



مواجهه با خشونت از منظر دین و روان‌شناسی

یادداشت

دکتر عباس آینه‌چی

پژوهشگر مقیم مرکز تحقیقات زن و خانواده

دینی و روان‌شناختی را وامی‌کاریم. از آنجا که دو مفهوم خشم و خشونت در ارتباطی ناگسستگی با یکدیگر هستند، ابتدا به بحث پیرامون خشم و سپس به تبیین خشونت و راهکارهای مواجهه با آن خواهیم پرداخت.

۱. هیجان خشم

خشم^۱ یکی از هیجان‌های نیرومند فطری است که از سال‌های اولیه تحول کودک بروز می‌کند. انواع مختلفی از هیجان‌ها از جمله ترس، نفرت، غم، شادی در انسان‌ها قابل مشاهده است. سلامت روانی و عقلانی انسان تا حدودی به سلامت هیجانی وی وابسته است. وضعیت هیجانی می‌تواند نوع قضاوت‌های فرد در مورد رفتارهای خود و دیگران و نیز چگونگی برخورد‌های اجتماعی را تحت تأثیر قرار دهد. جلوه‌های هیجانی نقش‌های متفاوتی ایفا می‌کنند، از جمله اینکه به عنوان وسیله‌ای برای برقراری ارتباط با دیگران به کار می‌روند و فرد می‌تواند از طریق آن‌ها اطلاعاتی را در مورد احساسات، نیازها و امیال

خشونت^۲ فارغ از توسعه مفهومی دهه‌های اخیر و بر اساس وجه مشترک تعاریف، از جمله تعریف انجمن روان‌شناسی آمریکا^۳ و فرهنگ لغت وبستر^۴ عبارت است از ابراز خصومت و خشم با قصد آسیب‌رساندن و خسارت وارد کردن به مردم و یا اموال با استفاده از نیروی فیزیکی. اگرچه در دهه‌های اخیر تلاش زیادی برای جنسیتی کردن این مفهوم نیز شده است،^۵ اما همان‌طور که از این تعاریف آشکار می‌شود، این مفهوم، مفهومی غیرجنسیتی است. از این‌رو در این نوشتار با رویکرد جنسیت‌زدایی از این مفهوم، شیوه مواجهه با خشونت از منظر

خود به دیگران منتقل کند. از سوی دیگر، پیام‌های هیجانی دیگران را بخواند و بازشناسی کند. بنابراین ایجاد و بازشناسی هیجان‌ها شیوه‌های مهمی برای تنظیم مبادلات اجتماعی هستند (مصباح، ۱۳۷۴، ص ۴۲۹ و ۴۳۰).

خشم به عنوان یکی از هیجان‌های مؤثر در روابط اجتماعی که غالباً خشونت و پرخاشگری را به دنبال دارد، در متون دینی مورد تأکید قرار گرفته و همواره مورد بحث و بررسی اندیشمندان مسلمان بوده است. علامه طباطبایی (۱۳۹۴، ج ۱، ص ۳۷۱) در معرفی غضب به عنوان قوه‌ای از قوای انسان، معتقد است افعالی مانند دفاع انسان از جان، مال و امثال آن، که به منظور دفع ضرر انجام می‌شود، از قوه غضب نشأت می‌گیرد. خداوند حکیم هیجان خشم، این نیروی غریزی فعال‌ساز را برای حفاظت انسان از خود در برابر خطرات و تهدیدها قرار داده است تا از حیات و بقای انسان محافظت کند.

۱.۱. دو منبع فعال‌ساز رفتار

اساسی‌ترین احساساتی که انسان تجربه می‌کند شامل انگیزه‌هایی مانند گرسنگی و میل جنسی و هیجان‌هایی مانند شادی و خشم است. انگیزش^۶ و هیجان^۷ رابطه تنگاتنگی با هم دارند. هیجان مانند انگیزه می‌تواند رفتار را فعال ساخته و هدایت کند. یکی از وجوه تمایز انگیزه و هیجان این است که هیجان توسط محرک بیرونی فراخوانده می‌شود و جلوه‌های هیجانی نیز معطوف همان رویداد است، در حالی که انگیزه منشأ درونی دارد. وجه تمایز دیگر این است که محرک‌های زیادی می‌توانند هیجان را برانگیزند، در حالی که انگیزه توسط نیاز خاصی برانگیخته می‌شود (اتکینسون^۸ و همکاران، ۱۳۸۴). توجه به نیروهای فعال‌ساز رفتار انسان و اعتدال‌بخشی به آن‌ها یکی از وظایف مهم تربیتی است که بر دوش حاکمیت دینی و کنشگران عرصه‌های مختلف اجتماعی، فرهنگی و تربیتی قرار دارد.

