

Η ανατομία της κακοποίησης

Πάνω από όλα πρέπει να θυμόμαστε ότι αυτός που κακοποιεί είναι ένας εκπληκτικός ηθοποιός. Πάρα πολλά θύματα αναφέρουν ότι ο σύντροφός τους τον πρώτο καιρό που τον γνώρισαν ήταν ένας καλός και στοργικός άνθρωπος που στην πορεία εξελίχτηκε σε ένα «τέρας». Αυτή η μεταμόρφωση μπλέκει πολύ συχνά τα θύματα.

Πως γίνεται όμως κάτι τέτοιο? Φαίνεται ότι η προσωπικότητα του ατόμου που κακοποιεί έχει μάθει να παρουσιάζεται για αρκετά μεγάλα χρονικά διαστήματα, σε συγκεκριμένες κοινωνικές περιπτώσεις, φυσιολογικός. Για παράδειγμα τον πρώτο καιρό γνωριμίας μπορεί να είναι πολύ τρυφερός και υπομονετικός. Στην δουλειά του, ή με τους φίλους του επίσης μπορεί να εμφανίζεται εξαιρετικά συμπαθής και ανθρώπινος. Γιαυτό και όταν η κακοποίηση γίνεται γνωστή οι περισσότεροι εκπλήσσονται.

Τα άτομα αυτά δεν μπορούν να υποκρίνονται το ρόλο του φυσιολογικού μέσα σε μακροχρόνιες σχέσεις. Όσο πιο οικεία νιώθουν με τη σύντροφό τους τόσο πιο γρήγορα βγάζουν τον πραγματικό τους εαυτό. Η απότομη αλλαγή, προκαλεί μεγάλη σύγχυση στο θύμα. Το θύμα αρχίζει να βρίσκει δικαιολογίες και ελπίζει ότι η κατάσταση θα βελτιωθεί. Αυτό είναι πολύ φυσιολογικό. Όποιος είναι ερωτευμένος γνωρίζει πόσο χρειάζεται να επενδύσει την εμπιστοσύνη του, την συναισθηματική του αφοσίωση και την ανιδιοτέλειά του προκειμένου να πετύχει η σχέση. Είναι λογικό το θύμα να πιστεύει ότι και ο άλλος κάνει το ίδιο, και αυτό το οδηγεί να δέχεται τις δικαιολογίες του θύτη και τις εκλογικεύσεις της συμπεριφοράς του.

Η προσωπικότητα του θύτη χαρακτηρίζεται κυρίως από αυτό-απόρριψη, μίσος και αποστροφή για τον εαυτό. Ωστόσο, όλα αυτά είναι πολύ επίπονα για να τα δεχτεί. Τα άτομα αυτά είναι απεγνωσμένα να ενταχθούν κάπου, προσπαθούν να δικαιολογήσουν την κακή συμπεριφορά που δεν μπορούν να αποφύγουν και αρνούνται όλα τα άλλα. Η άρνησή τους είναι τόσο βαθιά και τα αρνητικά τους συναισθήματα κρυμμένα καλά καλά μέσα στην ψυχή τους. Πολλοί θύτες τρομάζουν και φοβούνται πραγματικά τα ξεσπάσματά τους, αλλά η άρνησή τους τα εμποδίζει να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματα που πραγματικά προκάλεσαν αυτή τους τη συμπεριφορά. Γιαυτό, όταν χάνουν τον έλεγχο και κακοποιούν παράλληλα, στη συνέχεια δείχνουν πραγματικά να το έχουν μετανιώσει και ζητάνε να τους συγχωρήσουν. Βέβαια είναι θέμα χρόνου να επαναληφθεί αυτός ο κύκλος. Μετά από αρκετό καιρό, ακόμα και αυτά τα συναισθήματα μετάνοιας, θάβονται και η συναισθηματική τους αντίδραση στο θύμα γίνεται πιο σκληρή και αδιάφορη. Γιαυτό και είναι εξαιρετικά σημαντικό, η θεραπεία του θύτη να αρχίσει όσο τα συναισθήματα αυτά της μετάνοιας υπάρχουν

στο συνειδητό του. Η θεραπεία γίνεται όλο και πιο δύσκολη όσο ο θύτης επιθυμεί όλο και λιγότερο να αλλάξει.

