

## فصلنامه علمی رهیافت های نوین در مطالعات اسلامی

License Number: ۸۵۶۲۵ Article Cod: Y2N4A0061 ISSN-P: ۲۶۷۶-۶۴۴۲

# بررسی عوامل تأثیرگذار بر افزایش کیفیت عملکرد حقوق زنان آسیب پذیر (با رویکردی روانشناسی در روابط)

(تاریخ دریافت ۱۳۹۹/۰۵/۱۵، تاریخ تصویب ۱۳۹۹/۰۹/۱۲)

### شکوفه سیاه قلاتی<sup>۱</sup>

دانشجوی کارشناسی فقه و مبانی حقوق اسلامی، دانشگاه پیام نور، شیراز

### سارا الوانی

فارغ التحصیل کارشناسی ارشد حقوق جزا و جرم شناسی دانشگاه علوم و تحقیقات تهران، واحد کرمانشاه

### چکیده

زن به عنوان یکی از اعضای اصلی در نه تنها کانون خانواده بلکه در جامعه نیز هر چقدر هم در شرایط محیط پیرامون خود قوی و محکم باشد گاهی دچار آسیب می شود و در اینجا است که نقش حقوق زنان آسیب پذیر به خوبی می تواند خود را نشان دهد. امروزه حقوق زنان جزئی اساسی از حقوق بشر به شمار می آید که بر اصل برابری جنسیت و تساوی حقوق بین مرد و زن تمرکز دارد؛ هر کجا که زن آسیب ببیند چه در نتیجه نابرابری، بی عدالتی، خشونت و یا فقر و محدودیت باشد سخن از جامعه حقوق زنان آسیب پذیر مطرح می شود. به هر میزان که حقوق زنان آسیب پذیر از کیفیت برتری در کار خود برخوردار باشد، از توانمندی بهتری در جهت حمایت از زنان و کاهش موارد خشونت و آسیبهای وارده به آنان نیز برخوردار خواهد بود. هدف از این مقاله کنکاش در خصوص مهارتهای آموزشی در جهت جلوگیری از ایجاد زمینه آسیب در زنان می باشد؛ سعی بر آن است که ابتدا بر حقوق بشر و حقوق زنان

<sup>۱</sup> نویسنده مسئول

آسیب پذیر تمرکز شود، سپس به بررسی عوامل تأثیرگذار بر افزایش کیفیت حقوق زنان آسیب پذیر البته با رویکردی روانشناسی در جهت روابط خواهیم پرداخت؛ و قابل ذکر است که در بخش روانشناسی این مقاله به مطالعه ی تئوری انتخاب و واقعیت درمانی روانشناس و نظریه پرداز ویلیام گلسر خواهیم پرداخت.



## مقدمه

حقوق بشر برای حمایت از زنان آسیب دیده و مقابله با خشونت علیه زنان اگر فقط بخواهد منع کند شاید تنها در همان برهه از زمان نتیجه دهد اما امروزه مشاهده می شود که خشونت علیه زنان همچنان پابرجاست و حتی روز به روز نیز در حال افزایش یافتن است. در تمام اعصار تاریخ دیده شده است که جوامعی که به درستی تربیت و آموزش دیده شوند، رویکردهای مثبت در آنان بیشتر به چشم می خورد. با بهره گیری از روانشناسی روابط و آموزش آن در میان زنان آسیب پذیر به خوبی و درستی می توان به نوع و کارکرد رابطه ی آنان و در نتیجه به جلوگیری از ایجاد آسیب و خشونت در زنان و حتی به بهبود آسیبهای وارد شده به آنها کمک کرد و در جهت حقوق زنان آسیب پذیر گام برداشته تا جایی که آن آسیبی که دوباره و حتی چندباره ممکن است رخ دهد و به دنبال آن ضررها و آسیبهایی که محیط پیرامون و خانواده و جامعه را نیز درگیر می کند کاهش داد و یا از بین برد. در این مقاله با تحقیق و بررسی رویکردی روانشناسی در روابط به مبارزه با خشونت علیه زنان خواهیم رفت تا گامی در جهت حقوق زنان آسیب پذیر برداشته باشیم؛ در ادامه، ابتدا کلیات حقوق بشر و حقوق زنان آسیب پذیر مطرح می شود، و سپس به مطالعه تئوری انتخاب و واقعیت درمانی از ویلیام گلسر خواهیم پرداخت؛ آنگاه، راهکارهایی مؤثر با این رویکرد از روانشناسی روابط در جهت افزایش کیفیت عملکرد حقوق زنان آسیب پذیر را بررسی می نمایم.

## بخش اول: کلیات

سیروس احمدی و الهام فرهادی در مقاله خویش به احساس امنیت در بین زنان و پیوند آن با مهارتهای اجتماعی اشاره کرده اند به طوری که به بررسی رابطه بین مهارت حل مسئله و احساس امنیت در بین زنان پرداخته اند.<sup>۱</sup> سودابه رضوانی و مریم غنی زاده بافقی در تحقیق خویش اینگونه اشاره می نمایند: "اصلاح زنان در مواجهه با مشکلات زندگی و آموزش مهارتهای زندگی سالم به زنان و آشنا کردن آنان با عوامل زمینه ساز بروز خشونت خانگی و

<sup>۱</sup> احمدی، سیروس و الهام فرهادی، ۱۳۹۶. «بررسی رابطه مهارت حل مسئله و احساس امنیت در بین زنان.»

