخوانها، خونریزی داخلی، و ضربه به سر که منجر به معلولیت های دائمی می شود.
- **آسیب عاطفی:** پایین بودن اعتماد به نفس، مشکل در اعتماد به دیگران و رابطه با دیگران؛ افزایش خشم و فشار روانی و احتمال اضطراب ناشی از آن، افسردگی، یا فشارهای روحی بعد از صدمه؛ خودکشی.

تمایل به سرزنش قربانی

- داورى اجتماعى توسط ديگران كه به تندی متمایل می شود.
- شاید قربانى توسط ديگران به عنوان شخصى كه همواره شكایت می كند محكوم شود.
- جستجو برای پیدا کردن تقصیرها در فرد قربانى
- جستجو برای قصور در شخصیت اخلاقى فرد قربانى



افسانه در مورد خشونت خانگی و کودک آزاری



واقعات

زنان دوست ندارند راجع به خشونت در زندگی شان صحبت کنند.

قربانیان واقعاً دوست ندارند راجع به خشونت صحبت کنند.

مطالعات نشان می دهد که قربانیان می خواهند راجع به خشونت در زندگی شان با یک بهداشت کار صحبت کنند.

اگر از قربانیان راجع به خشونت خانگی سوال شود ناراحت خواهند شد .

هیچکس شایسته نیست مورد ضرب و شتم یا آزار جنسی قرار گیرد.

فرد آزار دیده باید کاری برای تحریک فرد متجاوز انجام داده باشد.

کارهای بسیاری برای کمک کردن به بهبود قربانی است که می شود انجام داد و پرسیدن درباره خشونت اولین قدم است.

هیچ کاری نیست که من بتوانم انجام دهم.

ضرر آزار عاطفی می تواند از آزار جسمی بیشتر باشد. زخم های آزار عاطفی به آسانی بهبود نمی یابند.

آن مرد یا زن علائم جراحت بر بدنشان ندارند پس نمی تواند آن جراحت خیلی بد باشد.

بدانید که زنان و مردان می توانند با شخص متجاوز هویت یابی می کنند.

من می توانستم ببینم چرا آن مرد همسرش را ممکن بود مورد ضرب و جرح قرار دهد.
من می توانستم ببینم چرا آن مرد همسرش را ممکن بود مورد ضرب و جرح قرار دهد .

این یک موقعیت پیچیده است و ممکن است ترک آن شرایط در واقع برای فرد آزار دیده خطرناک باشد یا شاید مکان امن که فرد قربانی به آنجا برود وجود

اگر شرایط این قدر سخت است آن زن یا مرد بایستی آن زندگی را ترک کند.

The Victim's Experience

تأثیرات آزار بر شخص نجات یافته	درک شخص نجات یافته از آزار	آنچه یک متجاوز به شخص نجات یافته می گوید.
سردرگمی و باز قربانی شدن.	این همان عشق است.	من تو را زدم برای اینکه تو برای من مهم هستی.
خود سرزنش کردن، سردرگمی و بی پناهی.	من شخص بدی برای سرزنش هستم.	خودت مقصر بودی که مورد آزار واقع شدی.
ترس از جدایی و وابستگی.	بدون این شخص من برای همیشه تنها هستم.	اگر من به تو اهمیت ندهم هیچکس به تو اهمیت نمی دهد.
شک داشتن به دآوری خود.	افراد دیگر می دانند چه چیز برای من خوب است.	این برای خوبی خودت است.
ضعف در تشخیص حد و مرزها و باز-قربانی شدن.	من هیچ کنترلی بر آنچه مردم بر من می کنند ندارم.	تو مالک بدنت نیستی، من هستم.
سکوت.	من تنها هستم و هیچکس هم اهمیتی نمی دهد.	اگر تو راجع به آزار به دیگران بگویی هیچکس تو را باور نمی کند.

نمونه ی تصادفی 1000 نفری از زنان متاهل در شهر سنندج در جمهوری اسلامی ایران پرسشنامه ای در مورد خشونت خانگی جسمی تکمیل کردند.

