

نقش مردان در خشونت علیه زنان

پایان دادن به

تصویرگر: حبیبه محمدپور
نویسنده: ایدا جودکی

۱

همدلی شناختی را تمرین کنیم

digari.org

دیگاری

خشونت جنسی مشکلی جدی و حاد است که می تواند تأثیرات مخرب دائمی بر زندگی قربانی، اطرافیان او و جوامع مختلف بگذارد. هدف از راهکارهای پیشگیرانه، در درجه اول، جلوگیری از وقوع آن است. راه حل ها برای جلوگیری نیز بسیار پیچیده و دشوار هستند. پیشگیری از خشونت جنسی مستلزم پرداختن به همه عوامل در تمامی سطوح فردی، میان فردی و اجتماعی است.

اولین راهی که مردان می‌توانند خود را به عنوان متحدان قربانیان آزارجنسی قرار دهند، **شرکت در مکالمات چالش برانگیز** به ویژه با مردان دیگر است.

در یک محیط امن، درباره انواع گفتار و رفتارهای قابل قبول و غیر قابل قبول بحث کنید و از به چالش کشیدن فرضیه‌ای که باعث ایجاد یک محیط خطرناک برای زنان می‌شوند، نترسید.

گفتگوی آزاد کمک می‌کند تا **کلیشه‌ها و نگرش‌های آسیب‌زننده** را از بین ببرید. گفتگو نگاه شما را نسبت به مسائل بازمی‌کند و دیدگاه شما را گسترش می‌دهد. هنگام گفتگو، شما از روایت‌های متفاوت آگاه می‌شوید که در پایان بحث می‌تواند شما را به نتایج بهتری برساند.

شنیدن روایات دیگران می‌تواند شما را هرچه بیشتر از کمیت و کیفیت این مسأله آگاه کند به عنوان مثال به کلیشه‌های ذهنی دیگران، در جریان گفتگو بیشتر و بهتر پی‌می‌برید که می‌توانید برای کاهش و حذف آنها تلاش کنید.

همچنین می‌توانید راهکارهای کاربردی خود را که علیه خشونت مورد استفاده قرار می‌دهید با یکدیگر به تعامل بگذارید. برای مثال، **هنگامی که شاهد خشونت مردی علیه همسرش در محیط خانه هستید**، چه اقداماتی می‌توانید انجام دهید. بنابراین، انتقال تجربیات نیز می‌تواند کارآمد باشد.

۱ گفتگویی آزاد و صادقانه را با مردان دیگر آغاز کنید



مردان علاوه بر به چالش کشیدن **عقاید مردسالارانه**، باید تلاش کنند تا عقاید خود را هم که ممکن است **ناآگاهانه** در ایجاد خشونت نقش

داشته باشند، مورد ارزیابی و بررسی قرار دهند.

به عنوان مثال، در خانه با همسر خود

چگونه رفتار می کنند یا در مقابل فرزندان و دیگران با او چگونه صحبت می کنند.

در نگرش ها، عقاید و رفتارهای خود

پیرامون جنس و جنسیت تأمل کنید. کسانی که

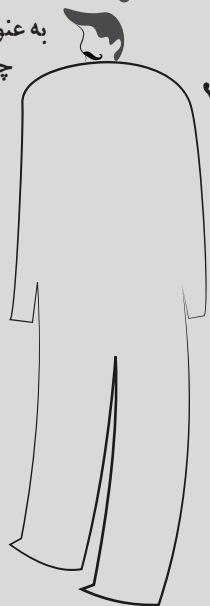
برای ارزیابی انتقادی خود، پیشقدم می شوند

ممکن است بتوانند **تعصبات ناخود آگاه** را

که راهنمای اقدامات آنها است،

شناسایی، بررسی و برطرف کنند

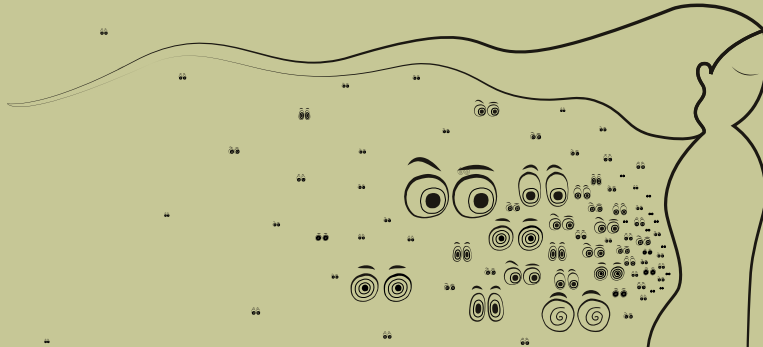
و به نوبه خود، متحدان همدل تری شوند.