اجتناب از ایجاد زمینه خشونت، همچنین آشنا کردن زنان با مهارت‌های ارتباطی و سازگاری برای مواجهه با مشکلات و انتخاب درست رفتارهای جایگزین در حل مسأله و مراجعه و استفاده از خدمات مشاوره‌ی خانوادگی در هنگام بروز مشکلات می‌تواند در پیشگیری یا کاهش موارد خشونت خانگی علیه زنان اثر بخش باشد که یکی از وظایف خانه‌های امن، به ویژه برنامه‌های بلند مدت آنها است.<sup>۱</sup> شیرین یکه کار، حبیب آقابخشی و سید احمد حسینی حاجی بکنده در مقاله‌ی خویش به خشونت خانگی علیه زنان پرداخته‌اند که در بخشی به پایین بودن اعتماد به نفس و فقدان مهارت‌های زندگی در فقدان منابع فردی در زمینه‌ی اجتماعی خشونت خانگی علیه زنان و عدم دسترسی به منابع اشاره کرده‌اند.<sup>۲</sup>

در مقاله‌ی دیگر طیف گسترده‌ای از مداخلات برای جلوگیری از خشونت علیه زنان و دختران به عنوان کمپین‌های ارتباطی (communication campaigns) اشاره شده است و همچنین بیان شده است که هدف از این کمپین‌ها می‌تواند افزایش آگاهی یا افزایش دانش در مورد یک سرویس، قانون یا خشونت علیه زنان به عنوان یک موضوع کلی باشد.<sup>۳</sup> در مقاله‌ی بتول احمدی و یلدا سلیمان اختیاری نیز به راهکارهایی جهت جلوگیری از خشونت خانگی علیه زنان پرداخته‌اند.<sup>۴</sup>

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رتال جامع علوم انسانی

<sup>۱</sup> رضوانی، سودابه و مریم غنی زاده بافتی، ۱۳۹۸. «خانه‌های امن به مثابه درمانگاه زنان خشونت دیده‌ی خانگی». ۱۴۷  
<sup>۲</sup> یکه کار، شیرین، حبیب آقابخشی و سید احمد حسینی حاجی بکنده، ۱۳۹۸. «زمینه‌های اجتماعی خشونت خانگی علیه زنان».

<sup>۳</sup> Fulu, Emma, Alice Kerr-Wilson and James Lang, 2014. What works to prevent violence against women and girls? Evidence Review of interventions to prevent violence against women and girls.

<sup>۴</sup> احمدی، بتول و یلدا سلیمان اختیاری، ۱۳۸۹. «اثر بخشی مداخلات آموزش سلامت برای پیشگیری از خشونت خانگی علیه زنان».

## بخش دوم: حقوق بشر و حقوق زنان آسیب پذیر

حقوق بشر مربوط به همه می باشد و بر مبنای اصول اساسی احترام به شأن، برابری و عدم تبعیض انسانی است؛ با توجه به این اصل، دولتها خود را ملزم به حمایت، احترام و ارتقاء حقوق بشر می کنند. حقوق زنان به عنوان کنوانسیون رفع انواع تبعیض ها علیه زنان یک معاهده حقوق بشر است که زمینه را برای تحقق برابری بین زن و مرد از طریق اطمینان به دسترسی برابر زنان، و فرصتهای برابر در زندگی سیاسی، عمومی و همچنین آموزشی، بهداشت و سلامتی و اشتغال فراهم می کند؛ در نتیجه زنان نیز می توانند از تمام حقوق انسانی برخوردار باشند. طبق قوانین بین الملل نه تنها زنان از فرصت های برابر در تحصیل و اشتغال برخوردار هستند، بلکه خشونت علیه زنان نیز به عنوان نوعی تبعیض علیه زنان و در نتیجه نقض حقوق زنان شناخته می شود.<sup>۱</sup> عدم تبعیض و برابری بین زن و مرد اصل اساسی قانون حقوق بشر است. برابری بین مرد و زن و یا همان عدالت جنسیتی (Gender equity) مفهومی است که در آن "همه ی انسانها، صرف نظر از جنسیت، آزاد هستند در توانایی های شخصی خود رشد کنند، حرفه شغلی خود را دنبال کنند و بدون محدودیتهای تعیین شده توسط کلیشه ها، نقش های سخت جنسیتی و تعصبات، دست به انتخاب بزنند. این برابری و تساوی حقوق یک ضرورت اخلاقی برای از بین بردن اختلافات ناعادلانه بر اساس اصول انصاف و عدالت است. از عدالت جنسی در برخی از حوزه های قضایی برای اشاره به رفتار منصفانه با زنان و مردان، متناسب با نیازهای آنها استفاده می شود، این ممکن است شامل رفتار برابر باشد یا رفتاری متفاوت باشد، اما از نظر حقوق، مزایا، تعهدات و فرصتها برابر باشد."<sup>۲</sup>