Προκειμένου να αποφύγουν αυτά που νιώθουν για τον εαυτό τους τα θύματα προβάλλουν το μίσος που νιώθουν για τους ίδιους στο θύμα τους. Όταν αυτό αρχίσει να γίνεται, αρχίζει η σχέση της κακοποίησης.

Οι περισσότεροι θύτες έχουν κακοποιηθεί σπίτι τους ή αργότερα στη ζωή τους. Όταν καλούνται να μιλήσουν για αυτό βγάζουν μεγάλο θυμό που τους φοβίζει. Ένα παιδί που έχει μεγαλώσει σε ένα περιβάλλον που βίωσε προσωπικά την κακοποίηση ή την έβλεπε να διαδραματίζεται μπροστά του σε άλλα μέλη της οικογένειάς του, νιώθει μεν πολύ άσχημα, μαθαίνει όμως αυτό που ζει να το θεωρεί φυσιολογικό. Είναι αυτό με το οποίο μεγαλώνουν και αυτό που βιώνουν ως φυσιολογικό μέσα σε μία οικογένεια. Οι βαθύτεροι φόβοι και ο θυμός που καλλιεργούνται μέσα τους δεν έχουν σχεδόν καμία διέξοδο εκτόνωσης μέσα στο σπίτι τους. Αν θυμώσουν ή δείξουν δυσαρέσκεια για την κακοποίηση, αυτό μπορεί να αυξήσει την κακοποίηση εναντίον τους. Οι φόβοι για τις επιπτώσεις που μπορεί να έχει η έκφραση των συναισθημάτων τους τα οδηγεί να θάψουν βαθιά μέσα τους τα συναισθήματά τους. Ο μόνος λοιπόν τρόπος να αντιμετωπίσουν τα συναισθήματά τους είναι να τα αρνηθούν, να τα θάψουν μέσα τους ή να τα εξωτερικεύσουν εκτός σπιτιού υιοθετώντας αντικοινωνικές συμπεριφορές.

Όταν το κακοποιημένο παιδί ενηλικιωθεί, αν δεν έχει αντιμετωπίσει τα συναισθήματα αυτά, είναι σίγουρο ότι θα τα βγάλει στην επιφάνεια μέσα στις ενήλικες σχέσεις του.

Οι ενήλικοι έχουν την τάση να αναβιώνουν αυτό που θεωρούσαν φυσιολογικό στην παιδική τους ηλικία μέσα στο σπίτι τους, μέσα από τις ενήλικες σχέσεις τους. Αν λοιπόν μεγάλωσαν μέσα σε ένα χαοτικό και γεμάτο φόβο περιβάλλον, είναι φυσιολογικό να νιώθουν κάπως ανάλογα μέσα στις σχέσεις και την οικογένεια που φτιάχνουν. Ασυνείδητα δημιουργούν σχέσεις όπου νιώθουν οικεία προς αυτούς όσο επίπονες και αν είναι. Αυτοί βιώνουν ότι αυτό είναι το φυσιολογικό.

Μερικοί θύτες είναι ψυχοπαθείς και απολαμβάνουν την αίσθηση της δύναμης που έχουν πάνω στο θύμα τους. Μπορεί να φτάσουν μέχρι και στο να σκοτώσουν το θύμα.

Άλλοι μισούν τους συντρόφους τους με την πάροδο του χρόνου όλο και περισσότερο, και αντί να φύγουν από τη σχέση, προσπαθούν να καταστρέψουν το σύντροφό τους.