از جواب دهندگان:

- 15 درصد از آنها حداقل یکبار در سال گذشته مورد حمله قرار گرفته بودند و
- 38 درصد از آنها در طول ازدواج مورد حمله قرار گرفته بودند.

ایران 2011

منابع رسمی گزارش دادند:

- 8000 مورد خشونت خانگی
- 7446 مورد کودک آزاری

اداره اورژانس اجتماعی ملی ایران، 2011

خشونت جنسیتی

- تعبیر جنسیت و سکس اغلب به طور متناوب به جای یکدیگر استفاده می شوند، اما این دو کاملاً با هم متفاوت هستند.
- سکس به تفاوت های جسمی و زیست شناختی بین مردان و زنان اشاره می کند.
- این تفاوتها بین زنان و مردان عام است.



- جنسیت به نقش های متفاوت زنان و مردان که جامعه آن را تجویز کرده اشاره می کند.

- نقش های جنسیتی وابسته به متن و سیاق جامعه است که از طریق اجتماعی شدن یاد گرفته می شوند.



- خشونت جنسیتی (جی بی وی) خشونتی است که متوجه به نقش مشخص جنسیتی یک زن یا مرد در جامعه است.
- این خشونت بر زنان و مردان تاثیر می گذارد.
- زنان و دختران به نحو نامتوازنی در مقیاس با مردان قربانی جی بی وی هستند.

خشونت جنسیتی

- خشونت جنسیتی سلسله مراتب جنسیتی را بنا و تقویت می کند و به نابرابری جنسیتی تداوم می بخشد.
- خشونت جنسیتی نقض بنیادی حقوق بشر بزرگسالان و کودکان به طور مساوی است.

خشونت جنسیتی شامل است بر :

- خشونت خانگی
- تجاوز جنسی
- قاچاق انسان
- تن فروشی اجباری
- ازدواج اجباری
- کار اجباری

نمونه خشونت جنسیتی

- تصور جنسیتی نسبت به موضوع افتخار
 - زنان به عنوان صاحبان افتخار خانواده
 - مردان به عنوان صاحبان افتخار اجتماع محلی
- مردان در جامعه باید از دختران و زنانشان محافظت کنند.

در زمانی که کشور در معرض جنگ است تجاوز به حقوق زنان و دختران دشمن، اقدام خشونت آمیز در جنگ تلقی می شود.

زنان غنایم جنگی هستند و تجاوز جنسی به سلاح جنگی تبدیل می شود.

- بوسنی – اردوگاه های تجاوز جنسی
- رواندا - تجاوز جنسی و ویروس ایدز (اچ آی وی)
- جمهوری دموکراتیک کنگو- تجاوز و قطع آلت تناسلی

فقر و خشونت جنسیتی

- خانواده های فقیر از فرط استیصال به دنبال پشتیبان می گردند.
- کودکان ممکن است به پیدا کردن کار وادار شوند .
- هم دختران و هم پسران وقتی به کار کردن مجبور شوند با خطر استثمار و خشونت جنسیتی روبه رو می شوند، به ویژه در مناطق شهری جایی که آنها برای وادار شدن به تن فروشی، ازدواج زودهنگام، قاچاق به خارج از کشور به عنوان کارگران جنسی، کارگران بومی، و کارگری در شرایط نامناسب آسیب پذیرترند.

خشونت جنسی

تجاوز:

- به عنوان رابطه جنسی بدون رضایت طرف مقابل تعریف شده است.
- اغلب گزارش داده نمی شود.
- رایج ترین نوع خشونت جنسیتی است.
- مستقیماً متوجه زنان و دختران، مردان و پسران است.
- بیشترین تابو و شرم اجتماعی را به همراه دارد.