## بخش سوم: خشونت علیه زنان

بیانیه ی منع خشونت علیه زنان، خشونت علیه زنان را اینگونه تعریف می کند: " هر گونه اقدام خشونت آمیز جنسیتی که منجر به آسیب یا رنج جسمی، جنسی یا روانی زنان شود، یا

<sup>۱</sup> Blokhuis, Bregje, 2008. Violation of Women's Rights: A cause and consequence of trafficking in women. 38-39

<sup>۲</sup> Women's Rights are Human Rights. 2014. 29 & 35

احتمالاً منجر به آن شود، از جمله تهدید به چنین اعمالی، اجبار یا محرومیت خودسرانه از آزادی، چه در زندگی عمومی و چه در زندگی خصوصی.<sup>۱</sup> همان گونه که گفته شد خشونت علیه زنان نقض حقوق بشر است. در این شکی نیست که در جهت حفظ حقوق زنان به عنوان حقوق انسانی از لحاظ مختلف از جمله اجتماعی، اقتصادی، اشتغال و زندگی، سیاسی، مسئولیتهای ملی و بین المللی و غیره، مواد قانونی متعددی توسط هر ملت گمارده می شود؛ یکی از مسائل مهم این است که هر فرد خود نیز چگونه به حفظ حقوق خودش کمک کند؛ منظور این است که باید آنقدر آگاه و فهمیده به این موضوع باشد که هر شخصی به عنوان یک انسان شامل حق و حقوقی می باشد و این در حالی ممکن است که آنها تعلیم و تربیتی صحیح و سالم ببینند. انسان از زمانی که متولد می شود غالباً از محیط های اطراف خود، محیط هایی از جمله خانه و خانواده، دوستان، مدرسه، جامعه و غیره، می آموزد که چه کسی است و زندگی خود را در کدام جهت و مسیر پیش می برد و شخصیت وی به نوعی شکل می پذیرد. حال ممکن است که شخص به دلایل متفاوتی از جمله ناآگاهی و نادانی محیط اطراف خود در راستای شخصیت سالم انسانی برای ایجاد یک زندگی مناسب و خشنود تربیت نیابد؛ در نتیجه در برخورد با خود و دیگران در جامعه آسیب می پذیرد و آگاهانه یا ناآگاهانه نمی تواند واقعیت و زندگی را آنگونه که باید زندگی کند. زنان آسیب پذیر نیازمند کمک می باشند و در اینجاست که جوامع حقوق زنان آسیب پذیر به خوبی می تواند به آنان کمک کند. جامعه ی حقوق بشر زمانی که بتواند بر روی اصل آموزش بسیار تأکید کند و به صورت کاملاً ادامه دار اقدامات تعلیم و تربیت را افزایش دهد به صورت خیلی کارآمد می تواند به بهبود زندگی افراد بخصوص افراد آسیب پذیر کمک نماید. زنانی که در خانواده نقش مهمی ایفا می کنند با داشتن دانش و آگاهی مناسب می توانند نه تنها به خود بلکه به کل خانواده و مهم تر به فرزندان که آینده ی یک جامعه و ملت هستند در جهت حفظ سلامتی و پیشبرد یک زندگی سالم و مفید کمک کنند.

<sup>۱</sup> Women's Rights are Human Rights. ۲۰۱۴. ۷۳

همچنین برای بررسی بیشتر ببینید: شادمانی، مهدیه. «تحلیل و بررسی خشونت علیه زنان (مطالعه موردی زنان در اروپا)». ۶۳

آموزش و درون مایه خانواده به شدت به یکدیگر مرتبط هستند و در کانون حقوق زنان قرار دارند. در بحث آموزش، جامعه‌ی حقوق بشر موانع بخصوصی که از دسترسی زنان و دختران به تعلیم و تربیت حتی در حد پایه‌ی جلوگیری می‌کند را نام می‌برد، از جمله ازدواج‌های زودرس، بارداری، کار کودکان و خشونت؛ جامعه‌ی حقوق بشر از جمله حقوق زنان در جهت حذف این محدودیتها و آسیبها و بهبود زندگی آنان تلاش می‌کند.<sup>۱</sup> گاهی "مشاهده و تجربه بدرفتاری از ناحیه والدین در دوران کودکی منجر به یادگیری رفتار سلطه‌آمیز مرد و آموختن تحمل توسط زن می‌شود."<sup>۲</sup> بتول احمدی و یلدا سلیمان اختیاری یافته‌های حاصل از بررسی مطالعات انجام شده در زمینه‌ی خشونت خانگی علیه زنان را به دو دسته تقسیم بندی کرده‌اند: ۱. مداخلاتی که بر روی زنان و با هدف کاهش موارد خشونت خانگی علیه آنها و افزایش سلامت آنان انجام می‌شود که این مداخلات از طریق حمایت زنان و راهکارهای آموزشی می‌باشد؛ و ۲. مداخلاتی که متمرکز بر سیستم خدمات بهداشتی درمانی می‌باشد، به منظور توانمندسازی کارکنان مراکز بهداشتی و سازمانهای مرتبط با سلامت زنان به واسطه‌ی آموزش کارکنان در زمینه خشونت خانگی در خصوص پیشگیری اولیه و یا کاهش موارد خشونت خانگی علیه زنان و همچنین نحوه‌ی برخورد با آن موارد می‌باشد.<sup>۳</sup> با وجود اقدامات سازمانهای حقوق بشر، "خشونت علیه زنان به خصوص خشونت خانگی به عنوان یکی از چالشهای اساسی در راستای تطبیق کامل حقوق بشر قرار دارد."<sup>۴</sup> درست است که خشونت خانگی علیه زنان همچنان دارای درصد بالای فراوانی است اما برخی جوامع به نظر می‌رسد این موضوع را جدی گرفته‌اند و برای آماده‌سازی این زنان آسیب‌پذیر برای زندگی سالم اقداماتی انجام داده‌اند، از جمله خانه‌های امن و اورژانس اجتماعی که نقش مؤثری خواهند