Όλοι οι θύτες απολαμβάνουν την αίσθηση της δύναμης που έχουν πάνω στα θύματά τους. Συνήθως είναι εγωπαθείς, και ζουν μέσα σε ένα κόσμο που περιστρέφεται γύρω από αυτούς, όπου μόνο τα δικά τους συναισθήματα μετράνε, οι δικές τους ανάγκες και επιθυμίες είναι

σημαντικές. Όταν ο θύτης εκφράσει «αγάπη» προς το θύμα δεν είναι επειδή το αγαπάει, αλλά συνήθως επειδή θέλει κάτι από αυτό, που συνήθως φοβάται ότι δεν θα πάρει.

Μερικοί θύτες κακοποιούν τους συντρόφους τους μέσω τρίτων. Για παράδειγμα, μία γυναίκα μπορεί να βάλει κάποιον να δέρει τον σύντροφό της επειδή την απάτησε. Άλλες μορφές κακοποίησης μπορεί να περιλαμβάνουν ψευδείς κατηγορίες σε άλλα μέλη της οικογένειας ή στην αστυνομία προκειμένου να επιτεθούν ή να συλλάβουν το θύμα.

Μία άλλη μορφή κακοποίησης έχει να κάνει με την παρεμπόδιση επικοινωνίας του ενός γονέα με το παιδί τους. Σε αυτή την περίπτωση ο θύτης συνεχίζει την κακοποίηση ακόμα και μετά το τέλος της σχέσης του.

Οι ψευδείς κατηγορίες για βιασμό που μπορεί να καταστρέψει τη ζωή ενός ανθρώπου, είναι επίσης μία μορφή κακοποίησης.

Όσοι έχουν υποστεί κακοποίηση αργότερα στη ζωή τους και τα παιδικά τους χρόνια ήταν σχετικά χαρούμενα, μπορεί ασυνείδητα να έχουν στοιχεία εκδίκησης μέσα τους τα οποία εκδηλώνουν μέσα από την κακοποιητική συμπεριφορά απέναντι στο σύντροφό τους.

Η σχέση θύτη θύματος είναι μία πολύπλοκη σχέση που δεν είναι απλό να προσδιορίσουμε.

Αρχικά, όπως είπαμε και πιο πάνω, το θύμα δεν έχει ιδέα ότι ο σύντροφός του είναι κακοποιητικός. (Τα θύματα που το γνωρίζουν εξ' αρχής, μπορεί να προσπαθούν να «βοηθήσουν» το θύτη τους, κάτι που είναι πάρα πολύ επικίνδυνο για όσους δεν ξέρουν τι είναι η κακοποίηση και η προσωπικότητα του θύτη. Μη ξεχνάμε ότι ακόμα και ένας ειδικευμένος θεραπευτής μπορεί να δυσκολευτεί να βοηθήσει ένα θύτη να γίνει καλά, πόσο μάλλον κάποιος που δεν ξέρει). Στη συνέχεια η μάσκα του θύτη πέφτει και βγαίνει ο πραγματικός του εαυτός. Τα πρώτα σημάδια ότι κάτι δεν πάει καλά μπορεί να κυμαίνονται από μία ενόχληση από την πλευρά του θύματος μέχρι μία ξαφνική έκρηξη θυμού.

Εδώ να πούμε ότι η έκφραση μίας ενόχλησης ή μίας έκρηξης θυμού, δεν σημαίνει απαραίτητα ότι το άτομο αυτό απαραίτητα είναι κακοποιητής. Όλοι μας μπορεί μερικές φορές να χάσουμε τον έλεγχο και να βγούμε από τα ρούχα μας. Η συχνότητα είναι αυτή διαχωρίζει την κακοποιητική συμπεριφορά από τη φυσιολογική.