۱.۲. اعتدال‌بخشی به هیجانات

اسلام وجود خشم و غضب در انسان را به رسمیت شناخته و درصدد اعتدال‌بخشی به آن برآمده است. این غریزه یکی از غرایز ضروری در انسان است؛ زیرا بدون آن انسان در مقابل خطرهای خلع سلاح می‌شود و در معرض نابودی قرار می‌گیرد. خشم و خشونت از یک سو، و رحمت و کرامت انسانی از سوی دیگر به موازات یکدیگر مورد تأکید اسلام است. تأکید بر یکی از دو جنبه خشونت و رحمت و برجسته‌ساختن یکی و نادیده‌گرفتن دیگری، کج‌فهمی است. تعالیم قرآنی این دو جنبه شدت و رحمت را در کنار یکدیگر قرار داده و به‌کارگیری هر کدام در جای مناسب را از ویژگی‌های مؤمنان برمی‌شمرد.^۹ آموزه‌های اسلامی از یک سو، انسان را تحریک می‌کند که از این نیرو استفاده کند و با اعمال خشونت از حق خویش دفاع کند،^{۱۰} از سوی دیگر انسان را از رهاکردن این نیرو و اعمال پرخاشگرانه افراطی برحذر می‌دارد.^{۱۱} آموزه‌های اسلامی ضمن تأکید بر ابراز خشونت و زنده نگه‌داشتن نیروی خشم و غضب در انسان، بر ارزش‌های مثبت و فضائل اخلاقی همچون حلم، کظم غیظ، عفو و بخشش نیز تأکید می‌ورزد. این فضائل اخلاقی در سیره بزرگان دین اسلام به وضوح قابل مشاهده است. علامه طباطبایی (۱۳۹۴، ج ۴، ص ۲۴) روایتی از الدرالمثور به نقل از بیهقی آورده است که روزی کنیزی به دست‌های امام سجاده (ع) آب می‌ریخت. ناگهان ظرف از دستش افتاد و صورت آن حضرت را مجروح کرد. حضرت سر بلند کرد و به او نگریست. کنیز گفت: خدای تعالی می‌فرماید: والکاظمین الغیظ. حضرت فرمود: خشم خود را فرو بردم. کنیز گفت: والعافین عن الناس. حضرت فرمود: خدا از تو بگذرد و تو را ببخشد. کنیز گفت: والله یحب المحسنین. حضرت فرمود: تو را در راه خدا آزاد کردم.^{۱۲}

علامه طباطبایی (۱۳۹۴، ج ۱، ص ۳۷۲) در تبیین اصول فضایل اخلاقی، به ضرورت پرهیز از افراط و تفریط در هر یک از قوای سه‌گانه نفس انسان از جمله غضب اشاره می‌کند. افراط در نیروی غضب، رذیله‌ای به نام تهور و بی‌باکی و تفریط و کوتاهی در آن، رذیله دیگری به نام جبن و بزدلی تولید می‌کند. اعتدال در این نیرو یعنی انسان متناسب با شرایط و موقعیت غضب کند و یا حلم بورزد؛ که در این صورت، فضیلتی به نام شجاعت می‌شود. آموزه‌های قرآنی انسان را به سمت اعتدال سوق می‌دهند. از این رو، در جایی که انسان را به سمت قصاص هدایت می‌کند، به او تذکر می‌دهد که مراقب افراط و تفریط باشد. در روایات نیز همین جهت‌گیری مشاهده می‌شود. به عنوان مثال امام صادق (ع) در روایتی فرمودند: مؤمن چون خشمگین شود، خشمش او را از حق بیرون نبرد و چون خشنود شود، خشنودش او را به باطل نکشاند و چون قدرت یابد، بیش از حق خود نگیرد (مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۷۸، ص ۲۰۹). امام صادق (ع) در روایت دیگری سه خصلت برای مرد در اداره خانه و خانواده‌اش معرفی می‌کند: خوش‌رفتاری،

آموزه‌های اسلامی از یک سو، انسان را تحریک می‌کند که از این نیرو استفاده کند و با اعمال خشونت از حق خویش دفاع کند، از سوی دیگر انسان را از رهاکردن این نیرو و اعمال پرخاشگرانه افراطی برحذر می‌دارد.

گشاده‌دستی سنجیده و غیرت برای ناموس‌داری (محمدی ری‌شهری، ۱۳۹۲، ص ۲۰۲). از آیات و روایات می‌توان نتیجه گرفت که خشم و ابراز خشونت قابل پذیرش است اما افراد باید در جهت مدیریت این هیجان نیرومند تلاش کنند تا از آسیب‌های هیجان‌های شدید و کنترل‌نشده مصون بمانند.

۱.۳. مؤلفه‌های هیجان شدید

هر هیجان شدید ترکیبی از ۶ مؤلفه تجربه ذهنی هیجان، واکنش جسمانی، شناخت درباره هیجان و موقعیت‌های مرتبط با آن، جلوه‌های چهره، واکنش به هیجان، و گرایش به اعمال معین است که این مؤلفه‌ها دارای اثر متقابل بر یکدیگر هستند (اتکینسون و همکاران، ۱۳۸۴). یکی از واکنش‌ها به هیجان خشم، پرخاشگری^{۱۳} است. پژوهش کاترین و ترکات^{۱۴} (۲۰۱۰) نشان می‌دهد مدیریت خشم ضعیف چه در زنان و چه در مردان پیش‌بینی‌کننده مهمی در مشاهده و ارتکاب به پرخاشگری است.

۲. پرخاشگری

بحث پیرامون پرخاشگری در روان‌شناسی دامنه وسیعی دارد. ادبیات نظری و پژوهشی فراوانی در توصیف، تبیین، پیش‌بینی و کنترل این پدیده وجود دارد. ما در ادامه بحث، ابتدا دو نظریه روان‌تحلیل‌گری و یادگیری اجتماعی در تبیین پرخاشگری را مطرح خواهیم کرد و سپس به ارائه یافته‌های پژوهشی پیرامون مواجهه با خشونت خواهیم پرداخت.

۲.۱. پرخاشگری، سائق غریزی

در نظریه روان‌تحلیل‌گری فروید بسیاری از اعمال انسان توسط غریزه‌ها برانگیخته می‌شوند. اگر در تجلی غرایز مانعی پیش آید، سائق پرخاشگری سر برمی‌آورد. این فرضیه ناکامی - پرخاشگری گسترش پیدا کرد و ادعا کرد که هرگاه کسی در تلاش برای دستیابی به هدفی ناکام بماند، سائق پرخاشگری فعال می‌شود و این نیز به نوبه خود رفتاری را برای صدمه‌زدن به فرد یا شیء منبع ناکامی برمی‌انگیزد (دالبرد^{۱۵} و همکاران، ۱۹۳۹؛ به نقل از اتکینسون و همکاران، ۱۳۸۴). در این دیدگاه دو نکته مهم مطرح شده است: یکی اینکه علت پرخاشگری معمولاً ناکامی است و دیگر آنکه پرخاشگری از ویژگی‌های سائق برخورداری است؛ یعنی نیرویی است که تا رسیدن به هدف، پایدار می‌ماند و نیز واکنشی فطری است.