<sup>۱</sup> Women's Rights are Human Rights. 2014. 41

<sup>۲</sup> نیازی، محسن، هادی افرا، اعظم نژادی و ایوب سخایی، ۱۳۹۶. «فرا تحلیل عوامل مؤثر بر خشونت علیه زنان». ۸۵

<sup>۳</sup> احمدی، بتول و یلدا سلیمان اختیاری، ۱۳۸۹. «اثر بخشی مداخلات آموزش سلامت برای پیشگیری از خشونت خانگی

علیه زنان». ۲۴۳-۲۴۲

<sup>۴</sup> شادمانی، مهدیه. «تحلیل و بررسی خشونت علیه زنان (مطالعه موردی زنان در اروپا)». ۷۲

داشت و خود از ابزارهای پیشگیری اجتماعی است و در صورتیکه این هدف بلند مدت و ادامه دار باشد که در جهت درمان زنان و پیشگیری از خشونت و چرخه ی آن به صورت کلی در جامعه باشد بسیار مفید است.<sup>۱</sup>

### بخش چهارم: روانشناسی روابط

بهنام میرزایی جابری، ژاله رفاهی و رضا زارعی نیاز و تمایل فراوان انسان به تعامل و برقراری ارتباط با دیگران را اینگونه با تعریفی از روابط بیان می نمایند: "انسان به این دلیل درگیر ارتباط می شود تا هویت یابد، با دیگران پیوند برقرار کند و امکانات موجود را کشف و مشکلات خود را رفع کند."<sup>۲</sup> زن به عنوان محور و کانون اصلی خانواده باید این آگاهی را داشته باشد که چگونه با خود و دیگران بخصوص همسر و فرزندان خود به درستی رابطه برقرار کند. اطلاعاتی که ما خواسته یا ناخواسته به کودکانمان منتقل می کنیم در آینده ی آنان نقش اولیه و پایه را ایفا می کند، "گونه ای که ما با فرزندان خود صحبت می کنیم بخش عظیمی از روشی است که آنان با خود صحبت می کنند."<sup>۳</sup> پس باید به دقت مراقب طرز صحبت کردن خود با آنان باشیم. اینها نکاتی است که برخی از مادران بخصوص زنان آسیب دیده ممکن است ندانند یا نادیده بگیرند؛ اما در کارگاه های آموزشی و درمانی که برای آنان در جهت حفظ حقوق آنها اجرا می گردد چه خوب است که نکاتی در این خصوص نیز اشاره می گردد. این انتظارات جامعه است که رفتار هر فرد به عنوان عضو تشکیل دهنده ی آن را تعریف می کند، و گاهی در خصوص زن حتی گاهی این جامعه ی اطراف او است که او را در سطح پایین اجتماعی قرار می دهد. در این خصوص سه راه حل ارائه شده است که بدان وسیله جامعه در خدمت حقوق زنان آسیب پذیر می شتابد: ۱. مداخله های مدرسه محور، که در مدرسه از

<sup>۱</sup> رضوانی، سودابه و مریم غنی زاده بافقی، ۱۳۹۸. «خانه های امن به مثابه درمانگاه زنان خشونت دیده ی خانگی». ۱۴۶

<sup>۲</sup> میرزایی جابری، بهنام، ژاله رفاهی و رضا زارعی، ۱۳۹۴. «اثر بخشی تحلیل ارتباط متقابل (TA) بر تغییر قصه عشق و دلزدگی زناشویی زنان». ۱۶۸

<sup>۳</sup> Mott, Philip, 2017. "Leaving Room for Self-Evaluation: Shaping our Dialogue in Early Childhood Education." 28



همان دوران کودکی تا حتی سن ۱۸ سالگی به آنان مفهوم برابری و رفتار درست میان جنسیت های مرد و زن آموزش داده می شود. ۲. مداخله های اجتماعی، که تلاش برای ایجاد چالش و تغییر در افکار و نظریات افراد و حتی کل جامعه دارد و حتی تلاشی در ایجاد توانمند سازی زنان در بخش اقتصاد برای جلوگیری از خشونت جنسیت محور مردان دارند. ۳. مداخله های رسانه ها، که توسط کمپین های آگاهی عمومی در جهت به چالش کشیدن هنجارهای جنسیتی در تلاش برای آگاهی زنان به منظور حمایت و حفاظت خود از خشونتها می باشد.<sup>۱</sup> خشونت علیه زنان در تمام جوامع انسانی دیده می شود، در نتیجه آموزشی صحیح در زمینه روابط به آنها منظور کنترل و مهار عوامل ایجاد کننده ی خشونت علیه آنان نیاز می باشد.