Η πιο κοινή ένδειξη ότι κάποιος ζει με έναν κακοποιητή είναι η ανάγκη του κακοποιητή να ελέγχει τα πάντα γύρω από το θύμα. Αυτή η ανάγκη για έλεγχο γίνεται όλο και πιο έντονη με την πάροδο του χρόνου. Αυτή η ανάγκη πηγάζει από δύο βασικές επιθυμίες που χαρακτηρίζουν που κακοποιεί. Η πρώτη έχει να κάνει με την επιθυμία του ατόμου να κρύβεται και η δεύτερη έχει να κάνει με την αίσθηση κατωτερότητας που νιώθει. Για

να καταλάβουμε τις δύο αυτές ανάγκες θα πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι τα άτομα που κακοποιούν είναι πολύ φοβισμένα άτομα που τρέμουν τα έντονα συναισθήματα που έχουν μέσα τους. Ο φόβος αυτός είναι που τα οδηγεί στην ανάγκη να τα θάψουν όσο πιο βαθιά γίνεται μέσα τους και μετά να τα αρνηθούν αν αυτά τους πιέζουν να βγουν προς τα έξω.

Είπαμε ότι η πρώτη επιθυμία του ατόμου που κακοποιεί έχει να κάνει με την ανάγκη του να κρύβεται. Στα πλαίσια μίας σχέσης, είναι απόλυτα φυσιολογικά και για τους δύο να εξετάσουν αναλυτικά ο ένας την προσωπικότητα του άλλου και να εκφράσει ο καθένας αυτά που νιώθει. Αυτή η εξέταση είναι που φοβίζει τον κακοποιητή, ο οποίος νιώθει να απειλείται από κάτι τέτοιο. Μην ξεχνάμε ότι ο κακοποιητής έχει περάσει όλη του τη ζωή κρύβοντας τον πραγματικό του εαυτό τόσο από τον υπόλοιπο κόσμο. Απεχθάνονται τον εαυτό του και συχνά φοβόταν με την τάση του για βία. Δεν αντέχει να χαλάσει την καλή εικόνα που θέλει να δείχνει. Η αυθόρμητη και φυσιολογική ανάγκη του συντρόφου του να μάθει ποιός είναι, μπορεί να προκαλέσει βίαιες αντιδράσεις από τη μεριά του θύτη, ο οποίος στην προσπάθειά του να εμποδίσει την έκθεση του βαθύτερου και κρυφού εαυτού του μπορεί να απειλήσει ή και να γίνει βίαιος. Από την άλλη, η ανάγκη του να εμφανίζεται φυσιολογικός, το οδηγεί να ψάξει ένα σύντροφο και να κάνει μία «φυσιολογική σχέση».

Η ανάγκη του κακοποιητή να μην νιώθει κατώτερος προέρχεται από άλλες ασυνειδητες δυναμικές.

Ο θύτης προσπαθεί να ρίξει το θύμα του στο ίδιο επίπεδο που αυτός νιώθει. Αυτό το καταφέρνει κατηγορώντας το θύμα του, προσβάλλοντάς το χωρίς να του δίνει καν τη δυνατότητα να απαντήσει. Αυτές οι προσβολές είναι συνήθως προβολές του πως ο ίδιος ο θύτης νιώθει με τον ίδιο του τον εαυτό. Για παράδειγμα αν ο θύτης ζηλεύει υπερβολικά το θύμα του τότε κατηγορεί το θύμα ότι τον ζηλεύει παθολογικά. Όποιες και αν είναι οι κατηγορίες, γίνονται με φωνές και με τέτοια μεγάλη ταχύτητα εναλλαγής της μίας κατηγορίας μετά την άλλη, που το θύμα τρομοκρατείται, μπλέκεται, θυμώνει, πονάει, και με τόσα που γίνονται ταυτόχρονα μέσα του, νιώθει τελείως ανίκανο να αντιδράσει. Κάτι σαν πνευματική και συναισθηματική παράλυση που γίνεται ξανά και ξανά που στο τέλος οδηγεί στο θύμα να καταρρεύσει μία και καλή. Σε αυτό το στάδιο ο θύτης είναι «μεθυσμένος» από την αίσθηση δύναμης που έχει πάνω στο θύμα, και αν πρόκειται να γίνει και σωματικά βίαιος γίνεται σε αυτή τη φάση.