۲.۲. پرخاشگری، پاسخ آموخته‌شده

نظریه یادگیری اجتماعی بر کنش متقابل بین فردی انسان توجه دارد. برخی از رفتارهای اجتماعی به پیامدهای

مطلوب منجر شده و تقویت می‌شوند، در حالی که برخی دیگر ممکن است پیامدهای نامطلوبی داشته باشند. انسان از طریق فرایند تقویت افتراقی، موفق‌ترین الگوی رفتاری را برمی‌گزیند. در نظریه یادگیری اجتماعی بر فرایندهای شناختی تأکید می‌شود. از آنجا که انسان‌ها می‌توانند موقعیت‌ها را در ذهن خود مجسم کنند، در نتیجه قادرند پیامدها را پیش‌بینی کرده و رفتارشان را مطابق آن تنظیم کنند. در این نظریه، یادگیری جانشینی^{۱۶} یا یادگیری از طریق مشاهده مورد تأکید است. بسیاری از الگوهای رفتاری از راه مشاهده رفتار دیگران و مشاهده پیامدهای چنین رفتاری آموخته می‌شوند. نظریه‌پردازان یادگیری اجتماعی به نقش سرمشق‌ها^{۱۷} در انتقال رفتارها و پاسخ‌های هیجانی تأکید می‌ورزند.

۳. مواجهه با خشونت

با مراجعه و تأمل در منابع اسلامی به روشنی می‌یابیم که تلاش گسترده‌ای برای ارائه بازخوردها و تشکیل نگرش‌های صحیح در مورد خشم و آثار مثبت مهار پرخاشگری و پیامدهای منفی عدم مهار آن و همچنین راهکارهایی برای اعتدال‌بخشی به این نیروی غریزی وجود دارد. در ادبیات پژوهشی در این زمینه نیز شیوه‌های گوناگونی برای مواجهه با خشونت یافت می‌شود که ما به برخی از آن‌ها اشاره خواهیم کرد.

۳.۱. آموزش مدیریت خشم

آموزش مدیریت و کنترل خشم به عنوان یکی از راه‌های مواجهه با خشونت مورد تأکید متون دینی است. به عنوان مثال، در تفسیر عیاشی از اصبح بن نباته روایت شده است که "من از امیرالمؤمنین (ع) شنیدم که فرمود: بسیار می‌شود که بعضی از شما درباره کسی و یا چیزی باید خرسندی و رضایت به خرج دهد، لیکن خشمگین می‌شود تا جایی که مستوجب آتش دوزخ می‌شود."

علامه طباطبایی می‌گوید معنای این عبارت این است که انسان گاهی دچار خشمی می‌شود که بعد از آن، روی خشنودی را نمی‌بیند تا داخل آتش گردد. بر اساس روایت امام علی (ع) هر شخص آن‌گاه که دچار خشم شد، اگر ایستاده است، فوراً بنشیند که همین نشستن روی زمین پلیدی شیطان را از بین می‌برد.^{۱۸} چرا که آن حالت خشم، اگر از نفس و نه از ناحیه خدا (و به خاطر خدا) سرچشمه بگیرد، قهراً پیدایش خشم مستند به هوای نفس خواهد بود و در حقیقت شیطان، انسان را به سوی اسباب وهمی و خیالی می‌کشانند. در چنین وضعی اگر تغییر حالتی به خود بدهد؛ مثلاً اگر در حال قیام است بنشیند، نفس خویش را از آن موقعیت خارج کرده که ممکن است نفس هم از آن اسباب

وهمی به سوی سبب جدید واقعی متوجه شود. در نتیجه از آن عواملی که موجب خشم او بودند، غفلت کند؛ چون علاقه نفس انسان به رحمت، به حسب فطرت، بیش از غضب است و به همین جهت است که می‌بینیم در بعضی از روایات آمده تغییر حالت در حال غضب، منحصر به نشستن نیست بلکه هر تغییری که ممکن باشد، کافی است (طباطبایی، ۱۳۹۴، ج ۴، ص ۱۴۹).

بدنه پژوهش نشان می‌دهد که آموزش مدیریت خشم تأثیر مثبتی بر اعتدال‌بخشی به این هیجان نیرومند و افزایش خودکنترلی دارد. بقایی و خلعتبری (۱۳۸۹) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که برنامه آموزش مدیریت خشم، مهارت خودنظم‌دهی خشم را تقویت کرده و تکانش‌گری را کنترل می‌کند. شکوهی و همکاران (۱۳۸۹) نیز معتقدند آموزش مدیریت خشم، شدت خشم را در موقعیت‌های فراخوان خشم به طور معناداری کاهش می‌دهد و در مهار خشم درونی افراد مؤثر است. آموزش مدیریت خشم، نوعی رویکرد رفتاردرمانی‌شناختی است که با هدف ایجاد تغییر در شناخت و رفتار افراد انجام می‌شود (استرن^{۱۶}، ۱۹۹۹). این رویکرد مؤلفه‌های تأثیرگذار در روابط میان‌فردی را دربرمی‌گیرد. تأکید همه مداخلات مدیریت خشم بر تعدیل شدت، طول مدت و فراوانی ابراز خشم و افزایش پاسخ‌های غیرپرخاشگرانه در روابط بین‌فردی است (ماین و امبروز، ۱۹۹۹؛ به نقل از فیندلر و ویزنر^{۲۰}، ۲۰۰۶). بیشتر تحقیقات انجام‌شده در زمینه مدیریت خشم، مبتنی بر نظریه خشم نواکو (۱۹۹۴) است. از این نظریه در سه دهه اخیر به طور چشمگیری برای درک و درمان خشم و پرخاشگری استفاده شد (لیندسی^{۲۱} و همکاران، ۲۰۰۴). نواکو (۱۹۹۴) برای تحلیل نظریه خود از مدل شناختی بهره گرفت که در واقع روش افراد برای ارزیابی موقعیت و تعیین میزان تهدیدآمیز بودن آن را شرح می‌دهد. افراد با توجه به برانگیختگی شخصی، افکار خود و مقاصد طرف مقابل را در هر موقعیت ویژه تجزیه و تحلیل می‌کنند و متناسب با سطح تهدیدی که به نظرشان می‌رسد، واکنش خشم یا پرخاشگری از خود نشان می‌دهند. پژوهش تفرشی و همکاران (۱۳۹۲) نشان داد که آموزش مهارت‌های مدیریت خشم می‌تواند خشونت را در زنان خانه‌دار به طور معنادار کاهش داده و رضایت زناشویی آنان را افزایش دهد.