### بخش پنجم: تئوری انتخاب و واقعیت درمانی بر اساس نظریات ویلیام گلسر

تئوری انتخاب و واقعیت درمانی توسط ویلیام گلسر ایجاد شد تا یک تئوری برای بررسی رفتار شخص و راهکاری برای بهبود روابط او باشد. تئوری انتخاب در واقع مجموعه ای از نظریات و تئوریهایی در رابطه با رفتار انسان می باشد بر مبنای اینکه چگونه شخص با نیازهای پایه ای خود که گلسر از آن به عنوان پنج نیاز اساسی نام می برد از جمله عشق و تعلق آزادی، لذت و تفریح، قدرت و زنده بودن مواجه شود. تئوری انتخاب به خوبی این واقعیت را به ما نشان می دهد که هر نفر باید بر روی رفتار و اعمال خودش کنترل داشته باشد. در این نظریه اینگونه بیان می شود که ما خودمان برای آنچه که انجام می دهیم مسئول هستیم؛ مثلاً اینکه بگوییم "او مرا ناراحت کرد" صحیح نمی باشد، بلکه خودمان هستیم که انتخاب می کنیم ناراحت شویم یا نه و یا حتی اینکه به ناراحتی خود ادامه دهیم یا نه؛ به بیانی دیگر بجای اینکه گفته شود "او مرا ناراحت کرد" بهتر است گفته شود "من ناراحت شدم".<sup>۲</sup> واقعیت درمانی یک رویکرد مشاوره ای و روانکاوای است که تغییراتی در رفتار فرد بر مبنای تئوری انتخاب ایجاد می کند. گلسر در واقع با بیان تئوری انتخاب و واقعیت درمانی راهی را جلوی شخص می

<sup>1</sup> Violence prevention the evidence: Promoting gender equality to prevent violence against women. 2009. 3-5

<sup>2</sup> Glasser, William, 1998. Choice Theory: A new psychology of personal freedom

گذارد تا به درستی قادر باشد مسیر زندگی و روش آن را به درستی و خشنودی پیش ببرد.<sup>۱</sup> در نتیجه هدف اصلی واقعیت‌درمانی بر می‌گردد به درمان روابط ناخشنود فرد؛ به این شکل که درمانگر فرد آسیب‌دیده را به نگاهی عمیق در رفتار خویش هدایت می‌کند و کمک می‌کند تا اهدافی را به منظور تغییر در زندگی خود آغاز نماید.<sup>۲</sup> با توجه به تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی چهار مفهوم در کل رفتار شخص در رابطه ذکر شده است: فکر، عمل یا رفتار، احساس و فیزیولوژی.<sup>۳</sup> فرد تنها می‌تواند به طور مستقیم بر روی فکر و رفتار خود کنترل داشته باشد. او نمی‌تواند مستقیم بر روی احساس و فیزیولوژی خود کنترل و دسترسی داشته باشد اما به طور غیر مستقیم می‌تواند. چگونه؟ اینگونه که زمانیکه فکر و رفتار خویش را به سمت و سوی بهبودی و سلامتی سوق دهد آن دوی دیگر یعنی احساس و فیزیولوژی نیز به سمت درستی پیش خواهند رفت و بدینسان فرد آسیب‌دیده می‌تواند جهت و روش زندگی خود را به سمت درست پیش ببرد. ویلیام گلسر در تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی به انسان می‌آموزد که چگونه با تجربیات گذشته‌اش به خوبی ارتباط برقرار کند و سپس آنها را در جهت هر چه بهتر کنترل کردن زندگی خود به کار گیرد. وی معتقد است که مشکل اساسی در اکثر ناراحتی‌ها بر می‌گردد به داشتن روابط ناخشنود و یا حتی در نداشتن روابط با دیگران.<sup>۴</sup> در نتیجه می‌توان به خوبی متوجه شد که برای داشتن خشنودی و حال خوش در زندگی یکی از بهترین کارها بر می‌گردد به ایجاد روابط خوب و رضایت‌بخش در زندگی؛ در واقع با کار کردن روی روابط می‌توان خود را به سطح قابل‌قبولی از زندگی هدایت کرد. گلسر معتقد است که افراد تنها در صورتی می‌توانند دنیای واقعی را بشناسند که دنیای واقعی را مشاهده کنند و آن را حس کنند؛ و گاهی این جامعه است که به نقش زن و مرد معنا می‌بخشد؛<sup>۵</sup> در واقع آن

<sup>1</sup> Hale, Jane V. and Jodi Sindlinger, 2017. "Re-envisioning Reflective Supervision: A Choice Theory/Reality Therapy Application Using Reflecting Teams." 57

<sup>2</sup> Corey, Gerald. 2013. Reality Therapy. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy.