Ο λόγος που ο θύτης δεν θέλει να δώσει στο θύμα του το χρόνο να απαντήσει είναι αφενός μεν ότι δεν ενδιαφέρεται για τις σκέψεις, τις ανησυχίες, τα συναισθήματα του θύματός του, και αφετέρου ότι ο θύτης δεν ενδιαφέρεται να κάνει διάλογο, παρά μόνο να έχει έλεγχο πάνω στο θύμα του. Ο κόσμος του θύτη περιστρέφεται γύρω από το τεράστιο «εγώ» του και όχι γύρω από το μικρό «εσύ».

Η έκταση του ελέγχου που ο θύτης μπορεί να ασκήσει πάνω στο θύμα του μπορεί να φτάσει ακόμα και στο τι φαγητό θα φάει το θύμα του, τι ρούχα βάλει, ποιον μπορεί αν βλέπει και ποιον όχι, πότε θα φύγει και πότε θα γυρίσει από το σπίτι, που θα πάει, πότε πρέπει να κοιμηθεί και πότε να ξυπνήσει, πότε μπορεί να μιλήσει, τι να πει και που, τι και που πρέπει να ξοδέψει, τι μουσική πρέπει να ακούει, κλπ.

Συχνά οι θύτες, μπορεί να προκαλέσουν μεγάλα χρέη στους συντρόφους τους. Άλλες φορές μπορεί να δυσφημίσουν το πρόσωπο του συντρόφου τους στους γνωστούς του ή στην τοπική κοινωνία με την ελπίδα ότι κανείς δεν θα ενδιαφέρεται πια για αυτούς. Να δηλητηριάσουν το θύμα. Να στείλουν απειλητικά και υβριστικά μηνύματα στο θύμα. Να καταστρέψουν κάποιο περιουσιακό στοιχείο τους θύματος, όπως για παράδειγμα το αυτοκίνητό του για να μην μπορεί να φύγει. Να απειλήσουν ότι θα αυτοκτονήσουν. Να κατηγορήσουν το θύμα ότι σεξουαλικά κακοποιούσε τα παιδιά. Να κάνει απειλητικά ή ανώνυμα τηλεφωνήματα μέσα στη νύχτα. Να κρατήσει το θύμα σπίτι παρά τη θέλησή του. Να αυξήσει τη βία. Να απειλήσει ότι θα σκοτώσει τα παιδιά αν φύγει το θύμα. Να προσπαθήσει να καταστρέψει τη φήμη του θύματος στον φίλους και συγγενείς του. Να στρέψει τα παιδιά εναντίον του. Κλπ, κλπ.

Όλες αυτές οι συμπεριφορές έχουν να κάνουν με τον έλεγχο και την επικράτηση του θύτη πάνω στο θύμα. Όλες αυτές είναι αρνητικές και καταστροφικές συμπεριφορές.

Σε κανένα δεν αρέσει να είναι θύμα. Η καλύτερη συμβουλή που έχουμε πάντα να δώσουμε είναι «φύγε από τη σχέση όσο πιο γρήγορα μπορείς». Μέχρις ότου κάποιος φύγει από τη σχέση και ξεπεράσει τις συνέπειες της κακοποίησης (που με την κατάλληλη βοήθεια σχεδόν πάντα καταφέρνει) εξακολουθεί να είναι θύμα. Όταν κάποιος ξεπεράσει τη σχέση και τις συνέπειες της κακοποίησης είναι επιζών. Η μετάβαση από το ρόλο του θύματος στο ρόλο του επιζώντος εξαρτάται από το ίδιο το άτομο, την ποιότητα της βοήθειας που θα λάβει και την έκταση που έχει πάρει η κακοποίηση.

Αν θες να περιορίσεις το χρόνο που θα χρειαστείς για να συνέλθεις από την κακοποίηση, εγκατέλειψε τον κακοποιητή σου όσο πιο σύντομα μπορείς.