۲

**عقاید خود را
بازبینی کرده و
همدلی را
گسترش دهید**

مسئولیت خود را در بروز رفتارهای آسیب زنده برعهده بگیرید

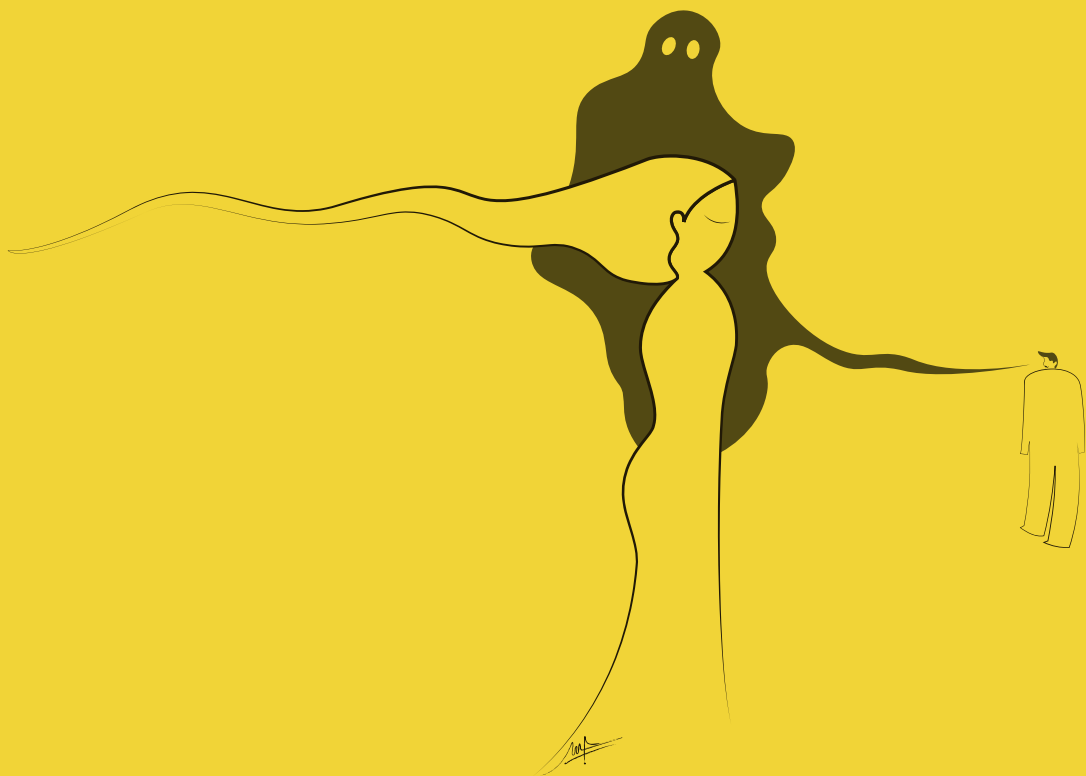


تغییر گسترده فرهنگی با افراد آغاز می شود، به این معنا که وقتی مردان در زندگی روزمره خود با رفتارهایی مواجه می شوند که باعث آزار رساندن به زنان و امنیت آنها شده، باید **واکنش** نشان دهند و به نحوی **اعتراض** کنند. در مواردی که خشونت و آزار در محیطی عمومی رخ داده، دخالت ناظران باعث شده که مسئولیت جلوگیری از آن خشونت، صرفاً برعهده قربانی نباشد بلکه جامعه بزرگتر مسئول و متعهد باشد. به یاد داشته باشید، **جلو گیری از خشونت، مسئولیتی اجتماعی است.**

تحقیقات نشان می‌دهد بسیاری از مردان در مبارزه با آزار و اذیت در محیط خصوصی می‌توانند به راحتی اقدام کنند اما از ابراز حمایت یا مداخله در محیط‌های عمومی احساس ناراحتی می‌کنند. اگرچه بسیاری از مردان نگران این هستند که نمی‌دانند چه باید بگویند، یا چگونه بگویند؛ اما آنچه که اهمیت دارد این است که آنها حرفی بزنند. قربانیان خشونت سپاسگزار خواهند بود که شما از طرف آنها اعتراض کنید. بدانید که زنان با همراهی شما می‌توانند به خشونت و تمامی ابعاد آن پایان دهند. تا شما همراه نباشید، این کار غیرممکن است. پس آگاهانه آنها را همراهی کنید تا کلیشه‌های جنسیتی و عواقب آنها را در کنار هم از بین ببریم.

۴

نقش خود را
در ایجاد یک
سیستم فراگیر
درک کنید



روش مهم دیگری که مردان به عنوان نمایندگان
تغییر، می توانند بهتر و گسترده تر عمل کنند،
همکاری با دیگرانی است که آنها نیز همین هدف را
دنبال می کنند.

گفتگوی مداوم با دوستان، اعضای خانواده و مردان
دیگر را ادامه دهید با این هدف که افراد بیشتری
برای متحد شدن با شما و این جنبش بزرگ ترغیب و
همراه شوند.

برای هر کدام از این راهکارها وقت بگذارید. از افراد
آگاه در این زمینه راهنمایی و کمک بخواهید.
تمرین کنید و آگاهانه وارد عمل شوید. درست و به
موقع **کنش داشته باشید**.

۵ با متحدان دیگر همراه شوید