<sup>3</sup> Glasser, William, 1998. Choice Theory: A new psychology of personal freedom

<sup>4</sup> Bradley, Ezrina, 2014. "Choice Theory and Reality Therapy: An Overview." 6

<sup>5</sup> Gardner, Sarah, 2015. "Choice Theory: Gender Roles and Identity" 32-33

دنیای خیالی و تصورات ساخته شده در ذهن فرد به او برای داشتن رابطه‌ی سالم و شاد کمکی نمی‌کند.

### بخش ششم: نقش روانشناسی روابط در کیفیت حقوق زنان آسیب پذیر

در این بخش از مقاله به مطالعه و بررسی مباحث روانشناسی، روانشناسی رابطه بر مبنای تئوری گلسر، می‌پردازیم که بتوان با کاربرد آن به کمک زنان آسیب دیده در جامعه شتافت و بدینسان تأثیری نیز بر افزایش کیفیت عملکرد حقوق زنان آسیب پذیر داشت. پروسه‌ی مؤثر برای کمک به تغییر و بهبودی فرد آسیب دیده به روش این تئوری را می‌توان اینگونه خلاصه کرد؛ در آغاز از فرد درخواست می‌شود که مشکل و آن مسئله‌ای که با آن روبرو است و برایش زندگی را دچار بحران کرده است تعریف کند؛ در این مرحله ممکن است فرد ابتدا بخواهد بگوید او با چه کسی احساس راحتی نمی‌کند و یا مشکل را کاملاً از دیگری ببیند و مثلاً بگوید که "اگر دیگری تغییر کند، من نیز خوشحال خواهم بود". در اینجا است که باید آموزش تئوری انتخاب به وی آغاز گردد و به وی گفته شود که رفتار تنها شخصی که می‌تواند کنترل کند و حتی تغییر دهد فقط خود اوست نه دیگری. بنابراین در این مرحله او با مفاهیمی از این تئوری آشنا می‌شود. سپس، راهنمایی و هدایت فرد آسیب دیده به واسطه‌ی تئوری انتخاب در ذهن، تا اینجا بایستی تا حدودی تعریف تئوری انتخاب، قوانین آن و کاربرد و مضیتهای آن به فرد آسیب پذیر به خوبی تعلیم داده شود؛ پس از مدتی که از آموزش فرد بگذرد تأثیرات این تئوری در رفتار شخص در خلال مهارتها و تجربیاتش نشان داده می‌شود. از فرد آسیب پذیر درخواست شود که رفتار کنترل‌گریرونی خود را ارزیابی کند. فرد بر روی رفتار خود تمرکز کند و ببیند که رفتاری که از خود نشان می‌دهد چقدر به رابطه اش کمک می‌کند. پس از اینکه تئوری انتخاب به خوبی به فرد آسیب دیده آموزش و کار می‌شود بایستی به سراغ جنبه‌ی عملی نظریه یعنی واقعیت‌درمانی رفت. درمان‌گر باید آنگونه خوب و با مهارت عمل نماید که فرد آسیب دیده را به خوبی به سمت جلو تشویق نماید و آنگونه خوب پروسه پیش برود که فرد به نتیجه رسیدن تئوری انتخاب را مشاهده کنند. شاید این سوال

پیش آید که چه زمانی می توان متوجه شد که تئوری انتخاب اثر بخش بوده است؟ زمانیکه فرد در زندگی خود حس بهتری کند؛ و دقت شود که مشاوره باید همچنان ادامه داشته باشد.<sup>۱</sup> گلسر به خوبی اشاره کرده است که فرد باید بر روی رفتار خود کنترل داشته باشد و دقت کند که چه رفتاری از خود به داشتن رابطه ای سالم و خشنود با دیگری کمک می کند، در واقع قبل از اقدام به رفتاری باید از خود پرسد که آیا این رفتار من به خوب پیش رفتن و بهبود رابطه کمک میکند. تئوری گلسر این را بیان می کند که گاهی سر منشأ اختلافات در ارتباطات، ارتباط در خانه و خانواده و یا حتی ارتباط در محیط عمومی، برمی گردد به اینکه شخص در تمام اموری که در زندگی وی دخیل می باشد می خواهد از کنترل بیرونی استفاده کند، بدین معنا که دیگری را تغییر دهد. با کاربرد تئوری انتخاب به وی آموزش داده می شود که کنترل بیرونی چه است و چقدر می تواند در رابطه اش مخرب باشد، و در نهایت فرد آسیب دیده آموزش می بیند که دست از این کنترل کردن بیرونی بردارد و تنها می تواند رفتار خودش در جهت بهبود رابطه را کنترل کند. همان گونه که اشاره شد به عقیده گلسر آموزش یکی از عناصر اصلی مدل سلامت عمومی می باشد، و گاهی با تعلیم و آموزش صحیح می توان سلامت ذهن را افزایش داد که دیگر نیازی به مواردی از قبیل دارو نیست. از نظر او روانکاوان می توانند بسیاری از مردم را آنگونه کمک کنند که با به کارگیری برنامه ی آموزشی تعلیم سلامت ذهنی عمومی به آنان بیاموزند که چگونه می توانند سلامت ذهنی خویش را افزایش دهند. منشأ بیشتر مشکلات سلامت ذهنی مردم ناخشنودی و ناراحتی است، این ناراحتی از شخص به اشخاص اطراف خود می چرخد و بدین سبب است که بسیاری از مردم ناراحت وجود دارد. گلسر بر روی روابط کار می کند؛ از نظر او بسیاری از این مسئله که حتی یک نفر مهم در زندگی خود ندارند نیز ناراحتند. از نظر او جالب است که بدانیم در مدارس همه چیز تدریس می شود بجز آنچه بسیار مهم است که بدانند: چگونه با یکدیگر