۳.۲. آموزش مهارت‌های زندگی

آموزش مهارت‌های زندگی مجموعه گسترده‌ای از مهارت‌ها از جمله مهارت‌های ارتباط کلامی و غیرکلامی، حل مسئله، حل تعارض و... را در برمی‌گیرد. پژوهش‌های فراوان نشان می‌دهند که آموزش مهارت در روابط بین‌فردی می‌تواند به طور معناداری خشم و خشونت در روابط را کاهش دهد. در متون دینی نیز آموزش مهارت‌های ارتباطی به عنوان یکی از روش‌های مواجهه با خشونت مشاهده می‌شود. به عنوان

مثال از امام صادق(ع) از پدرش(ع) نقل شده که در محضر پدر سخن از غضب به میان آمد؛ امام(ع) فرمود: هرگاه فردی بر یکی از ارحام خود خشم گرفت، به او نزدیک شود و سعی کند دستش به بدن او تماس پیدا کند، چون انسان هرگاه رحم خود را لمس کند، آرامش می‌یابد (طباطبایی، ۱۳۹۴، ج ۴، ص ۱۴۹).

پژوهش فولکر^{۲۳} و همکاران (۲۰۰۵) نشان می‌دهد همسرانی که در زمینه مهارت‌های ارتباطی دچار مشکلاتی هستند و درگیر الگوهای ارتباطی بی‌حاصل می‌شوند، دچار اختلافات و ناسازگاری‌های زناشویی می‌شوند. اگر زوجین به طور مناسب مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض را کسب نکنند، تعارضات به طور کلامی و سپس به طور رفتاری تداوم می‌یابد و تخریب تدریجی در سازگاری زناشویی آغاز می‌شود (داگلاس^{۲۴} و همکاران، ۱۹۹۵). انصاری و همکاران (۱۳۹۶) نشان می‌دهند استفاده از مهارت‌های ارتباطی، تنش‌ها و مشاجره بین زوجین را می‌کاهد. مهارت کلامی عمده‌ترین و مؤثرترین روش در برقراری و مدیریت ارتباطات است. تقویت مهارت‌های ارتباطی زنان می‌تواند به کاهش خشونت، به ویژه خشونت فیزیکی علیه آنان منجر شود.

۳.۳. مدیریت رسانه

پیشوایان اسلام برای آموزش افراد فقط به گفتار اکتفا نمی‌کردند، بلکه روش مشاهده عملکرد خود را به مسلمین توصیه می‌کردند (نجاتی، ۱۴۰۹، ص ۱۶۱). آموزش سمعی و بصری در برخی روایات منعکس شده است؛ به عنوان مثال، پیامبر اکرم(ص) برای آموزش "صراط مستقیم" خطی مستقیم رسم کرده، آن را راه حق نامید و سپس خطوط انحراف از راه حق را به طرف راست و چپ کشید و فرمود: این راه انحراف است که از حق منحرف شده است (فیض کاشانی، ۱۳۳۹، ج ۵، ص ۵۶). بنابراین ظرفیت آموزش سمعی و بصری، ظرفیتی است که می‌توان در جهت آموزش پرخاشگری و یا آموزش مدیریت خشم و خشونت از آن استفاده کرد.

امیری و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهش خود گزارش کردند که تلویزیون در راستای مدیریت خشونت افراد جامعه ظرفیت ایفای سه کارکرد شکوفایی عقلانیت انتقادی، آموزش پرخاشگری حق‌مدار و مهارت‌آموزی غلبه بر خشونت و همچنین پنج کژکارکرد نهادینه‌سازی خشونت در نگرش و رفتار افراد جامعه، ترویج چارچوب‌های متعصبانه شخصی و قومی، ترویج خشونت به مثابه ابزار تفریح، انتقال ضارزش‌های مرتبط با خشونت و ایجاد ادراک فقدان عدالت در جامعه و ترویج خشونت به مثابه ابزاری جهت غلبه بر این ادراک را دارد. پارک و اسلاپی^{۲۴} (۱۹۸۳) نشان دادند که ارتباط معناداری بین تجربه کودکان از تماشای خشونت در تلویزیون و پذیرش انفعالی پرخاشگری که از بازیگران سر می‌زند وجود دارد. فاضل (۱۳۸۷) نیز فرایندهای واسط در حد فاصل تماشای خشونت و رفتار را مورد بررسی



بازی یکی از تکنیک‌های مهم در تقویت مهارت‌های حرکتی و توسعه دایره شناخت و به‌طور کلی شکل‌گیری و رشد اجتماعی و شخصیت است. این امر در سیره عملی پیشوایان بزرگ دین و سخنان آنان که آزادی کودک برای بازی را ترغیب می‌فرمایند و با مواردی که بر آموزش فعالیت‌های ورزشی به کودک سفارش می‌کنند، نهفته است. آنچه در عصر نوین ظهور پیدا کرده است، استفاده ابزاری از این پدیده تأثیرگذار در جسم و روان انسان با اهداف و اغراض سیاسی، فرهنگی و اجتماعی گوناگون است.