رویدادهای صدمه آور



• تصادفات وسایل نقلیه

• جراحات بر اثر آتش سوزی

• غرق شدن

• سقوط

• جراحات برق گرفتگی

• انفجار

• مسمومیت اتفاقی

بلایای طبیعی



- زلزله
- گردباد یا توفان
- آتش سوزی جنگل
- سیل
- فعال شدن آتشفشان ها
- لغزش زمین
- سونامی

جنگ افزار مدرن

- 72 درصد همه ی کشمکش ها میان دولت متمرکز و ملت هایی با قومیت های متکثر است.
- در 70 سال گذشته به طور میانگین 80 درصد مجروحان جنگ یا کشمکش های جدی غیر نظامیان بوده اند. لوی و سیدل، 2000

اداره ی کمیسر عالی پناهندگان وابسته به سازمان ملل (یوان اچ سی آر)



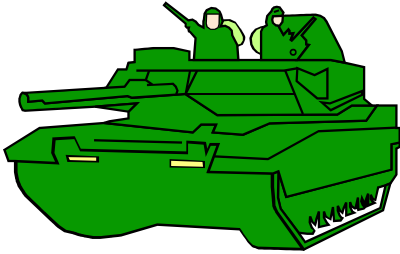
جمعیت مورد توجه شامل اند بر:

- مهاجران
- پناه جویان
- مهاجران بازگشت داده شده
- افرادی که در داخل کشور جابجا شده اند (آی دی پی)
- افرادی که پس از بازگشت به محل اولیه خود برنگشته اند.
- افراد بدون کشور

افراد مورد توجه

جهانی	ساکن در ایران
1960 - 1.6 میلیون	0
1970 - 2.5 میلیون	0
1980 - 8.5 میلیون	330,000
1990 - 17.4 میلیون	4.2 میلیون
2000 - 20.2 میلیون	1.8 میلیون
2005 - 21.0 میلیون	1.0 میلیون
2010 - 33.9 میلیون	1.8 میلیون

صدمه ناشی از جنگ



- صدمه ناشی از جنگ محصول در معرض جنگ قرار گرفتن یا مواجهه با کشمکش های داخلی است.

- آسیب ها عبارتند از: حملات مستقیم، پاکسازی قومی، کشتار خودسرانه؛ حمله غیر مستقیم از طریق هدف قرار دادن برق، آب، و دیگر ضروریات شهروندان.

- صدمه جنگی ممکن است مشکلات جسمی و روحی بلند مدت به دنبال داشته باشد.

تعریف سازمان ملل از شکنجه

هر کنشی که نتیجه ی آن درد و رنج شدید، جسمی و روانی ، با قصد و غرض و برای اهداف زیر صورت گرفته است:

- کسب اطلاعات/ اعتراف گیری

- تنبیه

- ارعاب و اجبار

- یا به هر دلیل دیگری بر اساس تبعیض

- به شرطی که از طریق یا به کمک رضایت یک مقام رسمی یا کسی که در ظرفیت یک مقام رسمی است اعمال شده باشد.

انواع شکنجه



- شکنجه جسمی
- شکنجه روانشناختی
- شکنجه جنسی
- محرومیت:

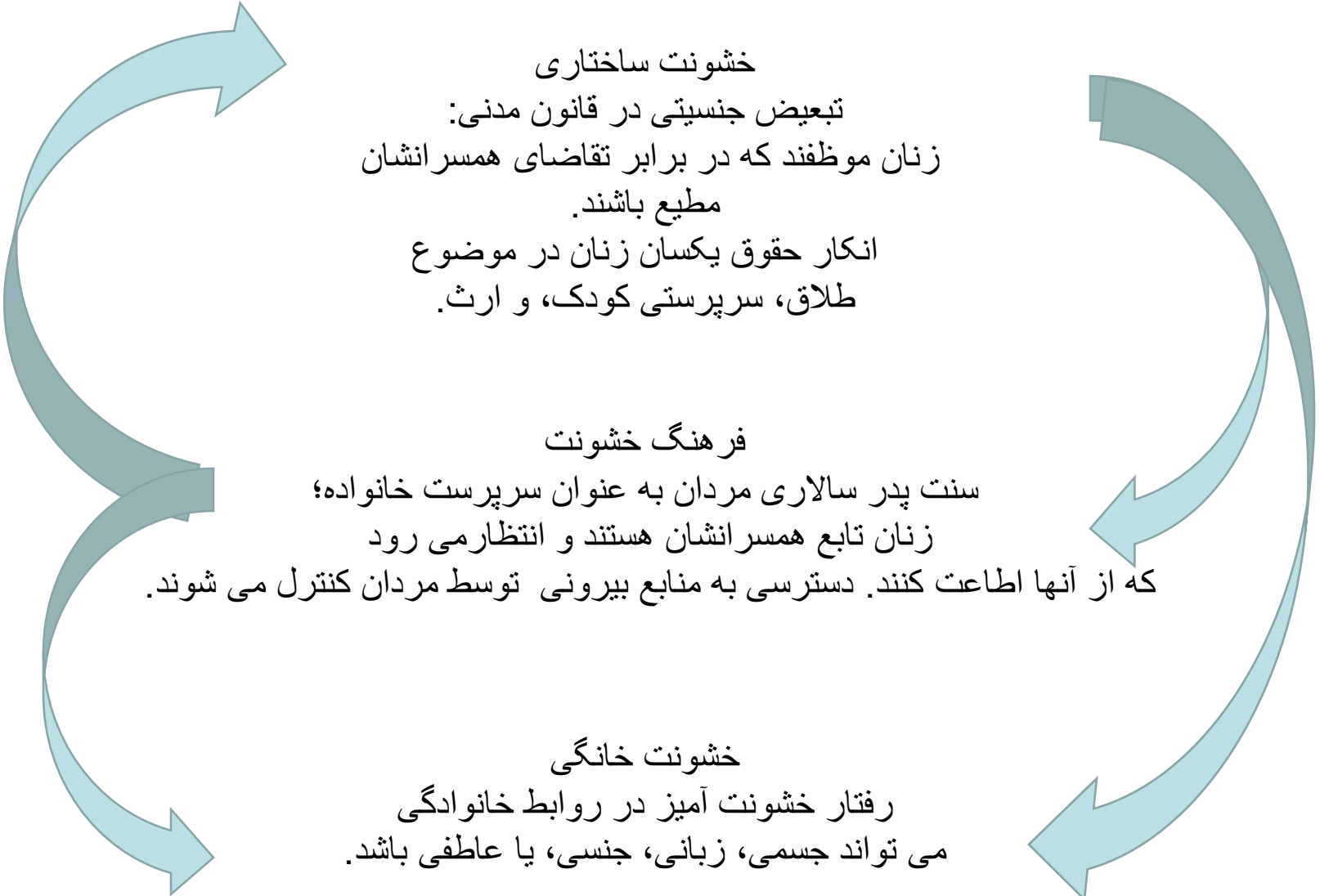
- اجتماعی
- حسی
- خواب
- نظافت
- تندرستی
- تغذیه

خشونت ساختاری

- خشونت ساختاری با مناسبات اجتماعی که افراد و اجتماع را در خطر آسیب دیدگی قرار می دهد درگیر است.
- این خشونت ساختاری است برای آنکه شرایط این خشونت بخشی جدایی ناپذیر از سازمانهای سیاسی و اقتصادی جهان اجتماعی است.
- خشونت است به این دلیل که باعث آسیب و صدمه جسمی و روانی به مردم می شود.

خشونت ساختاری

- خشونت ساختاری با ساختارهای اجتماعی-اقتصادی، سیاسی، حقوقی، مذهبی و فرهنگی درگیر است که مانع دست یابی افراد، اجتماعات محلی و جوامع به تمام ظرفیت هایشان می شود.
- خشونت ساختاری خود را در نابرابری های اجتماعی نشان می دهد. اما این خشونت به دسترسی به: منابع اولیه انسانی، قدرت سیاسی، تحصیلات، مراقبت بهداشتی، و منزلت محدود نمی شود.



خشونت ساختاری
تبعیض جنسیتی در قانون مدنی:
زنان موظفند که در برابر تقاضای همسرانشان
مطیع باشند.
انکار حقوق یکسان زنان در موضوع
طلاق، سرپرستی کودک، و ارث.

فرهنگ خشونت
سنت پدر سالاری مردان به عنوان سرپرست خانواده؛
زنان تابع همسرانشان هستند و انتظار می رود
که از آنها اطاعت کنند. دسترسی به منابع بیرونی توسط مردان کنترل می شوند.

خشونت خانگی
رفتار خشونت آمیز در روابط خانوادگی
می تواند جسمی، زبانی، جنسی، یا عاطفی باشد.