<sup>1</sup> Lojk, Leon with Danko Butorac, 2017. "From Theory Toward Practice: Following the Development of Glasser's Ideas." 79-80

Glasser, William, 2005. Defining Mental Health as a Public Health Issue, a new leadership pole for the helping and teaching professions. همچنین برای بررسی بیشتر ببینید

روابط خوب برقرار کرد. آنجاست که او پیشنهاد می‌کند که تئوری انتخاب در گروه‌های کوچک متشکل از افرادی که ناخشنود و ناراحت هستند اجرا گردد. گلسر همچنین اشاره می‌کند که بسیاری از افراد که در روابط خود دچار مشکل هستند فکر می‌کنند که مشکل ذهنی دارند اما واقعیت این است که این طور نیست و آنان تنها افرادی ناراحت هستند که این سبب می‌شود کل رابطه را زیر سوال ببرند. وی شرح می‌دهد که اگر آنان بجای اینکه کنترل بیرونی بر دیگری در رابطه ی ناخشنود خود بکار برند از روشی جدید با نام تئوری انتخاب استفاده کنند، می‌توانند خوشحال تر باشند و در نتیجه رابطه به سمت بهبودی سوق پیدا کند؛ قابل ذکر است که در کنترل بیرونی، با دیدگاه "من می‌دانم که چه چیزی برای تو خوب است" فرد می‌خواهد در رابطه دیگری را کنترل کند و یا او را تغییر دهد که این رابطه نشان از یک رابطه ی ناشاد است.<sup>۱</sup> پروسه ی درمان با رویکرد تئوری انتخاب و واقعیت درمانی بر روی خواسته ها، نیازها و احساسات افراد آسیب دیده تمرکز می‌کند؛ و مسئولیت افراد نیز در انجام دادن تمرینات و تمرکز کردن بر روی رفتارهای زمان حال می‌باشد نه تجربیات گذشته. آنان باید در تمرینات به خوبی شرکت کنند و به پرسشها به درستی پاسخ دهند تا یک درک و فهم بهتری از رفتار خویش در ارتباط با جهان پیرامون و ارتباطاتی که آغاز کرده اند بدست آورند. تئوری انتخاب و واقعیت درمانی به عنوان یک پروسه آموزشی می‌باشند که به افراد آسیب دیده کمک می‌کند که چگونه مشکلات را حل کنند و اطلاعاتی که یاد گرفته اند را در زندگی روزمره ی خود بکار برند؛ در واقع تئوری انتخاب و واقعیت درمانی تنها به عنوان یک درمان دیده نمی‌شوند بلکه بیشتر به عنوان یک مسیر و روش زندگی محسوب می‌شوند.<sup>۲</sup>

### نتیجه گیری

امروزه حقوق زنان به عنوان بخش مهمی از حقوق بشر محسوب می‌شود و جوامع و ملت‌ها در تلاش برای برخورداری از عملکرد بالای آن به ویژه حقوق زنان آسیب پذیر هستند. در این

<sup>۱</sup> Glasser, William, 2005. Defining Mental Health as a Public Health Issue, a new leadership pole for the helping and teaching professions. 10-20

<sup>۲</sup> Bradley, Ezrina, 2014. "Choice Theory and Reality Therapy: An Overview." 8

مقاله پس از بررسی اجمالی حقوق زنان در کنار حقوق بشر، با رویکردی روانشناسی در خصوص روانشناسی روابط، راه حل‌هایی برای افزایش کیفیت زندگی زنان آسیب پذیر بررسی و مطالعه شده تا راهکاری باشد برای جامعه‌ی حقوق بشر از جمله حقوق زنان آسیب پذیر به منظور افزایش کیفیت عملکرد و نتیجه‌دهی ملت و جامعه در اجرای هر چه بهتر حقوق زنان. با توجه به تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی، هنگامی که به خوبی به زنان آسیب دیده آموزش داده شود آنان کاملاً متوجه می‌شوند که خود مسئول زندگی خود هستند و باید کنترل رفتار و اعمال خود را بدست گیرند؛ شخص باید بداند که کنترل بیرونی بر روی دیگران نه تنها به داشتن رابطه‌ی خوب و سالم کمک نمی‌کند بلکه باعث ناخشنودی و ناراحتی در فرد و رابطه می‌شود. بحث آموزش در تئوری ویلیام گلسر از اهمیت زیادی برخوردار است به گونه‌ای که اشاره شده است این موضوعی است که باید به فرد آموزش داده شود زیرا که یادگیری و یا حتی یادآوری آن بسیار به افزایش کیفیت زندگی آنان کمک می‌کند و در نهایت با تلاش بر روی آموزش رفتاری هر شخص در جایی که او دچار آسیب شده است، باید بدان توجه نمود و در حفظ حقوق آنها تمام تلاش چه از سوی جامعه و حتی از سوی خود فرد مبذول گردد. با آگاه نمودن و افزودن علم در زنان آسیب پذیر در بخشهای روانشناسی رفتار، چه رفتار با خود و چه رفتار و تعامل با دیگری، می‌توان پیشرفت بسیاری را در حفظ حقوق آنان در جامعه از خانواده گرفته تا جامعه بیرونی و بزرگتر به خوبی مشاهده کرد.