قرار داد. تحلیل محتوا نشان می‌دهد انبوهی از برنامه‌های با محتوای خشن در تلویزیون نمایش داده می‌شود. آمارها حاکی از این است که یک کودک تا سن ۱۲ سالگی ۱۰۱۰۰ صحنه خشن از جمله ۱۳۴۰ صحنه مرگ را از تلویزیون تماشا می‌کند. تیلور^{۲۵} و همکاران (۲۰۰۶) معتقدند رسانه‌ها با محتوای برنامه‌های خشونت‌آمیز سبب شکل‌گیری و تشدید رفتارهای پرخاشگرانه و خشونت‌زا می‌شوند. قرارگرفتن در معرض رسانه‌های با محتوای خشونت‌زا سبب مشکلات میان‌فردی و پذیرش رفتارهای ضداجتماعی خواهد شد (اندرسون^{۲۶} و همکاران، ۲۰۰۳).

۳.۴. مدیریت بازی رایانه‌ای

بازی یکی از تکنیک‌های مهم در تقویت مهارت‌های حرکتی و توسعه دایره شناخت و به‌طور کلی شکل‌گیری و رشد اجتماعی و شخصیت است. این امر در سیره عملی پیشوایان بزرگ دین^{۲۷} و سخنان آنان که آزادی کودک برای بازی را ترغیب می‌فرمایند^{۲۸} و مواردی که بر آموزش فعالیت‌های ورزشی به کودک سفارش می‌کنند،^{۲۹} نهفته است. آنچه در عصر نوین ظهور پیدا کرده است، استفاده ابزاری از این پدیده تأثیرگذار در جسم و روان انسان با اهداف و اغراض سیاسی، فرهنگی و اجتماعی گوناگون است.

اندرسون (۲۰۰۹) در پژوهش خود نشان داد که بازی‌های رایانه‌ای ورزشی خشونت‌زا، سبب شکل‌گیری شناخت پرخاشگرانه، نگرش پرخاشگرانه و رفتار پرخاشگرانه در افراد خواهند شد. شجاعی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که آموزش سواد رسانه‌ای می‌تواند میزان پرخاشگری کاربران بازی‌های رایانه‌ای خشن را کاهش دهد

و گنجاندن مبانی سواد رسانه‌ای در متون درسی و تولید و پخش برنامه‌های پیشگیرانه در این زمینه ضرورت دارد. استرابرگر^{۳۰} و همکاران (۲۰۰۲) نشان دادند خشونت رسانه‌ای از طرق گوناگون مانند بروز و افزایش رفتار غیراجتماعی و تهاجمی، ترس از قربانی‌شدن، کاهش حساسیت در برابر اعمال خشونت‌بار و قربانیان خشونت و تمایل بیشتر به انجام اعمال خشونت‌بار در دنیای حقیقی بر کودکان و نوجوانان تأثیر می‌گذارد. بنا به اعتقاد دی گاتانو و بندر (۱۹۹۶) بازی‌های ویدئویی و اینترنتی خشونت‌آمیز پیام‌های کاذب و همراه‌کننده ذیل را به بازیگران القاء می‌کنند:

- مشکلات می‌تواند به سرعت و با سرمایه شخصی اندک رفع شود.
- بهترین راه برای حل مشکلات حذف منبع و علت مشکل است.
- مشکلات درست یا غلط، سیاه یا سفید (نحس یا خوش یمن) هستند.
- غرق‌شدن در قانون بازی ویدئویی نشأت گرفته از واقعیت
- بهره‌جستن از رفتارهای غریزی به جای رفتارهای متفکرانه و مسئولیت‌دار در قبال واکنش به مشکلات
- ذهنیت و تصور شخصی، مهارت مهمی برای حل مشکل نیست.

شجاعی و همکاران (۱۳۹۵) نتیجه گرفتند از بهترین روش‌های مقابله با خشونت در بازی‌های رایانه‌ای، مجهز کردن کودکان و نوجوانان به سواد رسانه‌ای است. داشتن علم و دانشی که به افراد کمک کند تا بتوانند در کنار بهره‌برداری آگاهانه و فعالانه از این رسانه‌ها، در مقابل چالش‌ها و پیامدهای مخرب آن‌ها از جمله خشونت، خود را حفظ کنند، بسیار ضروری است.

۳.۵. تقویت دینداری

یعقوبی‌دوست و عنایت (۱۳۹۲) نشان دادند بعد اعتقادی و عاطفی دینداری با خشونت همبستگی منفی معنی‌دار دارد، ولی بین بعد مناسکی و پیامدی دینداری با خشونت رابطه معناداری وجود ندارد. در روایتی از پیامبر(ص) نقل شده است: "کامل‌ترین مؤمنان از نظر ایمان کسی است که خوش‌اخلاق‌تر باشد و بهترین شما کسی است که اخلاق او با همسرش بهتر باشد" (محمدی‌ری‌شهری، ۱۳۹۲، ص ۲۱۱). از پیامبر(ص) سؤال شد کدام مؤمن ایمانش کامل‌تر است؟ حضرت فرمود: "آن کسی که با خانواده‌اش خوش‌اخلاق‌تر باشد."

۳.۶. مواجهه حقوقی

یکی از روش‌های مواجهه با خشونت، مواجهه حقوقی است. نقش حاکمیت در برخورد و مهار خشونت از یک سو و حمایت از آسیب‌های جسمانی و روانی ناشی از خشونت در

افراد خشونت‌دیده از سوی دیگر همواره مورد سؤال و بحث اندیشمندان بوده است. آیا واکنش حاکمیت نسبت به خشونت صرفاً جرم‌انگاری خشونت و کیفر بزه‌کار است یا فراتر از آن باید درصدد پیشگیری از خشونت و کاهش آن در سطح جامعه باشد؟

دو گرایش عمده یعنی سزاگرایی و فایده‌گرایی در مواجهه با خشونت که اولی گذشته‌نگر بوده و واکنش کیفری سنتی است و دومی آینده‌نگر بوده و عدالت ترمیمی است، همواره مورد توجه اندیشمندان و بررسی انتقادی متفکران بوده است. سزاگرایی که توسط کانت مطرح شد، معتقد است فرد بدان جهت که مرتکب جرم شده است، مستحق کیفر است. از این‌رو، مبنای کیفر استحقاق مجرم است. هارت (۱۹۶۸)، به نقل از شیروی و یکرنگی، (۱۳۹۰) در کتاب "کیفر و مسئولیت" سه امر زیربنایی سزاگرایی را برمی‌شمارد: ۱. فرد زمانی کیفر می‌شود که عمل نادرستی را انجام داده باشد، ۲. کیفر باید برابر یا متناسب با شرارت جرم باشد، ۳. توجیه کیفر آن است که درد اعمال‌شده، برای کار بد اخلاقی که عامداً انجام شده به خودی خود عادلانه یا اخلاقاً خوب است. بنابراین سزاگرایان به نادرستی عمل و استحقاق فرد به تحمل کیفر برای ارتکاب عامدانه آن توجه دارند؛ فارغ از اینکه آیا کیفر تحمیلی فایده و نتیجه‌ای را در آینده دربرخواهد داشت یا خیر؟

با توجه به بستر تاریخی می‌توان گفت نظریه سزاگرایی زمانی توسط کانت و هارت مطرح شده است که جوامع حالت مکانیکی داشتند و جرم علیه یک فرد، جرم علیه وجدان عمومی جامعه تلقی می‌شد و واکنش جامعه، همه افراد را آرام می‌کرد. اما امروزه با گذار به جامعه ارگانیک و تشکیل جوامع دموکراتیک، فردیت بیش از جمع اهمیت یافته و کیفر نه فقط برای آرام کردن وجدان جمعی که برای مصالحه بین اقلشار مختلفی است که در جامعه در کنار یکدیگر زندگی می‌کنند؛ از این‌رو، امروزه جنبه اصلاحی کیفر نیز مانند جنبه سزادهی آن مورد توجه قرار می‌گیرد. فایده‌گرایان با رویکرد آینده‌نگر به نتایج حاصل از کیفر توجه خاص دارند. از نظر این گروه، تنها زمانی و نوعی از اعمال کیفر موجه است که نتایج مفید چون بازدارندگی مجرم و دیگران از ارتکاب جرم و یا ناتوان‌سازی مجرم از ارتکاب جرم را به‌بار آورد. نظریه کیفری فایده‌گرایی یکی از نظریه‌های بانفوذ دو قرن اخیر در حوزه مجازات بوده است که ریشه در اخلاق فایده‌گرایی دارد. مقصود فایده‌گرایان از فایده یا نفع، همچون اگوئیسم‌ها فایده شخصی نیست؛ بلکه منظور بیشترین فایده برای بیشترین افراد متأثر از آن عمل است (شیروی و یکرنگی، ۱۳۹۰). عدالت ترمیمی از گفتمان یک سویه عدالت کیفری سنتی با مجرم خارج می‌شود و بزه‌دیدگان و جامعه محلی را نیز در این امر مداخله می‌دهد. در رویکرد عدالت ترمیمی مثلث بزه‌کار، بزه‌دیده و جامعه محلی در فرآیند مشارکت داده می‌شوند (زهر، ۱۳۸۳).

حال فارغ از مبانی فلسفی و اخلاقی این دو نظریه و نقد و

بررسی آن‌ها که در جای خود باید مورد بحث قرار گیرد، این سؤال مطرح می‌شود که آیا دست‌یازیدن به عدالت ترمیمی نسبت به عدالت کیفر سنتی توانسته است خشونت را کاهش دهد یا خیر؟ پژوهش‌هایی که برخی از برنامه‌ها و راهکارهای رویکرد ترمیمی را مورد مطالعه قرار داده‌اند، می‌توانند نشانه‌ای برای راه‌یابی به روش‌های درست مواجهه با خشونت باشند:

- کنفرانس‌های خانوادگی: پنل و برفورد (۱۹۹۸)

در کانادا در طی یک دوره سه‌ساله اثر کنفرانس‌های خانوادگی را مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان‌دهنده کاهش ۵۰ درصدی خشونت در خانواده‌های شرکت‌کننده در این کنفرانس‌ها بود.

- میانجی‌گری: مرز و کانوتو (۲۰۰۲) در گزارش تحقیق خود نشان دادند که ۸۰ درصد بزه‌دیدگان از میانجی‌گری میان بزه‌دیده-بزه‌کار اعلام رضایت کردند و ۷۶ درصد عنوان داشتند که هیچ مشکلی بعد از میانجی‌گری ایجاد نشده است. این پژوهشگران نتیجه‌گیری می‌کنند که میانجی‌گری می‌تواند شیوه مناسبی جهت پاسخ به خشونت‌های خانگی نه‌چندان شدید باشد. گوبنی (۲۰۰۳) نیز در مصاحبه با ۲۰ زن بزه‌دیده در خشونت خانگی که ۶ تا ۱۸ ماه قبل در فرآیند میانجی‌گری بزه‌دیده-بزه‌کار شرکت کرده بودند، گزارش کرد که میانجی‌گری نتایج مثبتی بر زندگی آن‌ها داشته و اکنون از حس امنیت بیشتری برخوردارند و بهتر می‌توانند با شریک زندگی خود تعامل داشته باشند. تمامی مصاحبه‌شوندگان اعلام کردند که خشونت علیه آنان متوقف شده و رفتار همسر بسیار بهتر شده است.