## منابع و مأخذ

احمدی، سیروس و الهام فرهادی، ۱۳۹۶. «بررسی رابطه مهارت حل مسئله و احساس امنیت در بین زنان». پژوهش‌های راهبردی امنیت و نظم اجتماعی. سال ۶، شماره ۲ (تابستان): ۳۳-۴۴

رضوانی، سودابه و مریم غنی زاده بافقی، ۱۳۹۸. «خانه های امن به مثابه درمانگاه زنان خشونت دیده ی خانگی». مجله حقوقی دادگستری. دوره ۸۳، شماره ۱۰۶ (تابستان): ۱۶۷-۱۴۳

یکه کار، شیرین، حبیب آقابخشی و سید احمد حسینی حاجی بکنده، ۱۳۹۸. «زمینه های اجتماعی خشونت خانگی علیه زنان». فصلنامه مددکاری اجتماعی. دوره ۸، شماره ۳ (پاییز):

۴۹-۵۹

احمدی، بتول و یلدا سلیمان اختیاری، ۱۳۸۹. «اثربخشی مداخلات آموزش سلامت برای پیشگیری از خشونت خانگی علیه زنان». فصلنامه علمی-پژوهشی رفاه اجتماعی. سال ۱۱،

شماره ۴۰: ۲۵۷-۲۳۷

شادمانی، مهدیه. «تحلیل و بررسی خشونت علیه زنان (مطالعه موردی زنان در اروپا)». فصلنامه مطالعاتی صیانت از حقوق زنان، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی. ۸۶-۶۱

نیازی، محسن، هادی افرا، اعظم نژادی و ایوب سخایی، ۱۳۹۶. «فرا تحلیل عوامل مؤثر بر خشونت علیه زنان». پژوهش نامه زنان، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی. سال ۸،

شماره ۴ (زمستان): ۱۰۴-۸۳

میرزایی جابری، بهنام، ژاله رفاهی و رضا زارعی، ۱۳۹۴. «اثربخشی تحلیل ارتباط متقابل (□□) بر تغییر قصه عشق و دلزدگی زناشویی زنان». فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه. سال

۸، شماره ۱ (بهار): ۱۸۴-۱۶۷

FULU, EMMA, ALICE KERR-WILSON AND JAMES LANG, ۲۰۱۴. WHAT WORKS TO PREVENT VIOLENCE AGAINST WOMEN AND GIRLS? EVIDENCE REVIEW OF INTERVENTIONS TO PREVENT VIOLENCE AGAINST WOMEN AND GIRLS.

BLOKHUIS, BREGJE, ۲۰۰۸. VIOLATION OF WOMEN'S RIGHTS: A CAUSE AND CONSEQUENCE OF TRAFFICKING IN WOMEN. LA STRADA INTERNATIONAL.

MOTT, PHILIP, ۲۰۱۷. "LEAVING ROOM FOR SELF-EVALUATION: SHAPING OUR DIALOGUE IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION." INTERNATIONAL JOURNAL OF CHOICE THEORY AND REALITY THERAPY. VOL.XXXVII, NO ۱ (FALL): ۳۰-۲۶

GLASSER, WILLIAM, ۱۹۹۸. CHOICE THEORY: A NEW PSYCHOLOGY OF PERSONAL FREEDOM. ۱ST EDITION. NEW YORK, NEW YORK: HARPERCOLLINS PUBLISHERS, INC.

GLASSER, WILLIAM, ۲۰۰۵. DEFINING MENTAL HEALTH AS A PUBLIC HEALTH ISSUE, A NEW LEADERSHIP POLE FOR THE HELPING AND TEACHING PROFESSIONS.

COREY, GERALD. ۲۰۱۳. REALITY THERAPY. THEORY AND PRACTICE OF COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY. BELMONT, CA: BROOKS/COLE, CENGAGE LEARNING.

BRADLEY, EZRINA, ۲۰۱۴. "CHOICE THEORY AND REALITY THERAPY: AN OVERVIEW." INTERNATIONAL JOURNAL OF CHOICE THEORY AND REALITY THERAPY. VOL.XXXIV, NO ۱ (FALL): ۶-۱۳

GARDNER, SARAH, ۲۰۱۵. "CHOICE THEORY: GENDER ROLES AND IDENTITY" INTERNATIONAL JOURNAL OF CHOICE THEORY AND REALITY THERAPY. VOL.XXXV, NO ۱ (FALL): ۳۱-۳۶