- نشست بزه‌کار- بزه‌دیده: در این نشست‌ها

بزه‌دیدگان از تجارب بزه‌دیدگی خود برای بزه‌کارانی که علیه آن‌ها مرتکب جرم نشده‌اند، صحبت می‌کنند. بزه‌دیدگان در خشونت خانگی بیان می‌دارند که چگونه رفتارهای خشونت‌آمیز آن‌ها و خانواده‌شان را تحت تأثیر قرار داده است. فولکرسون (۲۰۰۱) در پژوهشی نشان داد که ۸۰ درصد از بزه‌دیدگان حاضر در این نشست‌ها، آن را ارزشمند و مفید دانستند و ۸۵ درصد آن‌ها پیشنهاد کردند که این نشست‌ها به عنوان بخشی از واکنش علیه خشونت مورد استفاده قرار گیرد. از طرف دیگر ۵۷ درصد بزه‌کاران حاضر در این نشست‌ها، آن را مفید ارزیابی کردند و ۵۳ درصد آن‌ها توصیه کردند که این نشست‌ها برای خشونت خانگی مورد استفاده قرار گیرد. فولکرسون می‌نویسد بسیاری از بزه‌کاران اعلام کردند که با آگاهی از تجارب بد بزه‌دیدگان با آن‌ها احساس همدردی می‌کنند و تجارب خوبی در این زمینه که به جای استفاده از خشونت چگونه می‌توان رفتار کرد، تحصیل کرده‌اند.



برای مواجهه با خشونت و برنامه‌ریزی در جهت کاهش این پدیده، باید بدون سوگیری جنسیتی به تمامی جنبه‌های آموزشی، تربیتی، حقوقی در سطوح مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی متناسب با فرهنگ ایرانی اسلامی توجه شود. توجه خاص به یک رویکرد حقوقی و جعل قوانین کیفری به تنهایی برای مواجهه با این پدیده کافی نیست.



شیروی و یکرنگی (۱۳۹۰) با بررسی این آمارها استنباط می‌کنند که بهره‌گیری از شیوه‌های مختلف عدالت ترمیمی که در نقاط مختلف دنیا مورد استفاده قرار گرفته است، نتایج مطلوب‌تری نسبت به استفاده از عدالت کیفری سنتی و دست‌یازیدن به کیفرها دربرداشته است. همان‌طور که مشاهده می‌شود برای مواجهه با خشونت و برنامه‌ریزی در جهت کاهش این پدیده، باید بدون سوگیری جنسیتی به تمامی جنبه‌های آموزشی، تربیتی، حقوقی در سطوح مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی متناسب با فرهنگ ایرانی-اسلامی توجه شود. توجه خاص به یک رویکرد حقوقی و جعل قوانین کیفری به تنهایی برای مواجهه با این پدیده کافی نیست.

منابع

- اتکینسون، ریتا ال؛ اتکینسون، ریچارد سی؛ اسمیت، ادوارد ای؛ بم، داریل ج؛ هوکسما، سوزان نولن (۱۳۸۴). زمینه روان‌شناسی هیلگارد. ترجمه: محمدنقی براهنی. تهران: رشد
- امیری، مجتبی؛ نیری، شهرزاد؛ محمودی، سارا (۱۳۹۶). پژوهشی در باب تلویزیون و خشونت از منظر الگوی کارکردگرایی ساختاری. مطالعات فرهنگ ارتباطات، دوره ۱۸، شماره ۳۹، ۶۶-۳۹
- انصاری، حوریه؛ گلشیری، پرستو؛ مستجاب الدعواتی، سیده رکسانا (۱۳۹۶). تأثیر مهارت‌های ارتباطی زنان بر خشونت خانگی از سوی همسران. مجله دانشکده پزشکی اصفهان، سال ۳۵، شماره ۴۴۴، صص ۱۰۸۷-۱۰۸۰

• بقایی لاکه، م، خلعتبری، ج. (۱۳۸۹). اثربخشی برنامه آموزش مدیریت خشم بر کنترل و خودنظم‌دهی خشم و تکانش‌گری مادران دانش‌آموزان پسر مقطع ابتدایی شهر رشت. فصلنامه دانشکده‌های پرستاری و مامایی استان گیلان، ۲۰، صص ۹-۱

• تفرشی، مدیا؛ امیری‌مجد، مجتبی؛ جعفری، اصغر (۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارت‌های مدیریت خشم در کاهش خشونت خانوادگی و بهبود رضایت زناشویی. فصلنامه خانواده‌پژوهی، سال ۹، شماره ۳۵، صص ۳۱۰-۲۹۹

• شکوهی‌یکتا، محسن؛ زمانی، نیره؛ پرند، اکرم؛ اکبری زردخانه، سعید. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش مدیریت خشم بر ابراز و مهار خشم والدین. روان‌شناسی تحولی، روان‌شناسان ایرانی، سال ۷، شماره ۲۶، ۱۴۶-۱۳۷

• شجاعی، نازالله؛ دهداری، طاهره؛ دوران، بهناز؛ نوری، کرامت‌الله؛ شجاعی، محمد (۱۳۹۵). تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر پرخشگری و نگرش به خشونت در کاربران نوجوان بازی‌های رایانه‌ای خشن. فصلنامه مطالعات رسانه‌های نوین، سال ۲، شماره ۸، صص ۲۰۱-۱۷۳

• طباطبایی، سیدمحمدحسین. (۱۳۹۴) المیزان فی تفسیر القرآن. قم: اسماعیلیان

• فاضل، رضا (۱۳۸۷). رابطه رفتار والدین و پایگاه اجتماعی-اقتصادی با تمشای خشونت تلویزیونی و تأیید و توسل به آن در کودکان. پژوهش و سنجش، شماره ۱۵، صص ۵۷-۳۴

• فیض کاشانی، محمدمحسن (۱۳۳۹). المحجه البيضاء. تهران: مکتبه الصدوق

• مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۴). بحارالانوار. بیروت: مؤسسه الوفاء

• محمدی ری‌شهری، محمد. (۱۳۹۲). تحکیم خانواده. قم: دارالحديث

• مصباح، علی (۱۳۷۴). روان‌شناسی رشد. تهران: سمت

• نجاتی، محمدعثمان (۱۴۰۹). الحديث النبوی و علم النفس. بیروت: دارالشروق

• یک‌رنگی، محمد؛ شیروی مهسا. (۱۳۹۰). عدالت ترمیمی؛ واکنشی مناسب در حمایت از آسیب‌های روانی و جسمانی زنان بزه‌دیده خشونت خانگی. فصلنامه حقوق پزشکی، سال پنجم، شماره نوزدهم، صص ۱۰۹-۸۹

• یعقوبی‌دوست، محمود؛ عنایت، حلیمه (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین میزان دینداری والدین با خشونت آنان نسبت به فرزندان. مطالعات اسلام و روان‌شناسی، سال ۷، شماره ۱۲، صص ۹۴-۶۹

• Anderson, C.; Carragey, N.; Eubanks, J. (2003). Exposure to violent media: The effects of songs with violent lyrics on aggressive thoughts and feelings. Journal of personality and social psychology, 971-960(5)84

• Catherine, A., & Turcotte _ Seabury. (2010). anger management and the processmediating the link between witnessing violence between parents and

متحد درباره رفع خشونت علیه زنان مصوبه ۲۳ فوریه ۱۹۹۴؛ مصوبه مجمع عمومی سازمان ملل متحد در ۱۷ اکتبر ۱۹۹۹، مبنی بر نام‌گذاری ۲۵ نوامبر هر سال به عنوان روز جهانی رفع خشونت علیه زنان؛ نیز ماده ۳ پیش‌نویس لایحه تأمین امنیت زنان در برابر خشونت در ایران.

⁵. anger

⁶. motivation

⁷. emotion

⁸. Atkinson, R.L.

^۹. "مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ" (فتح، ۲۹).

^{۱۰}. "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتْلُ فِي الْحَرْبِ بِالْحَرْبِ وَالْعَبْدُ بِالْعَبْدِ وَالْأَنْثَى بِالْأُنْثَى فَمَنْ عُفِيَ لَهُ مِنْ أَخِيهِ شَيْءٌ فَاتِّبَاعُ بِالْمَعْرُوفِ وَأَدَاءٌ إِلَيْهِ بِإِحْسَانٍ ذَلِكَ تَخْفِيفٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَرَحْمَةٌ فَمَنِ اعْتَدَى بَعْدَ ذَلِكَ فَلَهُ عَذَابٌ أَلِيمٌ" (بقره، ۱۷۸).

^{۱۱}. "الشَّهْرُ الْحَرَامُ بِالشَّهْرِ الْحَرَامِ وَالْحُرُمَاتُ قِصَاصٌ فَمَنِ اعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا اعْتَدَى عَلَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ" (بقره، ۱۹۴).

^{۱۲}. "الَّذِينَ يَنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ" (آل عمران، ۱۳۴).

¹³. aggression

¹⁴. Catherine, A. & Turcotte, S.

¹⁵. Dollard

¹⁶. vicarious learning

¹⁷. models

^{۱۸}. تفسیر عیاشی، ج ۱، ص ۲۱۷، ح ۸.

¹⁹. Stern, S. B.

²⁰. Feindler, E. L., & Weisner, S.

²¹. Lindsay, W. R.

²². Faulker, R. A.

²³. Douglass, I. V.

²⁴. Park, R.D. & Slaby, R. G.

²⁵. Taylor, S. E.

²⁶. Anderson, C.

^{۲۷}. پیامبر گرامی اسلام نوادگان خود را بر دوش گذاشته و آن‌ها را به این سو و آن سو می‌برد و بازی می‌کرد.... (میزان‌الحکمه، ج ۱۰، ص ۷۰۱).

^{۲۸}. امام صادق(ع) فرمودند: دغ ابنک یلعب سبع سنین.... (وسائل‌الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۹۳).

^{۲۹}. پیامبر(ص) فرمودند: حق الولد علی الوالد ان یعلمه الکتابه و السباحه و الرمايه (میزان‌الحکمه، ج ۱۰، ص ۷۲۰).

³⁰. Strasburger, V. C.

³¹. DeGaetano, G.,

partner violence .university of new Seabury violence and victims ,volume 25,number 318 _ 3,306

• DeGaetano, G., & Bander, K. (1996). Violent video games and stimulus addiction. Catherine, A. & Turcotte, S

• Douglass, I. V., Frazier, M. and Douglass, R. (1995). The Marital Problems Questionnaire (MPQ), A short screening instrument for marital therapy. Journal of Family Issues, 407 _ 386 :17

• Faulker, R. A., Davey, M., & Davey, A. (2005). Gender – related predication of change in marital satisfaction and marital conflict. American Journal of family therapy, Vol, 33

• Feindler, E. L., & Weisner, S. (2006). Youth anger management treatment for school violence prevention. In S. R. Jimerson & M. Furlong (Eds), Handbook of school violence and school safety: From Research to Practice, 363 _ 353. Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates

• Lindsay, W. R., Allam, R., Parry, C., Macleod, F., Cottrell, J., Overened, H., & Smith, A. H. W. (2004). Anger and aggression in people with intellectual disabilities: Treatment and follow _ up of consecutive referrals and a waiting list comparison. Clinical psychology and psychotherapy, 264 _ 255 ,11

• Park, R.D. ; Slaby, R. G. (1983). The development of aggression. In: E.M

Stern, S. B., (1999). Anger management in parent _ adolescent conflict. The American Journal of Family Therapy, 193 _ 181. ,27

• Strasburger, V. C., Hogan, M. J., Mulligan, D. A., Ameenuddin, N., Christakis, D. A., Cross, C., et al. (2002). Children, adolescents, and the media. Pediatrics, 961-958 ,(5)132

• Taylor, S. E.; Peplau, L. A. & Sears, D.O. .(2006) Social psychology, 12nd Ed, New York: Practice Hall

پی‌نوشت

¹. violence

². American Psychological Association (APA).

³. Merriam-Webster Dictionary.

^۴. مراجعه کنید: به ماده اول قطعنامه ۱۰۴/۴۸ مجمع عمومی سازمان ملل